

ISSN 2522-1876 (Print)
ISSN 2663-4465 (Online)
DOI 10.30970/PS.2026.28

V I S N Y K
OF THE LVIV
UNIVERSITY

Series Psychological sciences

Issue 28

Published 4 issues per year

Ivan Franko
National University of Lviv

В І С Н И К
ЛЬВІВСЬКОГО
УНІВЕРСИТЕТУ

Серія психологічні науки

Випуск 28

Виходить 4 рази на рік

Львівський національний
університет імені Івана Франка



Видавничий дім
«Гельветика»
2026

ЗАСНОВНИК: ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

Друкується за ухвалою Вченої Ради Львівського національного університету імені Івана Франка
Протокол № 14/9 від 30.09.2026 р.

Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки внесений до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») з кластеру Розвиток людського капіталу, соціальні науки та журналістика (спеціальність: С4 «Психологія») відповідно до Наказу МОН України № 928 від 11.06.2026 (додаток 12).

Реєстрація суб'єкта у сфері друкованих медіа: Рішення Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення № 1877 від 30.05.2024 року. Ідентифікатор медіа: R30-04903

Суб'єкт у сфері друкованих медіа – Львівський національний університет імені Івана Франка (вул. Університетська, буд. 1, м. Львів, 79000; zag_kan@lnu.edu.ua; тел. +38 (032) 239-41-11)

У Віснику висвітлено теоретичні й емпіричні наукові розробки в різних галузях сучасної психології. Розглянуто аспекти розвитку та формування особистості на різних етапах онтогенезу. Проаналізовано актуальні проблеми в галузях соціальної, педагогічної, організаційної, клінічної психології та ін. Для науковців, викладачів, студентів, професійних психологів.

The Bulletin highlights a wide range of theoretical and empirical researches in different fields of modern psychology. Various aspects of personality development and formation are studied at different stages of ontogenesis. The bulletin presents analysis of topical issues in the field of social, educational, organizational, clinical psychology, etc. For scholars, teachers, students, professional psychologists.

Головний редактор: д-р психол. наук, проф. *Н. І. Жигайло*.

Відповідальний секретар: канд. психол. наук *Н. В. Гребінь*.

Члени редакційної колегії: канд. філос. наук, проф. *С. Л. Грабовська*; д-р філос. наук, проф. *Н. П. Гапон*; д-р філос. наук, проф. *І. Р. Петровська*; д-р психол. наук, проф. *Р. В. Каламаж*; д-р психол. наук, доц. *О. І. Кононенко*; д-р психол. наук, доц. *О. Д. Литвиненко*; д-р філос. з епістемології та нейронауки, застосованої в освіті, доц. *Андреа Маттіа Марчеллі*; доц. *Альберто Заммі*; д-р філос. з лінгвістики та романської філології, проф. *Паоло Торресан*.

Editorial Board:

N. Zhyhaylo, Professor – Editor-in-Chief, *K. Ostrovska*, Professor – Assistant Editor,
N. Hrebin – Managing Editor.

Відповідальний за випуск:

канд. філос. наук, професор *С. Л. Грабовська*,
канд. психол. наук *Н. В. Гребінь*

Адреса редколегії:

Львівський національний
університет імені Івана Франка,
філософський факультет,
кафедра психології
вул. Коперника, 3
м. Львів, 79000, Україна
тел.: +38 (095) 859 16 50

Editorial office address:

Ivan Franko National
University of Lviv,
Philosophy Faculty,
Department of Psychology
Kopernyka Str., 3
Lviv, 79000, Ukraine
tel.: +38 (095) 859 16 50

www.psy-visnyk.lnu.lviv.ua

Редактор І. Азанова Технічний редактор А. Марєєва

Видавничий дім «Гельветика»
(Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 7623 від 22.06.2022)
65101, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1
Тел. +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua

Дата розміщення онлайн – 12.10.2026 р.
Дата друку – 19.10.2026 р.
Формат 70x100/16
Ум. друк. арк. 22,59
Тираж 100 прим. Зам. 0926/728

© Львівський національний
університет імені Івана Франка, 2026

УДК 159.923:331.101.3:316.48

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.1>

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ КОНКУРЕНТОСПРОМОЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У КОНТЕКСТІ КОНФЛІКТНОЇ ВЗАЄМОДІЇ В ОРГАНІЗАЦІЇ

Іванна Андрійчук

*Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка,*

вул. Максима Кривоноса, 2, м. Тернопіль, Україна, 46027

<https://orcid.org/0000-0002-8668-0179>

e-mail: ivanna_andriychuk@tnpu.edu.ua

Статтю присвячено вивченню психологічних детермінант конкурентоспроможності особистості в умовах конфліктної взаємодії в організаційному середовищі. Проаналізовано сучасні погляди на вивчення чинників та механізмів виникнення конфліктів між людьми. Виявлено, що у вітчизняній психології конкурентоспроможність особистості розглядається як інтегративна характеристика, яка реалізується у конкретній діяльності та взаємодії. З'ясовано, що конкурентоспроможність працівника передбачає не лише наявність професійних компетентностей, а й здатність зберігати функціональність, продуктивність і психологічну рівновагу в умовах невизначеності, напруження та міжособистісних суперечностей. Відповідно, психічне здоров'я та психологічне благополуччя можуть розглядатися як базові ресурси реалізації конкурентного потенціалу особистості. Наведено психологічні умови виникнення конфліктів, які можуть розглядатися як чинники, що опосередковано впливають на конкурентоспроможність особистості через зниження або підвищення її здатності до ефективної професійної взаємодії. На основі результатів теоретичного та емпіричного дослідження, даних кореляційного аналізу, встановлено, що конфліктна взаємодія може виступати як механізмом зниження конкурентоспроможності особистості – через емоційне виснаження, втрату мотивації, погіршення взаємодії та професійної ефективності, так і бути потенційним ресурсом її розвитку за умови сформованої конфліктної компетентності, рефлексивності та психологічної безпеки організаційного середовища. Результати дослідження дозволяють розглядати емоційну саморегуляцію, усвідомлення власних емоцій, здатність розуміти емоційні стани інших, довольність поведінки та здатність до конструктивної взаємодії як взаємопов'язані психологічні детермінанти конкурентоспроможності особистості.

Ключові слова: конкурентоспроможність особистості, конфлікт, міжособистісна взаємодія, конфліктна компетентність, конструктивна поведінка, емоційний інтелект, саморегуляція.

Актуальність теми. Інтенсифікація ритму сучасного життя, постійне зростання вимог до професійних вмінь, зміни в соціальній взаємодії, породжені глобальною цифровізацією, а тепер і тривале широкомасштабне вторгнення ворога призводить до інформаційних стресів, тривалого напруження, депресивних станів та нервових зривів серед все ширшого кола людей. Це, у свою чергу, знижує їх здатність витримувати напругу щоденних життєвих ситуацій та спричиняє виникнення гострих емоційних ситуацій як у побуті, так і в професійній діяльності. Саме тому, підвищення вимог до мобільності та адаптивності працівників, проблема конкурентоспроможності особистості набуває особливої актуальності. Сучасна конкурентоспроможність фахівця не може обмежуватися лише рівнем професійних знань і спеціальних компетентностей. Вона дедалі більше визначається здатністю особистості ефективно взаємодіяти з іншими, адаптуватися до

© Іванна Андрійчук, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

змін, здійснювати саморегуляцію, підтримувати професійну активність у складних ситуаціях та конструктивно долати суперечності, що виникають у професійному середовищі.

Виклад основного матеріалу. Психологічна наука здавна звертала увагу на вивчення чинників та механізмів виникнення конфліктів між людьми, розглядала умови їх профілактики та розв'язання. Особливо, вирішення цієї проблематики важливе для великих підприємств та організацій, оскільки гармонізація стосунків між колегами, між керівниками та підлеглими, або з партнерами значно впливає на задоволеність людей своєю працею, на ефективність та результативність праці і, в кінцевому результаті, на прибутковість її діяльності.

У цьому контексті особливого значення набуває проблема конфліктної взаємодії в організації. Оскільки функціонування організації передбачає співіснування різних цілей, інтересів, цінностей, професійних позицій і способів виконання завдань, то конфлікт є невід'ємною складовою професійної взаємодії. Водночас саме спосіб реагування особистості на конфліктну ситуацію може визначати її професійну ефективність і, відповідно, конкурентоспроможність.

У вітчизняній психології конкурентоспроможність особистості розглядається як комплексна характеристика, яка відображає відповідність особистісних якостей, професійних знань, умінь і навичок вимогам професійної діяльності та соціально-економічного середовища. І. Гриник та Р. Хавула, узагальнюючи сучасні підходи до проблеми конкурентоспроможності особистості, виокремлюють аксіологічний, когнітивний, проксеологічний і рефлексивний компоненти цього феномена, а також наголошують на значенні професійної, соціальної та особистісної компетентності [2]. Такий підхід дає підстави розглядати конкурентоспроможність не як статичну властивість особистості, а як інтегративну характеристику, яка реалізується у конкретній діяльності та взаємодії.

Сучасні зарубіжні дослідження (Hamre K., Einarsen S., Loh M., Dollard M.) підтверджують, що не можна пояснювати конфліктну поведінку працівника виключно його особистісними властивостями, вона формується у взаємодії особистісних і ситуаційно-організаційних детермінант [7; 8]. Це дозволяє розглядати особистість як важливу детермінанту не самого факту виникнення конфлікту, а характеру його розвитку та способу розв'язання.

У працях Л. Карамушки останніх років простежується послідовна концептуальна лінія, відповідно до якої ефективність функціонування особистості в організації значною мірою залежить від стану її психічного здоров'я, психологічного благополуччя та здатності використовувати адаптивні ресурси в умовах соціальної напруженості. Особливої актуальності цей підхід набув у дослідженнях, здійснених в умовах війни. Так, у праці Л. Карамушки, О. Креденцер, К. Терещенко психологічне здоров'я персоналу розглядається у взаємозв'язку з умовами професійної діяльності та впливом воєнних стресорів. Автори показують необхідність розвитку ресурсів, які забезпечують збереження психічного здоров'я працівників та їхню ефективну адаптацію до складних умов [4]. Ця позиція безпосередньо співвідноситься з проблемою конкурентоспроможності особистості. У контексті конкурентоспроможності це дозволяє трактувати благополуччя не лише як бажаний психологічний стан, а як ресурс професійної активності, адаптивності та збереження здатності до ефективної взаємодії.

У свою чергу, праці Н. Жигайло дають можливість посилити саме особистісний аспект працівника в умовах невизначеності. Дослідження Н. Жигайло та Р. Карпінської розглядають проблему професійної компетентності управлінця як комплексну психологічну характеристику. У контексті досліджуваної теми це дозволяє трактувати конкурентоспроможність як інтеграцію професійної компетентності з особистісними та соціально-психологічними ресурсами її реалізації [3].

Праці Л. Карамушки та Н. Жигайло дозволяють обґрунтувати ресурсно-регулятивний підхід до конкурентоспроможності особистості. Відповідно, емоційна саморегуляція, стресостійкість, психологічна безпека, суб'єктивне благополуччя, професійна компетентність і конструктивні копінг-стратегії можуть бути розглянуті як взаємопов'язані психологічні детермінанти конкурентоспроможності особистості.

Сучасний підхід до конфлікту передбачає відмову від його однозначно негативної інтерпретації. Конфліктна ситуація може створювати ризики для психологічного благополуччя та професійної ефективності, але за умов конструктивної взаємодії вона також може стимулювати рефлексію, пошук альтернатив, здатність аргументувати власну позицію та враховувати позицію іншого. У цьому аспекті здатність особистості конструктивно функціонувати у конфлікті може розглядатися як окремий психологічний ресурс її конкурентоспроможності. У зв'язку з цим дослідники також вивчають такі важливі феномени, як стресостійкість, резильєнтність, емпатійність, комунікативність, емоційний інтелект, рефлексивність та самоствавлення, що у свою чергу впливають на здатність особистості конструктивно вирішувати конфлікти.

Особливої уваги заслуговує проблема психологічної безпеки організаційного середовища. Систематичний огляд зарубіжних джерел (G. Calle, M. Bernarda, R. Dong, K. Hamre, G. Notelaers, M. Loh), засвідчують значущість психологічної безпеки та соціально-психологічного клімату для задоволеності працею, залученості й продуктивності працівників. Психологічна безпека при цьому може розглядатися як важливий організаційний модератор зв'язку між особистісними характеристиками працівника та його поведінкою у конфлікті [6; 7; 8]. У середовищі, де працівник має можливість відкрито висловлювати позицію, визнавати помилки, ставити запитання та обговорювати суперечності без страху негативних санкцій, конфлікт потенційно може набувати конструктивного характеру. Натомість низький рівень психологічної безпеки здатен сприяти приховуванню проблем, накопиченню напруження, уникненню відкритого обговорення суперечностей та ескалації конфліктів.

Важливість організаційних чинників підтверджується сучасними емпіричними дослідженнями. Зокрема, дослідження соціально-психологічного клімату безпеки демонструють взаємозв'язок між рольовою неоднозначністю, рольовим конфліктом та негативними формами міжособистісної взаємодії в організації. Водночас сприятливий соціально-психологічний клімат може послаблювати негативні наслідки стресогенних організаційних умов. Таким чином, чіткість професійних ролей, справедливості управлінських рішень, підтримка керівника та психологічна безпека можуть розглядатися як умови, що знижують конфліктогенність організаційного середовища [1; 3; 4; 5].

Інший аспект зв'язку конфлікту та конкурентоспроможності пов'язаний із психологічними ресурсами особистості. Деструктивна конфліктна взаємодія може супроводжуватися емоційним напруженням, виснаженням, зниженням мотивації та погіршенням професійних відносин. У такому разі конфлікт опосередковано знижує професійну ефективність і створює передумови для послаблення конкурентоспроможності працівника. Натомість конструктивна поведінка у конфлікті передбачає використання таких ресурсів, як саморегуляція, комунікативна компетентність, гнучкість, рефлексивність, здатність до переговорів та пошуку взаємоприйнятних рішень [1].

Саме тому, у контексті конкурентоспроможності особистості доцільно виокремити конфліктну компетентність як інтегративну характеристику, що забезпечує здатність особистості розпізнавати конфлікт, розуміти його причини та позиції учасників, регулювати власні емоційні реакції, обирати адекватну стратегію поведінки та спрямовувати взаємодію на конструктивне вирішення суперечностей. Конфліктна компетентність може розглядатися

як складова соціально-комунікативної та рефлексивної компетентності, а водночас – як психологічний ресурс професійної конкурентоспроможності.

На підставі аналізу сучасних досліджень можна запропонувати модель, відповідно до якої конкурентоспроможність особистості формується під впливом взаємодії особистісних детермінант (саморегуляція, рефлексивність, емоційна стійкість, комунікативна компетентність, мотивація розвитку, гнучкість) та організаційних детермінант (психологічна безпека, справедливість, якість управління, чіткість ролей, підтримка, сприятливий соціально-психологічний клімат). Їхня взаємодія визначає характер конфліктної поведінки, яка, своєю чергою, може або послаблювати, або підтримувати професійну ефективність особистості.

Здійснений нами наліз наукової психологічної літератури засвідчує відсутність єдності розуміння терміну конфлікту. Найчастіше ми зустрічаємо трактування конфлікту як соціального протиріччя, пов'язаного з емоційними переживаннями. Згідно з Г. Ложкіним і Н. Пов'якель ми розглядаємо конфлікт «як зіткнення різноспрямованих сил (цінностей, інтересів, поглядів, цілей, позицій) суб'єктів – сторін взаємодії; суперечність, яка важко вирішується і пов'язана з гострими емоційними переживаннями» [5, с. 19].

Сучасні дослідження досить добре вивчають окремо конкурентоспроможність, особистісні риси та професійну ефективність, конфліктну поведінку, психологічну безпеку, соціально-психологічний клімат, емоційне виснаження. Але значно рідше інтегрують ці зміни в одну психологічну модель конкурентоспроможності особистості. Саме тому, наше дослідження спрямоване на обґрунтування системи особистісних та організаційних детермінант, які визначають, чи стане конфлікт чинником втрати професійних ресурсів, чи можливістю для розвитку конкурентних якостей особистості.

Предметом нашого емпіричного дослідження стало вивчення суб'єктивних умов первинної профілактики, які підвладні психологічним інструментам і створення яких значно знизить ризик виникнення конфліктних ситуацій у досліджуваному колективі в майбутньому.

З метою отримання вихідних даних, що характеризують психологічні умови профілактики конфліктів в організації, нами було проведено констатувальний експеримент. Мета і завдання, що були визначені на початку нашого дослідження, а також специфіка роботи з колективом обумовили використання комплексу методик, що дозволили дослідити психологічні особливості конфліктів в організації. Проаналізуємо деякі з них.

У дослідженні взяли участь працівники державної установи м. Тернопіль. Загальна кількість обстежуваних – 80 осіб, з них 35 жінок та 45 чоловіків.

Розглянемо результати дослідження за методикою А. Фідлер «Оцінювання психологічної атмосфери в колективі». Виявлено узагальнені результати за характеристиками, які найбільшою мірою підтримують доброзичливу атмосферу – це «продуктивність – непродуктивність» (2,24), «взаємопідтримка – недоброзичливість» (2,44) та «співпраця – неузгодженість» (2,39). Тобто, члени колективу вважають, що співробітники завжди придуть на допомогу, готові до співпраці, що і забезпечує продуктивність діяльності колективу. Для того, щоб покращити психологічну атмосферу, слід звернути увагу на такі характеристики як «незадоволеність – задоволеність» (3,19) і «захопленість – байдужість» (3,11), які мають дещо вищі від інших бали. На підставі індивідуальних профілів ми визначили Інтегральний показник, який за нашими підрахунками становить 26,19 балів і характеризує клімат в колективі як наближений до сприятливої та доброзичливої психологічної атмосфери.

За результатами методики «Тест емоційного інтелекту» (Н. Холла) за усіма шкалами середній показник відповідає 9 балам і середньому рівню. Окрім шкали «управління

власними емоціями», за якою досліджувані набрали лише 5 балів, що не відповідає середньому рівню, а залишається на низькому рівні прояву. Інтегральний показник емоційного інтелекту рівний 41 балу, що відповідає середньому рівню, проте, від низького його відділяє лише 2 бали. Отже, можемо стверджувати, що здатність до прояву емоційного інтелекту у досліджуваних дещо нижче середнього і потребує додаткових зусиль, щодо його розвитку. Для того, щоб зрозуміти, яким саме характеристикам слід приділити особливу увагу, проаналізуємо розподіл результатів за кожним параметром за рівнями розвитку (рис. 1).

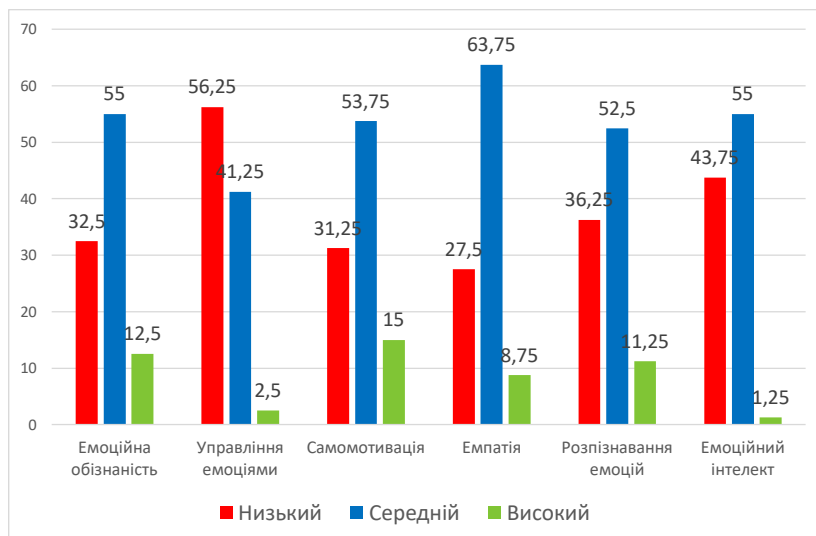


Рис. 1. Результати за шкалами «Тесту емоційного інтелекту» (Н. Холла), (у відсотках), $n = 80$

За шкалою «Емоційна обізнаність» переважає середній рівень, тобто 55% досліджуваних здатні розуміти, розпізнавати, називати емоційні стани. Лише 12,5% роблять це дуже добре, проте 33,5% не володіють словником емоцій, не вміють усвідомлювати інтенсивність їх прояву, визначати їх вид та вплив на власну поведінку. За шкалою «Управління своїми емоціями» ми визначили, що більша частина від усіх досліджуваних 56,25% демонструють низький рівень. Вони не можуть керувати своєю поведінкою і ведуть себе імпульсивно, під впливом власних емоцій. Саме цим працівникам важливо вдосконалювати свої вміння доволіно регулювати своїм емоційним станом та знижувати вплив внутрішніх емоційних переживань на стосунки з оточуючими як у професійній сфері, так і в особистих стосунках. Також 41,25% працівників здатні проявляти базові навички стримування небажаних емоційних проявів, проте, в особливо напружені моменти вони можуть піддатися впливу емоцій.

За шкалою «Самотивація» переважає середній рівень – виявлено у 53,75% досліджуваних. Вони можуть усвідомлювати власні потреби та імпульси, проте, інколи діють під впливом зовнішніх мотивів. Третина опитуваних – 31,25% демонструють низький рівень самотивації та схильні діяти ситуативно, їм не вдається підпорядковувати свої поведінкові прояви власним цілям. За шкалою «Емпатія» 27,5% опитуваних, на жаль, не чутливі до переживань співбесідника, не дуже добре розуміють його емоційний стан і не

дуже цим переймаються. Це може бути перешкодою до налагодження дружніх та доброзичливих стосунків з оточуючими.

За шкалою «Розпізнавання емоцій інших людей» 36,25% опитуваних мають низький рівень за цим показником, їм важко розуміти та складно впливати на емоційний стан інших, вони просто відсторонюються, переключаються на себе, не добре розуміють як поводитися в емоційно-складних ситуаціях. Інтегральний показник емоційного інтелекту засвідчує, що 55% досліджуваних мають середній рівень розвитку; 43,75% мають низький рівень і лише 1,25% демонструють високий рівень за надзвичайно важливою характеристикою для налагодження і підтримки доброзичливої та ефективної взаємодії між людьми – інтелекту емоційної сфери.

Підводячи загальні підсумки дослідження за даною методикою, можемо стверджувати, що надміру велика (майже половина) кількість членів колективу мають низький рівень здатності до усвідомлення, ідентифікування та управління власними емоціями на свій розсуд, не здатні розпізнавати і враховувати переживання оточуючих і, особливо, уваги потребує розвиток довільного управління своєю поведінкою та врегулювання власних емоційних станів.

Результати за методикою «Оцінка схильності особистості до конфліктної поведінки» (методика К. Томаса, адаптований варіант Н. Грішиної) дозволили виявити форми поведінки, які використовуються в конфліктних ситуаціях. Досліджувані застосовують всі з визначених стилів поведінки в конфліктній ситуації, проте, найчастіше, у 42,5% вони обирають стратегію уникнення. Ця стратегія описується деякою пасивністю при вирішенні проблемної ситуації, ігноруванні чи запереченні її значущості. Стратегію компромісу демонструють 36,25% членів колективу. Вони здатні враховувати інтереси протилежної сторони і досягати власних цілей завдяки певним поступкам. Можемо стверджувати, що важливо пропагувати, навчати, інформувати про інструменти і шляхи вирішення конфліктів у руслі співробітництва і показувати слабкі сторони пасивної стратегії уникнення, щоб члени колективу могли свідомо обирати більш ефективний і конструктивний стиль поведінки в конфліктній ситуації.

Також ми здійснили кореляційний аналіз отриманих результатів за критерієм Пірсона. Опишемо деякі кореляційні зв'язки показників емоційного інтелекту, який теж важливо підтримувати та розвивати у досліджуваних. Критично низький показник «управління емоціями» має статистично значущі позитивні зв'язки з параметрами: «захопленість – байдужість» ($r=0,3926$, при $p \leq 0,01$) – тобто для зростання здатності до управління емоціями важливо знижувати байдужість у стосунках між членами колективу; «психологічна атмосфера» ($r=0,3891$, при $p \leq 0,01$); «доброзичливість у взаєминах» ($r=0,4041$, при $p \leq 0,01$); «співпереживання до товаришів» ($r=0,386$, при $p \leq 0,01$); «повага до думки співробітників» ($r=0,4035$, при $p \leq 0,01$); «самомотивація» ($r=0,5814$, при $p \leq 0,01$), що означає, що здатність до керівництва власним емоційним станом зростатиме, якщо буде зростати здатність розуміти свої мотиви поведінки і свої цілі, бути зацікавленим в теплих доброзичливих взаєминах у колективі.

Наведені результати дослідження дають змогу здійснити важливий теоретичний перехід від проблеми психологічних умов виникнення конфліктів до проблеми конкурентоспроможності особистості в організації. Виявлений низький рівень здатності значної частини членів колективу до усвідомлення, ідентифікації та довільного управління власними емоціями, а також до розпізнавання й урахування емоційних станів інших може розглядатися не лише як чинник конфліктогенності, а й як психологічна детермінанта, що обмежує реалізацію конкурентного потенціалу особистості.

Особливого значення набувають емоційна саморегуляція, рефлексивність, соціальна чутливість, комунікативна компетентність, гнучкість поведінки та здатність

конструктивно реагувати на суперечності. Саме тому недостатня сформованість здатності усвідомлювати власні емоційні стани може розглядатися як чинник, який опосередковано знижує професійну конкурентоспроможність. Людина втрачає можливість своєчасно коригувати власні реакції, прогнозувати наслідки поведінки та обирати найбільш ефективний спосіб взаємодії.

Особливої уваги заслуговує встановлений низький рівень здатності розпізнавати та враховувати переживання інших людей. Для сучасної організації ця здатність має не лише комунікативне, а й безпосередньо професійне значення. Розуміння емоційного стану колег, здатність враховувати їхні потреби, мотиви та позиції створюють передумови для ефективної командної роботи, попередження ескалації суперечностей і конструктивного вирішення конфліктних ситуацій. Відтак соціально-емоційна чутливість може розглядатися як один із ресурсів конкурентоспроможності особистості, оскільки забезпечує більш адаптивну та продуктивну поведінку в умовах професійної взаємодії. Не менш значущим результатом є виявлена потреба у розвитку довільного управління поведінкою та регуляції власних емоційних станів.

Конкурентоспроможна особистість має бути здатною не лише реагувати на ситуацію, а й свідомо регулювати власну поведінку відповідно до професійної мети. У конфліктній ситуації це означає здатність утримуватися від імпульсивних реакцій, контролювати емоційне напруження, переоцінювати ситуацію та обирати конструктивну стратегію взаємодії. Саме тому, емоційна саморегуляція може розглядатися як механізм перетворення особистісного потенціалу на реальну професійну ефективність.

Висновки. Отже, результати дослідження дозволяють розглядати емоційну саморегуляцію, усвідомлення власних емоцій, здатність розуміти емоційні стани інших, довільність поведінки, мотиваційно-вольову регуляцію та здатність до конструктивної взаємодії як взаємопов'язані психологічні детермінанти конкурентоспроможності особистості. Їх недостатня сформованість не лише підвищує ймовірність виникнення та ескалації конфліктів, а й може обмежувати здатність працівника ефективно реалізовувати професійний потенціал. Водночас розвиток зазначених характеристик може забезпечувати перехід від реактивної до свідомо регульованої поведінки, підвищувати якість професійної взаємодії та, відповідно, посилювати конкурентоспроможність особистості в організації.

Конкурентоспроможність особистості в організації доцільно розглядати не лише як здатність успішно конкурувати на професійному ринку, а як інтегративну психологічну характеристику, що забезпечує ефективну реалізацію професійного потенціалу в умовах змін, конкуренції та міжособистісної взаємодії. У цьому контексті здатність конструктивно діяти в конфліктних ситуаціях є важливою психологічною детермінантою конкурентоспроможності. Відповідно, перспективним напрямом подальшого дослідження є емпіричне визначення взаємозв'язків між особистісними характеристиками, стилями конфліктної поведінки, психологічною безпекою організаційного середовища та показниками конкурентоспроможності особистості.

Список використаної літератури

1. Андрійчук І. Емпіричне дослідження особливостей професійної мотивації персоналу у сфері обслуговування. Габітус. Науковий журнал з соціології та психології. 2022. Вип. 40. С. 155–161. DOI : <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.40.25>
2. Гриник І., Хавула Р. Теоретичні підходи до проблеми конкурентоспроможної особистості. Науковий вісник ХДУ Серія Психологічні науки. 2022. № 2. С. 14-19. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-2-2>.
3. Жигайло Н., Карпінська Р. Сучасний підхід до розвитку й формування професійної компетентності управлінця. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2022. № 12. С. 47–54. DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2022.12.6>

4. Карамушка Л., Креденцер О., Терещенко К. Суб'єктивне благополуччя освітнього персоналу в умовах війни. Організаційна психологія. Економічна психологія. 2023. № 4 (30). С. 23–33. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2023.4.30.3>
5. Ложкін Г., Пов'якель Н. Психологія конфлікту : теорія і сучасна практика. К.: ВД «Професіонал», 2006. 416 с.
6. Guerrero Calle, Maria Bernarda & Bollen, Katalien & Sucozhañay, Dolores & Euwema, Martin. The impact of managers' personality on task and relationship conflict: The moderating role of family and non-family business status. *Journal of Family Business Strategy*. Elsevier. 2024. Vol. 15(3).
7. Kristina Vaktskjold Hamre, Ståle Valvatne Einarsen, Guy Notelaers. Psychosocial safety climate as a moderator in role stressor-bullying relationships: A multilevel approach. *Department of Psychosocial Science, University of Bergen*, 5015 Bergen, Norway. 2023. Vol. 164(6). DOI: 10.1016/j.ssci.2023.106165
8. Loh MY and Dollard MF (2024) Acting out when psychosocial safety climate is low: understanding why middle-level managers experience upward mistreatment. *Front. Psychol.* 15:1336130. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1336130.

PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF PERSONAL COMPETITIVENESS IN THE CONTEXT OF CONFLICT INTERACTION WITHIN AN ORGANIZATION

Ivanna Andriychuk

Ternopil Volodymyr Hnatyuk National Pedagogical University,

2, Maksyma Kryvonosa St., Ternopil, Ukraine, 46027

<https://orcid.org/0000-0002-8668-0179>

e-mail: ivanna_andriychuk@tnpu.edu.ua

The article examines the psychological determinants of personal competitiveness under conditions of conflict interaction in an organizational setting. Current perspectives on the factors and mechanisms underlying interpersonal conflict are analyzed. It is shown that in Ukrainian psychology, personal competitiveness is treated as an integrative characteristic that manifests itself in specific activity and interaction. The study establishes that an employee's competitiveness presupposes not only professional competencies but also the capacity to remain functional, productive, and psychologically balanced amid uncertainty, tension, and interpersonal contradictions. Accordingly, mental health and psychological well-being may be regarded as basic resources for realizing an individual's competitive potential. The article outlines the psychological conditions under which conflicts arise, which may be viewed as factors that indirectly affect personal competitiveness by reducing or enhancing the individual's capacity for effective professional interaction. Based on the results of theoretical and empirical research and correlation analysis, it is established that conflict interaction can serve as a mechanism that diminishes personal competitiveness – through emotional exhaustion, loss of motivation, and deterioration of interaction and professional effectiveness – or, conversely, as a potential resource for its development, provided that conflict competence, reflexivity, and the psychological safety of the organizational environment are in place. The findings make it possible to regard emotional self-regulation, awareness of one's own emotions, the ability to understand the emotional states of others, voluntary behavior regulation, and the capacity for constructive interaction as interrelated psychological determinants of personal competitiveness.

Keywords: personal competitiveness, conflict, interpersonal interaction, conflict competence, constructive behavior, emotional intelligence, self-regulation.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 316.647.5:005.9-027.236](045)

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.2>

ТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ЕФЕКТИВНОЇ УПРАВЛІНСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КЕРІВНИКА

Світлана Байда

*Уманський національний університет,
вул. Садова, 2, м. Умань, Україна, 20300
<https://orcid.org/0000-0002-7807-1234>
e-mail: cbajda2017@gmail.com*

Владислав Мажаренко

*Уманський національний університет,
вул. Садова, 2, м. Умань, Україна, 20300
<https://orcid.org/0009-0008-2791-073X>
e-mail: vladyslav.mazharenko@unu.edu.ua*

У статті здійснено теоретичний аналіз проблеми толерантності до невизначеності як однієї з ключових психологічних передумов ефективної управлінської діяльності керівника. Обґрунтовано, що сучасне професійне середовище характеризується високою динамічністю, інформаційною насиченістю, ризиками та постійними змінами, які висувають нові вимоги до особистості керівника. Доведено, що ефективність управлінських рішень значною мірою залежить від здатності керівника конструктивно діяти в ситуаціях неповної визначеності, швидко адаптуватися до змін, прогнозувати можливі наслідки власних рішень та забезпечувати стабільне функціонування організації.

Розкрито психологічний зміст управлінської діяльності в умовах невизначеності, охарактеризовано основні фактори, що ускладнюють процес прийняття управлінських рішень, зокрема дефіцит достовірної інформації, часові обмеження, багатоваріантність можливих сценаріїв розвитку подій, високий рівень відповідальності та необхідність координування діяльності різних учасників організаційного процесу.

Особливу увагу приділено аналізу індивідуально-психологічних характеристик керівника, які визначають його здатність до ефективної взаємодії з невизначеними ситуаціями. Показано, що толерантність до невизначеності виступає інтегральною психологічною характеристикою особистості керівника, яка забезпечує гнучкість мислення, відкритість до нових умов діяльності, стійкість до стресу, готовність приймати нестандартні рішення та ефективно взаємодіяти з колективом в умовах постійних змін.

Зазначено, що розвиток цієї якості можливий завдяки цілеспрямованому формуванню професійних компетентностей, використанню тренінгових програм, розвитку навичок критичного мислення та рефлексії, а також створенню сприятливого організаційного середовища, яке підтримує інноваційність та готовність до ризику. Зроблено висновок, що толерантність до невизначеності є важливою умовою професійного становлення сучасного керівника та підвищення результативності управлінської діяльності, а її розвиток має стати одним із пріоритетних напрямів психологічного супроводу управлінських кадрів.

Ключові слова: толерантність до невизначеності, управлінська діяльність, керівник, прийняття управлінських рішень, психологічні чинники, ефективність управління, професійна діяльність.

Сучасний етап розвитку суспільства характеризується високою швидкістю соціальних, економічних і технологічних трансформацій, що суттєво змінюють умови функціонування організацій. Глобалізаційні процеси, цифровізація, кризові явища, воєнні виклики та нестабільність зовнішнього середовища зумовлюють постійне зростання рівня невизначеності, з якою стикаються керівники різних рівнів управління. За таких умов ефективність професійної діяльності визначається не лише професійними знаннями чи управлінським досвідом, а й психологічною готовністю діяти в ситуаціях, коли інформація є неповною, ризики – високими, а наслідки прийнятих рішень не можуть бути повністю передбачені.

Управлінська діяльність належить до найбільш складних видів професійної діяльності, оскільки передбачає безперервне прийняття рішень, організацію взаємодії між працівниками, прогнозування розвитку ситуації, розподіл ресурсів та відповідальність за результати діяльності організації. Невизначеність супроводжує практично всі етапи управлінського процесу – від визначення стратегічних цілей до оцінювання ефективності прийнятих рішень. Саме тому психологічні особливості реагування керівника на невизначеність стають одним із провідних чинників успішності його професійної діяльності.

Особливого значення набуває феномен толерантності до невизначеності, який у сучасній психології розглядається як інтегральна властивість особистості, що забезпечує здатність конструктивно сприймати новизну, неоднозначність, суперечливість інформації та ефективно функціонувати в умовах мінливого середовища. Для керівника ця якість є важливою передумовою прийняття обґрунтованих управлінських рішень, підтримання психологічної стійкості колективу, розвитку інноваційної активності та забезпечення конкурентоспроможності організації.

Враховуючи зростання вимог до сучасного керівника, дослідження психологічних аспектів толерантності до невизначеності набуває не лише теоретичного, а й практичного значення, оскільки дозволяє визначити особистісні ресурси, що сприяють ефективному здійсненню управлінської діяльності в умовах постійних змін.

Аналіз наукової літератури свідчить, що проблема психологічних особливостей управлінської діяльності керівника перебуває у центрі уваги українських і зарубіжних дослідників. Теоретико-методологічні засади психології управління та професійної діяльності керівника розкрито у працях Л. М. Карамушки і С. Д. Максименка. Концептуальні положення щодо лідерства, стилів управління та організаційної ефективності представлені у роботах B. Bass, T. Judge, P. Northouse, G. Yukl, S. Zaccaro та інших. Дослідження феномену толерантності до невизначеності, її взаємозв'язку з процесами прийняття рішень, адаптивністю та ефективністю професійної діяльності здійснювали D. McLain, A. Furnham, J. Marks, R. Sternberg та ін., що створює теоретичне підґрунтя для вивчення толерантності до невизначеності як предиктора стилю управлінської діяльності керівника [1–10].

Управлінська діяльність є складним соціально-психологічним феноменом, що реалізується в системі формальних службових відносин і спрямований на організацію спільної діяльності, координацію взаємодії працівників та досягнення цілей організації. Основою керівництва виступають посадові повноваження, які визначають систему субординації та забезпечують можливість здійснення управлінського впливу як через офіційні механізми влади, так і завдяки неформальним міжособистісним взаєминам. У зв'язку з цим діяльність керівника поєднує організаційні, комунікативні, регулятивні та соціально-психологічні функції, що забезпечують ефективне функціонування організації [1; 2; 9].

Сучасний керівник виконує широкий спектр професійних завдань, пов'язаних не лише з організацією виробничих процесів, а й із побудовою конструктивної взаємодії між учасниками управлінського процесу. Саме індивідуальна діяльність керівника визначає

результативність функціонування організації, оскільки він координує спільну діяльність, приймає управлінські рішення, мотивує персонал та забезпечує адаптацію організації до змін зовнішнього середовища [1; 6; 9].

Дослідження теорії лідерства свідчать, що зміст управлінської діяльності характеризується високою динамічністю, багатозадачністю та необхідністю постійного реагування на зміни. Робочий процес керівника має фрагментарний характер, супроводжується значною кількістю міжособистісних контактів, швидкою зміною пріоритетів та необхідністю координувати діяльність не лише безпосередніх підлеглих, а й інших структурних підрозділів і партнерів організації. Саме тому професійна діяльність керівника передбачає високий рівень розвитку комунікативної компетентності, організаційних здібностей і лідерських якостей [6; 9; 10].

Одним із найбільш відповідальних компонентів управлінської діяльності є процес прийняття управлінських рішень. У сучасних умовах він відбувається за дефіциту або, навпаки, надлишку інформації, значна частина якої може бути неповною, суперечливою чи нерелевантною. За таких обставин особливого значення набувають здатність керівника критично аналізувати інформацію, прогнозувати можливі наслідки управлінських дій та оперативно адаптувати прийняті рішення до змінних умов функціонування організації [6; 9].

Дослідники наголошують, що успішна реалізація управлінських рішень значною мірою залежить від сформованої системи професійних взаємин, партнерської взаємодії та підтримки з боку колективу. Ефективні керівники вміють інтегрувати різні джерела інформації, встановлювати взаємозв'язки між окремими проблемами, своєчасно виявляти нові можливості та використовувати наявні ресурси для досягнення стратегічних цілей організації. Водночас їхня професійна діяльність значною мірою складається з незапланованих ситуацій, які потребують швидкої оцінки, гнучкості мислення та готовності приймати рішення в умовах постійної невизначеності [3; 6; 9; 10].

Г. Юкл розглядає діяльність керівника як універсальну систему взаємопов'язаних управлінських функцій, які забезпечують ефективне функціонування організації. До основних із них належать стратегічне планування, організація роботи, розв'язання проблем, інформаційне забезпечення, моніторинг результатів, мотивація персоналу, консультування, підтримка працівників, управління конфліктами, розвиток командної взаємодії, делегування повноважень, наставництво та професійний розвиток персоналу [9]. Такий підхід свідчить, що сучасний керівник виконує не лише адміністративні, а й соціально-психологічні функції, забезпечуючи розвиток людського потенціалу організації.

Особливого значення в управлінській діяльності набувають самоменеджмент, здатність до саморегуляції та інноваційна активність. Ефективний керівник повинен уміти визначати власні професійні цілі, контролювати емоційні стани, підтримувати продуктивність діяльності та бути відкритим до впровадження нових підходів в управлінні. Такі якості створюють психологічні передумови для успішного функціонування організації в умовах постійних змін і невизначеності [7; 9].

У сучасній психології управління діяльність керівника розглядається через три взаємопов'язані аспекти: інституціональний, процесуальний та інструментальний. Інституціональний аспект визначає суб'єктів управління та характер їхньої взаємодії, процесуальний відображає зміст реалізації управлінських функцій і стиль керівництва, а інструментальний характеризує засоби та організаційні форми, за допомогою яких досягаються цілі управління [1; 6; 9].

Важливим показником професійної компетентності керівника є ефективність його управлінської діяльності, яка залежить не лише від професійних знань і досвіду, а й від

розвитку особистісних якостей. Дослідження свідчать, що високий рівень інтелектуальних здібностей, комунікативної компетентності, гнучкості мислення, креативності та організаторських умінь позитивно впливає на успішність виконання управлінських функцій і забезпечує результативність діяльності керівника [2; 7; 9].

З позицій діяльнісного підходу управління розглядається як цілісна система взаємопов'язаних функцій, що реалізуються у певній послідовності. Класична концепція А. Файоля визначає основними функціями управління планування, організацію, координацію та контроль, тоді як сучасні дослідження доповнюють цей перелік прийняттям рішень, комунікацією, мотивуванням, прогнозуванням і розвитком персоналу [6]. У сучасному менеджменті найбільш поширеним є підхід, відповідно до якого управлінська діяльність охоплює чотири базові функції – планування, організацію, мотивування та контроль, інтегровані процесами комунікації й прийняття управлінських рішень [4; 6; 9].

Психологічна специфіка управлінської діяльності полягає в тому, що вона поєднує індивідуальну діяльність керівника зі спільною діяльністю колективу. Керівник одночасно виконує функції організатора, координатора, лідера та суб'єкта міжособистісної взаємодії, забезпечуючи узгодження інтересів працівників і досягнення стратегічних цілей організації. Саме тому ефективність управління значною мірою визначається не лише професійною підготовкою, а й рівнем розвитку психологічних компетентностей, серед яких особливе місце займає толерантність до невизначеності як здатність конструктивно діяти в умовах ризику, інформаційної неповноти та постійних змін [1].

Управлінська діяльність є особливим видом професійної діяльності, який поєднує індивідуальну активність керівника із координацією спільної діяльності колективу. Її основною метою є забезпечення ефективного функціонування організації як соціальної системи, що передбачає одночасне управління виробничими процесами та міжособистісними взаєминами. Саме поєднання організаційних і соціально-психологічних функцій значною мірою визначає складність управлінської праці та підвищує вимоги до професійної компетентності керівника [1; 6; 9].

Особливістю управлінської діяльності є її здійснення в умовах постійних змін, дефіциту часу, обмеженості ресурсів, високої відповідальності та інформаційної невизначеності. Крім того, керівник змушений одночасно вирішувати декілька взаємопов'язаних завдань, швидко реагувати на непередбачувані ситуації та приймати рішення за відсутності чітких алгоритмів дій. Такі умови значно ускладнюють процес управління та вимагають високого рівня психологічної готовності до професійної діяльності [6].

Важливою складовою діяльності керівника є ефективна управлінська взаємодія, яка охоплює постановку завдань, забезпечення зворотного зв'язку, оцінювання результатів діяльності працівників, підтримку їхньої мотивації та координацію спільної роботи. Водночас значущими є не лише вертикальні відносини «керівник – підлеглий», а й горизонтальна взаємодія між керівниками різних структурних підрозділів, що забезпечує узгодженість управлінських рішень і досягнення стратегічних цілей організації [6].

Складність управлінської діяльності зумовлює високі вимоги до особистості керівника. Ефективне виконання управлінських функцій потребує розвинених когнітивних процесів, емоційної стійкості, комунікативних і організаторських здібностей, сформованої мотиваційної сфери та здатності до саморегуляції. Саме інтеграція цих психологічних характеристик забезпечує результативне виконання професійних обов'язків у різних управлінських ситуаціях [1; 7].

Особливе місце в сучасній управлінській діяльності посідає проблема невизначеності. Вона проявляється практично на всіх етапах управлінського процесу: під час постановки цілей, аналізу інформації, прогнозування розвитку подій, планування та,

насамперед, прийняття управлінських рішень. Джерелами невизначеності можуть бути інформаційний дефіцит, надлишок суперечливої інформації, мінливість зовнішнього середовища, а також людський фактор, пов'язаний із суб'єктивністю оцінок і можливими викривленнями інформації. У таких умовах здатність керівника діяти ефективно набуває вирішального значення для успішного функціонування організації [6].

У сучасній психології управління толерантність до невизначеності розглядається як одна з ключових професійно важливих якостей керівника. Вона виявляється у здатності зберігати ефективність діяльності за умов інформаційної неповноти, неоднозначності та ризику, конструктивно сприймати нові або складні ситуації, компенсувати нестачу інформації шляхом її когнітивного аналізу та приймати обґрунтовані рішення. Високий рівень толерантності до невизначеності сприяє психологічній стійкості, адаптивності, гнучкості мислення та підвищує ефективність управлінської діяльності в умовах динамічних змін [5; 7; 9].

Дослідження свідчать, що ефективні керівники характеризуються не лише високою толерантністю до невизначеності, а й здатністю сприймати невизначені ситуації як джерело нових можливостей для розвитку організації. За таких умов невизначеність не розглядається виключно як загроза, а стає стимулом для пошуку інноваційних рішень, професійного зростання та досягнення високих результатів управлінської діяльності [5; 7; 9].

Толерантність до невизначеності доцільно розглядати як одну з професійно важливих якостей керівника, оскільки вона безпосередньо впливає на успішність реалізації управлінських функцій. Вона визначає готовність особистості приймати неоднозначність, діяти в умовах інформаційної неповноти, підтримувати ефективність професійної діяльності та конструктивно реагувати на нові виклики. Водночас ця якість функціонує у взаємозв'язку з іншими характеристиками особистості керівника – когнітивними здібностями, мотивацією, комунікативною компетентністю, професійним досвідом і навичками саморегуляції [5].

У сучасних концепціях лідерства ставлення керівника до невизначеності розглядається як чинник, що визначає стиль його управлінської діяльності. Залежно від особливостей сприйняття ризику, способів прийняття рішень і характеру взаємодії з персоналом виокремлюють кілька моделей керівництва, які відображають різний рівень готовності працювати в умовах невизначеності [9].

Технічний (адміністративний) стиль керівництва орієнтований на жорстку централізацію влади, використання стандартних алгоритмів управління та максимальне уникнення ризику. Невизначеність у такій моделі сприймається як небажаний фактор, який необхідно мінімізувати шляхом формалізації процедур і контролю [9]. Натомість кооперативний стиль передбачає ширше залучення працівників до прийняття рішень, використання командної взаємодії та колективного досвіду для зменшення рівня невизначеності, хоча сама невизначеність і надалі розглядається як чинник, що потребує контролю.

Більш адаптивними є колаборативний та генеративний стилі керівництва. Для них характерні відкритість до змін, позитивне ставлення до ризику, підтримка інноваційної активності та використання креативного потенціалу команди. Керівники такого типу розглядають невизначеність як природну складову професійної діяльності, що відкриває можливості для пошуку нових рішень, розвитку організації та формування конкурентних переваг. Саме здатність ефективно діяти в умовах неоднозначності стає однією з ключових характеристик сучасного лідера [3; 5].

Отже, толерантність до невизначеності є інтегральною психологічною характеристикою особистості керівника, яка визначає його здатність приймати обґрунтовані управлінські рішення, адаптуватися до динамічних змін, підтримувати ефективність діяльності

організації та реалізовувати інноваційні підходи до управління. Саме тому дослідження взаємозв'язку толерантності до невизначеності зі стилем управлінської діяльності є актуальним напрямом сучасної психології управління.

Список використаної літератури

1. Карамушка Л. М. Психологія управління : навч. посіб. Київ : Міленіум, 2003. 344 с.
2. Максименко С. Д. Загальна психологія : підручник. 3-тє вид., перероб. і допов. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 272 с.
3. Bass R. The Bass Handbook of Leadership: Theory, Research, and Managerial Applications. 4th ed. New York : Free Press, 2008. 1536 p.
4. Judge T. A., Piccolo R. F. Transformational and Transactional Leadership: A Meta-Analytic Test of Their Relative Validity. *Journal of Applied Psychology*. 2004. Vol. 89, No. 5. P. 755–768.
5. McLain D. L. Evidence of the Properties of an Ambiguity Tolerance Measure: The Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale–II (MSTAT–II). *Psychological Reports*. 2009. Vol. 105, No. 3. P. 975–988.
6. Northouse P. G. Leadership: Theory and Practice. 9th ed. Thousand Oaks, CA : Sage Publications, 2022. 560 p.
7. Sternberg R. J. Wisdom, Intelligence, and Creativity Synthesized. Cambridge : Cambridge University Press, 2003. 246 p.
8. Furnham A., Marks J. Tolerance of Ambiguity: A Review of the Recent Literature. *Psychology*. 2013. Vol. 4, No. 9. P. 717–728.
9. Yukl G. Leadership in Organizations. 9th ed. Harlow : Pearson, 2020. 576 p.
10. Zaccaro S. J. The Nature of Executive Leadership: A Conceptual and Empirical Analysis of Success. Washington, DC : American Psychological Association, 2001. 278 p.

TOLERANCE TO UNCERTAINTY AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE FOR EFFECTIVE MANAGERIAL ACTIVITY OF A MANAGER

Svitlana Baida

*Uman National University,
2, Sadova St., Uman, Ukraine, 20300,
<https://orcid.org/0000-0002-7807-1234>
e-mail: cbajda2017@gmail.com*

Vladyslav Mazharenko

*Uman National University,
2, Sadova St., Uman, Ukraine, 20300,
<https://orcid.org/0009-0008-2791-073X>
e-mail: vladyslav.mazharenko@unu.edu.ua*

The article presents a theoretical analysis of the problem of tolerance for uncertainty as one of the key psychological prerequisites for effective managerial activity. It is substantiated that the modern professional environment is characterized by high dynamism, informational saturation, risks, and constant changes, which impose new requirements on the personality of a leader. It has been proven that the effectiveness of managerial decisions largely depends on the ability of a leader to act constructively in situations of incomplete certainty, to adapt quickly to changes, to predict possible consequences of their decisions, and to ensure the stable functioning of the organization.

The psychological content of managerial activity under conditions of uncertainty is revealed, and the main factors complicating the decision-making process are characterized, in particular the lack of

reliable information, time constraints, the multiplicity of possible scenarios, the high level of responsibility, and the need to coordinate the activities of different participants in the organizational process.

Special attention is paid to the analysis of individual psychological characteristics of a leader that determine their ability to interact effectively with uncertain situations. It is shown that tolerance for uncertainty acts as an integral psychological trait of a leader's personality, which ensures cognitive flexibility, openness to new conditions of activity, stress resistance, readiness to make non-standard decisions, and the ability to interact productively with the team in conditions of constant change.

It is emphasized that the development of this quality is possible through targeted formation of professional competencies, the use of training programs, the development of critical thinking and reflection skills, as well as the creation of a favorable organizational environment that supports innovation and readiness for risk. The conclusion is drawn that tolerance for uncertainty is an important condition for the professional development of a modern leader and for increasing the effectiveness of managerial activity, and its cultivation should become one of the priority directions of psychological support for management personnel.

Key words: tolerance for uncertainty, managerial decision-making, psychological resilience, leadership effectiveness, cognitive flexibility, stress resistance, organizational psychology.

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.923.2:159.944.4

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.3>

ЖИТТЄТВОРЧІ ЗДІБНОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ

Вікторія Бедан

*Міжнародний університет,
Фонтанська дорога, 33, м. Одеса, Україна 65009
<https://orcid.org/0000-0003-0497-5473>
e-mail: beviko@gmail.com*

Олексій Василенко

*Міжнародний університет,
Фонтанська дорога, 33, м. Одеса, Україна 65009
<https://orcid.org/0009-0006-7365-5720>
e-mail: olexiypostgraduate@ukr.net*

У статті розглядаються життєтворчі здібності як інтегральний психологічний ресурс посттравматичного зростання особистості в умовах тривалого воєнного стресу. Теоретично обґрунтовано, що посттравматичне зростання є результатом не самого факту переживання травми, а активного переосмислення досвіду, відновлення життєвих смислів і формування нових перспектив. Мета дослідження полягала в емпіричному вивченні взаємозв'язків життєздатних здібностей з посттравматичним зростанням та визначенні прогностичного внеску їхнього загального рівня та окремих компонентів. У дослідженні взяли участь 158 осіб віком від 19 до 38 років. Використані «Опитувальник посттравматичного зростання (PTGI)» R. Tedeschi та L. Calhoun в українській адаптації Д. Зубовського та «Опитувальник життєздатних здібностей» О. Большакової. Для статистичної обробки даних застосовано описову статистику, коефіцієнт рангової кореляції Спірмена та множинний лінійний регресійний аналіз. Встановлено статистично значущі додатні зв'язки між показниками життєтворчих здібностей і посттравматичного зростання. Найбільш виражені взаємозв'язки виявлено між цілеспрямованістю, прагненням до особистісного зростання, осмисленістю життя та такими проявами посттравматичного зростання, як особистісна сила й відкриття нових можливостей. Регресійний аналіз показав, що загальний рівень життєтворчих здібностей є статистично значущим предиктором посттравматичного зростання, а серед окремих компонентів незалежний прогностичний внесок зберігає лише прагнення до особистісного зростання. Отримані результати дають підстави розглядати життєтворчі здібності як інтегральний ресурс позитивної психологічної трансформації після переживання психотравматичних подій. Окреслено практичне значення результатів та перспективи подальших досліджень.

Ключові слова: психологічні ресурси, посттравматичне зростання, життєтворчі здібності, особистісне зростання, психологічна адаптація, особистісний потенціал, саморозвиток, осмисленість життя, життєстійкість, психологічне відновлення, воєнний стрес, травмуючі події.

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні спричинила чималі зміни у житті мільйонів людей, спричинивши втрату відчуття безпеки, порушення життєвих планів, зміну соціальних ролей та необхідність адаптації до тривалої невизначеності. Для багатьох людей воєнний досвід означає не лише переживання стресу чи втрат, він означає руйнування сформованої картини майбутнього, що потребує перегляду життєвих цілей,

© Вікторія Бедан, Олексій Василенко, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

цінностей і способів самореалізації. За таких умов особливої актуальності набуває дослідження психологічних ресурсів, які забезпечують не лише адаптацію до травматичних подій, а й активне відновлення життєвої перспективи.

У сучасній психології одним із провідних напрямів дослідження позитивних наслідків переживання психотравмувальних подій є концепція посттравматичного зростання. Посттравматичне зростання розглядається як процес позитивних психологічних змін, що виникають у результаті когнітивного й особистісного переосмислення травматичного досвіду. Воно проявляється у зміцненні особистісної сили, відкритті нових можливостей, поглибленні міжособистісних взаємин, зміні життєвих пріоритетів та зростанні екзистенційної усвідомленості. Разом із тим сучасні дослідження свідчать, що саме по собі переживання травми не гарантує виникнення посттравматичного зростання, оскільки його розвиток визначається наявністю відповідних психологічних ресурсів.

Одним із перспективних, проте недостатньо досліджених ресурсів посттравматичного зростання можуть бути життєтворчі здібності особистості. У вітчизняній психології життєтворчість розглядається як вища форма суб'єктної активності, що полягає у творчому проектуванні, побудові та реалізації власного життєвого проекту. У межах цієї концепції життєтворчі здібності охоплюють комплекс психологічних характеристик, серед яких осмисленість життя, життєстійкість, цілеспрямованість, пластичність, прагнення до особистісного зростання, креативність та рефлексивність, що забезпечують здатність людини активно конструювати власний життєвий шлях.

Незважаючи на значний розвиток досліджень посттравматичного зростання та життєтворчості, питання взаємозв'язку життєтворчих здібностей із посттравматичним зростанням в умовах тривалого воєнного стресу залишається недостатньо вивченим. У більшості досліджень життєтворчі здібності аналізуються як чинник конструктивного копінгу, особистісної реалізованості або готовності до життєвих змін, тоді як їхня роль у психологічній трансформації травматичного досвіду практично не досліджувалася. Це зумовлює актуальність емпіричного вивчення життєтворчих здібностей як психологічного ресурсу посттравматичного зростання особистості в умовах війни.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні зарубіжні дослідження розглядають посттравматичне зростання не лише як позитивний наслідок переживання психотравмувальних подій, а як складний процес психологічної адаптації, що ґрунтується на взаємодії когнітивних, емоційних, особистісних і соціальних ресурсів. Концепція посттравматичного зростання, запропонована R. Tedeschi та L. Calhoun, визначає його як позитивні психологічні зміни, що виникають у результаті активного переосмислення травматичного досвіду та реконструкції базових уявлень особистості про себе, інших людей і світ [19]. У межах цієї концепції посттравматичне зростання розглядається не як безпосередній наслідок травми, а як результат внутрішньої психологічної роботи, що сприяє формуванню нових життєвих смислів і особистісному розвитку.

Подальший розвиток ресурсного підходу пов'язаний із переходом від вивчення окремих чинників до аналізу їх комплексної взаємодії. Метааналіз M. Jernslett та співавторів засвідчив, що взаємозв'язок між посттравматичним стресом і посттравматичним зростанням має складний, нелінійний характер і визначається взаємодією когнітивних, емоційних та соціальних процесів [16]. Сучасні емпіричні дослідження конкретизують роль окремих психологічних ресурсів: L. Li та Y. Su показали значення самоефективності й здоров'язберігаючої поведінки у формуванні посттравматичного зростання [17], а X. Yan та співавтори встановили позитивний вплив практик усвідомленості на резильєнтність, посттравматичне зростання та зниження проявів посттравматичного стресу [20], показано, що самоефективність, орієнтація на здоров'язберігаючу поведінку та активна позиція особистості

опосередковують розвиток посттравматичного зростання після переживання тяжких життєвих подій [24].

Сучасні зарубіжні емпіричні дослідження конкретизують механізми реалізації цих ресурсів у різних категорій осіб, які пережили психотравмувальні події [18]. Зокрема, встановлено позитивний вплив усвідомленості та програм розвитку *mindfulness* на підвищення рівня посттравматичного зростання, психологічної резильєнтності та зниження проявів посттравматичного стресу [28].

Таким чином, сучасні зарубіжні дослідження демонструють, що посттравматичне зростання формується внаслідок взаємодії когнітивних, емоційно-регуляторних і поведінкових ресурсів особистості, які забезпечують конструктивне переосмислення травматичного досвіду та позитивну психологічну трансформацію.

У сучасній вітчизняній психології посттравматичне зростання розглядається через призму ресурсного підходу, згідно якого позитивні особистісні зміни після переживання травматичних подій забезпечуються взаємодією індивідуально-психологічних, соціальних та смислових ресурсів. Особливістю українських досліджень останніх років є орієнтація на вивчення психологічних наслідків російсько-української війни, зокрема, бойового досвіду, вимушеного переселення, втрати близьких та тривалого воєнного стресу. Особлива увага приділяється вивченню психологічних ресурсів, які забезпечують позитивну адаптацію особистості до наслідків психотравмуючих подій. Зокрема, індивідуально-психологічні чинники позитивної трансформації особистості розкрито у роботах В. Осьодла, Д. Зубовського [12], психологічні чинники посттравматичного зростання ветеранів – у дослідженні Т. Кудріної, О. Козловської [10], ресурсні та метакогнітивні предектори посттравматичного зростання – у праці Ю. Котовської, О. Матласевич [9], ресурси позитивної адаптації українців за умов війни – у роботі М. Погорильської [13]. Також спостерігається тенденція до інтеграції окремих психологічних ресурсів у комплексні моделі особистісного функціонування. Так, А. Ковалевський та Є. Прокопович розглядають посттравматичне зростання як результат взаємодії системи особистісних ресурсів ветеранів [5], А. Коваленко, О. Єрмоленко підкреслюють значення адаптивних копінг-стратегій у цивільного населення [6], а А. Белов, М. Маркова і А. Марков обґрунтовують необхідність комплексного аналізу інтра-та інтерпсихічних ресурсів особистості як взаємопов'язаних чинників посттравматичного зростання [1].

Отже, українські дослідження демонструють поступовий перехід від аналізу окремих психологічних характеристик до інтегрально розуміння ресурсів позитивної адаптації. Водночас питання про особистісні конструкти, які поєднують смислові, мотиваційні, когнітивні та поведінкові механізми подолання життєвих криз залишається відкритим. Одним з таких інтегральних конструктів може виступати життєтворчість. Концепція життєтворчості є одним із самобутніх напрямів української психології, у межах якого особистість розглядається як активний суб'єкт власного життя, здатний свідомо визначати життєві цілі, конструювати індивідуальну життєву траєкторію та творчо переосмислювати життєвий досвід. На відміну від підходів, що акцентують увагу переважно на адаптації до зовнішніх обставин, концепція життєтворчості виходить з положення про активну роль людини у створенні, зміні та реалізації власного життєвого проекту.

Теоретичні засади нього напряму були закладені у працях Л. Сохань, яка визначила життєтворчість як особливий спосіб самореалізації особистості, що ґрунтується на її здатності свідомо організовувати власне життя, приймати відповідальні рішення та виступати автором власної життєвої історії [11]. Подальший розвиток концепція отримала у працях Т. Титатренко, яка розглядає життєтворення як процес безперервного переосмислення життєвого досвіду, особливо в умовах кризових та травматичних подій. На думку дослідниці,

саме здатність людини реконструювати власні життєві смисли, інтегрувати травматичний досвід і будувати власні життєві смисли, інтегрувати травматичний досвід і будувати нові життєві перспективи забезпечує її особистісне відновлення та подальший розвиток [14].

Важливим етапом розвитку концепції стала її операціоналізація, що здійснена А. Большаковою [4]. Авторка запропонувала структуру життєтворчих здібностей як інтегрального конструкта, що охоплює осмисленість життя, життєстійкість, цілеспрямованість, пластичність, прагнення до особистісного зростання, креативність, рефлексивність [3]. Такий підхід дозволив перейти від теоретичного опису життєтворчості до її емпіричного дослідження та оцінювання як системи взаємопов'язаних психологічних ресурсів [2]. Сучасний розвиток концепції представлений у роботах І. Данилюка та Д. Копилова, які розглядають життєтворчість як інтегральну характеристику особистості, що забезпечує здатність до самодетермінації, конструктивного подолання життєвих труднощів і реалізації власного життєвого потенціалу в умовах соціальної невизначеності [5]. Таким чином, життєтворчі здібності можуть бути розглянуті як комплекс взаємопов'язаних смислових, мотиваційних, когнітивних та поведінкових ресурсів, що забезпечують не лише адаптацію до складних життєвих обставин, а й активне конструювання нових життєвих перспектив.

Отже, аналіз сучасних наукових підходів показав, що, незважаючи на значний розвиток концепції життєтворчості в українській психології та активне вивчення психологічних ресурсів посттравматичного зростання, питання взаємозв'язку життєтворчих здібностей із посттравматичним зростанням не стало предметом спеціального емпіричного дослідження. Саме ця прогалина зумовила вибір мети та логіку представленого дослідження.

Постановка завдання. Мета дослідження – емпірично вивчити взаємозв'язки життєтворчих здібностей із посттравматичним зростанням особистості та визначити прогностичний внесок їх загального рівня й окремих компонентів.

Методи дослідження. Емпіричне дослідження проводилось у 2025-2026 роках на базі Міжнародного університету, в якому взяли участь 158 осіб віком від 19 до 38 років. Формування вибірки здійснювалося за принципом добровільної участі. Збір даних проводився дистанційно із використанням сервісу Google Forms. Перед початком опитування учасників було поінформовано про цілі дослідження, добровільність участі, анонімність та конфіденційність отриманих даних; усі респонденти дали поінформовану згоду.

Для діагностики посттравматичного зростання застосовано Опитувальник посттравматичного зростання (*Posttraumatic Growth Inventory*, PTGI) R. Tedeschi та L. Calhoun в українській адаптації Д. Зубовського [6]. Методика дозволяє оцінити загальний рівень посттравматичного зростання та його основні компоненти: взаємовідносини з іншими, нові можливості, особистісну силу, духовні зміни та визнання цінності життя.

Життєтворчі здібності вивчались за допомогою опитувальника життєтворчих здібностей А. Большакової [3]. Методика спрямована на комплексну оцінку психологічних можливостей особистості, які забезпечують творче проектування та здійснення власного життєвого шляху. Вона охоплює показники осмисленості життя, життєстійкості, цілеспрямованості, пластичності, прагнення до особистісного зростання, креативності та рефлексивних здібностей, а також інтегральний показник життєздатних здібностей.

Для статистичної обробки даних використовували програму GNU PSPP 2.1.1. Для характеристики розподілу досліджуваних показників обчислювали середні значення, стандартні відхилення, мінімальні та максимальні значення. Взаємозв'язки між компонентами посттравматичного зростання та життєтворчими здібностями визначали за допомогою коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. Для встановлення незалежного прогностичного внеску окремих компонентів життєтворчих здібностей у посттравматичне зростання

застосовано множинний лінійний регресійний аналіз. Статистично значущими вважали результати при $p \leq 0,05$.

За результатами описової статистики встановлено, що середній рівень загального посттравматичного зростання у вибірці становив $16,74 \pm 3,72$ бали. Найбільш вираженими компонентами посттравматичного зростання були взаємини з іншими ($26,91 \pm 6,87$) та нові можливості ($20,60 \pm 5,00$), тоді як найнижчі середні значення зафіксовані за шкалою духовних змін ($7,04 \pm 2,18$). Серед показників життєтворчих здібностей найвищими були середні значення осмисленості життя ($32,64 \pm 7,98$), цілеспрямованості ($29,15 \pm 5,76$) та прагнення до особистісного зростання ($26,41 \pm 3,54$). Загальний показник життєтворчих здібностей становив $26,54 \pm 3,80$ балів. Отримані результати демонструють наявність індивідуальних відмінностей як у переживанні позитивних особистісних змін після травматичного досвіду, так і сформованості психологічних можливостей, пов'язаних з творчим проєктуванням, переосмисленням та реалізацією власного життєвого шляху.

З метою перевірки припущення про взаємозв'язок життєтворчих здібностей з посттравматичним зростанням було проведено кореляційний аналіз, результати якого надано в табл. 1.

Таблиця 1

Значимі коефіцієнти кореляції між показниками посттравматичного зростання та життєтворчості

Показники життєтворчості	Показники посттравматичного зростання					
	ВІ	НМ	ОС	ДЗ	ЦЖ	ЗПЗ
ОЖ	308**	449**	493**		382**	458**
ЖС	192*	350**	409**		174*	293**
Цс	374**	495**	600**	191*	447**	524**
Пл	241**	358**	416**		312**	352**
ПОЗ	380**	561**	573**	170*	449**	517**
КР	354**	424**	532**		318**	454**
РЗ	353**	435**	436**		354**	415**
ЗЖЗ	445**	555**	651**	198*	423**	577**

Примітки. 1) У таблиці нулі й коми опущені; 2) Позначка «**» – кореляція значима на рівні 0.01 ($p \leq 0,01$), позначка «*» – кореляція, значима на рівні 0.05 ($p \leq 0,05$); 3) Умовні скорочення показників посттравматичного зростання: ВІ – взаємовідносини з іншими, НМ – нові можливості, ОС – особистісна сила, ДЗ – духовні зміни, ВЖ – визнання життя; 4) Умовні скорочення показників життєтворчих здібностей: ОЖ – осмисленість життя, ЖС – життєстійкість, Цс – цілеспрямованість, Пл – пластичність, ПОЗ – прагнення до особистісного зростання, КР – креативність, РЗ – рефлексивні здібності, ЗЖЗ – загальний рівень життєтворчих здібностей

Результати аналізу показали наявність переважно позитивних статистично значущих кореляційних зв'язків на 1% рівні значущості між показниками життєтворчих здібностей та компонентами посттравматичного зростання. Найбільш тісні взаємозв'язки встановлені між «Загальним рівнем життєтворчих здібностей» і показниками «Особистісна сила» ($r_s = 0,651$; $p \leq 0,01$), «Нові можливості» ($r_s = 0,555$; $p \leq 0,01$) і «Загальним показником посттравматичного зростання» ($r_s = 0,577$; $p \leq 0,01$). Отримані результати свідчать, що високий рівень розвитку життєтворчих здібностей пов'язаний із більш вираженим відчуттям внутрішньої сили, готовністю відкривати нові життєві можливості та конструктивно переосмислювати пережитий травматичний досвід.

Серед окремих компонентів життєтворчих здібностей найтісніші взаємозв'язки з показниками посттравматичного зростання продемонстрували «Цілеспрямованість», «Прагнення до особистісного зростання» та «Осмисленість життя». Найвищі коефіцієнти кореляції зафіксовано між «Цілеспрямованістю» й показником «Особистісна сила» ($r_s=0,600$; $p\leq 0,01$), «Прагненням до особистісного зростання» та «Особистісною силою» ($r_s=0,573$; $p\leq 0,01$), а також «Осмисленістю життя» й «Особистісною силою» ($r_s=0,493$; $p\leq 0,01$). Отримані результати дають підстави припустити, що наявність життєвих цілей, орієнтація на саморозвиток і усвідомлення смислу власного життя є важливими психологічними чинниками позитивної трансформації особистості після пережитого травматичного досвіду.

Показник «Пластичності» також продемонстрував статистично значущі позитивні взаємозв'язки з більшістю компонентів посттравматичного зростання, насамперед із «Особистісною силою» ($r_s=0,416$; $p\leq 0,01$), «Новими можливостями» ($r_s=0,358$; $p\leq 0,01$) та «Загальним показником посттравматичного зростання» ($r_s=0,352$; $p\leq 0,01$), що можна розглядати як здатність гнучко адаптуватися до нових життєвих обставин також сприяє позитивній психологічній перебудові після пережитої травми, хоча її зв'язок із посттравматичним зростанням є менш вираженим порівняно з «Цілеспрямованістю» та «Прагненням до особистісного зростання».

Водночас найменш виражені взаємозв'язки виявлено для показника «Духовні зміни». Статистично значущі кореляції на 5% рівні встановлено лише з показниками: «Цілеспрямованість» ($r_s=0,191$; $p\leq 0,05$), «Прагнення до особистісного зростання» ($r_s=0,170$; $p\leq 0,05$) та «Загальним рівнем життєтворчих здібностей» ($r_s=0,198$; $p\leq 0,05$). Можна припустити, що духовна трансформація є відносно автономним компонентом посттравматичного зростання і меншою мірою пов'язана з життєтворчими здібностями.

Отримані дані дозволяють розглядати життєтворчі здібності як важливий психологічний ресурс позитивної особистісної трансформації після переживання психотравматичних подій. Водночас кореляційний аналіз не дозволяє визначити незалежний внесок окремих компонентів життєтворчих здібностей у прогнозування посттравматичного зростання. З цією метою було проведено множинний регресійний аналіз (див. табл. 3)

Слід зазначити, що попередній регресійний аналіз показав, що загальний рівень життєтворчих здібностей є статистично значущим позитивним предиктором посттравматичного зростання ($\beta=0,571$; $p<0,001$). Побудована модель була статистично значущою ($F(1,156)=75,43$; $p<0,001$) та пояснювала 32,6% дисперсії посттравматичного зростання ($R^2=0,326$), що підтверджує можливість розглядати життєтворчі здібності як інтегральний психологічний ресурс позитивної особистісної трансформації після переживання психотравматичних подій. Для визначення незалежного внеску окремих компонентів життєтворчих здібностей було побудовано множинну регресійну модель, результати якої наведено в табл. 2

Отримана регресійна модель виявилася статистично значущою ($F(7,150)=12,61$; $p<0,001$) і пояснювала 37,0% варіативності посттравматичного зростання ($R^2=0,370$). Аналіз стандартизованих коефіцієнтів регресії показав, що після одночасного врахування всіх компонентів життєтворчих здібностей статистично значущий незалежний внесок у прогнозування посттравматичного зростання зберіг лише показник прагнення до особистісного зростання ($\beta=0,254$; $p=0,003$). Інші компоненти життєтворчих здібностей не досягли рівня статистичної значущості ($p>0,05$).

Аналіз результатів свідчить, що саме орієнтація особистості на саморозвиток, готовність до внутрішніх змін і прагнення реалізувати власний потенціал становлять найбільш вагомий психологічний чинник посттравматичного зростання. Можна припустити,

що саме прагнення до особистісного зростання інтегрує потенціал інших компонентів життєтворчих здібностей і виступає психологічним механізмом, через який реалізується їх позитивний вплив на посттравматичне зростання. Отже, регресійний аналіз конкретизує результати кореляційного аналізу та показує, що незважаючи на позитивний зв'язок усіх показників життєтворчих здібностей з посттравматичним зростанням, їх самостійний прогностичний ефект забезпечується насамперед прагненням до особистісного зростання.

Таблиця 2

**Результати множинного лінійного регресійного аналізу
компонентів життєтворчих здібностей**

Предиктор	β	p
Осмишеність життя	0,209	0,092
Життєстійкість	-0,085	0,354
Цілеспрямованість	0,217	0,075
Пластичність	-0,028	0,772
Прагнення до особистісного зростання	0,254	0,003
Креативність	0,027	0,824
Рефлексивні здібності	0,138	0,065

Наші результати підтвердили припущення про те, що життєтворчі здібності є важливим психологічним ресурсом посттравматичного зростання особистості та узгоджується із сучасними зарубіжними дослідженнями, які розглядають посттравматичне зростання як результат взаємодії когнітивних, емоційних та поведінкових ресурсів особистості [16; 18-20]. Результати проведеного дослідження розширюють сучасні уявлення про ресурсну природу посттравматичного зростання, демонструючи, що його психологічним підґрунтя можуть виступати не лише окремі особистісні характеристики, а й інтегральний конструкт життєтворчих здібностей, який поєднує смислові, мотиваційні, регуляторні та творчі компоненти особистісного функціонування.

Особливий інтерес становлять результати регресійного аналізу, згідно з якими серед компонентів життєтворчих здібностей незалежним предиктором посттравматичного зростання виявилось лише прагнення особистісного зростання. Цей результат узгоджується з концепцією життєтворення Т. М. Титаренко, згідно з якою подолання життєвих криз пов'язане не лише з відновленням психологічної рівноваги, але й з готовністю особистості до самозмін, переосмислення життєвого досвіду та побудови нової життєвої перспективи [14]. Аналогічний підхід простежується у концепції життєтворчих здібностей А. Большакової, де прагнення особистісного зростання сприймається як один з центральних механізмів творчого проектування та її реалізації власного життєвого шляху [4]. Отже, отримані результати дозволяють припустити, що саме внутрішня спрямованість особистості на саморозвиток та реалізацію власного потенціалу є психологічним ресурсом, який найбільшою мірою забезпечує позитивну трансформацію після пережитого травматичного досвіду.

Висновки. У результаті проведеного дослідження встановлено, що життєтворчі здібності є важливим психологічним ресурсом посттравматичного зростання особистості. Теоретичний аналіз сучасних зарубіжних та українських досліджень показав, що попри активне вивчення психологічних факторів посттравматичного зростання роль життєтворчих здібностей як інтегрального ресурсу позитивної особистісної трансформації залишається недостатньо дослідженою.

Результати емпіричного дослідження підтвердили наявність статистично значущих додатних зв'язків між показниками посттравматичного зростання та життєтворчих

здібностей. Найбільш тісні зв'язки з показниками посттравматичного зростання продемонстрували цілеспрямованість, прагнення до особистісного зростання та осмисленість життя. Регресійний аналіз показав, що загальний рівень життєтворчих здібностей є статистично значущим предиктором посттравматичного зростання, а серед їх компонентів незалежний прогностичний внесок зберігає прагнення до особистісного зростання.

Отримані результати дозволяють розглядати життєтворчі здібності як інтегральний психологічний ресурс, що сприяє позитивній психологічній трансформації після переживання психотравмуючих подій. Практичне значення дослідження полягає у можливості використання його результатів при розробці програм психологічного супроводу, спрямованих на розвиток особистісних ресурсів та підтримку посттравматичного зростання.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні механізмів взаємозв'язку між життєтворчими здібностями та посттравматичним зростанням, перевірці запропонованої моделі на різних вибірках, а також у розробці та емпіричній апробації психокорекційних програм, спрямованих на розвиток життєтворчих здібностей в умовах кризових переживань.

Список використаної літератури

1. Белов О., Маркова М., Марков, А. Посттравматичне зростання: дослідження взаємодії інтра- та інтерпсихічних ресурсів особистості. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*, 12 1 (27). 2025. С. 22-36. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-27-02>
2. Большакова А. М. Життєтворчі здібності як особистісний потенціал подолання складних життєвих ситуацій. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2013. Вип. 45(2). С. 5-14. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2013_45\(2\)_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2013_45(2)_3).
3. Большакова А.М. Описувальник життєтворчих здібностей. *Вісник НТУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка: збірник наукових праць*. К.: ІВЦ «Політехніка», 2010. № 2 (29). С. 70–75
4. Большакова А.М. Особистісна реалізованість людини в онтогенезі. Дис. ... д. психол. н. 19.00.07. Запоріжжя. 2011. 420 с.
5. Данилюк І., Копилов Д. Поняття життєтворчості у сучасній психології. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*, 1(21), 2025. С. 21-26. [https://doi.org/10.17721/BPSY.2025.1\(21\).3](https://doi.org/10.17721/BPSY.2025.1(21).3)
6. Зубовський Д. С. Перевірка факторної структури україномовної методики Описувальник посттравматичного зростання. *Український психологічний журнал*, 2. 2018. С. 36-47.
7. Ковалевський О., Прокопович Є. Ресурси посттравматичного зростання ветеранів. *Соціалізація та розвиток людини Т.7. №2*. С. 27-39. DOI: 10.37096/SHDISJ-25-1.2-0002
8. Коваленко А. Б., Єрмоленко А. В. Зв'язок посттравматичного зростання з копінг-стратегіями у цивільного населення в умовах війни. *Ukrainian psychological journal*. 2025. № 2 (24). С. 73-98. DOI: [https://doi.org/10.17721/upj.2025.2\(24\).4](https://doi.org/10.17721/upj.2025.2(24).4)
9. Котовська Ю., Матласевич О. Ресурсні та метакогнітивні предиктори посттравматичного зростання особистості студентів в умовах війни. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»: серія «Психологія»* № 19. 2025. С. 71-80. <http://doi.org/10.25264/2415-7384-2025-19-71-80>
10. Кудріна Т. С., Козловська О. Є. Психологічні чинники посттравматичного зростання у ветеранів. *Український психологічний журнал*. 2024. № 2 (22). DOI: [https://doi.org/10.17721/upj.2024.2\(22\).3](https://doi.org/10.17721/upj.2024.2(22).3).
11. Наконечна М. Концепція життєтворчості Л.В. Сохань як форпост української науки. *Славістична збірка*, 2016. № 9. С. 22-28,

12. Осюдло В. І., Зубовський Д. С. Індивідуально-психологічні чинники посттравматичного зростання учасників бойових дій на сході України. *Український психологічний журнал* № 1 (13) 2020. С. DOI: [https://doi.org/10.17721/upj.2020.1\(13\).10](https://doi.org/10.17721/upj.2020.1(13).10)
13. Погорільська Н.І., Найдьонова Г.О., Карпюк А.В. Ресурси посттравматичного зростання українців в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 35 (74) № 4 2024. С. 57-62. DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/09>
14. Титаренко Т.М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.
15. Calhoun, L.G., & Tedeschi, R.G. (Eds.). (2006). *Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice* (1st ed.). 113. <https://doi.org/10.4324/9781315805597>
16. Jernslett M, Kilmer R.P, Avraam D, Anastassiou-Hadjicharalambous X. (2025). Growing through adversity: A meta-analytic and conceptual elucidation of the relationship between posttraumatic stress and posttraumatic growth among youth. *Clinical Psychology Review*. Volume 120. Pp. 1-15. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2025.102617>
17. Li L., Y. Su. (2024). Mediation effects of self-care self-efficacy and health-promoting behaviors on fear of cancer recurrence and posttraumatic growth in postoperative patients with cervical cancer: a cross-sectional study. *Asian Nursing Research*, 18. P. 468-478. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.anr.2024.10.003>
18. Owens, G. P., Hamrick, L. A., Keller, E. M., Perkins, M., Collins, S., Thomas, E. A., Haag, I., Swan, S., & Pickering, N. (2022). Predictors of posttraumatic stress symptom severity and meaning made in treatment-seeking veterans. *Journal of Clinical Psychology*, 78, 2564–2578. <https://doi.org/10.1002/jclp.23369>
19. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1-18. DOI: http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
20. Yan X., Wang X., Chen Y. et al. (2024). Feasibility and effects of mindfulness-based stress reduction (MBSR) for improving resilience, posttraumatic stress disorder symptoms and posttraumatic growth among military medical college students. *Acta Psychologica* 251. 1-10. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104556>

LIFE-CREATING ABILITIES AS AN PSYCHOLOGICAL RESOURCE FOR PERSONAL POSTTRAUMATIC GROWTH

Viktoriia Bedan

*International University,
33, Fontanska Road St., Odesa, Ukraine, 65009
<https://orcid.org/0000-0003-0497-5473>
e-mail: beviko@gmail.com*

Oleksii Vasylenko

*International University,
33, Fontanska Road St., Odesa, Ukraine, 65009
<https://orcid.org/0009-0006-7365-5720>
e-mail: olexiypostgraduate@ukr.net*

The article examines life-creating abilities as an integral psychological resource for individual posttraumatic growth under conditions of prolonged war-related stress. It is theoretically substantiated that posttraumatic growth results not from the mere experience of trauma, but from the active reinterpretation of experience, the restoration of life meanings, and the formation of new perspectives. The study aimed

to empirically examine the relationships between life-creating abilities and posttraumatic growth and to determine the predictive contribution of their overall level and individual components. The study involved 158 participants aged 19 to 38 years. The Posttraumatic Growth Inventory (PTGI) developed by R. Tedeschi and L. Calhoun and adapted into Ukrainian by D. Zubovskyi, as well as A. Bolshakova's Life-Creating Abilities Questionnaire, were administered. Descriptive statistics, Spearman's rank correlation coefficient, and multiple linear regression analysis were used for data analysis. Statistically significant positive relationships were found between indicators of life-creating abilities and posttraumatic growth. The strongest relationships were identified between goal orientation, striving for personal growth, meaningfulness of life, and such manifestations of posttraumatic growth as personal strength and the discovery of new possibilities. Regression analysis showed that the overall level of life-creating abilities was a statistically significant predictor of posttraumatic growth, while among its individual components, only striving for personal growth retained an independent predictive contribution. The findings provide grounds for considering life-creating abilities as an integral resource for positive psychological transformation following potentially traumatic events. The practical implications of the findings and prospects for further research are outlined.

Keywords: psychological resources, posttraumatic growth, life-creating abilities, personal growth, psychological adaptation, personal potential, self-development, meaningfulness of life, hardiness, psychological recovery, war-related stress, potentially traumatic events.

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

UDC 159.9.019.4:159.923.2:159.922.6

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.4>

ONTOGENETIC CHARACTERISTICS OF SELF-REGULATION DEVELOPMENT IN ADOLESCENCE

Hanna Varina

*Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University,
59, Naukove Mistechko St., Zaporizhzhia, Ukraine, 69000
<https://orcid.org/0000-0002-0087-4264>
e-mail: anyavarina22@gmail.com*

Svitlana Shevchenko

*Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University,
59, Naukove Mistechko St., Zaporizhzhia, Ukraine, 69000
<https://orcid.org/0000-0001-8281-243X>
e-mail: svetlanashev1986@gmail.com*

The article presents a theoretical and empirical study of the ontogenetic development of the emotional and behavioural-reflective components of self-regulation in adolescence. Self-regulation is viewed as a multidimensional system that supports awareness of emotional states, control of impulsive reactions, maintenance of goal-directed behaviour, self-monitoring, self-evaluation, and adjustment of one's actions. The study aimed to identify age-related differences in the structure of self-regulation among adolescents aged 12–14 and 15–16 years. The sample comprised 144 students from general secondary education institutions in Zaporizhzhia, with 72 participants in each age group. Emotional regulation was assessed using the Ukrainian version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS), whereas the behavioural-reflective component was examined using the Ukrainian version of the Self-Control and Self-Management Scale (SCMS). Statistical analysis included Welch's t-test, Hedges' g, Holm correction, and Spearman's correlation coefficient. Adolescents aged 15–16 demonstrated lower levels of emotion regulation difficulties and higher levels of self-control and self-management than participants aged 12–14. The most robust age-related difference within the DERS structure concerned impulse control. On the SCMS, older adolescents showed higher levels of self-monitoring, self-evaluation, and self-reinforcement. An inverse association was found between emotion regulation difficulties and self-control and self-management. The findings indicate a heterochronous pattern of self-regulation development, in which behavioural control and conscious management of activity may show more pronounced age-related changes than awareness, acceptance, and differentiation of emotional experience.

Keywords: self-regulation, adolescence, emotion regulation, behavioural control, self-monitoring, self-evaluation, self-reinforcement, ontogenetic development.

Relevance of the Study. Adolescence is characterised by substantial changes in the cognitive, emotional, motivational, and behavioural domains. Increasing autonomy, more complex learning demands, the growing importance of peer interaction, and the formation of life plans place greater demands on adolescents' ability to recognise their experiences, control impulsive reactions, remain goal-directed, and adjust their behaviour to situational requirements. The 2021-2022 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study, which included 279,117 students aged 11, 13, and 15 years from 44 countries and regions, documented



an age-related decline in family and teacher support and an increase in school-related pressure, particularly among girls [1, pp. 4, 20, 23, 37].

In Ukraine, the normative developmental tasks of adolescence are being negotiated under conditions of prolonged war-related stress. The threat of attacks, forced displacement, bereavement, family separation, and disruption of education increase both emotional and regulatory demands. Research involving Ukrainian adolescents exposed to the war has confirmed the prevalence of emotional and behavioural difficulties and the need for age-sensitive psychological support [2, pp. 480-488]. Under these conditions, self-regulation should be understood not merely as behavioural restraint, but as a system of emotional, behavioural, and reflective processes whose development may proceed unevenly.

Analysis of Recent Research and Publications. Self-regulation is a broader construct than self-control or executive functioning because it involves coordinating emotions, cognitive activity, motivation, and behaviour with current demands and longer-term goals [3, pp. 361-366]. An ontogenetic approach requires attention not only to age-related improvements in regulatory abilities, but also to changes in goals, motivation, and the social conditions in which these abilities are used. A meta-review of 136 reviews and meta-analyses showed that self-regulation develops through the interaction of individual capacities with influences from parents, teachers, and peers and does not follow a single linear trajectory [4, pp. 2-7]. Emotion regulation during adolescence is associated with a broader repertoire of strategies, increased sensitivity to context, and a gradual shift towards more deliberate selection of responses. However, having a larger number of strategies does not guarantee effective regulation; effectiveness continues to depend on whether a strategy is appropriate to the type and intensity of the emotion, whether the situation can be changed, and the longer-term consequences of behaviour [5, pp. 1229-1235]. The social environment also performs a co-regulatory function: adverse peer experiences are associated with heightened emotional reactivity and greater difficulty regulating emotional experiences [6, pp. 141-163].

Contemporary approaches to emotion regulation emphasise the contextual appropriateness of strategies rather than a universal distinction between adaptive and maladaptive strategies. Regulatory flexibility involves recognising situational demands, selecting a response, evaluating its effectiveness, and changing the strategy when necessary. For adolescents, this process is complicated by the intensity of emotional experiences, sensitivity to social evaluation, and dependence on available support. Consequently, outwardly controlled behaviour may coexist with non-acceptance of emotions, limited emotional clarity, or a restricted repertoire of regulation strategies.

Self-regulation develops within a system of co-regulation. Predictable rules, adults' emotional availability, and support for autonomy are gradually internalised as resources for organising behaviour. By contrast, prolonged uncertainty, inconsistent demands, and negative interpersonal experiences may increase the regulatory burden. This principle is particularly relevant in wartime, when the age-related expansion of autonomy occurs alongside the need to respond to threats, changes in educational arrangements, and disruption of established social relationships.

The multidimensional model proposed by K. Gratz and L. Roemer defines emotion regulation in terms of emotional awareness, understanding and acceptance, impulse control, the ability to remain goal-directed under negative affect, and access to effective regulation strategies [7, pp. 41-54]. This model informed the development of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS), whose Ukrainian-language version has been adapted and psychometrically evaluated with adolescents [8, pp. 38-45]. The behavioural-reflective dimension of self-regulation is represented in P. Mezo's model, in which self-management

comprises a cycle of self-monitoring, self-evaluation, and self-reinforcement [9, pp. 83-93]. The Ukrainian-language adaptation of the Self-Control and Self-Management Scale (SCMS) supported the use of its total score for research purposes, although individual subscales should be interpreted cautiously in adolescent samples [10, pp. 845-865].

Thus, the relationship between emotion-regulatory and behavioural-reflective processes at different stages of adolescence remains insufficiently understood, particularly in the context of the war in Ukraine. Comparing age groups on both total scores and specific components makes it possible to identify not only the general direction of age-related differences but also the heterochronic development of self-regulation.

Aim of the Study. The aim of the study was to provide a theoretical rationale and empirically identify the ontogenetic characteristics of the emotional and behavioural-reflective components of self-regulation in early and later adolescence.

Presentation of the Main Material. Self-regulation was conceptualised as a multicomponent system that enables individuals to recognise their current state, control immediate reactions, monitor ongoing activity, align behaviour with goals, and adjust subsequent actions. The emotional component included emotional awareness, acceptance, and differentiation, access to regulation strategies, and the maintenance of behavioural control under negative emotional arousal. The behavioural-reflective component was operationalised through self-monitoring, evaluating whether one's actions corresponded to the intended goal, and using internal reinforcement to maintain or modify behaviour.

The study was conducted from March to June 2026 using a cross-sectional comparative design. The sample comprised 144 students aged 12-16 years from general secondary schools in Zaporizhzhia. To test the main hypothesis, two non-overlapping groups were formed: 72 adolescents aged 12-14 years and 72 adolescents aged 15-16 years. This grouping was an operational decision and was not treated as a universal periodisation of adolescent development. The inclusion of exact age in months in the correlational analysis provided an additional assessment of the general age-related direction of the indicators. The cross-sectional design permits the identification of between-group differences but does not demonstrate intra-individual developmental change.

Participants attended school in face-to-face or blended formats that used protected underground learning spaces. This circumstance was treated as part of the sampling context; its independent effect was not evaluated because no relevant comparison group was available. Data were collected through an anonymous online survey. Participation was voluntary and required informed consent from one parent or legal guardian as well as the adolescent's assent. Findings were used only in aggregated form.

The inclusion criteria were an age of 12-16 years, enrolment in a general secondary school, sufficient proficiency in Ukrainian to understand the questionnaire items, and completion of the psychodiagnostic battery. Technically incomplete questionnaires, confirmed duplicate submissions, and records from respondents outside the specified age range were excluded. A uniform response pattern was treated as a possible indication of careless responding only when accompanied by an implausibly short completion time or other indicators of poor data quality.

The groups did not differ significantly in gender composition, $\chi^2(1) = 1.36$, $p = .243$, or in the proportion of internally displaced participants, $\chi^2(1) = 0.79$, $p = .374$. These findings do not establish complete group equivalence, but they do not indicate a substantial imbalance in the distribution of these characteristics.

The emotional component and behavioural control were assessed using the full Ukrainian-language version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) developed by K. Gratz and L. Roemer and adapted by L. Sak and Z. Fedotova [7, pp. 41-54; 8, pp. 38-45].

The instrument is consistent with a multidimensional understanding of emotion regulation and provides a total score and six subscale scores; higher values indicate greater regulation difficulties. The behavioural-reflective component was assessed using the Ukrainian-language version of P. Mezo’s Self-Control and Self-Management Scale (SCMS), adapted by O. Savchenko and D. Lavrynenko [9, pp. 83-93; 10, pp. 845-865]. Its total score reflects the development of a self-regulatory cycle involving self-monitoring, behavioural self-evaluation, and self-reinforcement. Because representative Ukrainian norms for adolescents are unavailable, scores from both instruments were analysed as continuous variables without classification into normative levels; subscale scores were used to clarify the structure of age-related differences.

Table 1

Sociodemographic Characteristics of the Participants

Indicator	12-14 years, n = 72	15-16 years, n = 72	Total, N = 144	Comparison
Girls, n (%)	41 (56.9)	34 (47.2)	75 (52.1)	$\chi^2(1) = 1.36$; $p = .243$
Boys, n (%)	31 (43.1)	38 (52.8)	69 (47.9)	-
Internally displaced participants, n (%)	21 (29.2)	26 (36.1)	47 (32.6)	$\chi^2(1) = 0.79$; $p = .374$
Had not changed residence because of the war, n (%)	51 (70.8)	46 (63.9)	97 (67.4)	-

Note: n = number of participants; % = percentage within the respective age group.

Statistical analysis included the calculation of M (SD) for continuous variables and n (%) for categorical variables. Internal consistency was assessed using McDonald’s omega. Group differences were examined using Welch’s independent-samples t-test, with reporting of mean differences, 95% confidence intervals, and Hedges’ g. Holm’s correction was applied to multiple subscale comparisons. Associations between age and self-regulation indicators, as well as the relationship between DERS and SCMS scores, were assessed using Spearman’s rank correlation coefficient; categorical characteristics were compared using Pearson’s χ^2 test. All tests were two-tailed, with statistical significance set at $p < .05$.

The DERS total score was lower in the 15-16-year-old group than in the 12-14-year-old group: the mean difference was -8.20 points, 95% CI [-14.69, -1.71], $t(141.77) = -2.50$, $p = .014$, $g = -0.41$. After Holm’s correction, only the difference in impulse control difficulties remained statistically significant, adjusted $p = .021$, $g = -0.49$. Differences in goal-directed behaviour and access to regulation strategies were observed as trends, whereas no convincing differences were found in emotional non-acceptance, awareness, or clarity. Thus, the clearest age-related pattern concerned behavioural control under emotional arousal rather than all aspects of recognising and accepting emotional experiences.

The SCMS total score in the 15-16-year-old group exceeded that in the 12-14-year-old group by 5.40 points, 95% CI [2.45, 8.35], $t(141.99) = 3.62$, $p < .001$, $g = 0.60$. After Holm’s correction, differences in self-monitoring, self-evaluation, and self-reinforcement remained significant. The largest effects were found for self-monitoring ($g = 0.56$) and behavioural self-evaluation ($g = 0.54$), indicating that older adolescents were more able to monitor ongoing activity and compare its outcomes with intended goals. The effect for self-reinforcement was smaller ($g = 0.40$), suggesting that the capacity to provide oneself with internal reinforcement may change less markedly with age.

Table 2

Age-Group Differences in Difficulties in Emotion Regulation

Indicator	12-14 years, M (SD)	15-16 years, M (SD)	Mean difference [95% CI]	t(df); p; Holm- adjusted p; g [95% CI]
DERS total score	88.00 (20.09)	79.80 (19.30)	-8.20 [-14.69, -1.71]	-2.50 (141.77); .014; -; -0.41 [-0.74, -0.09]
Non-acceptance of emotional responses	14.10 (4.80)	13.40 (4.50)	-0.70 [-2.23, 0.83]	-0.90 (141.41); .368; .736; -0.15 [-0.48, 0.18]
Difficulties engaging in goal- directed behaviour	15.30 (4.40)	13.80 (4.00)	-1.50 [-2.89, -0.11]	-2.14 (140.73); .034; .136; -0.35 [-0.68, -0.03]
Impulse control difficulties	15.80 (4.90)	13.50 (4.40)	-2.30 [-3.83, -0.77]	-2.96 (140.39); .004; .021; -0.49 [-0.82, -0.16]
Lack of emotional awareness	14.70 (4.00)	14.20 (4.00)	-0.50 [-1.82, 0.82]	-0.75 (142.00); .455; .736; -0.12 [-0.45, 0.20]
Limited access to emotion- regulation strategies	17.40 (5.70)	15.20 (5.20)	-2.20 [-4.00, -0.40]	-2.42 (140.82); .017; .084; -0.40 [-0.73, -0.07]
Lack of emotional clarity	10.70 (3.40)	9.70 (3.20)	-1.00 [-2.09, 0.09]	-1.82 (141.48); .071; .214; -0.30 [-0.63, 0.03]

Note: Higher DERS scores indicate greater difficulties in emotion regulation; CI = confidence interval. Negative mean differences and Hedges' g values indicate lower scores in the older group.

Table 3

Age-Group Differences in Self-Control and Self-Management

Indicator	12-14 years, M (SD)	15-16 years, M (SD)	Mean difference [95% CI]	t(df); p; Holm- adjusted p; g [95% CI]
SCMS total score	47.50 (9.00)	52.90 (8.92)	5.40 [2.45, 8.35]	3.62 (141.99); < .001; -; 0.60 [0.27, 0.93]
Self-monitoring	18.50 (4.10)	20.80 (4.00)	2.30 [0.97, 3.63]	3.41 (141.91); .001; .003; 0.56 [0.23, 0.90]
Self-evaluation	12.80 (3.20)	14.50 (3.10)	1.70 [0.66, 2.74]	3.24 (141.86); .002; .003; 0.54 [0.21, 0.87]
Self-reinforcement	16.20 (3.50)	17.60 (3.40)	1.40 [0.26, 2.54]	2.43 (141.88); .016; .016; 0.40 [0.08, 0.73]

Note: Higher SCMS scores indicate more developed self-control and self-management skills. Positive mean differences and Hedges' g values indicate higher scores in the older group.

Correlation analysis confirmed a consistent age-related direction of the findings. Age in months was negatively associated with the DERS total score ($p = -0.218$, 95% CI [-0.369, -0.054], $p = .009$) and positively associated with the SCMS total score ($p = 0.272$, 95% CI [0.124, 0.404], $p = .001$). Thus, increasing age was associated with fewer difficulties in emotion regulation

and more developed self-control and self-management skills. However, the small magnitude of the correlations indicates that age accounted for only part of the individual variability. A negative association of small-to-moderate magnitude was also found between DERS and SCMS scores ($p = -0.308$, 95% CI $[-0.439, -0.156]$, $p < .001$): stronger self-monitoring, evaluation, and behavioural adjustment were associated with fewer emotion-regulation difficulties. This finding supports the functional interrelationship, but not the equivalence, of the emotional and behavioural-reflective components. Given the cross-sectional correlational design, the results represent statistical associations and do not support causal conclusions.

Taken together, the findings reflect the heterochronic development of self-regulation. Behavioural control and deliberate management of activity were more pronounced in the older group, whereas emotional acceptance, awareness, and clarity did not show similarly robust differences. Therefore, the ability to inhibit a response or organise behaviour should not automatically be equated with maturity across all aspects of emotion regulation. The results describe group-level tendencies and do not eliminate substantial individual variability.

The observed profile suggests that, across adolescence, the capacity to control immediate actions and organise a sequence of behaviour may change more noticeably than the capacity to accept and accurately differentiate emotional experience. This uneven pattern has practical implications: psychological support programmes should not be limited to impulse-control training but should also include emotion recognition, tolerance of unwanted emotional experiences, expansion of the repertoire of regulation strategies, and development of skills for selecting strategies in accordance with context.

The SCMS results complement this interpretation because the largest between-group effects concerned self-monitoring and behavioural self-evaluation. This pattern may reflect the gradual elaboration of internal feedback processes: older adolescents may be more likely to monitor the course of an action, identify discrepancies between intention and outcome, and use this information to adjust subsequent activity. At the same time, the smaller effect for self-reinforcement indicates that the ability to support oneself following success or failure may require specific attention regardless of age.

The study has several limitations, including its cross-sectional design, purposive sampling, recruitment of students from a single city, online data collection, and reliance on self-report instruments. The specific security context limits the direct generalisation of the findings to all Ukrainian adolescents and does not allow the identified differences to be attributed to the use of underground learning spaces. The SCMS has not been separately standardised on a representative sample of adolescents aged 12-16 years; therefore, its scores were interpreted at the group level without normative categorisation.

In addition, self-report data represent adolescents' conscious perceptions of their own behaviour rather than direct observations of regulatory actions. Responses may have been influenced by current emotional state, social desirability, online survey conditions, and individual differences in the interpretation of item wording. Accordingly, the findings should be understood as indicators of subjectively perceived difficulties and skills rather than as a comprehensive assessment of self-regulation.

Conclusions and Directions for Further Research. Adolescents aged 15-16 years, compared with participants aged 12-14 years, showed lower overall levels of difficulties in emotion regulation and more developed self-control and self-management skills. The most robust difference within the DERS profile concerned impulse control, whereas no statistically convincing differences were found in emotional acceptance, awareness, or clarity. On the SCMS, older adolescents had higher scores for self-monitoring, behavioural self-evaluation, and self-reinforcement. The negative relationship between DERS and SCMS scores confirmed that

the emotional and behavioural-reflective components are interrelated but not identical. Future research should employ longitudinal designs to examine individual developmental trajectories, analyse single-year age groups separately, include more geographically diverse samples, test the age-related measurement invariance of the Ukrainian-language versions of the DERS and SCMS, and complement self-reports with behavioural and expert-rated measures.

References

1. Badura P., Eriksson C., García-Moya I., Löfstedt P., Melkumova M., Sotiroska K., Wilson M., Brown J., Inchley J. A focus on adolescent social contexts in Europe, central Asia and Canada: Health Behaviour in School-aged Children international report from the 2021/2022 survey. Vol. 7. Copenhagen : WHO Regional Office for Europe, 2024. 52 p. URL: <https://iris.who.int/handle/10665/379486> (дата звернення: 21.07.2026).
2. Goto R., Pinchuk I., Kolodezhny O., Pimenova N., Kano Y., Skokauskas N. Mental Health of Adolescents Exposed to the War in Ukraine. *JAMA Pediatrics*. 2024. Vol. 178, No. 5. P. 480-488. DOI: <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2024.0295>.
3. Nigg J. T. Annual Research Review: On the relations among self-regulation, self-control, executive functioning, effortful control, cognitive control, impulsivity, risk-taking, and inhibition for developmental psychopathology. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2017. Vol. 58, No. 4. P. 361-383. DOI: <https://doi.org/10.1111/jcpp.12675>.
4. Wesarg-Menzel C. et al. Development and socialization of self-regulation from infancy to adolescence: A meta-review differentiating between self-regulatory abilities, goals, and motivation. *Developmental Review*. 2023. Vol. 69. Article 101090. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.dr.2023.101090>.
5. Fombouchet Y., Pineau S., Perche C., Lucenet J., Lannegrand L. The development of emotion regulation in adolescence: What do we know and where to go next? *Social Development*. 2023. Vol. 32, No. 4. P. 1227-1242. DOI: <https://doi.org/10.1111/sode.12684>.
6. Herd T., Kim-Spoon J. A Systematic Review of Associations Between Adverse Peer Experiences and Emotion Regulation in Adolescence. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2021. Vol. 24, No. 1. P. 141-163. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10567-020-00337-x>.
7. Gratz K. L., Roemer L. Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 2004. Vol. 26, No. 1. P. 41-54. DOI: <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>.
8. Сак Л. В., Федотова З. В. Крос-культурна адаптація та валідизація української версії шкали труднощів емоційної регуляції DERS: апробація у хворих підлітків на нервову анорексію та їх батьків/опікунів. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2023. № 21. С. 38-45. DOI: <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2023-21-05>.
9. Mezo P. G. The Self-Control and Self-Management Scale (SCMS): Development of an Adaptive Self-Regulatory Coping Skills Instrument. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*. 2009. Vol. 31, No. 2. P. 83-93. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9104-2>.
10. Савченко О. В., Лавриненко Д. Г. Шкала самоконтролю та самоуправління (SCMS): українськомовна адаптація методики та її психометричні характеристики. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 8(42). С. 845-865. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-8\(42\)-845-865](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-8(42)-845-865).

ОНТОГЕНЕТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Ганна Варіна

*Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького,
вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, Україна, 69000,
<https://orcid.org/0000-0002-0087-4264>
e-mail: anyavarina22@gmail.com*

Світлана Шевченко

*Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького,
вул. Наукового містечка, 59, м. Запоріжжя, Україна, 69000,
<https://orcid.org/0000-0001-8281-243X>
e-mail: svetlanashev1986@gmail.com*

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження онтогенетичних особливостей розвитку емоційного й поведінково-рефлексивного компонентів саморегуляції особистості в підлітковому віці. Саморегуляцію розглянуто як багатокомпонентну систему, що забезпечує усвідомлення емоційних станів, контроль імпульсивних реакцій, підтримання цілеспрямованої поведінки, самомоніторинг, самооцінювання та коригування власних дій. Метою дослідження було визначення вікових відмінностей у структурі саморегуляції підлітків 12–14 і 15–16 років. У дослідженні взяли участь 144 учні закладів загальної середньої освіти м. Запоріжжя, по 72 особи в кожній віковій групі. Для оцінювання емоційної регуляції застосовано українськомовну версію Шкали труднощів емоційної регуляції DERS, для дослідження поведінково-рефлексивного компонента – українськомовну версію Шкали самоконтролю та самоуправління SCMS. Статистичне опрацювання передбачало використання t-критерію Велча, величини ефекту g Геджеса, корекції Голма та коефіцієнта кореляції Спірмена. Встановлено, що підлітки 15–16 років мали нижчу загальну вираженість труднощів емоційної регуляції та вищі показники самоконтролю і самоуправління порівняно з учасниками 12–14 років. Найбільш стійка вікова відмінність у структурі DERS стосувалася контролю імпульсивних реакцій. За SCMS старші підлітки продемонстрували вищі показники самомоніторингу, самооцінювання та самопосилення. Виявлено обернений зв'язок між труднощами емоційної регуляції та сформованістю самоконтролю і самоуправління. Отримані результати свідчать про гетерохронний характер розвитку саморегуляції, за якого поведінковий контроль і свідоме управління діяльністю можуть змінюватися виразніше, ніж усвідомлення, прийняття та диференціація емоційного досвіду у процесі дорослішання.

Ключові слова: саморегуляція, підлітковий вік, емоційна регуляція, поведінковий контроль, самомоніторинг, самооцінювання, самопосилення, онтогенетичний розвиток.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.97.07:616.89-008-009-071]:615.851]"20"

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.5>

ПСИХОДЕЛІЧНО-АСИСТОВАНА ТЕРАПІЯ: РЕТРОСПЕКТИВНИЙ ОГЛЯД І СУЧАСНІ ПЕРСПЕКТИВИ

Руслан Ганущак

Львівський національний університет імені Івана Франка

вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000

<https://orcid.org/0000-0002-4976-5827>

e-mail: Ruslan.Hanushchak@lnu.edu.ua

Уляна Базар

Львівський національний університет імені Івана Франка

вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000

<https://orcid.org/0009-0003-2871-2595>

e-mail: Uliana.Bazar@lnu.edu.ua

У статті здійснено ретроспективний огляд розвитку психodelічної терапії та проаналізовано сучасний стан досліджень її ефективності у лікуванні психічних розладів. Простежено еволюцію використання психodelічних речовин – від традиційних духовних і лікувальних практик корінних народів через ранні клінічні дослідження середини XX століття до сучасного етапу, так званого «психodelічного ренесансу». Показано, що відновлення наукового інтересу стало можливим завдяки розвитку нейронаук, удосконаленню методології клінічних випробувань і зміні суспільного ставлення до психodelіків як потенційних терапевтичних засобів.

Особливу увагу приділено сучасним клінічним дослідженням психodelічно-асистованої терапії із застосуванням псилоцибіну, MDMA, LSD, аяуаски та інших психodelіків. Проаналізовано наявні докази їх використання при депресивних і тривожних розладах, посттравматичному стресовому розладі, obsесивно-компульсивному розладі, залежностях, паліативній допомозі пацієнтам із невиліковними захворюваннями, а також окреслено перспективи застосування при інших психічних і поведінкових порушеннях. Підкреслено значення принципу «set and setting», відповідно до якого терапевтичний ефект психodelіків суттєво залежить від психологічної установки пацієнта та умов проведення терапії.

У статті висвітлено сучасні міжнародні тенденції розвитку психodelічних досліджень, діяльність провідних наукових центрів і професійних організацій, а також стан розвитку цього напрямку в Україні. Водночас наголошено, що, попри багатообіцяючі результати клінічних випробувань, доказова база поки що залишається недостатньою для широкого впровадження психodelічно-асистованої терапії у клінічну практику. Зроблено висновок про необхідність проведення масштабних, методологічно якісних досліджень, що дозволять остаточно оцінити ефективність, безпечність і довгострокові наслідки застосування психodelіків, а також забезпечити їх науково, юридично та етично обґрунтовану інтеграцію в сучасну психологію, психіатрію та психотерапію.

Ключові слова: психodelічно-асистована терапія, психodelіки, психотерапія, медична психологія, клінічна психологія, патопсихологія, психіатрія.

Постановка проблеми. Психodelічна терапія, або психodelічно-асистована терапія (ПАТ) – це використання психodelічних препаратів у практиці лікування психічних розладів та з метою психопрофілактики [31; 42]. Препарати, що пропонуються для

лікування психічних розладів та покращення самопочуття, включають мескалін, LSD, псилоцибін, аяюаску, ібогаїн, DMT, MDMA та ін. Загалом в багатьох країнах психоделічні препарати є контрольованими речовинами, і психоделічна терапія, за деякими винятками, не є легально доступною поза клінічними випробуваннями [31; 40], проте зараз ставлення до використання психоделіків у клінічній практиці активно переглядається, пропонуються нові підходи до їх дослідження та застосування, а отже, вкрай актуальною є спроба переосмислення і переоцінки цієї проблеми.

Мета статті. Метою статті є, на основі ретроспективного огляду використання психоделічних речовин та аналізу сучасних досліджень, окреслити перспективи застосування психоделіків і ПАТ для лікування та профілактики різноманітних психічних розладів.

Виклад основного матеріалу. Оскільки станом на 2022 рік обсяг високоякісних доказів психоделічної терапії залишався відносно невеликим, то важливою була необхідність масштабніших досліджень, щоб достовірно продемонструвати ефективність та безпеку різних форм та застосувань психоделічно-асистованої терапії [4; 50]. На основі сприятливих ранніх результатів, поточні дослідження вивчають запропоновані психоделічні методи терапії для таких станів, як великий депресивний розлад [4; 43], тривога та депресія, пов'язані з невиліковною хворобою [4; 45], посттравматичний стресовий розлад [23; 50] тощо. У США ПАТ набула статусу «проривної терапії», що пришвидшує потенційне схвалення перспективних лікарських методів з використанням псилоцибіну (для лікування резистентної до лікування депресії та великого депресивного розладу) [31] та MDMA (для лікування посттравматичного стресового розладу) [54].

Психоделічні речовини мають довгу історію використання в духовному та терапевтичному контекстах, від давніх шаманських практик до клінічних досліджень середини ХХ століття. Задовго до їх інтеграції у західні наукові парадигми психоделічні речовини були вбудовані в ритуальні та лікувальні практики численних корінних культур. Такі психоактивні речовини, як аяюаска в Амазонському регіоні та гриби, що містять псилоцибін, у Мезоамериці, використовувалися в структурованих церемоніальних контекстах, часто під керівництвом досвідчених практиків. У межах цих традицій змінені стани свідомості не розглядалися як патологічні або рекреаційні аномалії, а як значущі способи доступу до знання, сприяння зціленню та підтримання гармонійних взаємин як із природним світом, так і зі спільнотою [5].

Ці практики, як правило, були вбудовані в цілісні космологічні та міфологічні системи, що забезпечували інтерпретаційні рамки для відповідних переживань. Замість ізоляції фармакологічних ефектів речовин корінні підходи наголошували на ролі контексту, наміру та інтеграції досвіду. Саме ці принципи лягли в основу сучасних досліджень психоделіків, зокрема концепції «set and setting» (психологічна установка та контекст середовища), які нині широко визнаються ключовими чинниками, що визначають як характер пережитого досвіду, так і його довготривалі результати [20].

Після синтезу LSD Альбертом Гофманом та відкриття його психоактивних властивостей, препарат став об'єктом значного клінічного інтересу. Упродовж 1950-х і на початку 1960-х років психоделіки досліджувалися в різних клінічних контекстах, включаючи лікування алкоголізму, депресії та екзистенційного дистресу у пацієнтів на термінальних стадіях важких захворювань [47]. Ранні результати свідчили про те, що ці речовини можуть сприяти швидким і, в окремих випадках, тривалим психологічним змінам, особливо за умови їх застосування в структурованих терапевтичних умовах. Дослідники також фіксували переживання, що нагадували спонтанні містичні або релігійні стани, що зумовило спроби їх систематичного вимірювання та наукового осмислення. Такі дослідники, як Тімоті Лірі, вважали, що психоделіки можуть змінити фундаментальну структуру

особистості або суб'єктивну систему цінностей людини з великою потенційною користю [29]. Однак варто зазначити, що багато з цих випробувань не відповідали методологічним стандартам, які вимагаються сьогодні [12].

Попри обнадійливі ранні результати, дослідження психоделіків суттєво скоротилися наприкінці 1960-х і на початку 1970-х років. Соціально-політичні чинники, зокрема асоціація психоделіків із контркультурними рухами та зростаюче суспільне занепокоєння щодо їх позамедичного використання, призвели до посилення правових обмежень. Психоделіки були класифіковані як речовини з високим потенціалом зловживання та без визнаного медичного призначення, що фактично зупинило більшість клінічних досліджень на кілька десятиліть [38], хоча підпільна терапія і вивчення продовжувалися.

Інтерес відродився на початку 2000-х років з досягненнями в нейронауці та методах нейровізуалізації, вдосконаленням методологічних стандартів і змінами культурних установок, що призвело до поновлення клінічних випробувань, яке часто описується як *psychedelic renaissance* («психоделічний ренесанс»). Хоча сучасні дослідження часом стикаються з методологічними обмеженнями, етичними проблемами та питаннями рівного доступу до терапії. Крім того, комерціалізація, патентування та інвестиції викликали дискусії щодо етики, культурної апропріації та потенційних конфліктів інтересів. Незважаючи на ці виклики, суспільний інтерес та регульовані терапевтичні програми сигналізують про зростаючу тенденцію до інтеграції психоделіків у лікування психічних розладів та оздоровчі практики.

Відновлення інтересу до психіатричного та психотерапевтичного використання психоделіків сприяло збільшенню кількості клінічних досліджень, зосереджених на психофармакологічних ефектах цих препаратів та їх подальшому застосуванні. Досягнення науки і техніки дозволили дослідникам збирати та інтерпретувати великі масиви даних, а поява нових технологій, таких як ПЕТ та МРТ, дала змогу досліджувати дію психоделіків та галюциногенів у мозку.

Сучасні дослідницькі установи, зокрема Center for Psychedelic and Consciousness Research в Johns Hopkins University та Centre for Psychedelic Research в Imperial College London, проводять контрольовані клінічні дослідження, спрямовані на дослідження ефектів псилоцибіну та споріднених сполук у лікуванні депресії, тривоги, залежностей та екзистенційного дистресу у пацієнтів наприкінці життя. Ці дослідження продемонстрували не лише зменшення симптомів, але й стійкі покращення у відчутті смислу, цілеспрямованості та загальному психологічному благополуччі [17; 46]. Центри з дослідження психоделіків відкриті в багатьох наукових та освітніх установах Європи, США, Канади, Австралії.

Паралельно деякі організації, зокрема Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies (MAPS), відіграють ключову роль у розвитку досліджень, просвіти та формуванні політики у цій сфері. Важливо, що сучасні підходи дедалі більше інтегрують напруцювання як наукових, так і традиційних підходів, підкреслюючи значення підготовки, контекстуальної підтримки та інтеграції досвіду після його завершення.

Крім того, деякі некомерційні організації у США, такі як Heroic Hearts Project, співпрацюють з дослідниками для розширення доступу до психоделічної терапії для військовослужбовців та ветеранів [25]. У 2025 році PsychedeliCare запустила Європейську громадську ініціативу, спрямовану на впровадження ПАТ в ЄС, аби забезпечити доступну та безпечну психоделічну терапію [6].

В Україні працює Українська асоціація психоделічних досліджень (UPRA), неприбуткова організація, яка просуває легальну психоделічно-асистовану терапію та наукові дослідження психоделіків. У нашій державі ПАТ наразі перебуває на етапі клінічних

досліджень та наукових розробок. На офіційному рівні вона розглядається виключно як строго медичний інструмент у межах доказової медицини для лікування стійких депресій та ПТСР, а не як терапія першої лінії.

На ширшому рівні відновлення наукового інтересу до психоделіків відображає глибоке і стає людське прагнення до дослідження свідомості. Хоча значна частина сучасної літератури зосереджена на терапевтичних застосуваннях, психоделіки також перетинаються з фундаментальними психологічними та філософськими питаннями щодо природи сприйняття, ідентичності та смислу [41]. У цьому сенсі вони займають унікальне місце на перетині клінічної науки та дослідження людського досвіду.

Нещодавнє опитування [1] виявило сильну підтримку психоделічно-асистованої терапії серед психіатрів у Сполучених Штатах, що показало значний позитивний зсув у ставленні до цього методу лікування порівняно з попереднім опитуванням, опублікованим на кілька років раніше [2]. Більше половини психіатрів у дослідженні 2023 року висловили намір включити психоделічну терапію у свою практику, якщо буде отримано схвалення регуляторних органів. В Австралії уповноважені психіатри можуть призначати псилоцибін для лікування резистентної до лікування депресії та MDMA для лікування посттравматичного стресового розладу [49].

Хоча історія психоделіків перешкождала вивченню їхньої потенційної цінності як медичних методів лікування, вчені тепер можуть легально відновлювати такі дослідження. Деякі з них показали, що психоделіки можуть допомогти лікувати психічні розлади, як-от obsесивно-компульсивний розлад, посттравматичний стресовий розлад, алкоголізм, депресію та головні болі [13]. Психоделічні препарати, які можуть мати терапевтичне застосування, включають псилоцибін, мескалін, ібогаїн, аяаску, MDMA, LSD [36; 53]. Та слід зауважити, що вплив психоделіків сильно залежить від середовища, в якому вони вживаються, та від психічного стану реципієнта (set and setting) [15].

Загалом певні перспективи проглядаються у застосуванні психоделічно-асистованої терапії при наступних розладах і станах.

Паліативна допомога при невиліковних хворобах. На початку 1950-х і 1960-х років Національний інститут психічного здоров'я США спонсорував дослідження психоделічних препаратів, таких як псилоцибін і LSD, для полегшення виснажливої тривоги та депресії, які можуть відчувати пацієнти з діагнозом невиліковної хвороби [8]. Відродження інтересу до психоделічних препаратів для лікування людей, які проживають останні роки чи місяці життя, призвело до кількох невеликих досліджень у XXI столітті. Нещодавно опубліковані дослідження підтверджують висновки 1950-х і 1960-х років, показуючи, що препарати можуть бути ефективними у зменшенні тривоги та депресії у цієї групи пацієнтів після ретельного обстеження та мають мало побічних ефектів при застосуванні в умовах психотерапії та під медичним наглядом. Психологи, які проводили випробування психоделічної медикаментозної терапії, виявили, що пацієнти наприкінці життя часто переживають емоційні потрясіння від очікування смерті інтенсивніше, аніж фізичні аспекти. Такий менталітет ускладнює для пацієнтів пошук сенсу та задоволення в житті протягом останнього періоду. Хоча всі пацієнти мають абсолютно різний досвід прийому препаратів, що змінюють свідомість, усі опитані учасники дослідження зазначили, що у них спостерігається підвищена ясність та впевненість у своїх особистих цінностях та пріоритетах, а також оновлене або посилене усвідомлення внутрішнього сенсу та цінності життя [8]. Деякі дослідники стверджують, що психоделічна терапія корисна для таких пацієнтів, оскільки вона може зменшити їхній страх смерті [34].

Станом на 2016 рік Johns Hopkins University та New York University провели великі рандомізовані плацебо-контрольовані дослідження. Ці два дослідження є одними

з перших великих контрольованих досліджень, що вимірюють вплив психоделічної терапії на депресію та тривогу в онкологічних хворих [37]. За оцінками клініцистів та самооцінками пацієнтів психоделічне лікування призвело до статистично значущого зниження тривожності та депресії, з підтримкою протягом щонайменше 6 місяців. У дослідженнях відстежувалися побічні ефекти препаратів, але серйозних виявити не вдалося [17; 44]. Проте необхідні додаткові дослідження для можливості ширшого узагальнення висновків. Також необхідні додаткові дослідження для розуміння біологічних властивостей так званого містичного досвіду, який переживали деякі з пацієнтів [3; 44].

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Multidisciplinary Association for Psychedelic Studies провела дослідження психоделічного лікування з використанням MDMA посттравматичного стресового розладу. Було повідомлено про суттєвий загальний рівень ремісії та низькі показники побічних ефектів для суб'єктів із хронічним ПТСР [51].

Проте деякі вчені зазначають, що, враховуючи певні методологічні труднощі, позитивні результати, ймовірно, можуть бути завищені [7; 35]. Отож, питання щодо того, чи цей метод лікування справді є ефективнішим, ніж існуючі психологічні методи лікування, спрямовані на травму, залишається відкритим [18].

Депресивні та тривожні розлади. У 2019 році U.S. Food and Drug Administration (FDA) надала статус «проривної терапії» псилоцибіну для лікування резистентної депресії та великого депресивного розладу, щоб пришвидшити процес потенційного схвалення регуляторними органами. Це уможливляє дослідження відповідних препаратів, і попередні клінічні дані показують, що вони можуть бути ефективнішими, ніж вже доступні методи лікування. Метааналіз 2024 року рандомізованих контрольованих досліджень лікування депресії за допомогою терапії псилоцибіном показав, що вона забезпечує антидепресивний ефект значно вищий, ніж плацебо [33].

Дослідження клінічних ефектів аяуаски виявили значний антидепресивний та антитривожний ефект, що стимулювало подальшу роботу для подолання методологічних обмежень у існуючих дослідженнях [19].

Є деякі докази того, що псилоцибін у поєднанні з MDMA може бути корисним для лікування цих психічних розладів, але лише за умови застосування в контрольованих клінічних умовах [26].

Також існують обмежені докази того, що зниження показників суїцидальності можна спостерігати одразу після вживання аяуаски або псилоцибіну, і цей ефект зберігається до 6 місяців після застосування [57].

Обсесивно-компульсивний розлад (ОКР). Три дослідження з 1987 по 1997 рік повідомляли про зменшення обсесивно-компульсивних та/або компульсивних симптомів у пацієнтів з діагнозом ОКР після прийому LSD та псилоцибіну. У 2014 та 2021 роках два тематичні дослідження показали, що пацієнти, які приймали невеликі дози псилоцибіну кожні 2-3 тижні, не тільки спостерігали якісне послаблення своїх симптомів ОКР, але й підтримували це покращення протягом кількох тижнів після кожної дози [11].

У 2024 році було опубліковано систематичний огляд, в якому аналізувався можливий терапевтичний вплив психоделіків на обсесивно-компульсивний розлад та пов'язані з ним розлади. Було виявлено, що одноразова доза псилоцибіну покращує розуміння своєї хвороби пацієнтом, що призводить до звернення за психіатричною допомогою та усвідомлення того, що потрібно більше зусиль, аби миритися зі своїми нав'язливими думками та протистояти нав'язливим ідеям [16]. Це важливо, оскільки серед людей з ОКР погане розуміння свого стану пов'язане з гіршим прогнозом [10; 16; 32].

Інші сфери застосування психоделіків. Деякі дослідження показують певний потенціал застосування псилоцибіну для лікування нервової анорексії [30; 39].

Також є дослідження, які демонструють позитивні результати використання психоделіків і ПАТ для зниження рівня залежності і зловживання різними психоактивними речовинами: алкоголем, кокаїном, опіоїдами, ніотином тощо [9; 21; 27; 28; 48]. Однак, зважаючи на те, що часто механізм того, як саме психоделіки діють на зменшення рівня вживання психоактивних речовин, не достатньо зрозумілий, а також на іноді невисоку якість доказів, існує потреба у подальших дослідженнях.

А також є свідчення того, що ПАТ може впливати на кримінальну поведінку: на зменшення ймовірності нападу на інших людей, ймовірності вчинення інших насильницьких злочинів, ймовірності скоєння пограбувань та крадіжок та ймовірності скоєння інших майнових злочинів [22]; на зниження ймовірності вчинення насильства проти своїх партнерів (можливо, через покращену регуляцію емоцій) [52]; на зниження шансів на арешт за кримінальне правопорушення [24].

Висновки. Отож, хоча психоделічна терапія продемонструвала багатообіцяючі результати в лікуванні низки психічних розладів, включаючи депресію, посттравматичний стресовий розлад та розлади, пов'язані зі вживанням психоактивних речовин, вона також викликала значні дискусії в етичній, культурній та науковій сферах. Висловлюється стурбованість надмірним ентузіазмом щодо позиціонування психоделіків як універсального або революційного рішення, лунають попередження, що такі наративи можуть затьмарити обмеженість клінічних доказів, брак даних про довгострокову безпеку та проблеми рівності доступу [56]. Також зазначається, що швидка комерціалізація та медикалізація психоделіків ризикує відтворити існуючу в багатьох країнах структурну нерівність у сфері психічного здоров'я [55]. Окремо необхідно зауважити, що терапія із застосуванням психоделіків проти-показана за певних умов: під час вагітності; при наявності в анамнезі епілепсії чи інших судомних розладів; при важких серцево-судинних захворюваннях (проблемах із артеріальним тиском, серцевій недостатності, ішемічній хворобі серця, перенесених інфаркті чи інсульті); під час вживання певних медикаментів, зокрема антидепресантів (селективних інгібіторів зворотного захоплення серотоніну чи інгібіторів моноаміноксидази); при наявності в особистому чи сімейному анамнезі психотичних або афективних розладів (шизофренія, шизоафективний розлад, біполярний розлад, психотичні симптоми на тлі депресії). У відповідь на ці застереження вчені закликають до більш обережного, міждисциплінарного підходу, який, окрім усього іншого, враховує соціальний контекст, інформовану згоду та культурно чутливі практики [14], зважаючи на те, що потенційне корисне застосування психоделіків і ПАТ може не обмежуватися окресленими у статті проблемами.

Список використаної літератури

1. Barnett B. S., Arakelian M., Beebe D., Ontko J., Riegal C., Siu W. O. et al. American psychiatrists' opinions about classic hallucinogens and their potential therapeutic applications: A 7-year follow-up survey. *Psychodelic Medicine*. 2024. Vol. 2, № 1. P. 1–9. DOI: <https://doi.org/10.1089/psymed.2023.0036>.
2. Barnett B. S., Siu W. O., Pope H. G. A survey of American psychiatrists' attitudes toward classic hallucinogens. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 2018. Vol. 206, № 6. P. 476–480. DOI: <https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000828>.
3. Bauereiß N., Obermaier S., Özünal S. E., Baumeister H. Effects of existential interventions on spiritual, psychological, and physical well-being in adult patients with cancer: Systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Psycho-Oncology*. 2018. Vol. 27, № 11. P. 2531–2545. DOI: <https://doi.org/10.1002/pon.4829>.
4. Bender D., Hellerstein D. J. Assessing the risk-benefit profile of classical psychedelics: A clinical review of second-wave psychedelic research. *Psychopharmacology*. 2022. Vol. 239, № 6. P. 1907–1932. DOI: <https://doi.org/10.1007/s00213-021-06049-6>.

5. Beyer S. V. *Singing to the plants: A guide to mestizo shamanism in the Upper Amazon*. Albuquerque : University of New Mexico Press, 2009. 544 p.
6. Bliss C. PsychedeliCare launches first European citizens' initiative demanding political action on psychedelic-assisted therapies. *Psychedelic Alpha*. 2025.
7. Burke M. J., Blumberger D. M. Caution at psychiatry's psychedelic frontier. *Nature Medicine*. 2021. Vol. 27, № 10. P. 1687–1688. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41591-021-01524-1>.
8. Byock I. Taking psychedelics seriously. *Journal of Palliative Medicine*. 2018. Vol. 21, № 4. P. 417–421. DOI: <https://doi.org/10.1089/jpm.2017.0684>.
9. Calleja-Conde J., Morales-García J. A., Echeverry-Alzate V., Bühler K. M., Giné E., López-Moreno J. A. Classic psychedelics and alcohol use disorders: A systematic review. *Addiction Biology*. 2022. Vol. 27, № 6. Art. e13229. DOI: <https://doi.org/10.1111/adb.13229>.
10. Catapano F., Perris F., Fabrazzo M., Cioffi V., Giacco D., De Santis V. et al. Obsessive-compulsive disorder with poor insight: A three-year prospective study. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*. 2010. Vol. 34, № 2. P. 323–330. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2009.12.007>.
11. Collins H. M. Psychedelics for the treatment of obsessive-compulsive disorder: Efficacy and proposed mechanisms. *The International Journal of Neuropsychopharmacology*. 2024. Vol. 27, № 12. Art. pyae057. DOI: <https://doi.org/10.1093/ijnp/pyae057>.
12. Dyck E. Flashback: Psychiatric experimentation with LSD in historical perspective. *Canadian Journal of Psychiatry*. 2005. Vol. 50, № 7. P. 381–388. DOI: <https://doi.org/10.1177/070674370505000703>.
13. Garcia-Romeu A., Kersgaard B., Addy P. H. Clinical applications of hallucinogens: A review. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*. 2016. Vol. 24, № 4. P. 229–268. DOI: <https://doi.org/10.1037/pha0000084>.
14. Gasser P. Therapeutic use of psychedelics: Spirituality, ethics and mental health. *Frontiers in Psychiatry*. 2023. Vol. 14. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2023.1186541>.
15. Golden T. L., Magsamen S., Sandu C. C., Lin S., Roebuck G. M., Shi K. M. et al. Effects of setting on psychedelic experiences, therapies, and outcomes: A rapid scoping review of the literature. *Disruptive Psychopharmacology*. 2022. Vol. 56. P. 35–70. DOI: https://doi.org/10.1007/7854_2021_298.
16. Graziosi M., Rohde J. S., Tiwari P., Siev J., Yaden D. B. Psychedelics, OCD and related disorders: A systematic review. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*. 2024. Vol. 41. Art. 100873. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jocrd.2024.100873>.
17. Griffiths R. R., Johnson M. W., Carducci M. A., Umbricht A., Richards W. A., Richards B. D. et al. Psilocybin produces substantial and sustained decreases in depression and anxiety in patients with life-threatening cancer: A randomized double-blind trial. *Journal of Psychopharmacology*. 2016. Vol. 30, № 12. P. 1181–1197. DOI: <https://doi.org/10.1177/0269881116675513>.
18. Halvorsen J. Ø., Naudet F., Cristea I. A. Challenges with benchmarking of MDMA-assisted psychotherapy. *Nature Medicine*. 2021. Vol. 27, № 10. P. 1689–1690. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41591-021-01525-0>.
19. Hamill J., Hallak J., Dursun S. M., Baker G. Ayahuasca: Psychological and physiologic effects, pharmacology and potential uses in addiction and mental illness. *Current Neuropsychopharmacology*. 2019. Vol. 17, № 2. P. 108–128. DOI: <https://doi.org/10.2174/1570159X16666180125095902>.
20. Hartogsohn I. Set and setting, psychedelics and the placebo response. *Journal of Psychopharmacology*. 2016. Vol. 30, № 12. P. 1259–1267. DOI: <https://doi.org/10.1177/0269881116677852>.
21. Heink A., Katsikas S., Lange-Altman T. Examination of the phenomenology of the ibogaine treatment experience: Role of altered states of consciousness and psychedelic experiences.

- Journal of Psychoactive Drugs*. 2017. Vol. 49, № 3. P. 201–208. DOI: <https://doi.org/10.1080/02791072.2017.1290855>.
22. Hendricks P. S., Crawford M. S., Cropsey K. L., Copes H., Sweat N. W., Walsh Z. et al. The relationships of classic psychedelic use with criminal behavior in the United States adult population. *Journal of Psychopharmacology*. 2018. Vol. 32, № 1. P. 37–48. DOI: <https://doi.org/10.1177/0269881117735685>.
 23. Hoskins M. D., Sinnerton R., Nakamura A., Underwood J. F., Slater A., Lewis C. et al. Pharmacological-assisted psychotherapy for post-traumatic stress disorder: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*. 2021. Vol. 12, № 1. Art. 1853379. DOI: <https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1853379>.
 24. Jones G. M., Nock M. K. Psilocybin use is associated with lowered odds of crime arrests in US adults: A replication and extension. *Journal of Psychopharmacology*. 2022. Vol. 36, № 1. P. 66–73. DOI: <https://doi.org/10.1177/02698811211058933>.
 25. Kime P. VA awards \$1.5 million to study using psychedelics for PTSD treatment. *Military Times*. 2024.
 26. Kisely S., Connor M., Somogyi A. A., Siskind D. A systematic literature review and meta-analysis of the effect of psilocybin and methylenedioxymethamphetamine on mental, behavioural or developmental disorders. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*. 2023. Vol. 57, № 3. P. 362–378. DOI: <https://doi.org/10.1177/00048674221083868>.
 27. Köck P., Froelich K., Walter M., Lang U., Dürsteler K. M. A systematic literature review of clinical trials and therapeutic applications of ibogaine. *Journal of Substance Abuse Treatment*. 2022. Vol. 138. Art. 108717. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2021.108717>.
 28. Krebs T. S., Johansen P. Ø. Lysergic acid diethylamide (LSD) for alcoholism: Meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Psychopharmacology*. 2012. Vol. 26, № 7. P. 994–1002. DOI: <https://doi.org/10.1177/0269881112439253>.
 29. Leary T., Metzner R., Presnell M., Weil G., Schwitzgebel R., Kinne S. A new behavior change program using psilocybin. *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*. 1965. Vol. 2, № 2. P. 61–72. DOI: <https://doi.org/10.1037/h0088612>.
 30. Majić T., Ehrlich S. Psilocybin for the treatment of anorexia nervosa. *Nature Medicine*. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41591-023-02458-6>.
 31. Marks M., Cohen I. G. Psychedelic therapy: A roadmap for wider acceptance and utilization. *Nature Medicine*. 2021. Vol. 27, № 10. P. 1669–1671. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41591-021-01530-3>.
 32. Matsunaga H., Kiriiike N., Matsui T., Oya K., Iwasaki Y., Koshimune K. et al. Obsessive-compulsive disorder with poor insight. *Comprehensive Psychiatry*. 2002. Vol. 43, № 2. P. 150–157. DOI: <https://doi.org/10.1053/comp.2002.30798>.
 33. Metaxa A. M., Clarke M. Efficacy of psilocybin for treating symptoms of depression: Systematic review and meta-analysis. *BMJ*. 2024. Vol. 385. Art. e078084. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj-2023-078084>.
 34. Moreton S. G., Szalla L., Menzies R. E., Arena A. F. Embedding existential psychology within psychedelic science: Reduced death anxiety as a mediator of the therapeutic effects of psychedelics. *Psychopharmacology*. 2020. Vol. 237, № 1. P. 21–32. DOI: <https://doi.org/10.1007/s00213-019-05391-0>.
 35. Muthukumaraswamy S. D., Forsyth A., Lumley T. Blinding and expectancy confounds in psychedelic randomized controlled trials. *Expert Review of Clinical Pharmacology*. 2021. Vol. 14, № 9. P. 1133–1152. DOI: <https://doi.org/10.1080/17512433.2021.1933434>.
 36. Naulls S., Bunn S. Psychedelic drugs to treat depression. 2023. DOI: <https://doi.org/10.58248/RR09>.

37. Nichols D. E., Johnson M. W., Nichols C. D. Psychedelics as medicines: An emerging new paradigm. *Clinical Pharmacology & Therapeutics*. 2017. Vol. 101, № 2. P. 209–219. DOI: <https://doi.org/10.1002/cpt.557>.
38. Nutt D. J., King L. A., Nichols D. E. Effects of Schedule 1 drug laws. *Nature Reviews Neuroscience*. 2013. Vol. 14, № 8. P. 577–585.
39. Peck S. K., Shao S., Gruen T., Yang K., Babakanian A., Trim J., Finn D. M., Kaye W. H. Psilocybin therapy for females with anorexia nervosa: A phase 1, open-label feasibility study. *Nature Medicine*. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41591-023-02455-9>.
40. Pilecki B., Luoma J. B., Bathje G. J., Rhea J., Narloch V. F. Ethical and legal issues in psychedelic harm reduction and integration therapy. *Harm Reduction Journal*. 2021. Vol. 18, № 1. Art. 40. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12954-021-00489-1>.
41. Pollan M. How to change your mind: The new science of psychedelics. New York : Penguin Press, 2018. 464 p.
42. Reiff C. M., Richman E. E., Nemeroff C. B., Carpenter L. L., Widge A. S., Rodriguez C. I. et al. Psychedelics and psychedelic-assisted psychotherapy. *The American Journal of Psychiatry*. 2020. Vol. 177, № 5. P. 391–410. DOI: <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2019.19010035>.
43. Romeo B., Karila L., Martelli C., Benyamina A. Efficacy of psychedelic treatments on depressive symptoms: A meta-analysis. *Journal of Psychopharmacology*. 2020. Vol. 34, № 10. P. 1079–1085. DOI: <https://doi.org/10.1177/0269881120919957>.
44. Ross S., Bossis A., Guss J., Agin-Liebes G., Malone T., Cohen B. et al. Rapid and sustained symptom reduction following psilocybin treatment for anxiety and depression in patients with life-threatening cancer. *Journal of Psychopharmacology*. 2016. Vol. 30, № 12. P. 1165–1180. DOI: <https://doi.org/10.1177/0269881116675512>.
45. Schimmel N., Brecksema J. J., Smith-Apeldoorn S. Y., Veraart J., van den Brink W., Schoevers R. A. Psychedelics for the treatment of depression, anxiety, and existential distress in patients with a terminal illness. *Psychopharmacology*. 2022. Vol. 239, № 1. P. 15–33. DOI: <https://doi.org/10.1007/s00213-021-06027-y>.
46. Schipper S., Nigam K., Schmid Y., Piechotta V., Ljuslin M., Beaussant Y., Schwarzer G., Boehlke C. Psychedelic-assisted therapy: A systematic review. 2024.
47. Sessa B. The psychedelic renaissance: Reassessing the role of psychedelic drugs in 21st century psychiatry and society. Muswell Hill : Muswell Hill Press, 2012.
48. Sharma R., Batchelor R., Sin J. Psychedelic treatments for substance use disorder and substance misuse: A mixed methods systematic review. *Journal of Psychoactive Drugs*. 2023. Vol. 55, № 5. P. 612–630. DOI: <https://doi.org/10.1080/02791072.2023.2190319>.
49. Shepherd T. Australia to allow prescription of MDMA and psilocybin for treatment-resistant mental illnesses. *The Guardian*. 2023.
50. Smith K. W., Sicignano D. J., Hernandez A. V., White C. M. MDMA-assisted psychotherapy for treatment of posttraumatic stress disorder: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Clinical Pharmacology*. 2022. Vol. 62, № 4. P. 463–471. DOI: <https://doi.org/10.1002/jcph.1995>.
51. Thal S. B., Lommen M. J. Current perspective on MDMA-assisted psychotherapy for posttraumatic stress disorder. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 2018. Vol. 48, № 2. P. 99–108. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10879-017-9379-2>.
52. Thiessen M. S., Walsh Z., Bird B. M., Lafrance A. Psychedelic use and intimate partner violence: The role of emotion regulation. *Journal of Psychopharmacology*. 2018. Vol. 32, № 7. P. 749–755. DOI: <https://doi.org/10.1177/0269881118771782>.
53. Tupper K. W., Wood E., Yensen R., Johnson M. W. Psychedelic medicine: A re-emerging therapeutic paradigm. *Canadian Medical Association Journal*. 2015. Vol. 187, № 14. P. 1054–1059. DOI: <https://doi.org/10.1503/cmaj.141124>.

54. Vermetten E., Yehuda R. MDMA-assisted psychotherapy for posttraumatic stress disorder: A promising novel approach to treatment. *Neuropsychopharmacology*. 2020. Vol. 45, № 1. P. 231–232. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41386-019-0482-9>.
55. Viña S. M. MDMA therapy rejection exposes problems in the psychedelic renaissance. *The Hill*. 2024.
56. Yaden D. B. The entropic path to mental health: How psychedelic therapy works and why it matters. *PLOS ONE*. 2024. Vol. 19, № 3. Art. e0293675. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0293675>.
57. Zeifman R. J., Yu D., Singhal N., Wang G., Nayak S. M., Weissman C. R. Decreases in suicidality following psychedelic therapy: A meta-analysis of individual patient data across clinical trials. *The Journal of Clinical Psychiatry*. 2022. Vol. 83, № 2. DOI: <https://doi.org/10.4088/JCP.21r14057>.

PSYCHEDELIC-ASSISTED THERAPY: A RETROSPECTIVE REVIEW AND CURRENT PERSPECTIVES

Ruslan Hanushchak

*Ivan Franko National University of Lviv
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0002-4976-5827>
e-mail: Ruslan.Hanushchak@lnu.edu.ua*

Uliana Bazar

*Ivan Franko National University of Lviv
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0009-0003-2871-2595>
e-mail: Uliana.Bazar@lnu.edu.ua*

The article provides a retrospective review of the development of psychedelic therapy and examines the current state of research on its effectiveness in the treatment of mental disorders. It traces the evolution of the use of psychedelic substances from the traditional spiritual and healing practices of indigenous peoples through the early clinical studies of the mid-twentieth century to the contemporary period, often referred to as the «psychedelic renaissance». The article demonstrates that the renewed scientific interest in psychedelics has been driven by advances in neuroscience, improvements in the methodology of clinical research, and changing public attitudes toward psychedelics as potential therapeutic agents.

Particular attention is devoted to contemporary clinical studies of psychedelic-assisted therapy involving psilocybin, MDMA, LSD, ayahuasca, and other psychedelic substances. The available evidence for their use in the treatment of depressive and anxiety disorders, post-traumatic stress disorder, obsessive-compulsive disorder, substance use disorders, and palliative care for patients with life-limiting illnesses is reviewed, while potential applications in other mental and behavioral disorders are also outlined. The article emphasizes the importance of the «set and setting» principle, according to which the therapeutic effects of psychedelics depend substantially on the patient's psychological mindset and the conditions under which therapy is conducted.

The paper also highlights current international trends in psychedelic research, the activities of leading research centers and professional organizations, and the current state of this field in Ukraine. At the same time, it stresses that despite the promising findings of recent clinical trials, the available evidence remains insufficient to support the widespread implementation of psychedelic-assisted therapy in routine clinical practice. It concludes that large-scale, methodologically rigorous studies are needed to establish the efficacy, safety, and long-term outcomes of psychedelic interventions and to facilitate

their scientifically, legally, and ethically grounded integration into modern psychology, psychiatry, and psychotherapy.

Keywords: psychedelic-assisted therapy, psychedelics, psychotherapy, medical psychology, clinical psychology, abnormal psychology, psychiatry.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.923.2:159.964+159.9.072+616.89

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.6>

КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ У НАРАТИВНІЙ ІДЕНТИЧНОСТІ

Володимир Гнилко

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000,
<https://orcid.org/0009-0004-1795-7471>
e-mail: volodymyr.hnylko@lnu.edu.ua*

Інна Галецька

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000,
<https://orcid.org/0000-0002-9319-2229>
e-mail: inna.haletska@lnu.edu.ua*

Дослідження наративної ідентичності зосереджені переважно на ретроспективній зв'язності автобіографічних наративів, тоді як проспективний вимір часової перспективи залишається без схожого операційного апарату. Метою статті є синтез усталених критеріїв наративної зв'язності з новим проєктивним виміром у єдину п'ятивимірну модель часової перспективи наративної ідентичності, придатну для розрізнення її здорового та порушеного функціонування, а також для диференціації структурних і ситуативних джерел порушень. П'ять критеріїв – хронологічна зв'язність, причинно-наслідкова зв'язність, проєктивна функція, центральність подій і валентність розвитку афекту – виведено з наявних емпіричних конструктів та реорганізовано навколо єдиної часової осі, що охоплює ретроспективне, актуальне й проспективне саморозуміння. Модель застосовано до опублікованих емпіричних даних щодо межового й нарцисичного розладів особистості та щодо воєнної травми в українському контексті. Результати засвідчують, що модель дає якісно відмінні профілі для всіх розглянутих станів: межовий розлад виявляє структурну фрагментацію хронологічної та причинно-наслідкової зв'язності при нестійкій центральності подій; нарцисичний – збережену структуру з ригідно позитивною валентністю та переоціненою проєктивною функцією; воєнна травма формує ситуативний профіль з інтрузивною втратою часового контексту та звуженою орієнтацією на майбутнє. Висновки демонструють, що п'ятивимірна модель розрізняє структурні й ситуативні порушення та фіксує відмінні способи розв'язання негативного досвіду, зокрема патерн моральної травми, що ґрунтується на провині й відрізняється від типового посттравматичного стресу. Модель потребує емпіричної валідації, зокрема перевірки узгодженості кодування між експертами та культурної адаптації.

Ключові слова: наративна ідентичність, часова перспектива, автобіографічна пам'ять, розлади особистості, воєнна травма, моральна травма.

Постановка проблеми. Стабільне й цілісне відчуття ідентичності є одним з ключових критеріїв психічного здоров'я, тоді як її порушення, часті зміни чи надмірна ригідність є важливою ознакою розладу особистості, згідно з МКХ-11 [1]. Однією з найбільш операціоналізованих моделей, що дозволяють підступитися емпірично до цього поняття, є наративна ідентичність. Вона концептуалізує ідентичність через внутрішню динамічну історію життя, що поєднує розрізнені автобіографічні наративи [2]. Структура наративної

ідентичності систематично пов'язана з функціонуванням ідентичності в усіх її сферах: хронологічній, культурній, причинно-наслідковій та тематичній [3], а її порушення – з дисфункціями в особистісному й міжособистісному функціонуванні, що робить її клінічно релевантним критерієм оцінки [4; 5].

Попри зростаючу актуальність досліджень нарративної ідентичності, основний фокус залишається на її змістовому наповненні та структурній зв'язності. Дослідження часової перспективи є розрізненими й зосереджуються або на минулому як на здатності осмислювати прожитий досвід [6; 7], або на образі майбутнього як проспективному критерію функціонування ідентичності [8; 9]. Водночас "укладання життя у сюжет", як описував процес формулювання нарративів Рікур, покладається на здатність інтегрувати минулі спогади у досвід, який стає основою для спрямування уваги у теперішньому, на базі якого формуються очікування щодо майбутнього [10]. Отже, для охоплення часової перспективи необхідно інтегрувати ретроспективну й проспективну її складові.

Потреба в операціоналізації таких критеріїв є особливо актуальною в ситуації повномасштабної війни в Україні, де часова перспектива ідентичності вже тривалий час зазнає дестабілізуючого впливу: минуле ділиться війною на "до" і "після" [11], увага фокусується на фізичній загрозі, а майбутнє перестає бути простором для проспективного проєкування. Емпіричні дослідження нарративів воєнного часу систематично відображають такі порушення [12], а ще до вторгнення епідеміологічні дані фіксували високу поширеність ПТСР серед внутрішньо переміщених осіб в Україні [13]. Водночас дезорганізація часової перспективи є універсальною реакцією на війну і за відсутності психічних розладів, тож важливо розрізняти ситуативні і структурні порушення: у нормі руйнування зв'язності часу є реакцією на соціотравму, тоді як для осіб із розладами особистості, для яких часова дезорганізація є характерним способом організації досвіду, війна може стати тригером, що поглиблює вже наявну дезорганізацію.

Метою статті є синтезувати критерії оцінки часової перспективи нарративної ідентичності у модель, придатну до розрізнення її здорового та порушеного функціонування. Будуть оглянуті сучасні підходи та запропонована п'ятивимірна система їх синтезу; розглянуте застосування моделі до нарративів, типових при розладах особистості та в ситуації воєнної травми; окреслені обмеження запропонованого підходу.

Теоретичне підґрунтя. Часова перспектива у нарративній ідентичності

Фундаментальна для сфери нарративних досліджень у психології робота Брюнера (1990) протиставляє парадигмальний стиль мислення, що покладається на раціональний аналіз, логічні докази та емпіричні спостереження, нарративному, який оперує нарративами, тобто афективно забарвленими й багатими на інтерпретації історіями [14, с. 16]. Наративи пов'язують людські потреби, бажання та цілі в майбутньому із засвоєним досвідом і обставинами теперішнього, інтегруючи минуле, теперішнє та майбутнє у цілісну часову перспективу.

Розуміння часу у наративі, однак, не є тотожним реальному протіканню часу. Наратив завжди формулюється тут і зараз: минуле й майбутнє набувають значення лише через призму теперішнього, яким воно є у момент розповіді. Минуле існує у формі пам'яті – спогадів, до яких повертається оповідач; теперішнє формується спрямованістю уваги спостерігача; майбутнє існує у формі очікувань, цілей або тривоги. Така інтерпретація суб'єктивного часу як напруги між трьома перспективами теперішнього була описана ще Августином і систематизована Рікуром, який показав, що час стає значущим для людини лише тоді, коли він набуває нарративної форми [10].

Філософське трактування Рікура було реінтерпретоване й операціоналізоване у психологічній науці в роботах МакАдамса. Він визначив, що ідентичність спирається

на низку ключових або ядерних епізодів, які пов'язуються між собою причинно-наслідковими зв'язками і утворюють окремі тематичні лінії, що описують суб-ідентичності людини, її характер і здібності у окремих життєвих ситуаціях [15; 16]. На вищому рівні узагальнення Я, що виступає в ролі Автора, синтезує уявлення про себе із засвоєних уроків, і об'єднує тематичні лінії в єдину життєву історію, на основі якої будується загальна наративна ідентичність.

Одним з ключових критеріїв оцінки наративної ідентичності є її зв'язність. Вона значною мірою передбачає адаптивне функціонування людини [17]. Наративна ідентичність, неузгоджена між собою та з прожитим досвідом, призводить до втрати відчуття себе, що зазвичай описується як криза ідентичності. Модель зв'язності наративів Габермаса розглядає цілісний наратив як наслідок тріади темпоральної, причинно-наслідкової й тематичної зв'язності [6]. Критерієм оцінки є достатня наповненість наративу контекстуальними деталями, при якій сторонній слухач здатний зрозуміти: в якій точці біографії оповідача відбулася подія – при темпоральній зв'язності; як саме подія спричинила зміну особистості – при причинно-наслідковій; наскрізні смислові лінії, що повторюються в наративі та між наративами – при тематичній. Темпоральна зв'язність тісно пов'язана з причинно-наслідковою, адже неможливо встановити причинно-наслідковий зв'язок між подіями, чия відносна позиція в часі невідома. Тематична зв'язність стосується радше змістової організації досвіду, тож у цій статті вона не розглядатиметься як частина моделі часової перспективи. Слід зазначити, що зв'язність не є неодмінно адаптивною характеристикою: порушення можуть проявлятися як на полюсі фрагментації, так і на полюсі надмірної ригідності наративу.

Емпіричні дані підтверджують відносну стабільність у зв'язності наративів, що дозволяє досліджувати наративну ідентичність. Метааналіз (N = 855 учасників, 2565 наративів) демонструє, що виміри зв'язності є суттєвим предиктором особистісного функціонування та благополуччя [3]. Маніфестний зміст спогадів може мінятися. У трирічному дослідженні менше третини початкових спогадів була згадана знову при фінальному опитуванні [18], тоді як зв'язність і складність наративів, вміст емоційних та мотиваційних тем залишались помірно стійкими.

Усталена модель зв'язності має переважно ретроспективну спрямованість. Вона пояснює, як події минулого узгоджуються між собою та як вони впливають на теперішнє, але не дає відповідей про те, як зв'язні наративи формують майбутнє. Включення проспективного виміру часової перспективи є ціллію запропонованої моделі.

Виклад основного матеріалу. Критерії здорового функціонування часової перспективи

П'ять запропонованих далі критеріїв синтезують ретроспективну і проспективну складові часової перспективи наративної ідентичності. Перші два: хронологічна та причинно-наслідкова зв'язність, є підґрунтям для інтеграції минулого досвіду. Три наступні: проєктивна функція, центральність події та валентність розв'язання, охоплюють проспективну функцію часової перспективи, описують ступінь домінування подій і її афективний розвиток.

Перший критерій, **хронологічна зв'язність**, є основою цілісності наративу. Його оцінка є ускладненою, адже наратив може вільно переставляти події: типово є починати з кінця чи пропускати значні частини хронології, тож оцінювати послідовність викладення подій неможливо. Втім, без чіткої хронології в основі наративу неможливо встановити причинно-наслідкові зв'язки між подіями чи визначити характер впливу минулого на теперішнє [4; 5]. Чіткість хронології можна встановити, відповівши на питання: наскільки добре наївний слухач може реконструювати хронологію подій оповідача? У здоровому

наративі наратор може вільно переміщатись між подіями, розкиданими в часі, однак слухач завжди здатний зрозуміти, що чому передувало, і що після чого настало. Лінгвістично хронологічна зв'язність досягається через темпоральні маркери: прив'язки до часу, віку, сезону, періоду життя; посилення на зовнішні події; вказівки "до" чи "після" щодо окремих подій.

Якщо перший критерій відповідає на запитання "коли", то другий, **причинно-наслідкова зв'язність**, переходить до "чому" і "що саме". Габермас і Блак операціоналізують його як експліцитні зв'язки між подією та зміною особистості: оповідач описує те, що з ним сталося, будуючи серію причинно-наслідкових зв'язків, фінальним наслідком якої є актуальна сформована особистість [6]. У здоровому наративі оповідач самостійно і гнучко встановлює зв'язки між подіями та особистісними змінами. Це є одним з ключових показників зрілого автобіографічного мислення [8] та предиктором благополуччя при осмисленні складного досвіду [19]. Лінгвістично цей критерій проявляється насамперед через причинні сполучники: "через це", "відтоді", "це призвело до", "у результаті". Осмислення можна вважати завершеним тоді, коли подія стає інтегрованою у ширший наратив про себе.

Третій критерій, **проективна функція**, виходить за межі минулого досвіду і запитує: чи робить людина щось з цим досвідом далі? Встановлення зв'язків між уроками минулого досвіду й теперішніми та майбутніми діями є важливою функцією наративів, описаною суміжними конструктами можливих я і самовизначальних проєкцій майбутнього [20; 21]. Воно відбувається у два етапи: формування узагальненого, абстрагованого знання та застосування його до образів майбутніх подій.

Перший етап відбувається через опору на минулий досвід; без нього проєкції у майбутнє стануть позбавленими сенсу фантазіями. Тому проєктивна функція покладається на два попередніх критерії, адже неможливо проєктувати реалістичний образ майбутнього, не структурувавши спочатку минуле за допомогою хронологічних та причинно-наслідкових зв'язків. Йдеться про абстрагування узагальнених правил чи уроків з конкретного епізоду пам'яті, придатних до застосування поза конкретними ситуаціями. Згідно з дослідженням TALE, саме скеровування власної поведінки є однією з трьох ключових функцій автобіографічної пам'яті [22].

На другому етапі сформовані абстраговані знання переносяться на образи майбутніх подій. Це також є наративним процесом: згідно з теорією конструктивного епізодичного симулювання, уявлення майбутньої події використовує ту саму систему автобіографічної пам'яті, що й при пригадуванні минулого [23]. Це означає, що сконструйований наратив про майбутнє може бути лише настільки детальним і реалістичним, наскільки якісним є первинний матеріал. Якщо минулий досвід погано осмислений, фрагментований або слабо інтегрований, образ майбутнього також буде розмитим, узагальненим чи емоційно пласким. Це узгоджується з дослідженнями автобіографічної пам'яті, де зниження специфічності пригадування минулого прогнозує зниження специфічності уявлень про майбутнє [24; 25].

Четвертий критерій, **центральність подій**, стосується ваги окремих подій у загальній архітектурі Я. Наративна ідентичність типово покладається на ряд ключових подій [16]. Для оцінки їх ваги використовується шкала центральності події [26] з трьома критеріями: референтна точка, коли подія стає лінзою, крізь яку інтерпретуються нові ситуації; поворотний момент, коли подія стає межею, що завершує один етап життя й починає інший; символ ідентичності, коли подія є центральною для теперішнього саморозуміння. У здоровому наративі є декілька центральних подій, і кожна з них включена в ширшу мережу часових і тематичних зв'язків. Надмірна центральність може бути патологічною:

домінантна подія тяжіє перебудувати решту наративу навколо себе, витісняючи інший наративний матеріал. Операціоналізувати це можливо через характер взаємодії "до" і "після": чи два етапи життя пов'язані між собою, чи вони, розділені подією, стають категорично різними? Емпірично різницю добре видно у дослідженнях посттравматичної пам'яті: мимовільні, нав'язливі спогади про травматичну подію демонструють інший характер зв'язку з центральністю ідентичності, ніж довільно й свідомо пригадувані спогади про ту саму подію [27].

П'ятий і фінальний критерій, **валентність розвитку афекту**, дозволяє оцінити характер зміни афективного забарвлення наративу у процесі його осмислення. Макадамс описав дві протилежні часові траєкторії осмислення досвіду [28]: відновлення, або *redemption*, де негативний досвід зрештою призводить до позитивного результату або зростання; і занепад, або *contamination*, де позитивний досвід псується чи руйнується негативною подією, залишаючи по собі тривалий негативний слід. Ці категорії не описують валентність самого досвіду, який у обох випадках може бути потенційно травматичним; важливо, куди рухається його значення – у бік інтеграції чи руйнування. У здоровому наративі афект гнучко реагує на зміст досвіду: негативний досвід може у процесі осмислення набувати позитивного чи нейтрального значення, водночас зберігаючи комплексність своєї ролі у загальному життєвому наративі. Високостресова подія порушує загальну систему переконань особи, що запускає процес ситуативного осмислення; успішне завершення веде до узгодження стресової події та глобальних переконань, а незавершене осмислення залишає по собі розрив, на місці якого формуються наративи занепаду [29].

Разом ці п'ять критеріїв формують модель, що послідовно рухається від структурних до смислових, функціональних та афективних вимірів часової перспективи. Кожен критерій можна описати як відповідь на важливе питання:

1. Хронологічна зв'язність – де у часі перебуває ця подія відносно інших подій?
2. Причинно-наслідкова зв'язність – що спричинило цю подію, які її наслідки?
3. Проективна функція – яке знання з цього можна отримати, і куди воно веде?
4. Центральність події – яку вагу має ця подія у загальній архітектурі Я?
5. Валентність розвитку афекту – якого значення ця подія набуває з часом?

Оцінка часової перспективи при розладах особистості

Згідно з МКХ-11, порушення ідентичності є ядерною ознакою розладів особистості загалом, незалежно від конкретного типу [30]. Огляд сучасних досліджень підтверджує таку трансдіагностичну логіку: справді, здатність формувати ідентичність з автобіографічних наративів є ключовим навиком для гнучкого, адаптивного функціонування особистості [31]. Втім, було б помилкою робити з цього висновок, що всі розлади особистості порушують часову перспективу однаковою чином чи однаковою мірою. П'ятивимірна модель дозволяє окреслити якісно відмінні профілі. Найчіткіші патологічні профілі часової перспективи можна описати щодо розладів, наративна ідентичність яких досліджена найбільше: межовому та нарцисичному.

При **межовому розладі особистості** (МРО) порушення часової перспективи мають структурний характер. Вони спостерігаються ще на рівні хронологічної зв'язності, яка є найбільш базовим критерієм здорової часової перспективи. У дослідженні письмових наративів, наративи людей з МРО мали суттєво меншу кількість часових і контекстуальних маркерів, ніж наративи людей з контрольної групи, що ускладнило чи унеможливило їх хронологічну реконструкцію [5]. Систематичний огляд, що синтезував 15 досліджень автобіографічної пам'яті та наративів виявив 3 центральні зони порушень при МРО: часова й логічна послідовність наративу та його афективна складова [4], що прямо відповідає критеріям хронологічної й причинно-наслідкової зв'язності та валентності розвитку афекту.

Надмірна центральність подій також є характерною для осіб з МРО. При порівнянні наративів осіб з МРО з іншими розладами особистості виявилось, що особи з МРО частіше будують свої наративи довкола афективно насичених стресових епізодів, часто міжособистісного характеру. Альтернативні теми часто не знаходять свого відображення у наративах. Це пояснюється характерними для МРО порушеннями автобіографічної пам'яті та менталізації, що ускладнює формування гнучкого образу Я [32].

Результати досліджень **нарцисичного розладу особистості (НРО)** вказують насамперед на викривлення афекту, що веде до спотворення проєктивної функції. Наративи людей з НРО характеризуються грандіозністю, і в них систематично зустрічається переоцінка своїх можливостей. Особи з НРО легше й яскравіше пригадують минулі та уявляють майбутні події, у яких втілюють свої позитивні риси, частіше думають про позитивні майбутні події та оцінюють їх як більш імовірні [33]. Показово, що позитивна валентність проявляється лише у суб'єктивній оцінці, тоді як деталізація наративів щодо можливого майбутнього і шляху до нього не має статистично значущих відмінностей від контрольної групи.

Валентність розвитку афекту у такій ситуації оцінити складно, адже негативні події зустрічаються у наративах значно рідше. Порушенням можна назвати ригідність афекту – він тяжіє до позитивного, не зважаючи на реальний зміст досвіду. Пояснення цьому феномену можна знайти у моделі нарцисизму Дімаджо та колег [34], де нарцисизм розглядається як метакогнітивний дефіцит, що послаблює здатність до інтеграції досвіду слабкості. У наративі це проявляється як розщеплення між ідеалізованим та вразливим образами Я.

Порушення часової перспективи внаслідок травми війни

Досі порушення часової перспективи розглядалися як стійка характеристика, що описує спосіб організації досвіду. Втім, багаторічна виснажлива війна різко порушує її організацію навіть у осіб, які не мали ознак порушення ідентичності раніше, тоді як люди зі зниженою до війни здатністю до формування наративної ідентичності перебувають у зоні вищого ризику колапсу існуючих механізмів.

Класичним визначенням травми є поділ життя на "до" і "після", що руйнує **хронологічну зв'язність** і реорганізує всю структуру ідентичності постраждалих навколо події, що стала Рубіконом між двома етапами [11]. Війна створює такий розрив і у зовнішньому світі: міняються можливості, стосунки, плани й відчуття фізичної безпеки. Її вплив можна описати визначенням, створеним для хронічної хвороби: *біографічний розрив – це подія, що змушує переглянути базові уявлення про власне тіло, світ і майбутнє, водночас вимагаючи мобілізації ресурсів для управління новою, непроханою реальністю* [35, с. 39]. Такий автобіографічний розрив є зумовленим ситуативно, і він може відображати зовнішню реальність, де довоєнний спосіб буття дійсно перестав існувати. Війна руйнує також культурний сценарій життя: очікування щодо того, які події і в якому віці мають відбутися [36], а разом з ним і зовнішні опори для хронологічного впорядкування власної біографії.

Травматичні спогади перестають існувати лише як спогади у минулому: за результатами когнітивних досліджень ПТСР, вони містять критично мало контекстуальної інформації про час та простір, і при пригадуванні переживаються як такі, що відбуваються тут і зараз [37]. **Причинно-наслідкова зв'язність** при травмі також порушується. Травма руйнує базові припущення про передбачуваність, справедливість і контрольованість світу [38]. У наративах українців часто зустрічається зневіра у базових припущеннях щодо світу [39]. Воєнне насильство, що має масштабний і безособовий характер, особливо складно піддається причинно-наслідковим поясненням і опирається спробам приписати зрозумілу причину або функцію в біографії.

Проективна функція порушується у ситуації тривалої війни чи не найбільше. Хронічна загроза утримує увагу й ресурси на теперішньому виживанні навіть у людей без симптомів ПТСР, звужуючи горизонт планування. У ситуації травми до актуальної загрози додаються травматичні спогади, що фокусують всю увагу на минулому, і стійке переконання, що звичайне життя вже ніколи не буде доступним. Труднощі з побудовою майбутнього і орієнтацією на нього надзвичайно поширені у цивільній популяції [40], а люди, які зберігають переважно ретроспективну часову орієнтацію, демонструють гірше психологічне пристосування порівняно з тими, хто зберігає здатність орієнтуватись також на майбутнє [41]. На відміну від порушень проективної функції при розладах особистості, звуження горизонту майбутнього може бути функціонально адаптивним у короткостроковій перспективі виживання.

Досвід війни для багатьох українців став центральним у осмисленні реальності. Частотний аналіз ключових слів у письмових свідченнях майже 1500 українських цивільних осіб показав, що опис воєнного досвіду систематично організований навколо відмінного від довоєнного словникового ядра, пов'язаного з небезпекою, втратою й виживанням [12]. Війна природно відповідає критеріям **центральності подій**. Переосмислення досвіду війни і поступове його включення у ширші наративи про себе можна назвати здоровою адаптацією; тоді як його домінування, що радикально змінює навіть довоєнну ідентичність, може бути ознакою травми. Розрізнити їх допомагають психолінгвістичні патерни травматичної пам'яті, що відрізняються від звичайних автобіографічних спогадів за зсувами у перспективі оповідача, щільністю негативної лексики та зниженням наративної дистанції [42].

Валентність розвитку афекту при воєнній травмі є неоднорідною. Хронічне відчуття небезпеки створює умови для *наративів занепаду*: позитивний довоєнний досвід знецінюється, звичний спосіб осмислення розривається, а негативний афект постійно підживлюється. Водночас досвід стійкості, взаємодопомоги та подолання труднощів попри втрати може активувати *наративи відновлення*, характерні для посттравматичного зростання [43].

Воєнний досвід також привносить новий тип наративу занепаду, що базується на моральній травмі – гострому й первазивному відчутті провини, сорому і втрати довіри до себе, що виникає внаслідок скоєння або свідчення дій, які суперечать моральним переконанням особи [44]. Негативна валентність тут виникає внаслідок завершеного осмислення, на відміну від інших типів наративів занепаду, але результатом осмислення стає руйнівний висновок про себе як про морального суб'єкта. Концепт-аналіз наративів військовослужбовців Національної гвардії України описує моральну травму як конфігурацію наративу, у якій провина й сором домінують над страхом, що робить її лише частково співмірною з класичним ПТСР [45]. Часову перспективу цього типу наративу ще належить дослідити.

Війна може впливати на часову перспективу ідентичності за всіма п'ятьма її вимірами. Зіставлення профілів при межовому й нарцисичному розладах особистості та при воєнній травмі подано в таблиці 1.

Висновки. Запропонована п'ятивимірна модель синтезує ретроспективну та перспективну складові часової перспективи наративної ідентичності у єдину аналітичну рамку. Проективна функція, тобто здатність синтезувати уроки з минулого досвіду й застосовувати їх для формування реалістичних образів майбутнього, стала інтегративним критерієм моделі, що дозволяє оцінити, як наратив спрямовує особу вперед. Об'єднання критеріїв дозволяє розглядати часову перспективу системно, не втрачаючи багатогранності зв'язків між ретроспективним минулим, сприйнятим теперішнім і проєктованим майбутнім.

Таблиця 1

Профілі часової перспективи за п'ятивимірною моделлю

Критерій	Межовий розлад особистості	Нарцисичний розлад особистості	Воєнна травма
Хронологічна зв'язність	Порушена, хронологія є фрагментованою	Збережена	Знижена внаслідок фрагментації та інтрузивного повернення травматичних спогадів у теперішнє
Причинно-наслідкова зв'язність	Нестійка	Викривлена, егоцентрична	Порушена через труднощі інтеграції травматичного досвіду в систему базових переконань і життєвих пояснень
Проективна функція	Порушена через брак впорядкованого досвіду	Викривлена, уявлення про майбутнє не пов'язане з засвоєним досвідом	Звужена під впливом орієнтації на виживання та хронічної невизначеності; за ПТСР додатковим чинником стає фіксація на травматичному минулому
Центральність подій	Надмірно виражена, фокус на кризах та міжособистісних конфліктах	Надмірно виражена, фокус на самопіднесенні	Зростає, оскільки досвід війни може займати центральне місце в ідентичності; принципово важливо розрізняти інтегровану центральність та її домінування
Валентність розвитку афекту	Негативна, осмислення частіше залишається незавершеним	Ригідно позитивна	Може набувати різних траєкторій – від позитивного переосмислення в контексті посттравматичного зростання до афективного занепаду при ПТСР та моральній травмі

Описана модель має діагностичну цінність, адже характер і глибина порушень функціонування часової перспективи може вказати на конкретний тип порушень. При МРО насамперед спостерігається структурна фрагментація, де хаотична хронологія та нестійке причинно-наслідкове осмислення руйнують зв'язність наративу. НРО характеризується ригідним позитивним упередженням афекту і викривленою проективною функцією, де наратив не пов'язаний з реальним досвідом. Два описані профілі якісно відрізняються від ситуативних порушень, що виникають у відповідь на воєнну травму, де порушення часової перспективи узгоджуються з реальним зовнішнім розривом, спричиненим війною. Диференціація між структурними і ситуативними порушеннями є ключовою для подальших досліджень часової перспективи та клінічної оцінки наративної ідентичності, зокрема в Україні, де розрізнення травматичної реакції та характерологічних порушень стає все більш актуальним.

Запропонована модель є теоретичним синтезом, що потребує емпіричної перевірки. Відкритими питаннями залишаються незалежність п'яти вимірів, надійність їх кодування, конвергентна валідність моделі і культурна прийнятність конструктів в україномовному середовищі. Валідність доцільно встановлювати у поєднанні з наявними кількісними інструментами, зокрема шкалою центральності події [26], опитувальником часової перспективи [46] та опитувальником ПТСР і моральної травми [40]. Для дослідження розвитку профілю часової перспективи доцільно провести тривалі дослідження, зокрема при психотерапії. Особливої уваги потребує етичний вимір застосування моделі до наративів постраждалих, де мова порушення ризикує патологізувати нормативну реакцію на об'єктивно руйнівні обставини.

Список використаної літератури

1. Lind M. ICD-11 personality disorder: the indispensable turn to narrative identity. *Frontiers in Psychiatry*. 2021. Vol. 12. Article 642696. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.642696>
2. McAdams D. P. Narrative identity: what is it? What does it do? How do you measure it? *Imagination, Cognition and Personality*. 2018. Vol. 37, no. 4. P. 359–372.
3. Lind M., Adler J. M., Clark L. A. Narrative identity and personality disorder: an empirical and conceptual review. *Current Psychiatry Reports*. 2020. Vol. 22, no. 12. Article 67. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11920-020-01187-8>
4. Faggioli I., Esposito C. M., Stanghellini G. Identity and temporal fragmentation in borderline personality disorder: a systematic review. *Brain Sciences*. 2024. Vol. 14, no. 12. Article 1221. DOI: <https://doi.org/10.3390/brainsci14121221>
5. Bendstrup G., Simonsen E., Kongerslev M. T., Jørgensen M. S., Petersen L. S., Thomsen M. S., Vestergaard M. Narrative coherence of autobiographical memories in women with borderline personality disorder and associations with childhood adversity. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*. 2021. Vol. 8. Article 17. DOI: <https://doi.org/10.1186/s40479-021-00159-5>
6. Habermas T., Bluck S. Getting a life: the emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin*. 2000. Vol. 126, no. 5. P. 748–769. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.126.5.748>
7. Köber C., Schmiedek F., Habermas T. Characterizing lifespan development of three aspects of coherence in life narratives: a cohort-sequential study. *Developmental Psychology*. 2015. Vol. 51, no. 2. P. 260–275.
8. Pasupathi M., Mansour E. Adult age differences in autobiographical reasoning in narratives. *Developmental Psychology*. 2006. Vol. 42, no. 5. P. 798–808. DOI: <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.5.798>
9. Dunlop W. L., Guo J., McAdams D. P. The autobiographical author through time. *Self and Identity*. 2020. Vol. 19, no. 4. P. 395–412.
10. Ricoeur P. Time and narrative. Vol. 1 / transl. by K. McLaughlin, D. Pellauer. Chicago : University of Chicago Press, 1984. 274 p.
11. Herman J. L. Trauma and recovery: the aftermath of violence — from domestic abuse to political terror. New York : Basic Books, 1992. 276 p.
12. Zasiakin S., Zasiakina L., Altman E., Hryntus M., Kuperman V. The narratives of war (NoW) corpus of written testimonies of the Russia–Ukraine war. *Language Resources and Evaluation*. 2025. Vol. 59, no. 3. P. 2415–2426.
13. Shevlin M., Hyland P., Vallières F., Bisson J., Makhashvili N., Javakhishvili J., Roberts B. A comparison of DSM-5 and ICD-11 PTSD prevalence, comorbidity and disability: an analysis of the Ukrainian internally displaced person's mental health survey. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 2018. Vol. 137, no. 2. P. 138–147.
14. Bruner J. Acts of meaning. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1990. 208 p.
15. McAdams D. P. Power, intimacy, and the life story: personological inquiries into identity. Homewood, IL : Dorsey Press, 1985. 384 p.
16. McAdams D. P. The psychology of life stories. *Review of General Psychology*. 2001. Vol. 5, no. 2. P. 100–122. DOI: <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.100>
17. McLean K. C., Syed M., Pasupathi M., Adler J. M., Dunlop W. L., Drustup D., Fivush R., Graci M. E., Lilgendahl J. P., Lodi-Smith J., McAdams D. P., McCoy T. P. The empirical structure of narrative identity: the initial Big Three. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2020. Vol. 119, no. 4. P. 920–944.
18. McAdams D. P., Bauer J. J., Sakaeda A. R., Anyidoho N. A., Machado M. A., Magrino-Failla K., White K. W., Pals J. L. Continuity and change in the life story: a longitudinal study of autobiographical memories in emerging adulthood. *Journal of Personality*. 2006. Vol. 74, no. 5. P. 1371–1400.

19. Pals J. L. Narrative identity processing of difficult life experiences: pathways of personality development and positive self-transformation in adulthood. *Journal of Personality*. 2006. Vol. 74, no. 4. P. 1079–1110.
20. Markus H., Nurius P. Possible selves. *American Psychologist*. 1986. Vol. 41, no. 9. P. 954–969. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>
21. D'Argembeau A., Lardi C., Van der Linden M. Self-defining future projections: exploring the identity function of thinking about the future. *Memory*. 2012. Vol. 20, no. 2. P. 110–120.
22. Bluck S., Alea N., Habermas T., Rubin D. C. A TALE of three functions: the self-reported uses of autobiographical memory. *Social Cognition*. 2005. Vol. 23, no. 1. P. 91–117.
23. Schacter D. L., Addis D. R. The cognitive neuroscience of constructive memory: remembering the past and imagining the future. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*. 2007. Vol. 362, no. 1481. P. 773–786. DOI: <https://doi.org/10.1098/rstb.2007.2087>
24. Williams J. M. G., Ellis N. C., Tyers C., Healy H., Rose G., MacLeod A. K. The specificity of autobiographical memory and imageability of the future. *Memory & Cognition*. 1996. Vol. 24, no. 1. P. 116–125.
25. Williams J. M. G., Barnhofer T., Crane C., Herman D., Raes F., Watkins E., Dalgleish T. Autobiographical memory specificity and emotional disorder. *Psychological Bulletin*. 2007. Vol. 133, no. 1. P. 122–148. DOI: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.122>
26. Berntsen D., Rubin D. C. The Centrality of Event Scale: a measure of integrating a trauma into one's identity and its relation to post-traumatic stress disorder symptoms. *Behaviour Research and Therapy*. 2006. Vol. 44, no. 2. P. 219–231.
27. Rubin D. C., Boals A., Berntsen D. Memory in posttraumatic stress disorder: properties of voluntary and involuntary, traumatic and nontraumatic autobiographical memories in people with and without posttraumatic stress disorder symptoms. *Journal of Experimental Psychology: General*. 2008. Vol. 137, no. 4. P. 591–614.
28. McAdams D. P., Reynolds J., Lewis M., Patten A. H., Bowman P. J. When bad things turn good and good things turn bad: sequences of redemption and contamination in life narrative and their relation to psychosocial adaptation in midlife adults and in students. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2001. Vol. 27, no. 4. P. 474–485.
29. Park C. L. Making sense of the meaning literature: an integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin*. 2010. Vol. 136, no. 2. P. 257–301.
30. International classification of diseases for mortality and morbidity statistics (11th revision) / World Health Organization. 2019. URL: <https://icd.who.int/browse/2026-01/mms/en#941859884> (дата звернення: 07.08.2026).
31. Lind M., Sharp C., Dunlop W. L. Why, how, and when to integrate narrative identity within dimensional approaches to personality disorders. *Journal of Personality Disorders*. 2022. Vol. 36, no. 4. P. 377–398.
32. Dimaggio G., Salvatore G., Popolo R., Lysaker P. H. Autobiographical memory and mentalizing impairment in personality disorders and schizophrenia: clinical and research implications. *Frontiers in Psychology*. 2012. Vol. 3. Article 529. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00529>
33. Finch E. F., Kalinowski S. E., Hooley J. M., Schacter D. L. Grandiose narcissism influences the phenomenology of remembered past and imagined future events. *Memory*. 2024. Vol. 32, no. 1. P. 25–40. DOI: <https://doi.org/10.1080/09658211.2023.2274807>
34. Dimaggio G., Semerari A., Falcone M., Nicolò G., Carcione A., Procacci M. Metacognition, states of mind, cognitive biases and interpersonal cycles: proposal for an integrated model of narcissism. *Journal of Psychotherapy Integration*. 2002. Vol. 12, no. 4. P. 421–451.
35. Bury M. Chronic illness as biographical disruption. *Sociology of Health & Illness*. 1982. Vol. 4, no. 2. P. 167–182.

36. Berntsen D., Rubin D. C. Cultural life scripts structure recall from autobiographical memory. *Memory & Cognition*. 2004. Vol. 32, no. 3. P. 427–442.
37. Ehlers A., Clark D. M. A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*. 2000. Vol. 38, no. 4. P. 319–345.
38. Janoff-Bulman R. *Shattered assumptions: towards a new psychology of trauma*. New York : Free Press, 1992. 256 p.
39. Ben-Ezra M., Mor-Ben-Ishai S., Hamama-Raz Y., Bachem R., Leshem E., Levin Y. The association between negative war-related beliefs and probable PTSD and complex PTSD among Ukrainians during the 2022 Russian invasion. *Psychiatry Research*. 2024. Vol. 339. Article 116051. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116051>
40. Zasiiekina L., Zasiiekin S., Kuperman V. Post-traumatic stress disorder and moral injury among Ukrainian civilians during the ongoing war. *Journal of Community Health*. 2023. Vol. 48, no. 5. P. 784–792.
41. Holman E. A., Silver R. C. Getting stuck in the past: temporal orientation and coping with trauma. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998. Vol. 74, no. 5. P. 1146–1163. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1146>
42. Zasiiekina L., Kennison S., Zasiiekin S., Khvorost K. Psycholinguistic markers of autobiographical and traumatic memory. *East European Journal of Psycholinguistics*. 2019. Vol. 6, no. 2. P. 119–133.
43. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, no. 1. P. 1–18.
44. Litz B. T., Stein N., Delaney E., Lebowitz L., Nash W. P., Silva C., Maguen S. Moral injury and moral repair in war veterans: a preliminary model and intervention strategy. *Clinical Psychology Review*. 2009. Vol. 29, no. 8. P. 695–706.
45. Zasiiekina L., Kokun O., Kozihora M., Fedotova T., Zhuravlova O., Bojko M. A concept analysis of moral injury in Ukrainian National Guard service members' narratives: a clinical case study. *East European Journal of Psycholinguistics*. 2022. Vol. 9, no. 1. P. 296–314.
46. Zimbardo P. G., Boyd J. N. Putting time in perspective: a valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1999. Vol. 77, no. 6. P. 1271–1288. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>

CRITERIA FOR ASSESSING TEMPORAL PERSPECTIVE IN NARRATIVE IDENTITY

Volodymyr Hnylko

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000,
<https://orcid.org/0009-0004-1795-7471>
e-mail: volodymyr.hnylko@lnu.edu.ua*

Inna Haletska

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000,
<https://orcid.org/0000-0002-9319-2229>
e-mail: inna.haletska@lnu.edu.ua*

Research on narrative identity has predominantly examined its retrospective coherence, leaving the prospective dimension without a comparable operational framework. The main objective of this article was to synthesize existing criteria of narrative coherence with a novel projective dimension into a unified, five-criteria model of temporal perspective in narrative identity. The model is suitable for distinguishing

healthy from disrupted identity functioning and for differentiating dispositional from situational sources of disruption.

Five criteria: chronological coherence, causal-explanatory coherence, projective function, event centrality, and valence of affective resolution, were derived from existing empirical constructs and reorganized around a single temporal axis spanning retrospective, present, and prospective self-understanding. The model was subsequently applied illustratively to published empirical findings on borderline and narcissistic personality disorders, and to war-related trauma in the Ukrainian context. Results indicate that the model yields qualitatively distinct profiles across all examined conditions: borderline personality disorder showed structural fragmentation across chronological and causal coherence with unstable event centrality; narcissistic personality disorder presented an intact structure with a rigid positive bias in valence and an inflated projective function; war-related trauma produced a situational profile marked by intrusive loss of temporal context and motivationally restricted future orientation.

Findings demonstrate that the five-dimensional framework differentiates dispositional from situational disruptions and captures qualitatively distinct subtypes of negative-experience resolution, including a guilt-based moral injury pattern distinct from fear-based post-traumatic stress. Conclusions suggest that the proposed model offers an integrative, theoretically grounded alternative to existing fragmented instruments, though it requires empirical validation including inter-rater reliability testing and cultural adaptation.

Keywords: narrative identity; temporal perspective; autobiographical memory; projective function; personality disorders; war-related trauma; moral injury.

Дата першого надходження статті до видання: 07.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.923.2.01:316.61](091)

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.7>

ВЧИНОК ЯК ІНІЦІАЦІЯ: ВІД ІНДИВІДУАЛЬНОЇ СВОБОДИ ДО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ СУБ'ЄКТНОСТІ

Софія Грабовська

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000
<https://orcid.org/0000-0003-4256-1191>
e-mail: sofia.hrabovska@lnu.edu.ua*

Наталія Гребінь

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000
<https://orcid.org/0000-0002-9473-0404>
e-mail: nataliya.hrebin@lnu.edu.ua*

Михайло Матковський

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000
<https://orcid.org/0000-0002-5846-4719>
e-mail: mykhaylo.matkovskiy@lnu.edu.ua*

У статті розглядається еволюція концепції вчинку – від засадничих праць В. Роменця до суб'єктно-вчинкової парадигми В. Татенка та праць інших науковців.

Досліджуються погляди В. Роменця на природу та сутність вчинку як універсальної категорії, що поєднує в собі індивідуальне й соціальне. Вчений підкреслював культурно-історичний вимір цієї категорії, який інтегрує етичний, культурний та психологічний аспекти. У концепції В. Роменця вчинок є центральною категорією психології особистості та виступає її ядром. Водночас вчинок розглядається як акт самодетермінації розвитку та самоздійснення, а також як прояв суб'єктності та зрілості особистості.

З'ясовано, що вчинок у поглядах В. Роменця є відображенням консолідації зовнішнього та внутрішнього світу людини, проявом свободи та відповідальності особистості.

Простежено еволюцію концепції вчинку – від індивідуального до соціально-психологічного виміру. Якщо В. Роменець був основоположником концепції, то В. Татенко поглибив та розвинув її у соціально-психологічному аспекті. В. Титаренко у своїх працях ставить акцент суб'єктно-суб'єктну взаємодію вчинку. Вчений довів, що вчинок може поставати не лише індивідуальним, а й колективним актом, що формує та пояснює соціальну взаємодію.

Виокремлено у поглядах В. Титаренка поєднання двох ліній: загально-психологічного уявлення про особистість як суб'єкта; та уявлення про вчинок як акт свободи вибору. Вченим був сформований суб'єктно-вчинковий підхід – як спосіб пояснення не тільки індивідуальних, а й колективних процесів. Т. Титаренко розглядав вчинок як відповідь на життєву кризу, що дозволяє вийти особистості на новий рівень самосвідомості.

Проводяться паралелі між концепцією вчинку В. Роменця та ідеями А. Маслоу. Доведено у поглядах вчених певну суголосність, зокрема між ідеями самоактуалізації А. Маслоу та самотворення В. Роменця. Здійснюється порівняння вчинкового підходу В.А. Роменця з сучасними п'яти та шестифакторними концепціями особистості.

© Софія Грабовська, Наталія Гребінь, Михайло Матковський, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

Обґрунтовано вагомість внеску вітчизняних авторів концепції вчинку в контексті соціальної, педагогічної, біографічної та кризової психології. Наукові напрацювання дослідників дають комплексне бачення зрілості особистості крізь призму вчинку, а також участі особистості у творенні соціокультурної дійсності.

Ключові слова: особистість, вчинок, самосвідомість, самодетермінація, самоздійснення, суб'єктність, соціальна взаємодія.

Постановка проблеми. У сучасній українській психології категорія «вчинок» посідає важливе місце як універсальна парадигма, що пояснює процес становлення зрілої особистості. Вчинок є не лише дією, але й внутрішнім рішенням, яке знаменує перехід на новий рівень самосвідомості. Він поєднує свободу, відповідальність та самотворення, стаючи психологічним аналогом ритуалу ініціації. Метою цієї статті є висвітлення еволюції концепції вчинку – від класичних праць В. Роменця до її розвитку у суб'єктно-вчинковій парадигмі В. Татенка та сучасних інтерпретацій українських дослідників.

В. Роменець заклав фундамент української психології вчинку, розглядаючи його як головний спосіб вираження людської діяльності. У «Психології вчинку» він наголошував: «Вчинок є найяскравішим способом вираження людської діяльності, бо в ньому поєднується суспільно-особистісна суперечливість» (Роменець, 1999, с. 45). Це положення демонструє його розуміння вчинку як універсальної категорії, що інтегрує індивідуальне й соціальне. В. Роменець також підкреслював культурно-історичний вимір цієї категорії: «У різні епохи вчинок був пов'язаний із міфологією, релігією, мистецтвом, а у XX столітті – із науково-технічним прогресом» (Роменець, 1999, с. 62). Отже, вчинок постає як універсальна категорія, що поєднує етичний, культурний та психологічний виміри. У концепції В. Роменця особистість формується через послідовність вчинків, які виступають актами самодетермінації та морально-культурного вибору. Саме тому В. Роменець трактував вчинок як «пороговий акт», що знаменує перехід від однієї стадії розвитку до іншої.

Виклад основного матеріалу огляду. Вчинок В. Роменець розглядав як ядро розуміння і виявлення психічного, оскільки вчинок можна вважати найяскравішим способом вираження людської діяльності, що поєднує суспільно-особистісну суперечливість індивідуального та соціального, мотивації та відповідальності і є квінтесенцією свободи і необхідності водночас. Він відображає історичний рівень культури та водночас формує її. В культурно-історичному вимірі у різні епохи вчинок був пов'язаний із міфологією, релігією, мистецтвом, а у XX ст. – із науково-технічним прогресом. Нарешті, вчинок у підході В. Роменця є передовсім виявом свободи та відповідальності особистості, що самостійно визначає свою поведінку і своє життя загалом, що є виявом суб'єктності та самодетермінації.

Отже, вчинок – це центральна категорія психології особистості, що поєднує свободу, відповідальність і самотворення: акт самодетермінації ініціює розвиток особистості, морально-культурний вибір формує її духовну зрілість, а вчинок стає точкою переходу, що знаменує новий рівень самосвідомості. Особистість у цьому підході – це суб'єкт історії та культури, який творить себе через послідовність вчинків.

Вчинок розглядається В. Роменцем як точка перетину етичного, культурного та психологічного вимірів, що робить його ключовим для розуміння становлення зрілої особистості. Вчинок у концепції В. Роменця можна трактувати як «пороговий» акт, що знаменує перехід від однієї стадії розвитку до іншої. Це не лише дія, але й внутрішнє рішення, яке формує новий рівень самосвідомості і може слугувати критерієм особистісної зрілості і розглядатися як ініціація соціальної дорослості особи. Власне особистісна зрілість постає як результат послідовності вчинків, що інтегрують досвід, відповідальність та свободу. Вчинок стає механізмом самотворення та духовного зростання. У цьому

сенсі вчинок можна розглядати як психологічний аналог ритуалу ініціації, він відкриває нові горизонти самореалізації та соціальної інтеграції. В. Роменець зазначає, що «під вчинком психологи розуміють таку дію, котра має певне моральне значення, тобто саме в ньому людина практично виявляє своє ставлення до інших людей, суспільства в цілому» (Роменець, 2001, с. 15).

Отже, В. Роменець заклав фундамент української психології вчинку, де особистість розглядається як суб'єкт історії та культури. Сучасні дослідження розвивають його ідеї у контексті освіти, комунікації та психології розвитку. Вчинок як ініціація – це концептуальний міст між психологією, філософією та педагогікою, що пояснює становлення зрілої особистості через акти самодетермінації та відповідальності. Розвиток ідей вчинкового підходу приводить до природної еволюції концепції: від індивідуального вчинку до соціально-психологічної суб'єктності.

У концепції В. Роменця структура вчинку складається з чотирьох основних фаз: ситуація, мотивація, дія та післядія (рефлексія). Це цілісний процес, що поєднує зовнішні умови та внутрішні переживання особистості, і саме він визначає психологічну та моральну сутність людини. Вчинок завжди виникає у певному контексті, певній життєвій ситуації, що містить зовнішні умови (соціальні, культурні, матеріальні) та внутрішні переживання особи. Власне ситуація створює поле вибору, де людина має визначити своє ставлення, скероване певною мотивацією, центральним етапом, що визначає спрямованість вчинку. Мотивація включає потреби, інтереси, цінності, переконання, моральні орієнтири, ідеали, настанови тощо. Саме тут відбувається внутрішнє рішення: діяти чи утриматися, обрати добро чи зло. Внутрішнє рішення реалізується у конкретному акті поведінки або діяльності. Дія може бути як зовнішньою (фізичною), так і внутрішньою (психічною, наприклад, прийняття рішення), вона є матеріалізацією особистісного вибору. І, нарешті, післядія, як осмислення та оцінка здійсненого вчинку, включає почуття (зазначимо, що вони можуть бути дуже різними, це може бути як радість, гордість, так і сором або провина) та раціональне осмислення, формує досвід, який впливає на майбутні вчинки та особистісний розвиток.

Таблиця 1

Структура вчинку

Фаза	Зміст	Психологічна функція
Ситуація	Зовнішні умови + внутрішні переживання	Створює поле вибору
Мотивація	Потреби, інтереси, цінності, переконання, ідеали, настанови	Визначає спрямованість мотивації
Дія	Реалізація рішення	Матеріалізація вибору
Післядія	Рефлексія, оцінка, емоції	Формує досвід і самосвідомість

Відтак, вчинок у В. Роменця – це ядро особистості, через яке виявляється її моральна й психологічна сутність. Він не зводиться лише до поведінки, а є єдністю зовнішнього та внутрішнього світу людини. Така структура дозволяє досліджувати не тільки дії, але й ціннісно-сенсовий вимір життя (Балл, 2011).

Вчинок В. Роменець розглядає як точку перетину етичного, культурного та психологічного вимірів, що робить його ключовим для розуміння становлення зрілої особистості. Вчинок у концепції В. Роменця можна трактувати як «пороговий» акт, що знаменує перехід від однієї стадії розвитку до іншої. Це не лише дія, але й внутрішнє рішення, яке формує новий рівень самосвідомості і може слугувати критерієм особистісної зрілості

і розглядатися як ініціація соціального дорослості особи. Власне особистісна зрілість постає як результат послідовності вчинків, що інтегрують досвід, відповідальність та свободу. Вчинок стає механізмом самотворення та духовного зростання. У цьому сенсі вчинок можна розглядати як психологічний аналог ритуалу ініціації, він відкриває нові горизонти самореалізації та соціальної інтеграції.

Отже, В.А. Роменець заклав фундамент української психології вчинку, де особистість розглядається як суб'єкт історії та культури. Сучасні дослідження розвивають його ідеї у контексті освіти, комунікації та психології розвитку. Вчинок як ініціація – це концептуальний міст між психологією, філософією та педагогікою, що пояснює становлення зрілої особистості через акти само детермінації, саморозвитку, самоздійснення та відповідальності. Розвиток ідей вчинкового підходу приводить до природної еволюції концепції: від індивідуального вчинку до соціально-психологічної суб'єктності.

В. Татенко розвинув ідеї В. Роменця, інтегрувавши концепцію вчинку у власний суб'єктний підхід, де особистість розглядається не лише як діяч, а як суб'єкт взаємодії, здатний до спільного вчинку, творчої самодетермінації та соціально-психологічного мислення. Якщо у В. Роменця вчинок був головним способом вираження індивідуальної свободи та відповідальності, то В. Татенко переніс акцент на суб'єктно-суб'єктну взаємодію. Він показав, що вчинок може бути не лише індивідуальним актом, а й спільним вчинком, який формує соціальні стосунки, здійснює перехід від індивідуального до соціального виміру. У «Психології суб'єктності» він писав: «Людина сама себе створює, переборюючи біологічний і соціальний фатум» (Татенко, 2003, с. 112). Тут ми бачимо розширення ідеї В. Роменця: вчинок стає не лише актом індивідуальної свободи, а й механізмом соціальної взаємодії. В. Татенко показав, що зрілість особистості виявляється не лише у власних рішеннях, але й у здатності брати участь у спільному творенні соціальної реальності. Він наголошував: «Суб'єктність – це здатність до спільного вчинку, де поєднуються свобода, відповідальність і соціальна творчість» (Татенко, 2003, с. 145). Отже, вчинковий підхід трансформується у суб'єктно-вчинковий, що пояснює не лише індивідуальні, а й колективні процеси.

В концепції В. Татенка суб'єктність перетворюється на ядро психології. Він підкреслює, що людина «сама себе створює, переборюючи біологічний і соціальний фатум». Це перегукується з ідеєю В. Роменця про вчинок як акт самотворення, але у В. Татенка вона набуває більшої соціально-психологічної глибини. Іншими словами вчинковий підхід перетворюється на суб'єктно-вчинковий підхід. В. Татенко формулює концепцію, де поєднуються дві лінії: загальнопсихологічне уявлення про людину як суб'єкта; та уявлення про вчинок як акт свободи. У результаті виникає суб'єктно-вчинковий підхід – наукова форма мислення, що пояснює не лише індивідуальні, а й колективні процеси.

Це уточнення має чітко виражений практичний вимір: В. Татенко наголошує на потребі формування у людини мотивації та здатності застосовувати суб'єктно-вчинковий підхід у спільній діяльності. Це означає, що зрілість особистості виявляється не лише у власних рішеннях особи, а й у спільному творенні соціальної реальності соціумом.

Ці ідеї мають важливе значення для розуміння зрілої особистості. Для розширення і увиразнення розуміння зрілої особистості ідеї вчинкового та суб'єктного підходів теж мають суттєве значення і певні особливості. Якщо у вчинковому підході (В. Роменець) вчинок виступає як акт ініціації, що формує зрілість через внутрішні рішення, то в суб'єктному підході (В. Татенко) зрілість полягає у здатності бути суб'єктом у взаємодії, брати участь у спільних вчинках, де поєднуються свобода, відповідальність і соціальна творчість. Отже, В. Татенко розширив ідеї В.Роменця від індивідуальної психології до соціально-психологічної парадигми, де вчинок стає не лише актом самотворення, а й механізмом колективного розвитку.

Підсумовуючи сказане, зробимо порівняльну таблицю еволюції ідеї вчинкового підходу на прикладі виокремлення особливостей вчинкового та суб'єктного підходів (Таблиця 2).

Таблиця 2

Порівняння концепцій В. Роменця і В. Татенка: від вчинкового до суб'єктного підходу

Аспект	В.А. Роменець (вчинковий підхід)	В.О. Татенко (суб'єктний підхід)
Ключова категорія	Вчинок як ядро психології	Суб'єктність як ядро психології
Розуміння особистості	Особистість формується через акти вчинку, що виражають свободу та відповідальність	Особистість – активний суб'єкт взаємодії, який сам себе творить у спільній діяльності
Вимір	Індивідуальний: внутрішнє рішення, акт самодетермінації	Соціально-психологічний: суб'єкт-суб'єктна взаємодія, спільний вчинок
Функція вчинку	Ініціація зрілості, перехід на новий рівень самосвідомості	Механізм колективного розвитку, творення соціальної реальності
Філософський контекст	Поєднання етичного, культурного та психологічного вимірів	Інтеграція психології з соціальною філософією та педагогікою
Практичне застосування	Пояснення становлення зрілої особистості	Формування мотивації та здатності діяти як суб'єкт у спільній діяльності

Відтак, підсумуємо, якщо В. Роменець трактує вчинок як акт свободи й відповідальності, що ініціює особистісну зрілість, то на думку В.Татенка суб'єктність – перш за все здатність до спільного вчинку, що розширює індивідуальну зрілість у соціальну площину. Отож, В.Татенко не просто продовжив ідеї В. Роменця, а переніс їх у соціально-психологічний вимір, створивши суб'єктно-вчинкову парадигму, яка сьогодні активно використовується в соціальній, педагогічній психології тощо.

Ідеї В. Роменця та В. Татенка знайшли розвиток у працях сучасних українських психологів. І. Бех у праці «Особистісно-орієнтоване виховання» наголошував: «Вчинок – це акт духовного самоствердження, у якому дитина утверджує себе як моральна особистість» (Бех, 2003, с. 94). П. Лушин у книзі «Психологія життєвого вибору» писав: «Кожен вчинок є способом подолання суперечностей і виходом на новий рівень самосвідомості» (Лушин, 2002, с. 133). В. Васютинський у «Соціальній психології» підкреслював: «Спільний вчинок є чинником формування соціальної ідентичності, адже він інтегрує індивідуальні дії у колективний досвід» (Васютинський, 2005, с. 210). Л. Помиткіна у монографії «Психологія духовності» зазначала: «Вчинок – це прояв духовної суб'єктності та внутрішньої свободи» (Помиткіна, 2012, с. 156).

І. Данилюк у праці «Суб'єктно-вчинковий підхід у психології освіти» наголошував: «Вчинок є основою психології освіти, адже саме через нього реалізується педагогічна практика» (Данилюк, 2019, с. 87).

Важливий внесок в концепцію вчинку зробила Т. Титаренко. У монографії «Життєвому світі особистості» вона писала: «Вчинок є точкою вибору, що визначає траєкторію життєвого світу людини» (Титаренко, 2003, с. 178). У «Психології життєвих криз» вона підкреслювала: «Саме вчинок стає механізмом подолання кризових ситуацій і виходу на новий рівень самосвідомості» (Титаренко, 2007, с. 204). Стисло визначити розвиток вчинкової психології Т.Титаренко можна так. Т. Титаренко трактує вибір як розгорнутий вчинок, де мотивація – це боротьба мотивів, а ситуація – стартовий майданчик для

трансцендування особистості, трактуючи життєвий вибір як вчинок. У концепції життєвого світу особистості вчинок стає способом конструювання життєвого світу: це простор, де людина інтегрує досвід, цінності та майбутні орієнтири. У працях Т. Титаренко вчинок розглядається як відповідь на життєву кризу, що дозволяє перейти на новий рівень самосвідомості. Т. Титаренко переносить вчинковий підхід у площину життєвих сценаріїв, стратегій і наративів, де кожен вчинок стає вузловою точкою особистісного розвитку, створюючи простір біографічної психології.

Отож, за Т. Титаренко, вчинок – це механізм життєвого вибору, подолання кризи та конструювання життєвого світу. Її внесок полягає у тому, що вона перенесла вчинковий підхід у біографічну та кризову психологію, зробивши його інструментом глибокого розуміння життєвого шляху особистості (Титаренко, 2007).

Цікавий ракурс в розвитку ідей В. Роменця обрала його учениця і послідовниця Т. Кириленко, яка розвиває такі концепти, як емоційна готовність до змін, емоційний потенціал, самопізнання, пошук гармонії тощо. Та, у монографії «Пошук гармонії: емоційні переживання та стани особистості (вчинково-орієнтований підхід)» (Титаренко, 2004) вона формулює принципи гармонізації емоційних станів. Тут розробляються феномени пошуку гармонії в переживаннях, духовного зростання та вчинкового підходу до емоцій, висвітлюється концепція емоційного самопізнання як умови розвитку особистості. В навчальному посібнику «Психологія: емоційна сфера особистості» (Титаренко, 2007) нею систематизовано знання про емоційний потенціал особистості, описано, як емоційна готовність до змін впливає на адаптацію та професійну діяльність. В ряді статей розглянуто практичний аспект формування емоційної культури особистості, шляхи розвитку емоційного самопізнання, підтримання внутрішньої рівноваги, здатність особистості до адаптації, загалом до розвитку емоційного потенціалу, пошуку гармонії та духовного зростання особистості тощо.

Сьогодні вчинковий підхід активно використовується у психології освіти, комунікації, менеджменту та духовного розвитку. Він постає як точка перетину психології, педагогіки, соціології та філософії. Вчинок розглядається не лише як індивідуальний акт, а й як механізм колективного розвитку, що забезпечує становлення зрілої особистості у сучасному суспільстві. Базові ідеї вчинкового підходу активно розвивають сучасні українські дослідники. Так, сучасні дослідники (зокрема, А. Терещук) підкреслюють значення поєднання ідей суб'єктності та вчинковості у психології та педагогіці. Це створює модель навчально-виховного процесу, де вчинок виступає актом самоствердження та ініціації особистості в суб'єктно-вчинковій парадигмі.

В.А. Роменець – одна з ключових постатей української психології ХХ століття, яка заклала фундаментальну концепцію вчинку як центральної категорії психології особистості. Його підхід вирізняється тим, що вчинок розглядається не лише як зовнішня дія чи поведінковий акт, а як внутрішнє рішення, що поєднує свободу, відповідальність і культурно-історичний вимір. Саме через вчинок людина стає суб'єктом історії та культури, формує власну зрілість і відкриває нові горизонти самотворення.

Еволюція концепції вчинку демонструє поступовий перехід від індивідуального виміру до соціально-психологічного. В.А. Роменець заклав фундамент, В.О. Татенко розвинув його у соціально-психологічному вимірі, а сучасні дослідники інтегрували у сферу освіти, духовності та комунікації. Отож, вчинок як ініціація постає ключем до розуміння зрілості та самотворення людини, а суб'єктно-вчинковий підхід як універсальна парадигма сучасної психології.

Однією з ключових засад концепції є розуміння вчинку як акту самодетермінації. Людина у вчинку виявляє свободу вибору, бере на себе відповідальність і водночас творить

себе як особистість. В. Роменець наголошував: «Вчинок є пороговим актом, що знаменує перехід від однієї стадії розвитку до іншої» (Титаренко, 2007, с. 62). Це означає, що кожен справжній вчинок має ініціаційний характер: він відкриває новий рівень самосвідомості й духовної зрілості.

У цьому сенсі вчинок можна трактувати як психологічний аналог ритуалу ініціації. Якщо у традиційних культурах ініціація означала перехід від дитинства до дорослості, то у психології В. Роменця вчинок знаменує перехід від одного рівня особистісного розвитку до іншого.

В. Роменець розглядав вчинок не лише як психологічний, але й як морально-культурний акт. Він є вибором, що формує духовну зрілість і визначає життєву позицію людини. У цьому виборі поєднуються етичний, культурний та психологічний виміри. Саме тому вчинок стає критерієм особистісної зрілості: він показує, наскільки людина здатна брати відповідальність за власні рішення й водночас інтегрувати їх у культурний контекст. У концепції В. Роменця особистість постає як суб'єкт історії та культури, який творить себе через послідовність вчинків. Це означає, що зрілість не є даністю, а формується поступово, у процесі прийняття рішень і здійснення дій, які мають морально-культурне значення. Вчинок стає механізмом самотворення та духовного зростання, а особистість – активним учасником історичного процесу.

Спробуємо знайти паралелі вчинкового підходу В.А. Роменця з екзистенційною, гуманістичною психологією та сучасними п'яти та шестифакторними концепціями особистості.

В. Роменець розглядав вчинок як центральну категорію психології особистості, що поєднує свободу, відповідальність і культурно-історичний вимір. Він наголошував: «Вчинок є пороговим актом, що знаменує перехід від однієї стадії розвитку до іншої» (Роменець, 1999, с. 62). У цьому сенсі вчинок виступає як психологічний аналог ритуалу ініціації, що відкриває новий рівень самосвідомості та духовної зрілості.

Екзистенціаліст Віктор Франкл підкреслював значення свободи вибору та пошуку сенсу. Він писав: «Людину можна відібрати від усього, крім одного – останньої свободи: вибрати своє ставлення до будь-яких обставин» (Frankl, 1946/2006, с. 75). Це положення перегукується з ідеєю В. Роменця про вчинок як акт самодетермінації. Обидві концепції акцентують на тому, що зрілість особистості формується через рішення, які мають екзистенційне значення. Проте у В. Франкла вчинок є насамперед способом утвердження сенсу життя в умовах кризи, тоді як у В. Роменця він має культурно-історичний вимір і виступає механізмом інтеграції особистості в історію та культуру.

Спробуймо знайти суголосні та відмінні особливості концепції В. Роменця з ідеями А. Маслоу. Абрахам Маслоу у теорії самоактуалізації наголошував: «Людина повинна бути тим, ким вона може бути» (Maslow, 1954, с. 92). Самоактуалізація у нього є процесом реалізації потенціалу, що веде до зрілості та гармонії. Це положення співзвучне з ідеєю В. Роменця про вчинок як механізм самотворення. Проте А. Маслоу розглядав розвиток особистості переважно у внутрішньому, індивідуальному вимірі, тоді як В. Роменець підкреслював соціально-культурний контекст кожного вчинку. Отже, українська концепція є більш історично й культурно вкоріненою, ніж універсалістська модель А. Маслоу.

Порівняння показує, що вчинковий підхід В. Роменця має спільні риси з екзистенційною та гуманістичною психологією, переносючи акцент на свободі, відповідальності та самотворенні. Водночас він вирізняється тим, що інтегрує ці риси у культурно-історичний контекст, розглядаючи особистість як суб'єкта історії та культури. Отже, українська концепція вчинку доповнює західні традиції, пропонуючи більш комплексне бачення зрілості особистості як результату не лише внутрішніх рішень, але й участі у творенні культурної та соціальної реальності.

Якщо ж спробувати виявити паралелі концепції вчинку та Big Five та HEXACO, то тут видаються важливими такі аспекти. Концепція вчинку Володимира Роменця акцентує на морально-екзистенційному вимірі дії як вияві свободи та відповідальності, тоді як моделі Big Five та HEXACO описують стабільні риси особистості. Паралелі можна знайти у зв'язку між сумлінністю, відкритістю, чесністю-скромністю та тим, як людина здійснює вчинок у контексті етичного вибору та соціальної взаємодії. Вчинковий підхід акцентує вчинок як ядро особистості, підкреслює, що це не просто поведінковий акт, а те, що поєднує моральні принципи, свободу, соціальну відповідальність, що вчинок завжди сенсорний, спрямований на інших, самореалізацію, само здійснення, полягає у єдності зовнішнього і внутрішнього, мотивів, цінностей, переживань і соціального контексту. Big Five (OCEAN) та HEXACO виокремлюють базові риси особистості. В концепції Big Five (OCEAN) Conscientiousness (Сумлінність) близька до ідеї відповідальності у вчинку; Agreeableness (Привітність) можна співвіднести з етичним та соціальним виміром вчинку; Openness (Відкритість до досвіду) перегукується з творчим та екзистенційним аспектом вчинку. В концепції HEXACO можна зауважити такі паралелі: Honesty-Humility (Чесність-скромність) концепт найближчий до морального ядра концепції вчинку; Emotionality (Емоційність) відображає внутрішню чутливість, яка у В. Роменця є частиною переживання вчинку; Conscientiousness (Сумлінність) відповідає усвідомленій відповідальності за дії; Agreeableness (Привітність) риса, співзвучна соціальній комунікації та етичному зв'язку з іншими. Можна представити ці паралелі в таблиці (Таблиця 3).

Таблиця 3

Порівняльна таблиця понять концепцій вчинку Big Five (OCEAN) та HEXACO

Концепція Роменця	Big Five	HEXACO	Паралель
Моральність, свобода, відповідальність	Conscientiousness (Сумлінність)	Honesty-Humility, (Чесність-скромність) Conscientiousness (Сумлінність)	Усвідомлений вибір, етичність
Соціальна взаємодія, комунікація	Agreeableness (Привітність)	Agreeableness (Привітність)	Вчинок як соціальний акт
Екзистенційний сенс, творчість	Openness (Відкритість до досвіду)	Openness (Відкритість до досвіду)	Відкритість до нового досвіду
Переживання, емоційна залученість	Neuroticism (частково)	Emotionality (Емоційність)	Внутрішня чутливість у вчинку

Але слід зазначити і важливі відмінності названих концепцій: якщо з погляду В. Роменця вчинок це не риса, а власне подія, що інтегрує особистість у моральному та соціальному вимірі, то Big Five / HEXACO описують стабільні риси особистості, які лише створюють передумови для певних типів вчинків. Тобто, моделі рис можна розглядати як психологічний ґрунт особистості, а концепція вчинку представляє його як екзистенційний, сенсорний, моральний вияв, критерій зрілості особистості.

Висновки. Засади вчинкового підходу В.А. Роменця можна узагальнити так: вчинок є центральною категорією психології особистості; він виступає актом самодетермінації, що ініціює розвиток і зрілість; має культурно-історичний та моральний вимір; є пороговим актом, який знаменує перехід на новий рівень самосвідомості; через послідовність вчинків особистість стає суб'єктом історії та культури. Отже, вчинковий підхід Роменця пояснює становлення зрілої особистості як процес послідовних актів свободи й відповідальності, що інтегрують індивідуальний досвід у культурний контекст. Еволюція концепції вчинку демонструє поступовий перехід від індивідуального виміру до соціально-психологічного.

В.А. Роменець заклав фундамент, В.О. Татенко розвинув його у соціально-психологічному вимірі, а сучасні дослідники інтегрували у сферу освіти, духовності та комунікації. Таким чином, вчинок як ініціація постає ключем до розуміння зрілості та самотворення людини, а суб'єктно-вчинковий підхід як універсальна парадигма сучасної психології.

Список використаної літератури

1. Бех І. Д. Особистісно-орієнтоване виховання: теоретико-практичні засади. Київ: Либідь, 2003. 280 с.
2. Лушин П. В. Психологія життєвого вибору. Київ: Либідь, 2002. 256 с.
3. Васютинський В. О. Соціальна психологія: навч. посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 368 с.
4. Помиткіна Л. В. Психологія духовності: монографія. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2012. 312 с.
5. Данилюк І. В. Суб'єктно-вчинковий підхід у психології освіти. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка, 2019. 224 с.
6. Кириленко Т. С. Пошук гармонії: емоційні переживання та стани особистості (вчинково-орієнтований підхід). Київ: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2004. 312 с.
7. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посіб. Київ: Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2007. 256 с.
8. Кириленко Т. С. Виховання почуттів. Психолог, 2003. № 3. С. 45–52.
9. Кириленко Т. С. Гармонізація емоційних станів особистості. Наука і освіта, 2005. № 5. С. 112–118.
10. Роменець В. А. Психологія вчинку. Київ: Либідь, 1999. 320 с.
11. Татенко В. О. Суб'єктний підхід у психології: монографія. Київ: Либідь, 2003. 312 с.
12. Татенко В. О. Психологія суб'єктності: навч. посібник. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. 280 с.
13. Татенко В. О. Суб'єктно-вчинковий підхід як парадигма сучасної психології. Психологія і суспільство, 2015. № 2. С. 15–24.
14. Татенко В. О. Людина як суб'єкт спільного вчинку: соціально-психологічний вимір. Київ: Інститут психології ім. Г. С. Костюка, 2018. 256 с.
15. Татенко В. О. Вчинок і суб'єктність: методологічні перетини. Наукові студії з соціальної та політичної психології, 2020. № 46. С. 7–18.
16. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ: Либідь, 2003. 376 с.
17. Титаренко Т. М. Психологія життєвих криз. Київ: Либідь, 2007. 320 с.
18. Титаренко Т. М. Життєві сценарії та життєві стратегії. Київ: Либідь, 2011. 280 с.
19. Терешук А. Д. Концепція вчинку в українській психології. Психологія і суспільство, 2018. № 1. С. 123–130.
20. Культурно-історична психологія і творчість В. А. Роменця: зб. наук. праць. Тернопіль: ТНЕУ, 2021. 240 с.
21. Goldberg L. R. The structure of phenotypic personality traits. American Psychologist, 1993. Vol. 48, No. 1. P. 26–34.
22. Costa P. T., McCrae R. R. Personality in adulthood: A five-factor theory perspective. New York: Guilford Press, 2003. 268 p.
23. Lim A. G. Y. Big Five Personality Traits: The 5-Factor Model of Personality. Simply Psychology, 2025. URL: <https://www.simplypsychology.org/big-five-personality.html> (дата звернення: 27.12.2025).
24. Lee K., Ashton M. C. The HEXACO Personality Inventory – Revised. URL: <https://hexaco.org> (дата звернення: 27.12.2025).

25. Ashton M. C., Lee K. The HEXACO model of personality structure. *European Journal of Personality*, 2007. Vol. 21, No. 5. P. 327–354.
26. HEXACO Personality Model Explained: Complete Guide to Six Factors. *Personal Tests*, 2025. URL: <https://personal-tests.com/blog/what-is-hexaco-personality-model> (дата звернення: 27.12.2025).
27. Frankl V. E. *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 2006. 288 p. (Original work published 1946).
28. Maslow A. H. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row, 1954.

ACTION AS INITIATION: FROM INDIVIDUAL FREEDOM TO SOCIO-PSYCHOLOGICAL AGENCY

Sofia Hrabovska

*Lviv National Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0003-4256-1191>
e-mail: sofia.hrabovska@lnu.edu.ua*

Nataliia Hrebin

*Lviv National Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0002-9473-0404>
e-mail: nataliya.hrebin@lnu.edu.ua*

Mykhailo Matkovskyi

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0002-5846-4719>
e-mail: mykhaylo.matkovskyi@lnu.edu.ua*

The article examines the evolution of the concept of the human act, from the foundational works of V. Romenets to the subject–act paradigm developed by V. Tatenko and further elaborated by other scholars. The study analyzes Romenets' views on the nature and essence of the act as a universal category integrating both individual and social dimensions. He emphasized the cultural-historical nature of this concept, which encompasses ethical, cultural, and psychological aspects. Within Romenets' theoretical framework, the act constitutes the central category of personality psychology and serves as its core. It is interpreted as a manifestation of self-determination, personal development, and self-realization, as well as an expression of subjectivity and personal maturity.

From Romenets' perspective, the act reflects the integration of an individual's internal and external worlds and represents an expression of personal freedom and responsibility. The paper traces the evolution of the concept from an individual to a socio-psychological dimension. While Romenets laid the theoretical foundations of the concept, Tatenko significantly expanded it within a socio-psychological framework. T. Tytarenko, in turn, emphasizes the subject–subject interaction manifested in the act, demonstrating that it can occur not only individually but also as a collective phenomenon that shapes and explains social interaction.

Tytarenko's approach integrates two key lines: a general psychological understanding of personality as a subject and the interpretation of the act as an expression of freedom of choice. She developed the subject–act approach as a framework for explaining both individual and collective processes. In her works, the act is also viewed as a response to life crises, enabling individuals to reach a new level of self-awareness.

The article draws parallels between Romenets' concept of the act and A. Maslow's ideas, revealing a conceptual affinity, particularly between Maslow's notion of self-actualization and Romenets' concept of self-creation. It also compares Romenets' act-centered approach with contemporary five- and six-factor models of personality. The significance of the contribution made by Ukrainian scholars to the development of the concept of the act is highlighted, particularly in the fields of social, educational, biographical, and crisis psychology. Their research provides a comprehensive understanding of personal maturity through the lens of the act, as well as the individual's role in shaping sociocultural reality.

Keywords: personality, human act, self-awareness, self-determination, self-realization, subjectivity, social interaction.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.9.07

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.8>

ЕТИКО-ПРАВОВІ ЗАСАДИ КРИЗОВОГО ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ОСІБ РІЗНОГО ВІКУ

Ольга Джежик

*Національний університет «Одеська юридична академія»,
вул. Фонтанська дорога, 23, м. Одеса, Україна, 65009
<https://orcid.org/0000-0003-2570-2589>
e-mail: dzhezhik_olga@ukr.net*

Марина Боделан

*Національний університет «Одеська політехніка»,
проспект Шевченка, 1, м. Одеса, Україна, 65044
<https://orcid.org/0000-0003-4216-8496>
e-mail: manina19831@ukr.net*

Олена Азаркіна

*Національний університет «Одеська політехніка»,
проспект Шевченка, 1, м. Одеса, Україна, 65044
<https://orcid.org/0000-0002-2496-3691>
e-mail: olenaazarkina@gmail.com*

У статті здійснено теоретичний аналіз етико-правових засад кризового психологічного консультування осіб різного віку. Досліджено особливості реалізації етичних принципів і правових норм у професійній діяльності кризового консультанта з урахуванням віково-психологічних характеристик дітей, підлітків, дорослих та осіб похилого віку. Обґрунтовано, що ефективність кризового психологічного консультування визначається не лише дотриманням професійних етичних стандартів і вимог чинного законодавства, а й адаптацією професійної взаємодії до рівня психічного розвитку, когнітивних можливостей, автономності та соціальної ситуації розвитку клієнта.

Проаналізовано нормативно-правове забезпечення професійної діяльності психолога в Україні та сучасні етичні кодекси, що регламентують надання психологічної допомоги в кризових ситуаціях. Розкрито зміст основних етико-правових принципів, зокрема конфіденційності, інформованої згоди, професійної відповідальності, безпеки та принципу «не зашкодь», а також визначено специфіку їх реалізації під час кризового консультування представників різних вікових груп.

Встановлено, що практична реалізація етико-правових засад кризового психологічного консультування потребує диференційованого підходу, який враховує вікові психологічні особливості клієнтів, рівень сформованості їхньої здатності до усвідомленого прийняття рішень, характер кризової ситуації та правові підстави здійснення психологічного втручання. Показано, що інтеграція віково-психологічного й етико-правового підходів сприяє підвищенню ефективності кризового психологічного консультування, забезпеченню психологічної безпеки клієнтів і дотриманню професійних стандартів діяльності психолога.

Ключові слова: кризове психологічне консультування, етико-правові засади, віково-психологічні особливості, професійна етика психолога, конфіденційність, інформована згода, професійна відповідальність, психологічна безпека, правове регулювання психологічної діяльності.



Вступ. Ефективність кризового психологічного консультування визначається не лише рівнем професійної підготовки фахівця, а й дотриманням етико-правових норм, які регламентують його діяльність. Йдеться про систему деонтологічних принципів і правових вимог, що забезпечують безпеку клієнта, збереження його гідності, прав і свобод, а також професійну відповідальність консультанта.

Практична реалізація етико-правових засад кризового психологічного консультування набуває специфічних особливостей залежно від віку клієнта, рівня його психічного розвитку, сформованості автономності, когнітивних можливостей та характеру кризової ситуації. Особливого значення в умовах кризового втручання набувають принципи конфіденційності, «не зашкодь», інформованої згоди, професійної компетентності та безпеки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика етико-правових засад психологічної допомоги є предметом наукових досліджень як українських, так і зарубіжних учених. Окремий науковий інтерес становить дослідження особливостей реалізації етико-правових принципів у роботі з представниками різних вікових груп, оскільки психологічні закономірності розвитку безпосередньо впливають на організацію консультативної взаємодії, межі професійної відповідальності психолога та вибір форм психологічної допомоги. Зокрема, у вітчизняній психологічній науці значну увагу питанням професійної етики психолога приділено у працях Т. Яценко, Н. Чепелевої, В. Панка, Л. Орбан-Лембрик, де розглядаються морально-етичні основи професійної діяльності, принципи взаємодії з клієнтом та відповідальність фахівця.

Правове регулювання діяльності кризового консультанта в Україні здійснюється через низку нормативно-правових актів, які визначають загальні засади надання психологічної допомоги. Нормативне підґрунтя професійної діяльності психолога в Україні визначається «Етичним кодексом психолога», прийнятом на I Установчому з'їзді Товариства психологів України 20 грудня 1990 року в м. Києві [2], «Етичним кодексом психолога» Національної психологічної асоціації [3], «Етичним кодексом психолога», затвердженим Українською психологічною асоціацією [4], «Етичним кодексом психологів-консультантів» Асоціації психологічного консультування та травматерапії [5], а також низкою законодавчих актів, серед яких важливе місце займають Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні» №4223-IX, від 15.01.2025[6] та Закон України «Про захист персональних даних» [7].

Нормативно-правові вимоги набувають різної практичної реалізації залежно від віку клієнта, оскільки особливості отримання інформованої згоди, забезпечення конфіденційності, участі законних представників та визначення меж професійного втручання істотно відрізняються під час надання психологічної допомоги дітям, підліткам, дорослим і особам похилого віку.

Ці документи визначають права та обов'язки фахівця, стандарти взаємодії з клієнтом, а також відповідальність за порушення професійних норм. В умовах кризового психологічного консультування правовий компонент професійної діяльності набуває особливого значення під час роботи з клієнтами різного віку, насамперед із дітьми, підлітками, особами похилого віку, військовослужбовцями, постраждалими від насильства та іншими категоріями населення, які потребують додаткових гарантій дотримання їхніх прав і психологічної безпеки.

Застосування правових норм у практиці консультанта сприяє структурованості професійної діяльності, підвищує її прозорість і забезпечує захист як клієнта, так і самого фахівця.

У зазначених нормативних документах закріплено ключові принципи професійної діяльності психолога, однак їх практичне застосування передбачає врахування

віково-психологічних особливостей клієнтів, рівня їхньої правосуб'єктності, автономності та психологічної готовності до консультативної взаємодії.

Етико-правові аспекти професійної діяльності психолога та особливості прийняття етичних рішень у процесі консультування розкрито у працях Г. Бондаренко, Ю. Клименко, С. Роечко [1] та В. Климчука [10], у яких акцентовано увагу на професійній відповідальності консультанта, дотриманні етичних принципів і специфіці надання психологічної допомоги в складних життєвих обставинах. У цих умовах дотримання етичних норм набуває особливої складності, оскільки консультант часто змушений балансувати між принципом конфіденційності та необхідністю забезпечення безпеки клієнта або третіх осіб. Особливої складності набуває реалізація цих принципів під час кризового консультування дітей і підлітків, де консультант має забезпечити баланс між правом неповнолітнього на конфіденційність, участю законних представників у процесі надання психологічної допомоги та необхідністю захисту життя і здоров'я дитини.

Окремі аспекти етико-правового регулювання діяльності психолога розглядаються у контексті деонтології [10], де підкреслюється значення принципу «не зашкодь» як базового орієнтира професійної поведінки. У працях сучасних дослідників також акцентується увага на необхідності інтеграції міжнародних стандартів (зокрема рекомендацій Американської психологічної асоціації та Європейської федерації психологічних асоціацій) у національну практику American [12].

Попри значну кількість наукових напрацювань, питання практичної реалізації етико-правових засад кризового психологічного консультування осіб різного віку потребує подальшого системного аналізу. Недостатньо дослідженими залишаються механізми прийняття етичних рішень з урахуванням віково-психологічних особливостей клієнтів, специфіка реалізації принципів конфіденційності та інформованої згоди на різних етапах онтогенезу, а також алгоритми професійної діяльності психолога в умовах конфлікту етичних і правових норм.

Постановка проблеми. У сучасних умовах зростання кількості кризових ситуацій різного характеру (воєнні конфлікти, соціально-економічна нестабільність, особистісні втрати, психотравмуючі події) діяльність кризового консультанта набуває особливої значущості та водночас ускладнюється. Специфіка кризового психологічного консультування визначається не лише необхідністю оперативного реагування, роботи з інтенсивними емоційними станами клієнта та прийняття професійних рішень в умовах невизначеності, а й потребою врахування віково-психологічних особливостей осіб, які звертаються по психологічну допомогу. Особливості психічного розвитку, рівень автономності, соціальна ситуація розвитку та правовий статус клієнтів різних вікових груп зумовлюють специфіку реалізації етико-правових принципів професійної діяльності психолога.

За таких умов особливої актуальності набуває проблема реалізації етико-правових засад кризового психологічного консультування осіб різного віку. Практична діяльність психолога нерідко супроводжується необхідністю прийняття складних професійних рішень, пов'язаних із забезпеченням конфіденційності, отриманням інформованої згоди, визначенням меж професійного втручання та гарантуванням психологічної безпеки клієнтів різного віку.

Незважаючи на наявність нормативно-правових документів та професійних етичних кодексів, їх практична імплементація у сфері кризового консультування залишається недостатньо розробленою [9]. Додаткової наукової уваги потребує проблема адаптації етико-правових вимог до особливостей кризового психологічного консультування дітей, підлітків, дорослих і осіб похилого віку, оскільки механізми реалізації професійних принципів у зазначених категоріях клієнтів суттєво відрізняються. Відсутність чітких алгоритмів

дій у складних етичних ситуаціях, недостатня інтеграція правових норм у професійну підготовку консультантів, а також специфічні умови кризової допомоги зумовлюють необхідність глибшого наукового осмислення цієї проблематики.

Таким чином, виникає суперечність між нормативно визначеними етико-правовими засадами діяльності психолога та складністю їх практичної реалізації в умовах кризового консультування, що й обумовлює актуальність даного дослідження.

Метою статті є теоретичне обґрунтування етико-правових засад кризового психологічного консультування осіб різного віку та визначення особливостей реалізації професійних етичних принципів і правових норм з урахуванням віково-психологічних характеристик клієнтів.

Для досягнення поставленої мети передбачається вирішення таких завдань:

- проаналізувати теоретичні засади етико-правового забезпечення кризового психологічного консультування;
- охарактеризувати нормативно-правові та етичні основи професійної діяльності кризового психолога;
- визначити особливості реалізації етико-правових принципів під час кризового психологічного консультування дітей, підлітків, дорослих та осіб похилого віку;
- обґрунтувати напрями вдосконалення практичної реалізації етико-правових засад кризового психологічного консультування осіб різного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Етико-правові засади діяльності кризового консультанта становлять інтегративну систему професійних норм, що регулюють взаємодію фахівця з клієнтом у ситуаціях підвищеної психологічної вразливості. У межах кризового консультування ці норми набувають особливої значущості, оскільки клієнт перебуває у стані емоційної дестабілізації, що знижує рівень критичності мислення, саморегуляції та здатності до автономного прийняття рішень.

1. Етичний вимір діяльності базується на принципах гуманізму, поваги до гідності особистості, добровільності отримання допомоги та відповідальності фахівця за наслідки психологічного впливу. Водночас правовий аспект визначає нормативні рамки професійної діяльності, зокрема через дотримання законодавства України у сфері охорони психічного здоров'я, соціального захисту та захисту персональних даних[8].

Синтез етичних і правових норм забезпечує не лише ефективність консультування, але й захист прав клієнта, мінімізацію ризиків вторинної травматизації та підвищення рівня довіри до психологічної допомоги [11].

Конфіденційність є фундаментальним принципом кризового консультування, що передбачає збереження в таємниці будь-якої інформації, отриманої від клієнта в процесі професійної взаємодії. У кризових ситуаціях цей принцип має подвійне значення: з одного боку, він сприяє формуванню довірливих відносин, з іншого - вимагає від консультанта високого рівня професійної відповідальності у випадках, коли існує загроза життю чи здоров'ю клієнта або інших осіб.

Відповідно до українського законодавства, зокрема Закону України «Про захист персональних даних», консультант зобов'язаний забезпечити належний рівень захисту інформації та інформувати клієнта про межі конфіденційності. Це включає ситуації, коли можливе її обмеження (наприклад, ризик суїциду, насильства тощо)[7].

Таким чином, конфіденційність у кризовому консультуванні не є абсолютною категорією, а розглядається як етично та юридично регульований процес балансування між правом клієнта на приватність і необхідністю забезпечення безпеки.

Водночас практична реалізація принципу конфіденційності залежить від віку клієнта. Під час кризового психологічного консультування дітей і підлітків консультант

зобов'язаний враховувати законодавчо визначені права та обов'язки законних представників, тоді як у роботі з повнолітніми особами пріоритетного значення набуває принцип автономії особистості. Психологічне консультування осіб похилого віку також може потребувати оцінки когнітивного функціонування та здатності клієнта до усвідомленого прийняття рішень, що безпосередньо впливає на реалізацію принципу конфіденційності [13, 15].

Принцип безпеки є ключовим у діяльності кризового консультанта та передбачає створення умов, у яких клієнт не зазнає додаткової психологічної шкоди. Він тісно пов'язаний із класичним деонтологічним принципом «не зашкодь», що вимагає від фахівця утримання від будь-яких дій, які можуть погіршити психоемоційний стан клієнта або спричинити вторинну травматизацію.

2. У контексті нормативного регулювання професійної діяльності психолога важливу роль відіграє Етичний кодекс психолога, який визначає базові стандарти професійної поведінки. В Україні тривалий час основним орієнтиром залишався Етичний кодекс психолога, ухвалений Товариством психологів України у 1990 році, що закріплює принципи відповідальності, гуманізму та недопущення шкоди у професійній діяльності [2].

Водночас варто зазначити, що зазначений кодекс у його класичній редакції певною мірою є застарілим, оскільки був сформований в інших соціокультурних умовах і не враховує повною мірою сучасні виклики, зокрема пов'язані з кризовим консультуванням у ситуаціях воєнного часу, цифровізації психологічної допомоги та нових етичних дилем. У зв'язку з цим Національною психологічною асоціацією України було розроблено оновлений Етичний кодекс психолога, гармонізований із європейськими стандартами професійної етики [3].

Це свідчить про поступову трансформацію етичних підходів у професійній діяльності психолога та необхідність їх адаптації до сучасних умов практики. Зокрема, принцип «не зашкодь» у кризовому консультуванні набуває більш комплексного характеру і передбачає не лише уникнення прямої шкоди, а й активне забезпечення психологічної стабілізації клієнта, оцінку ризиків (суїцидальних, поведінкових, соціальних) та своєчасне залучення інших фахівців у разі потреби.

Таким чином, реалізація принципу безпеки у кризовому консультуванні вимагає поєднання етичної рефлексії, правової обізнаності та високого рівня професійної компетентності консультанта.

Реалізація принципу «не зашкодь» також має вікову специфіку. Для дітей та підлітків першочергового значення набуває попередження повторної психотравматизації, забезпечення безпечної взаємодії із сім'єю та соціальним оточенням. У роботі з дорослими особлива увага приділяється підтримці автономії клієнта, тоді як під час консультування осіб похилого віку необхідно враховувати можливі вікові когнітивні зміни, соматичний стан та соціальну ізоляцію, які можуть впливати на перебіг кризової ситуації [11, 14].

Ефективність кризового консультування значною мірою залежить від здатності фахівця інтегрувати етичні принципи з правовими вимогами у реальній практиці. Це передбачає не лише знання відповідних норм, але й розвиток професійного мислення, що дозволяє приймати обґрунтовані рішення в умовах невизначеності та високого рівня відповідальності.

Практична реалізація етико-правових засад включає:

- отримання інформованої згоди клієнта;
- чітке окреслення меж професійної взаємодії;
- ведення документації відповідно до нормативних вимог;
- дотримання стандартів професійної комунікації.

Таким чином, реалізація етико-правових засад кризового психологічного консультування передбачає не механічне виконання нормативних вимог, а їх професійну інтерпретацію відповідно до конкретної кризової ситуації, індивідуально-психологічних характеристик клієнта та його вікових особливостей. Саме комплексне поєднання етичної компетентності, правової обізнаності та професійної рефлексії забезпечує ефективність консультативної взаємодії.

Водночас зміст зазначених професійних дій не є однаковим для всіх категорій клієнтів. Отримання інформованої згоди, визначення меж професійної взаємодії, ведення документації та організація психологічної підтримки повинні здійснюватися з урахуванням віково-психологічних особливостей особистості, її правового статусу, рівня автономності та здатності до усвідомленого прийняття рішень [12, 15].

Особливого значення набуває розвиток етичної рефлексії консультанта, яка забезпечує здатність критично оцінювати власні дії та їх відповідність професійним стандартам.

Принцип інформованої згоди є важливим елементом етико-правового забезпечення діяльності кризового консультанта та передбачає добровільну участь клієнта у процесі психологічної допомоги на основі повного розуміння її умов, цілей і можливих наслідків. У кризових ситуаціях реалізація цього принципу ускладнюється через емоційну дезорганізацію клієнта, обмеженість часу та необхідність швидкого реагування.

Консультант зобов'язаний у доступній формі пояснити клієнту характер допомоги, межі конфіденційності, можливі ризики та альтернативні варіанти підтримки. Особливу увагу слід приділяти випадкам, коли клієнт перебуває у стані гострої кризи, що може знижувати його здатність до усвідомленого прийняття рішень. У таких ситуаціях допускається часткова модифікація процедури інформованої згоди, однак із обов'язковим дотриманням принципу поваги до автономії особистості.

Таким чином, інформована згода у кризовому консультуванні виступає не лише юридичною формальністю, а й етичним механізмом забезпечення суб'єктності клієнта.

Урахування віково-психологічних особливостей клієнтів є необхідною умовою реалізації етико-правових засад кризового психологічного консультування. Особливості психічного розвитку, рівень автономності, соціальна ситуація розвитку та правовий статус особистості визначають специфіку застосування принципів конфіденційності, інформованої згоди, професійної відповідальності й забезпечення психологічної безпеки під час надання психологічної допомоги особам різних вікових груп.

Практична реалізація етико-правових засад кризового психологічного консультування не може здійснюватися за універсальним алгоритмом, оскільки визначається віково-психологічними особливостями клієнтів, рівнем їхнього психічного розвитку, сформованістю автономності, когнітивних процесів і здатності до усвідомленого прийняття рішень. Саме тому застосування принципів конфіденційності, інформованої згоди, професійної відповідальності та забезпечення психологічної безпеки набуває специфічних рис у роботі з представниками різних вікових груп. У сучасній психології розвитку наголошується, що вікові закономірності визначають не лише особливості переживання кризових подій, а й характер взаємодії клієнта з психологом, рівень довіри та готовність до консультативної співпраці [13; 14].

У роботі з дітьми реалізація етико-правових принципів характеризується поєднанням прав дитини із законними повноваженнями її батьків або інших законних представників. Надання психологічної допомоги передбачає отримання інформованої згоди законного представника, водночас консультант повинен максимально враховувати думку самої дитини відповідно до її віку, рівня розвитку та здатності усвідомлювати зміст психологічної взаємодії. Особливого значення набуває забезпечення психологічної безпеки

дитини, недопущення повторної травматизації та дотримання принципу найкращих інтересів дитини [15; 16].

Під час кризового психологічного консультування підлітків особливу роль відіграє баланс між автономністю особистості та участю законних представників у процесі надання психологічної допомоги. Консультант повинен враховувати прагнення підлітка до самостійності, забезпечувати довірливий характер взаємодії та водночас виконувати правові вимоги щодо захисту життя і здоров'я неповнолітнього. За наявності ризику самоушкодження, суїцидальної поведінки або насильства принцип конфіденційності може бути обмежений відповідно до вимог законодавства та професійних етичних стандартів [12; 15].

У роботі з дорослими клієнтами провідного значення набувають принципи автономії особистості, добровільності отримання психологічної допомоги, конфіденційності та особистої відповідальності за прийняті рішення. За таких умов консультативна взаємодія ґрунтується на партнерських відносинах між психологом і клієнтом, що забезпечує ефективну реалізацію інформованої згоди та сприяє формуванню довірливого терапевтичного контакту [3; 12].

Психологічне консультування осіб похилого віку потребує врахування можливих когнітивних змін, особливостей емоційного реагування, стану здоров'я та соціальної ситуації розвитку. У таких випадках консультант повинен оцінювати здатність клієнта до усвідомленого прийняття рішень, забезпечувати доступність інформації, а за необхідності – організовувати взаємодію із законними представниками чи членами сім'ї, не порушуючи права людини на повагу до її гідності та приватності [11; 14].

Отже, реалізація етико-правових засад кризового психологічного консультування має здійснюватися з урахуванням віково-психологічних закономірностей розвитку особистості. Диференційований підхід забезпечує дотримання професійних стандартів психологічної діяльності, підвищує ефективність психологічної допомоги та сприяє захисту прав клієнтів незалежно від їхнього віку.

Професійна відповідальність кризового консультанта охоплює усвідомлення наслідків власних дій, дотримання професійних стандартів та готовність до прийняття рішень у ситуаціях підвищеного ризику. Вона включає як етичний, так і правовий компоненти.

Етична відповідальність полягає у дотриманні норм професійної етики, повазі до гідності клієнта, недопущенні дискримінації та зловживання професійними повноваженнями. Правова відповідальність визначається чинним законодавством України, зокрема у сфері захисту персональних даних, охорони психічного здоров'я та надання психологічної допомоги.

Особливого значення набуває компетентісна відповідальність, яка передбачає роботу лише в межах власної професійної підготовки. У випадках, що виходять за межі компетенції (наприклад, психіатричні стани, суїцидальні ризики високого рівня), консультант зобов'язаний направити клієнта до відповідного спеціаліста.

Отже, професійна відповідальність є інтегративною характеристикою діяльності кризового консультанта, що забезпечує якість і безпечність психологічної допомоги.

Практика кризового консультування нерідко супроводжується виникненням етичних дилем - ситуацій, у яких консультант змушений обирати між кількома суперечливими цінностями або нормами. Найпоширенішими серед них є:

- конфлікт між конфіденційністю та необхідністю запобігання шкоді;
- баланс між автономією клієнта та обов'язком захисту його життя і здоров'я;
- визначення меж професійного втручання в умовах невизначеності.

Наприклад, у випадках суїцидального ризику консультант може бути змушений порушити принцип конфіденційності задля забезпечення безпеки клієнта. Такі рішення мають базуватися на оцінці ризиків, етичних стандартах та законодавчих нормах.

Вирішення етичних дилем передбачає застосування принципів етичного аналізу, супервізії та міждисциплінарної взаємодії. Важливою умовою є також розвиток етичної рефлексії як складової професійної компетентності психолога.

Таким чином, етичні дилеми є невід'ємною частиною практики кризового консультування та потребують високого рівня професійної підготовки.

Висновки. У результаті проведеного теоретичного аналізу встановлено, що етико-правові засади діяльності кризового консультанта є фундаментальною основою надання ефективної та безпечної психологічної допомоги в умовах кризи.

Ключовими деонтологічними принципами виступають конфіденційність, безпека та принцип «не зашкодь», які визначають межі професійного втручання та забезпечують захист клієнта. Водночас їх реалізація у кризових умовах потребує гнучкості та врахування контексту ситуації.

Науковий пошук вказав на значення принципу інформованої згоди як механізму забезпечення автономії клієнта, а також визначив роль професійної відповідальності консультанта як інтегративного чинника якості психологічної допомоги.

Доведено, що практична реалізація етико-правових засад кризового психологічного консультування повинна здійснюватися з урахуванням віково-психологічних особливостей клієнтів. Вікові характеристики визначають специфіку застосування принципів конфіденційності, інформованої згоди, професійної відповідальності та забезпечення психологічної безпеки, що обумовлює необхідність диференційованого підходу до надання психологічної допомоги дітям, підліткам, дорослим та особам похилого віку.

Окрему увагу приділено етичним дилемам, що виникають у практиці кризового консультування, та необхідності розвитку етичної рефлексії, супервізійної підтримки і міждисциплінарної взаємодії для їх ефективного вирішення.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробкою сучасних етичних стандартів кризового консультування в умовах воєнного стану та цифровізації психологічної допомоги. Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості їх використання під час удосконалення професійної підготовки кризових психологів, розроблення методичних рекомендацій щодо реалізації етико-правових засад психологічної допомоги особам різних вікових груп, а також у процесі оновлення професійних стандартів діяльності психологів відповідно до сучасних суспільних викликів.

Список використаної літератури

1. Бондаренко Г., Клименко Ю., Роечко С. Роль етичних норм у соціально-психологічному консультуванні: від моральної відповідальності до правових обмежень. Соціальна робота та соціальна освіта. 2025. № 1(14). С. 197–205. DOI: 10.31499/2618-0715.1(14).2025.332106. URL: [https://doi.org/10.31499/2618-0715.1\(14\).2025.332106](https://doi.org/10.31499/2618-0715.1(14).2025.332106) (дата звернення: 23.07.2026).
2. Етичний кодекс психолога від 20 груд. 1990 р. URL: <http://nsj.gov.ua/files/1448287570%D0%95%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0.docx.pdf> (дата звернення: 26.07.2026 року).
3. Етичний кодекс психолога Національної психологічної асоціації. URL: <https://npa-ua.org/ethics/> (дата звернення: 26.07.2026).
4. Етичний кодекс психолога Української психологічної асоціації. URL: <https://www.upa.guru/> (дата звернення: 26.07.2026).
5. Етичний кодекс психологів-консультантів Асоціації психологічного консультування та травматерапії. URL: <https://www.psycounseling.org/ethics> (дата звернення: 26.07.2026).

6. Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні» №4223-IX, від 15.01.2025 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4223-20#Text>. (дата звернення: 27.07.2026).
7. Закон України «Про захист персональних даних» №4240-IX, від 14.06.2025 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2297-17#Text> (дата звернення: 27.07.2026).
8. Наказ МОЗ України №2118 від 13.12.2023 «Про організацію надання психосоціальної допомоги населенню». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0126-24#Text> (дата звернення: 26.07.2026).
9. Постанова КМУ «Про деякі питання надання психологічної допомоги ветеранам війни, членам їх сімей та деяким іншим категоріям осіб» №1338 від 29.11.2022 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1338-2022-%D0%BF#Text> (дата звернення: 27.07.2026).
10. Психологічна деонтологія: етичні кодекси: хрестоматія / уклад. В.О. Климчук; Міжрегіональна академія управління персоналом. Київ : МАУП, 2005. 86 с.
11. Титаренко Т. М., Дворник М. С., Климчук В. О. та ін. Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2019. 220 с.
12. American Psychological Association Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. Washington, 2017 URL: <https://www.apa.org/ethics/code/ethics-code-2017.pdf>. (дата звернення: 26.07.2026).
13. Fisher C. B. Being Informed About Informed Consent. *Society for the Advancement of Psychotherapy*. 2023. URL: <https://societyforpsychotherapy.org/being-informed-about-informed-consent/> (дата звернення: 23.07.2026).
14. McGuire J. Ethical Considerations When Working With Older Adults in Psychology. *Ethics & Behavior*. 2009. Vol. 19(2). P. 112–128. DOI: 10.1080/10508420902772702. URL: <https://doi.org/10.1080/10508420902772702> (дата звернення: 23.07.2026).
15. Young G., Kenny M. C. Focusing the APA Ethics Code to Include Development: Applications to Abuse. *Journal of Child & Adolescent Trauma*. 2023. Vol. 16(1). P. 109–122. DOI: 10.1007/s40653-022-00484-z. URL: <https://doi.org/10.1007/s40653-022-00484-z> (дата звернення: 23.07.2026).

ETHICAL AND LEGAL PRINCIPLES OF CRISIS PSYCHOLOGICAL COUNSELING FOR INDIVIDUALS OF DIFFERENT AGE GROUPS

Olha Dzhezhyk

*National University «Odesa Law Academy»,
23, Fontanska Road Str., Odessa, Ukraine, 65009
<https://orcid.org/0000-0003-2570-2589>
e-mail: dzhezhyk_olga@ukr.net*

Maryna Bodelan

*National University «Odesa Polytechnic»
1 Shevchenko Avenue, Odessa, Ukraine, 65044
<https://orcid.org/0000-0003-4216-8496>
e-mail: manina19831@ukr.net*

Olena Azarkina

*National University «Odesa Polytechnic»
1 Shevchenko Avenue, Odessa, Ukraine, 65044
<https://orcid.org/0000-0002-2496-3691>
e-mail: olenaazarkina@gmail.com*

The article presents a theoretical analysis of the ethical and legal principles of crisis psychological counseling for individuals of different age groups. The study examines the specific features of implementing ethical principles and legal standards in the professional practice of crisis counselors while considering the developmental and psychological characteristics of children, adolescents, adults, and older adults. It is substantiated that the effectiveness of crisis psychological counseling depends not only on adherence to professional ethical standards and current legal requirements but also on the adaptation of professional interaction to the client's level of psychological development, cognitive capacities, autonomy, and social context of development.

The study analyzes the legal framework governing the professional activities of psychologists in Ukraine, as well as contemporary ethical codes regulating the provision of psychological assistance in crisis situations. The content of the fundamental ethical and legal principles, including confidentiality, informed consent, professional responsibility, safety, and the principle of do no harm, is examined. Particular attention is paid to the age-specific implementation of these principles in crisis psychological counseling for representatives of different age groups.

The findings indicate that the practical implementation of ethical and legal principles in crisis psychological counseling requires a differentiated approach that takes into account the clients' developmental and psychological characteristics, their capacity for informed decision-making, the nature of the crisis situation, and the legal grounds for psychological intervention. It is demonstrated that integrating developmental psychological and ethical-legal approaches contributes to improving the effectiveness of crisis psychological counseling, ensuring clients' psychological safety, protecting their rights, and maintaining professional standards of psychological practice.

Keywords: crisis psychological counseling; ethical and legal principles; developmental psychological characteristics; professional ethics of psychologists; confidentiality; informed consent; professional responsibility; psychological safety; legal regulation of psychological practice.

*Дата першого надходження статті до видання: 31.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 28.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 316.64 : 004.5 : 004.8

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.9>

ПСИХОЛОГІЧНА СПЕЦИФІКА СТАВЛЕННЯ ДО ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ СЕРЕД ВІТЧИЗНЯНИХ ІТ-ФАХІВЦІВ І ПСИХОЛОГІВ

Олександр Дроздов

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка,

вул. Гетьмана Полуботка, 53, м. Чернігів, Україна, 14013

<https://orcid.org/0000-0002-6682-9108>

e-mail: dalmar@ukr.net

Стаття присвячена проблемі ставлення фахівців різних галузей до штучного інтелекту (ШІ). Наводяться результати авторського експертного онлайн-опитування, проведеного у квітні-травні 2026 р. серед фахівців (n=236; наукові співробітники та викладачі університетів), які представляли комп'ютерні (n=117) та психологічні (n=119) науки. Використовувався метод анкетування з елементами суб'єктивного шкалювання. Було виявлено, що когнітивні компоненти настановлень до ШІ серед представників ІТ-сфери та психологів є відносно схожими. В цілому серед них поширене «обережно-оптимістичне» сприймання ШІ як перспективної у багатьох сферах технології, яка, крім переваг, має й деякі недоліки, обмеження, може створювати певні проблеми (морально-етичні, економічні, правові, педагогічні та психологічні), внаслідок чого потребує контролю. Психологи дещо вище, ніж представники ІТ-наук, оцінюють потенційну шкоду здоров'ю користувачів від ШІ. Щодо емоційних компонентів ставлення до ШІ, в обох професійних групах були більш виражені почуття інтересу/захоплення, а найменш виражені почуття роздратування/гніву; в обох групах зафіксовано невисокий рівень проявів довіри та тривоги/страху до ШІ. Але фахівці з комп'ютерних наук більшою мірою виявляли інтерес/захоплення та оптимізм/надію щодо ШІ. Відмінності в поведінкових компонентах ставлення до ШІ серед ІТ-фахівців і психологів проявилися найбільшою мірою. Зокрема, перші вище оцінювали і бажання використовувати ШІ у своїй роботі та за її межами, і частоту реального використання ШІ в обох сферах. Наставовлення фахівців двох груп до ШІ пов'язані з такими чинниками, як вік, професійний стаж та частота реального використання ШІ у професійній діяльності (при цьому останній чинник має більшу вагомість).

Ключові слова: настанови, ставлення, штучний інтелект (ШІ), професія, ІТ-фахівці, психологи.

Постановка проблеми. Мабуть, аксіоматичною є теза про те, що інформаційно-комп'ютерні технології стали невід'ємною частиною нашого життя. Їхній швидкий розвиток, з одного боку, зумовив появу нових програм, робототехніки, зброї з підвищеними можливостями, які отримали відому метафоричну назву «штучний інтелект» – ШІ (artificial intelligence, AI). З іншого боку, все це призвело до наслідків етичного, психологічного і навіть політичного характеру – від обговорення ефективності певних технологій ШІ, їхніх можливих негативних наслідків, і закінчуючи дискусіями про необхідність обмеження/контролю над ними. Слід зазначити, що дуже часто ці питання постають не лише на рівні експертних дискусій різних фахівців, але й на рівні громадської думки. Але якщо в останньому випадку мова йде про масову свідомість (в якій, як відомо, елементи об'єктивних, перевірених знань часто переплетені з суб'єктивними оцінками, соціальними

стереотипами, міфологізованими уявленнями тощо), то рівень фахової (спеціалізованої, експертної) свідомості викликає найбільший інтерес.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Зазначимо, що у зарубіжній науці вже склалася традиція вивчення думок і оцінок щодо ШІ серед спеціалістів з різних сфер, зокрема фахівців т.зв. «допомагаючих» професій. Прикладом є дослідження Х. Хайнрікс та колег серед німецьких лікарів, у якому, зокрема, виявилася тенденція позитивного ставлення до ШІ у медичній практиці (яка більшою мірою зумовлювалася досвідом використання та залученістю, ніж демографічними чинниками) [9]. У дослідженні Дж. Вагнера та А.-С. Швінд виявилася схожа тенденція – німецькі психотерапевти, які мали більший рівень комп'ютерної компетентності, позитивніше ставилися до використання ШІ у психотерапевтичній практиці [10]. На цьому фоні цікавими уявляються результати опитування, проведеного 2024 р. Американською психологічною асоціацією (АПА) серед ліцензованих психологів. Хоча половина респондентів заявляли, що вони поінформовані про інструменти ШІ, лише 29% використовували їх у своїй практиці протягом попереднього року, а 11% – щомісячно або частіше. При цьому психологи з більшим професійним стажем (та, відповідно, віком) використовували ШІ рідше, ніж їхні молодші колеги. Найчастіше ШІ застосовували для допомоги в написанні текстів (58%); дещо рідше – для генерації зображень, текстів або інших медіафайлів (36%), узагальнення різної інформації (нотаток, цифрових статей тощо – 29%), ведення записів або диктовки (27%). Як бачимо, навіть у країні з доволі розвиненими інформаційними технологіями більшість фахівців-психологів досі не ризикують використовувати ШІ як інструмент безпосередньої роботи з клієнтами (психодіагностика, консультування, психотерапія). Загалом, понад половина (52%) опитаних фахівців не були впевнені у перевагах використання ШІ-інструментів у психології. Найчастіше згадуваними побоюваннями були: можливість потенційного витоку конфіденційних даних (59%), непередбачувана соціальна шкода (54%), упередженість вхідних (програмних) даних, що може призводити до викривлених результатів (54%), відсутність переконливих емпіричних досліджень та доказів безпечності ШІ (51%). На питання про перспективи використання ШІ у своїй роботі протягом наступних трьох років думки опитаних психологів розділилися: позитивну відповідь дали 35%, негативну – 27%, а 38% – заявили, що «не знають» [6].

Цікавими можуть бути результати дослідження довіри до ШІ, проведеного австралійськими науковцями 2025 р. у 47 країнах світу. Серед іншого, виявилось, що працівники сфери ІТ, фінансового та страхового секторів повідомляли не лише про найбільший рівень використання ШІ на робочому місці, але й про високий рівень довіри до нього (62-67%). Натомість працівники сфер мистецтва, розваг і відпочинку, охорони здоров'я та соціальної допомоги повідомляли про найменший рівень довіри до ШІ на роботі (46-48%) і найменше схилилися вірити в те, що ШІ зможе виконувати ключові аспекти їхньої роботи [8].

Вітчизняні наукові розвідки на цю тему переважно стосуються використання ШІ учасниками навчального процесу, зокрема вчителями та викладачами [1; 2; 3; 7]. Так, у дослідженні Л. Лук'янової та її колег (2024) виявлено, що більшість (58%) українських викладачів середньо оцінили власний рівень знань про можливості використання ШІ у навчальній та науковій роботі (про низький рівень заявили 27,5%, а про високий – 12,7%). Цікаво, що ці результати дещо відрізнялися від оцінок студентів (про середній рівень знань заявили 68,3% здобувачів, про низький – 15,6%, про високий 13,3%). Переважна більшість викладачів були переконані, що впровадження ШІ в освітній процес є дуже важливим (27,7%) або скоріше важливим (63%). Більшість педагогів вказали, що інколи (58,2%) або часто (16%) використовують технології ШІ у своїй практичній діяльності (аналогічні показники серед студентів були дещо вищими – 64,5% та 19,7%). Загалом, про позитивне

ставлення до використання ІІІ в освітньому процесі заявили 66,2% викладачів; проте значна частина (46,6%) зазначила, що це викликає в них занепокоєння, а третина (31,7%) дала негативну відповідь. Найбільшою мірою викладачів турбували такі наслідки, як проблеми академічної доброчесності (76,7%), точність та об'єктивність оцінювання (49,7%); дещо менше згадувалися вірогідність порушення конфіденційності даних (28%) і зменшення ролі викладача (27,5%) [3].

Варто згадати дослідження, проведене 2026 р. інтернет-платформою OpenLika серед вітчизняних лікарів. Зокрема, виявилось, що 48% опитаних звертаються по допомогу до ІІІ час від часу; 22% – регулярно використовують безоплатні, а 5% – платні версії ІІІ; 16% ніколи не використовують ІІІ, а 9% – пробували, але припинили такі спроби. Основними причинами, які стримують використання ІІІ у своїй роботі, лікарі назвали страх отримати помилкову відповідь (34%) та недовіру до несертифікованих ІІІ-технологій (31%); при цьому 29% заявили про те, що використання ІІІ виглядає непрофесійно, а 6% – про можливість порушення конфіденційності та витоку даних пацієнта в мережу. При цьому більшість (54%) лікарів погодилися з тим, що використання ІІІ є корисним як додаткова перевірка у складних випадках; але третина (32%) опитаних мають сумніви щодо точності медичних ІІІ-систем [4].

Також слід згадати опитування, проведене інтернет-виданням DOU серед вітчизняних ІТ-фахівців у 2024 р. Зокрема, виявилось, що 85% респондентів заявили про використання ІІІ у своїй роботі, при цьому 41% фахівців заявили, що працюють з ІТ щодня чи кілька разів на тиждень. Цікаво, що використання ІІІ було пов'язане з низкою соціодемографічних чинників. Так, найактивнішими користувачами ІІІ-інструментів виступали саме молоді айтішники – 89% з досвідом роботи до 1 року (проти 79% фахівців, які працюють понад 10 років); фахівці на керівних посадах частіше користувалися ІІІ. Також вагомим був чинник спеціалізації – найактивніше ІІІ застосовували дизайнери інтерфейсів цифрових продуктів (96%) та маркетологи (95%), а рідше – фінансові аналітики (67%), художники та аніматори (70%). Але попри все вищезазначене лише 1% опитаних заявили, що повністю довіряють ІІІ, а 27% – «переважно довіряють». Більшість респондентів (59%) оцінили рівень довіри ІІІ як «50/50» [5].

Загалом, незважаючи на наявність низки вітчизняних досліджень ставлення до ІІІ, основний акцент в них зроблено саме на поведінку (частота та мотивація використання відповідних ІІІ-інструментів), тоді як когнітивні та емоційні аспекти (як сприймають, оцінюють, що відчувають тощо) менше потрапляють у фокус уваги дослідників. Все це не дозволяє повноцінно вивчити цілісну структуру ставлення (настановлень/атитюдів) до ІІІ.

З нашого погляду, порівняння ставлення до ІІІ серед фахівців різного профілю є цікавим і перспективним напрямом досліджень. Тут, передусім, вагомою є фахова думка спеціалістів у галузі комп'ютерних наук, адже сам феномен ІІІ безпосередньо стосується сфери їхньої освіти та професійної діяльності (умовно кажучи, вони глибше за інших «занурені» в цю проблематику з точки зору створення та розуміння принципів функціонування ІІІ). Свою експертну думку, безумовно, можуть висловити фахівці з інших (цивільних та військових) сфер стосовно використання конкретних ІІІ-технологій. Тут, з нашого погляду, особливий інтерес викликають думки та оцінки фахівців-психологів, які при оцінюванні ІІІ, на відміну від інших спеціалістів, можуть дещо виходити за межі своєї практики. Справа в тому, що психологічна освіта (яка включає знання з когнітивної, інженерної психології тощо) передбачає вміння аналізувати спільні та відмінні риси у людських і машинних процесах обробки інформації, співвідносити ІІІ з академічним, соціальним, емоційним та іншими типами інтелектів індивіда (нагадаємо, що Г. Гарднер свого часу

виокремив їх аж 8), розуміти сильні та слабкі сторони кожного з них і, відповідно, обґрунтовано визначати межі ефективності/доцільності практичного застосування ШІ-технологій. Порівняння оцінок фахівців зі сфер ІТ та психології також видається цікавим з точки зору вивчення впливу різних стилів/традицій професійного мислення (природничо-технічного та соціогуманітарного) під час аналізу наукових та соціальних проблем. Отже, **метою нашого дослідження** стало виявлення особливостей ставлення до технологій ШІ серед фахівців двох різних галузей – комп'ютерних (інформатика) та психологічних наук.

Методика та процедура дослідження. Наприкінці квітня – у травні 2026 р. нами було організовано експертне онлайн-опитування. Усі експерти (236 фахівців, чий професійний стаж складав не менше 3 років) відповідно до мети дослідження поділялися на 2 групи. **Першу групу** (умовно – ІТ; $n=117$ осіб) складали фахівці у галузі комп'ютерних наук – наукові співробітники академічних науково-дослідних інститутів НАН (м. Київ), а також викладачі відповідних кафедр (інформатики, комп'ютерних наук, штучного інтелекту тощо) університетів Києва, Чернігова, Харкова, Львова, Ужгорода, Одеси, Дніпра, Черкас, Житомира, Дрогобича, Запоріжжя, Чернівців, Івано-Франківська, Миколаєва, Глухова, Луцька, Кропивницького, Хмельницького. Соціодемографічні характеристики цієї групи були такими: вік – від 25 до 82 років (у середньому 47 ± 13 рр.), професійний стаж – від 3 до 60 років (у середньому 24 ± 12 рр.); 70,9% чоловіків та 29,1% жінок; 60,7% мали науковий ступінь/вчене звання кандидата/PhD/доцента, а 21,4% – доктора/професора.

До другої групи (умовно – Пс; $n=119$ осіб) – увійшли наукові співробітники академічних науково-дослідних інститутів психології НАПН (м. Київ), а також викладачі психологічних кафедр університетів Києва, Львова, Чернігова, Ужгорода, Черкас, Ніжина, Одеси, Переяслава, Луцька, Тернополя, Рівного, Дніпра, Івано-Франківська, Запоріжжя, Харкова, Чернівців. Соціодемографічний профіль цієї групи: вік – від 26 до 79 років (у середньому 51 ± 11 рр.), професійний стаж – від 3 до 56 років (у середньому 24 ± 11 рр.), 25,2% чоловіків та 74,8% жінок; 60,5% мали науковий ступінь/вчене звання кандидата/PhD/доцента, а 28,6% – доктора/професора.

Було використано метод анкетування (у GoogleForms) з елементами суб'єктивного шкалювання. Крім питань соціодемографічного характеру, анкета містила завдання 4 типів – оцінки ефективності ШІ у різних сферах суспільного життя; оцінки існуючих соціальних стереотипів та уявлень стосовно ШІ; оцінки емоційних станів, пов'язаних із ШІ; оцінки свого бажання та реального використання ШІ у своїй роботі та за її межами. Зміст завдань дозволяв вивчати когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти ставлення до ШІ. Усюди використовувалася 7-бальна шкала (де 7 – максимальна оцінка). Зазначимо, що, формулюючи завдання, ми використовували абстрактне словосполучення «технології штучного інтелекту», адже назви конкретних ШІ-інструментів могли викликати різні реакції в різних групах. Опитування мало анонімний характер. Статистичний аналіз результатів проводився за допомогою SPSS v.23.

Отримані результати та їхній аналіз. Результати статистичного аналізу оцінок двох груп експертів наведено в таблиці 1.

Цікавим фактом стало те, що за більшістю завдань, які стосувалися **когнітивних компонентів ставлення до ШІ**, не було виявлено статистично вірогідних відмінностей між фахівцями обох професійних груп. Зокрема, відсутні такі відмінності в **оцінках ефективності ШІ в різних сферах життя** – і ІТ-шники, і психологи вважають, що максимально ефективними ШІ-технології можуть бути у межах комп'ютерних наук (що, мабуть, цілком закономірно); також достатньо високі оцінки отримали сфери освіти, техніки, оборони, економіки та державного управління. Цікаво, що у баченні позитивного впливу ШІ на економічну сферу обидві групи виявили найменший розкид оцінок. Найменші

оцінки отримала сфера надання психологічної допомоги. Отже, не лише психологи, але й ІТ-шники із певним скептицизмом ставляться до модного зараз «тренду» використання ІІІ у сферах психологічного консультування, психотерапії та психодіагностики (напевно, абсолютно адекватно розуміючи потенційні ризики такої людино-машинної взаємодії і доречність застосування традиційних соціономічних схем цієї роботи). Максимальна дисперсія оцінок обох груп стосувалася використання ІІІ у сфері культури та мистецтва (а серед психологів – ще й науки). Можливо, це відображає не так професійні, як загальні тенденції поляризованого сприйняття «машинних» культурних продуктів. А серед психологів ця проблема набуває більш широкого контексту сприйняття «машинної креативності» (і в мистецтві, і в науці).

Таблиця 1

Оцінки експертами ІІІ-технологій

Оцінювані параметри	Середні оцінки *	
	ІТ	Пс
1. Міра ефективності ІІІ у сферах:		
1.1. наука (нові наукові відкриття)	4,44 ± 1,56	4,34 ± 1,58
1.2. техніка (створення нової робототехніки, автоматизованих систем управління)	4,96 ± 1,53	5,25 ± 1,36
1.3. комп'ютерні технології (створення ефективнішого програмного забезпечення)	5,43 ± 1,45	5,75 ± 1,21
1.4. економіка (підвищення ефективності виробництва, знаходження оптимальних рішень у комерційній, фінансовій діяльності)	4,88 ± 1,28	4,99 ± 1,20
1.5. державне управління (автоматизація документообігу, знаходження оптимальних рішень соціально-політичних проблем)	4,85 ± 1,30	4,75 ± 1,47
1.6. юридична практика (аналіз та підготовка юридичних документів, прийняття неупереджених правових рішень)	4,58 ± 1,49	4,47 ± 1,50
1.7. оборона (створення новітніх видів зброї)	4,90 ± 1,56	5,03 ± 1,41
1.8. безпека (профілактика та боротьба зі злочинністю)	4,67 ± 1,51	4,46 ± 1,48
1.9. освіта (допомога в навчальній роботі, розвиткові людського інтелекту)	5,14 ± 1,50	4,83 ± 1,45
1.10. охорона здоров'я (розробка нових методів лікування, надання медичних консультацій)	4,44 ± 1,58	4,45 ± 1,38
1.11. психологічна допомога (надання психологічних консультацій, діагностична та психотерапевтична робота)	3,97 ± 1,55	3,81 ± 1,40
1.12. культура та мистецтво (створення нових культурних продуктів – текстів, відео, картин, музики тощо)	4,25 ± 1,70	4,11 ± 1,58
2. Згода зі стереотипами/уявленнями щодо ІІІ:		
2.1. технології ІІІ вже зараз дозволяють наблизитися до можливостей людського розуму	3,94 ± 1,61	4,00 ± 1,47
2.2. ... лише у майбутньому дозволять наблизитися до можливостей людського розуму	4,58 ± 1,93	4,30 ± 1,66
2.3. ... вже зараз перевершують можливості людського розуму	2,97 ± 1,76	3,21 ± 1,74
2.4. ... лише в майбутньому дозволять перевершити можливості людського розуму	4,06 ± 1,95	3,95 ± 1,83
2.5. ІІІ в чомусь перевершує людський розум, а в чомусь відстає від нього	5,07 ± 1,79	5,21 ± 1,70

Продовження таблиці 1

2.6. нині майже кожна людина повинна вміти користуватися ІІІ	5,04 ± 1,75	5,06 ± 1,74
2.7. ІІІ, на відміну від людей, не припускає помилок	1,78 ± 1,18	2,13 ± 1,50
2.8. більшість людей переоцінюють можливості ІІІ	5,46 ± 1,44	5,10 ± 1,52
2.9. більшість людей переоцінюють загрози, які створює ІІІ	3,95 ± 1,52	4,09 ± 1,51
2.10. поширення ІІІ може створювати морально-етичні проблеми (порушення академічної доброчесності, маніпуляція громадською думкою та ін.)	5,75 ± 1,46	5,64 ± 1,49
2.11. ... створювати соціально-економічні проблеми (скорочення робочих місць та ін.)	5,24 ± 1,52	5,13 ± 1,54
2.12. ... створювати юридично-правові проблеми (порушення авторських прав, використання у злочинних цілях)	5,31 ± 1,44	5,19 ± 1,46
2.13. ... створювати психологічні проблеми (негативний вплив на інтелектуальний та особистісний розвиток)	4,97 ± 1,59	5,08 ± 1,49
2.14. ... загрожувати здоров'ю користувачів ↔	3,95 ± 1,80	4,45 ± 1,61
2.15. ... загрожувати життю людей / людства в цілому	3,61 ± 1,89	4,04 ± 1,73
2.16. технології ІІІ не можна залишати без контролю, їх треба регулювати на державному рівні	5,02 ± 1,78	5,27 ± 1,57
2.17. державі слід контролювати лише окремі технології ІІІ (у сфері безпеки, оборони тощо)	4,66 ± 1,77	4,62 ± 1,68
3. Відчуття/почуття, які викликає ІІІ:		
3.1. інтерес, захоплення ↔	5,53 ± 1,42	4,89 ± 1,47
3.2. оптимізм, надія ↔	4,70 ± 1,56	4,18 ± 1,54
3.3. довіра	3,47 ± 1,42	3,39 ± 1,33
3.4. спокій	3,36 ± 1,49	3,52 ± 1,46
3.5. тривога, страх	2,97 ± 1,65	2,77 ± 1,49
3.6. роздратування, гнів	2,65 ± 1,73	2,69 ± 1,60
4. Бажання/поведінка стосовно ІІІ:		
4.1. бажання використовувати ІІІ у проф. діяльності ↔	5,43 ± 1,57	5,02 ± 1,43
4.2. бажання використовувати ІІІ у позапрофесійній сфері (особисте життя – хобі, розваги тощо) ↔	5,03 ± 1,69	4,49 ± 1,88
4.3. частота реального використання ІІІ у професійній діяльності ↔	4,74 ± 1,70	4,25 ± 1,59
4.4. частота реального використання ІІІ у позапрофесійній сфері (особисте життя – хобі, розваги тощо) ↔	4,27 ± 1,82	3,63 ± 1,89

* усі оцінки давалися за 7-бальною шкалою, де 1 – мінімальний, а 7 – максимальний бал.

↔ - міжгрупові статистично вірогідні відмінності

Майже не відрізнялися також оцінки ІТ та Пс-груп стосовно різних **соціальних уявлень про загальні можливості ІІІ та наслідки його використання**. Зокрема, в обох групах найбільше погоджувалися з тезою про те, що ІІІ-технології можуть створювати проблеми морально-етичного характеру, а найменше – з тезами про їхню безпомилковість та перевагу над людським інтелектом у даний час. Також у обох групах мала місце найвища дисперсія оцінок стосовно тези про перевагу ІІІ над людським інтелектом у майбутньому (що свідчить про наявність груп умовних «оптимістів» і «песимістів» в цьому питанні у комп'ютерних науках і за межами їх).

Загалом, більшість оцінок в обох групах, які стосуються когнітивних елементів ставлення до ШІ, знаходяться в діапазоні «середнє – дещо вище середнього». Це вказує на тенденцію до своєрідної «обережної оптимістичності» опитаних нами експертів щодо ШІ. Поширеність такого ставлення до ШІ серед експертів ІТ та Пс-груп можна пояснити тим, що не лише у спеціалізованих наукових виданнях, але й у мас-медіа регулярно з'являються матеріали, які висвітлюють «плюси» та «мінуси» відповідних комп'ютерних технологій.

Поряд із тим за U-критерієм Мана-Уїтні було зафіксовано одну статистично вірогідну відмінність – психологи дещо вище, ніж «комп'ютерщики» (при $p=0,026$) погоджувалися з тезою про потенційну шкоду здоров'ю користувачів від ШІ. Це можна пояснити загальною тенденцією дещо скептичнішого ставлення «гуманитаріїв» до різноманітних технічних досягнень. Останнє підтверджується дещо більшою мірою згоди психологів з тезами про потенційну загрозу ШІ для життя людей та необхідність державного контролю над ним, що, однак, не набуло характеру статистично вірогідних відмінностей.

Перейдемо до результатів, які відображають **емоційні компоненти ставлення до ШІ**. Тут мали місце і спільні тенденції, й міжгрупові відмінності. Перші виявлялися в тому, що в обох групах найвищі оцінки отримали почуття інтересу/захоплення, а найменші оцінки – роздратування/гніву (хоча стосовно останніх усюди мала місце найвища дисперсія оцінок). Можна звернути увагу на факт поєднання невисокого (нижче середнього) рівня довіри до ШІ в обох групах із ще більш низьким рівнем тривоги/страху. Іншими словами, більшість експертів розуміють та відчувають, що на ШІ не можна повністю покладатися, але їх це не дуже бентежить, можливо тому що ці технології не контролюють значну частину нашого життя (поки що...). Разом із тим за U-критерієм Мана-Уїтні було зафіксовано дві статистично вірогідні відмінності – експерти ІТ-групи вище оцінювали прояви інтересу/захоплення (при $p=0,023$) та оптимізму/надії (при $p=0,01$), що загалом можна вважати цілком природним.

Насамкінець розглянемо специфіку **поведінкових компонентів ставлення до ШІ та мотивації до його використання**. Тут професійна специфіка наших експертів проявила себе сповна – статистично вірогідні відмінності було зафіксовано за всіма завданнями. Зокрема, «комп'ютерщики» більшою мірою оцінювали й бажання використовувати ШІ у своїй роботі (при $p=0,017$) та за її межами ($p=0,033$), й частоту реального використання ШІ у вказаних сферах (відповідно при $p=0,023$ та $p=0,009$), що уявляється цілком логічним. Хоча певні спільні відмінності тут також мали місце – в обох групах найвищі оцінки отримало бажання використовувати ШІ у професійній сфері, а відносно менші оцінки – частота реального використання ШІ у позапрофесійному житті.

Враховуючи відомі тенденції **зв'язку ставлення до ШІ з віком та стажем роботи**, нами було застосовано процедуру кореляційного аналізу (за Спірменом). У ІТ-групі ми виявили 4 статистично вірогідні кореляції віку та стажу з оцінками тверджень «ШІ, на відміну від людей, не припускає помилок» (при $p=0,016$ та $0,022$) та «Поширення ШІ може загрожувати життю людей/людства» (при $p=0,018$ та $0,001$). Отже, більш «зрілі» «комп'ютерщики» можуть як дещо переоцінювати ШІ-технології, так і навпаки, бути критичнішими до них. У Пс-групі було виявлено 5 статистично вірогідних кореляцій: дві з них – як і в попередній групі, тобто між віком/стажем і оцінкою тези про безпомилковість ШІ (при $p=0,002$ та $0,003$); інші три – між віком та оцінкою ефективності ШІ в економіці (при $p=0,041$) та обороні (при $p=0,013$), а також між стажем і оцінкою твердження «Більшість людей переоцінюють загрози, які створює ШІ» (від'ємна при $p=0,013$). Отже, психологи з віком також можуть і переоцінювати окремі аспекти ШІ, й демонструвати певну критичність щодо нього (хоча останнього менше). Але, з іншого боку, переважна більшість отриманих експертних оцінок не мала статистично вірогідних зв'язків

з показниками віку та стажу опитаних. Це дозволяє припустити наявність у фаховій свідомості наших експертів відносно схожих уявлень про ШІ. Особливо цікавим результатом є відсутність статистично вірогідних кореляцій між віком/стажем та частотою реального використання ШІ, що йде всупереч стереотипу про «молодіжний характер» використання згаданих технологій.

Далі ми вирішили з'ясувати тенденції зв'язку ставлення до ШІ з частотою **практичного досвіду його використання в роботі**. Кореляційний аналіз (за Спірменом) у ІТ-групі виявив статистично вірогідні зв'язки з оцінками ефективності використання ШІ в науці, техніці, комп'ютерних технологіях, економіці, державному управлінні, юридичній практиці, обороні, безпеці, освіті, охороні здоров'я, психологічній допомозі (усі при $p=0,001$), культурі (при $p=0,011$); оцінками про наближення можливостей та переваги ШІ над людським розумом у даний момент та у майбутньому (при $p=0,001-0,002$); згодою з тезою про необхідність кожному вміти користуватися ШІ (при $p=0,001$); незгодою з тезою про те, що більшість людей переоцінюють можливості ШІ (при $p=0,042$); згодою з тезою про необхідність контролю держави лише над ШІ-технологіями у сфері безпеки та оборони (при $p=0,003$); схильністю відчувати інтерес/захоплення, оптимізм/надію, довіру, спокій (усі при $p=0,001$); бажанням використовувати ШІ у роботі та за її межами; частотою використання ШІ поза роботою (усі при $p=0,001$). Така кількість кореляцій підтверджує точку зору ряду фахівців про вплив професійного досвіду на позитивну оцінку ШІ-технологій (цілком закономірна логіка «чим користуюся, те й добре...»).

Схожі тенденції зв'язку були помічені й серед експертів **Пс-групи**, хоча кількість статистично вірогідних кореляцій (як і рівень їхньої ймовірності) тут була дещо меншою. Зокрема, частота реального робочого використання ШІ опитаними психологами була прямо пов'язана з їхніми оцінками ефективності ШІ в науці (при $p=0,001$), економіці ($p=0,018$), державному управлінні ($p=0,023$), юридичній практиці ($p=0,001$), безпеці ($p=0,027$), освіті ($p=0,001$), культурі (при $p=0,001$); згодою з тезою про необхідність кожному вміти користуватися ШІ (при $p=0,001$); згодою з тезою про те, що більшість людей переоцінюють можливості ШІ (при $p=0,022$; позитивна кореляція, на відміну від ІТ-групи); схильністю відчувати інтерес/захоплення, оптимізм/надію, довіру, спокій (усі при $p=0,001$); бажанням використовувати ШІ у роботі та за її межами; частотою використання ШІ поза роботою (усі при $p=0,001$).

Висновки. Отримані результати дозволяють дійти наступних висновків.

1. Когнітивні компоненти настановлень до ШІ серед представників ІТ-сфери та психологів є відносно схожими. В цілому серед них поширене «обережно-оптимістичне» сприймання ШІ як перспективної у багатьох сферах технології, яка, крім переваг, має й деякі недоліки, обмеження, може створювати певні проблеми (морально-етичного, економічного, правового, педагогічного та психологічного характеру), внаслідок чого потребує контролю. При цьому психологи дещо вище від представників ІТ-наук оцінюють потенційну шкоду здоров'ю користувачів від ШІ.

2. Є певні відмінності в емоційних компонентах ставлення до ШІ серед психологів та фахівців комп'ютерних наук. Зокрема, останні більшою мірою схильні проявляти інтерес/захоплення та оптимізм/надію щодо ШІ. Водночас в обох професійних групах більш виражені почуття інтересу/захоплення, а найменш виражені почуття роздратування/гніву; в обох групах має місце невисокий рівень проявів довіри та тривоги/страху до ШІ.

3. Відмінності в поведінкових компонентах ставлення до ШІ серед ІТ-фахівців та психологів виражені найбільшою мірою. Зокрема, перші вище оцінювали й бажання використовувати ШІ у своїй роботі та за її межами, й частоту реального використання ШІ в обох сферах.

4. Настановлення фахівців двох груп до ШІ пов'язані з такими чинниками, як вік, професійний стаж та частота реального використання ШІ у професійній діяльності (при цьому останній чинник є вагомішим).

Перспективними напрямками подальших досліджень уявляється вивчення специфіки настановлень до ШІ-технологій серед представників допомагаючих професій (зокрема лікарів), порівняння даних фахівців з державного та приватного, цивільного та військового секторів, визначення психологічних профілів вітчизняних фахівців, які схвально/критично ставляться до застосування ШІ-технологій у своїй роботі.

Список використаної літератури

1. Використання генеративного штучного інтелекту вчителями ЗЗСО для вдосконалення педагогічних практик: аналітичні матеріали. Овчарук О. В., Гриценчук О. О., Кравчина О. Є. / за наук. ред. С.Г. Литвинової, О.В. Овчарук. Київ : ЦО НАПН України. 2026. 85 с.
2. Всеукраїнське дослідження використання ШІ у шкільній освіті (2023). URL: https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/news/2023/12/20/Vseukranske_doslidzhennya_vykorystannya.20.12.2023.pdf
3. Лук'янова Л., Котун К., Годлевська К. Ставлення студентів і викладачів до використання штучного інтелекту в закладах вищої освіти: проблеми та перспективи. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2025. Т.110, № 6. С.182-204.
4. Рудева С. Як українські лікарі використовують ШІ в буденній практиці? Дослідження OpenLika та DOC.UA (30.04.2026). URL: <https://doc.ua/ua/news/pro-medbiznes/yak-ukranski-likari-vikoristovuyut-shi-v-budennij-praktici-doslidzhennya-openlikar-ta-docua>
5. Як українські айтивці застосовують штучний інтелект і чи довіряють йому – аналітика (16.09.2024). URL: <https://dou.ua/lenta/articles/use-of-ai-in-ukrainian-it-2024/>
6. Barriers to Care in a Changing Practice Environment: 2024 Practitioner Pulse Survey. American Psychological Association (2024). URL: <https://www.apa.org/pubs/reports/practitioner/2024/practitioner-pulse-2024-full-report.pdf>
7. Dovgyi S., Babiichuk S., Davybida L., Biletska M. Teachers' and Students' Attitudes Toward the Use of Artificial Intelligence: All-Ukrainian Research. *Information Technologies and Learning Tools*. 2024. Vol.104, № 6. P.197-215.
8. Gillespie N., Lockey S., Ward T. et al. Trust, attitudes and use of artificial intelligence: A global study 2025. The University of Melbourne and KPMG. 2025. 118 p. URL: https://mbs.edu/-/media/PDF/Research/Trust_in_AI_Report.pdf?rev=0ee82285b2b0439bba524dbddc58214a
9. Heinrichs H., Kies A., Nagel S., Kiessling F. Physicians' Attitudes Toward Artificial Intelligence in Medicine: Mixed Methods Survey and Interview Study. *Journal of Medical Internet Research*. 2025. Vol.27. e74187. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40857713/>
10. Wagner J., Schwind A.-S. Investigating psychotherapists' attitudes toward artificial intelligence in psychotherapy. *BMC Psychology*. 2025. 13:719. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40597244/>

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ATTITUDES TOWARD ARTIFICIAL INTELLIGENCE AMONG UKRAINIAN IT SPECIALISTS AND PSYCHOLOGISTS

Oleksandr Drozdov

T. H. Shevcheko National University "Chernihiv Colehium"

53, Hetmana Polubotka St., Chernihiv, Ukraine, 14013

<https://orcid.org/0000-0002-6682-9108>

e-mail: dalmar@ukr.net

The article addresses attitudes toward artificial intelligence (AI) among professionals across different fields. It presents the results of an author-conducted expert online survey carried out in April–May 2026 among specialists ($n = 236$; research staff and university lecturers) representing computer science ($n = 117$) and psychology ($n = 119$). The survey method involved a questionnaire incorporating elements of subjective scaling. The findings revealed that the cognitive components of attitudes toward AI among IT specialists and psychologists are relatively similar. Overall, both groups demonstrate a “cautiously optimistic” perception of AI as a promising technology with applications in many fields, which, alongside its advantages, also has certain drawbacks and limitations and may create various problems (moral and ethical, economic, legal, educational, and psychological), thereby requiring appropriate oversight and control. Psychologists rate the potential harm that AI may pose to users’ health somewhat higher than computer science professionals do. With regard to the emotional components of attitudes toward AI, feelings of interest/excitement were more pronounced in both professional groups, whereas feelings of irritation/anger were the least pronounced. Both groups demonstrated relatively low levels of trust and anxiety/fear toward AI. However, computer science professionals showed greater levels of interest/excitement and optimism/hope regarding AI. Differences in the behavioral components of attitudes toward AI between IT specialists and psychologists were the most pronounced. In particular, IT specialists reported a stronger desire to use AI both in their professional activities and outside of work, as well as a higher frequency of actual AI use in both spheres. The attitudes of specialists from the two groups toward AI were associated with factors such as age, length of professional experience, and the frequency of actual AI use in professional activities, with the latter factor having greater significance.

Keywords: attitudes, artificial intelligence (AI), profession, IT specialists, psychologists.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 316.65 : 316.46 : 32(477)

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.10>

ОБРАЗИ В. ЗЕЛЕНСЬКОГО ТА В. ЗАЛУЖНОГО У МАСОВІЙ ПОЛІТИЧНІЙ СВІДОМОСТІ ВІТЧИЗНЯНОЇ МОЛОДІ

Марина Дроздова

Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка

вул. Гетьмана Полуботка, 53, м. Чернігів, Україна, 14013

<https://orcid.org/0000-0002-1388-4955>

e-mail: drozdovam228@gmail.com

У статті описані результати онлайн-дослідження образів В. Зеленського та В. Залужного у політичній свідомості вітчизняної молоді. Дослідження проводилося у жовтні 2025 р. серед студентів (n=551 осіб) закладів вищої освіти з усіх основних регіонів України віком 17–35 років (середній вік – 19,5 р.). Більшість вибірки склали жінки. Як дослідницький інструментарій використовувалися: авторська анкета з елементами суб'єктивного шкалювання; шкала «патріотизму» з опитувальника «Громадянська ідентичність» І. Петровської; шкала популістських орієнтацій О. Резніка. Результати засвідчили існування у масовій політичній свідомості вітчизняної молоді загалом ідеалізованих, стереотипізованих образів чинного Президента України та колишнього Головнокомандувача ЗСУ. У структурі обох образів відносно найвищі показники отримано за шкалою патріотизму. Порівняно найнижчі показники щодо образу В. Зеленського зафіксовано за шкалою досвідченості, а в образі В. Залужного – за характеристикою привабливості. Найбільший розкид даних виявлено в оцінці образу В. Зеленського за шкалами: «викликає довіру», «чесний, принциповий», «самостійний/незалежний», а в оцінці образу В. Залужного – за шкалами: «викликає повагу в мене» та «викликає довіру». Виявлено відмінності у зв'язках структурних складових досліджуваних образів і демографічних та особистісних чинників. Зокрема, показано, що на оцінках образу В. Зеленського найбільшою мірою позначаються чинники патріотизму, статі та віку. Натомість регіон проживання взагалі не позначається, а рівень популізму майже не позначається на уявленнях про Президента України. Образ В. Залужного найбільшою мірою обумовлений рівнем патріотизму та мовою спілкування і взагалі не пов'язаний зі статтю, віком та майже не пов'язаний з регіоном проживання та рівнем популізму.

Ключові слова: образ, уявлення, політична свідомість, молодь, В. Зеленський, В. Залужний.

Постановка проблеми. Відомо, що в кризових соціальних умовах (у т.ч. війни) суттєво зростає роль політичних еліт. Це своєю чергою підвищує актуальність вивчення соціальних уявлень про представників останніх. Нині найбільш впливовими політичними постатями є діючий Президент України та особи, що брали або беруть безпосередню участь у воєнному керівництві. Серед них суттєво виділяється В. Залужний, який протягом 2021–2024 рр. займав посаду Головнокомандувача ЗСУ й донині не втратив своєї популярності та авторитету серед значної кількості населення України.

Дослідження, проведені Київським міжнародним інститутом соціології, розкривають динаміку довіри до Президента України. Зокрема, з'ясовано, що після початку повномасштабного вторгнення рівень довіри складав 90%, у грудні 2024 р. спостерігалось зниження його до 52%, на початку травня 2025 р. (у зв'язку з політикою нового Президента США Д. Трампа, підписанням Угоди про копалини та напередодні відновлення мирних

переговорів з Росією) відбулося зростання довіри до 74%, а на початку літа – нове зниження до 65%. У липні-серпні 2025 р. рівень довіри до Президента склав 58%, а недовіри – 35%. За регіональним чинником найбільше зниження довіри порівняно з початком червня 2025 р. спостерігалось на Заході (з 73% до 55%). Дещо менші зниження довіри фіксувалися на Півдні (з 61% до 55%) та на Сході (з 61% до 54%). Тоді як у Центрі рівень довіри з початком літа 2025 р. не змінився (61%). При цьому у всіх регіонах спостерігався позитивний баланс довіри-недовіри (більшість незалежно від регіону довіряли В. Зеленському). Чинник віку теж частково позначився на динаміці довіри до згаданого політичного лідера. Найбільше довіра знизилася серед молоді до 30 років (з 74% на початку літа до 59% у липні-серпні 2025 р.). Меншою мірою зниження рівня довіри простежується в інших вікових групах: з 62% до 55% серед 30-44 річних, з 61% до 56% серед 45-59 річних і з 65% до 62% серед 60+ річних. З-поміж причин недовіри до Президента називалися різні, але відносно найчастіше – незадоволення корупцією (переважно в країні / у владі) та війною [1].

Ряд досліджень засвідчили дещо більший рівень довіри до В. Залужного у порівнянні з В. Зеленським. Зокрема, опитування компанії «Перша рейтингова система» (2025 р.) показало, що В. Залужному однозначно / швидше довіряють 63,8% опитаних українців, тоді як рівень довіри до В. Зеленського склав 50,3%. При цьому серед молоді 18-29 рр. йому довіряють 52%. Цікаво, що якби тоді відбулися вибори Президента України, то в другому турі переміг би В. Залужний. За нього готові були проголосувати 42,6% українців, тоді як за В. Зеленського – 26,3%. У першому турі дещо лідирував би чинний Президент – за нього проголосувало б 30,3%, а за В. Залужного – 28,5% [2;3]. Дослідження КМІС, проведене в січні 2026 р., показало, що Президентіві довіряли 62%, не довіряли 34%, натомість В. Залужному – 72% і 21% відповідно [4].

Попри наявність цікавих соціологічних розвідок (які передусім стосуються рівня довіри до політичних лідерів), ґрунтовні психологічні дослідження соціальних уявлень про ключових політичних постатей сучасної України майже відсутні. Саме тому нашою **метою** стало вивчення образів В. Зеленського та В. Залужного, наявних у масовій політичній свідомості вітчизняної молоді.

Методика та процедура дослідження. Емпіричне дослідження проводилося протягом жовтня 2025 р. в онлайн-форматі за допомогою Google-forms. Загальну вибірку (n=551 особа) утворили студенти закладів вищої освіти з усіх основних регіонів України: «Захід» (n=234), «Центр» (n=114), «Північ» (n=98), «Схід» (n=55) та «Південь» (n=28) ¹. Більшість респондентів мешкала у 3 регіонах – Львівській (26,9%), Чернігівській (17,6%), м. Києві та Київській областях (14,1%). Незначна кількість опитаних (n=22) перебувала за межами України. Переважну більшість вибірки склали жінки (84,8%), що є типовим для більшості сучасних вітчизняних онлайн-опитувань; вік респондентів – від 17 до 35 років (у середньому 19,5 років). Мовою повсякденного спілкування більшість респондентів вказали українську (62,8%), тоді як білінгвами себе визначили 28,9%, а російськомовними – 8,3%.

Дослідницьким інструментарієм слугували: 1) авторська анкета з елементами суб'єктивного шкалювання (користуючися 7-бальною шкалою (де 1 – мінімальний, 7 – максимальний бал, 4 – щось середнє), респондентам пропонувалося дати оцінку В. Зеленському та В. Залужному за характеристиками (усього 21 шкала), що позначали зовнішність, стан здоров'я, соціальні, інтелектуально-ділові, емоційно-вольові та морально-етичні

¹ Використовувався наступний територіальний розподіл: «Північ» – Чернігівська та Сумська області; «Центр» – м. Київ та Київська, Житомирська, Вінницька, Кіровоградська, Хмельницька, Черкаська, Полтавська області; «Захід» – Львівська, Івано-Франківська, Тернопільська, Волинська, Рівненська, Закарпатська, Черновицька області; «Схід» – Дніпропетровська, Харківська, Запорізька області; «Південь» – Херсонська, Одеська, Миколаївська області.

рис); 2) шкала «патріотизму» з опитувальника «Громадянська ідентичність» І. Петровської; 3) шкала популістських орієнтацій О. Резніка. Статистичний аналіз здійснювався за допомогою програми SPSS v23.

Отримані результати та їхній аналіз. Проаналізуємо отримані результати.

Таблиця 1

Результати емпіричного дослідження образу В. Зеленського

Характеристики	M ± SD	Статеві відмінності за U-критерієм	Кореляція з віком (за Спірменом)	Кореляція з рівнем патріотизму (за Спірменом)	Кореляція з рівнем популізму (за Спірменом)	Відмінності у мовних групах (за Н-критерієм)
Викликає повагу в мене	4,6 ± 1,8	p=0,045	-0,086*	0,308 **		p=0,036
Авторитетний (для інших)	4,6 ± 1,6	p=0,017	-0,088*	0,296 **		p=0,003
Привабливий	4,6 ± 1,7	p=0,045		0,267 **		
Розумний	4,8 ± 1,6			0,296**		
Досвідчений	4,0 ± 1,7			0,230**		
Вміє розв'язувати проблеми	4,2 ± 1,7			0,267**		p=0,002
Скромний	4,4 ± 1,7			0,171**	0,084*	
Доброзичливий	5,1 ± 1,6	p=0,047	-0,090*	0,307**		
Відповідальний	4,9 ± 1,7			0,298**		
Викликає довіру	4,5 ± 1,9	p=0,019	-0,087*	0,287**		
Чесний, принциповий	4,5 ± 1,8	p=0,009	-0,088*	0,293**		
Врівноважений	5,0 ± 1,7	p=0,042		0,281**		
Працелюбний	5,1 ± 1,6	p=0,018		0,291**		
Поважає інших	5,2 ± 1,7	p=0,012	-0,121**	0,298**		
Сміливий	5,4 ± 1,7			0,276**		
Справедливий	4,7 ± 1,7		-0,102*	0,312**		p=0,023
Вихований	5,3 ± 1,6	p=0,008		0,308**		
Сильний	5,0 ± 1,7			0,298**		
Здоровий	5,0 ± 1,6			0,276**		
Самостійний/незалежний	4,4 ± 1,8			0,267**	0,101*	
Патріот своєї країни	5,5 ± 1,7		-0,091*	0,287**		

Образ В. Зеленського. Згідно з даними у таблиці 1, образ Президента досліджувані оцінили позитивно (переважно вище середніх значень). Це засвідчує певну ідеалізацію політика молоддю, наділення його позитивним «ефектом ореолу» (нагадаємо, що дослідження проводилося до відомого корупційного скандалу «Міндічгейт»). Найнижчий, у порівнянні з іншими, показник отримано за шкалою досвідченості, що може пояснюватися відносно молодим віком чинного Президента та його приходом до влади з далекої від політики сфери (шоу-бізнесу). Натомість найвище респонденти оцінили рівень патріотизму В. Зеленського. Останнє не викликає запитань на тлі довготривалої

російсько-української війни, у якій Президент демонструє роль активного та послідовного захисника інтересів нашої держави. Аналіз стандартних відхилень показав найбільші розходження в результатах за шкалами: «викликає довіру», «чесний, принциповий», «самостійний/незалежний». Можливо, частина досліджуваних керується стереотипізованими негативними уявленнями про політиків, за якими представникам влади довіряти не можна, адже політика – «брудна справа». Оцінка рівня самостійності Зеленського, з одного боку, зумовлена відомими фактами його протистояння тискові Д. Трампа та окремих європейських проросійськи налаштованих політиків; з іншого – він може уявлятися залежним від політичної, фінансової та воєнної допомоги Заходу.

Результати продемонстрували зумовленість ряду структурних складових образу Президента демографічними та особистісними чинниками. Зокрема, зафіксовано статистично достовірні відмінності (за U-критерієм) між **статтю** опитаних і наступними шкалами: «викликає повагу у мене», «авторитетний (для інших)», «привабливий», «доброзичливий», «викликає довіру», «чесний, принциповий», «врівноважений», «працелюбний», «поважає інших», «вихований». Наголосимо, що за всіма згаданими характеристиками дещо вищі оцінки давали жінки. Гадаємо, що це пояснюється їхньою більшою емоційністю та меншою критичністю, сприйняттям В. Зеленського як симпатичного чоловіка, щодо якого спрацьовує позитивний гало-ефект.

З **чинником віку** (згідно з даними кореляційного аналізу за Спірменом) виявилися пов'язаними оцінки: «викликає повагу у мене», «авторитетний (для інших)», «доброзичливий», «викликає довіру», «чесний, принциповий», «поважає інших», «справедливий», «патріот своєї країни». Усі отримані статистично вірогідні кореляції є обернено пропорційними. Мабуть, більший життєвий досвід (наявний у старших респондентів) сприяє критичнішим оцінкам морально-етичних і соціальних характеристик В. Зеленського.

Статистично вірогідні позитивні кореляції за Спірменом отримано між усіма складовими образу Президента України та **рівнем патріотизму** досліджуваної молоді. Законірно, що особи з високим рівнем патріотизму ідеалізують символи держави, у т.ч. її політичного лідера, наділяючи його позитивними рисами.

Також зафіксовано статистично вірогідні прямо пропорційні кореляції між **рівнем популярності** опитаних і оцінкою скромності й незалежності Президента. Ці результати, з нашого погляду, можуть бути зумовлені передвиборчим позиціонуванням себе В. Зеленським як вихідця з «простого народу», який до певного часу не мав нічого спільного з «брудною політикою», «нечесними політиками». Дотепер його імідж будується на «пронародній» орієнтації та незалежній від тіньової сторони влади поведінці, де скромність «прикрашає».

За Н-критерієм Краскела-Волліса отримано статистично вірогідні відмінності між **мовою спілкування** респондентів і такими шкалами образу політичного лідера як: «викликає повагу в мене», «авторитетний (для інших)», «вміє розв'язувати проблеми», «справедливий». Зазначимо, що найбільш критичні оцінки (порівняно з іншими групами) за усіма означеними складовими образу давали російськомовні респонденти. Можливо, вони менш патріотично налаштовані, а тому виступають радше не за війну з росією, а за мирні переговори, внаслідок яких ця війна припиниться. Найменш критичні оцінки за шкалами «авторитетний (для інших)», «вміє розв'язувати проблеми», «справедливий» давала україномовна молодь. Ці результати постають кардинально протилежними до російськомовної вибірки, а отже, цілком логічними. Характеристику «викликає повагу в мене» найпозитивніше оцінили білінгви. Ймовірно, це є наслідком впливу «російськомовного минулого» В. Зеленського (проходження шляху від російськомовного мешканця України до білінгва, а потім – до україномовного політичного лідера).

У **регіональних групах** жодних статистично вірогідних відмінностей (за Н-критерієм) в оцінках складових досліджуваного образу не отримано. Отже, можемо констатувати поширеність стереотипних, ідеалізованих уявлень про В. Зеленського серед студентів незалежно від регіону України.

Таблиця 2

Результати емпіричного дослідження образу В. Залужного

Характеристики	M ± SD	Кореляція з рівнем патріотизму (за Спірменом)	Кореляція з рівнем популізму (за Спірменом)	Відмінності у мовних групах (за Н-критерієм)	Регіональні відмінності (за Н-критерієм)
Викликає повагу в мене	5,0 ± 1,7	0,284 **		p=0,001	
Авторитетний (для інших)	5,1 ± 1,6	0,262 **		p=0,003	
Привабливий	4,2 ± 1,6	0,225 **		p=0,020	
Розумний	5,1 ± 1,6	0,300 **		p=0,001	
Досвідчений	5,3 ± 1,6	0,264 **		p=0,003	
Вміє розв'язувати проблеми	5,0 ± 1,6	0,279 **		p=0,001	p=0,026
Скромний	4,4 ± 1,6	0,251 **		p=0,001	
Доброзичливий	4,8 ± 1,5	0,309 **		p=0,001	
Відповідальний	5,1 ± 1,6	0,303 **		p=0,007	p=0,045
Викликає довіру	4,9 ± 1,7	0,298 **		p=0,001	
Чесний, принциповий	4,8 ± 1,6	0,317 **		p=0,001	
Врівноважений	5,0 ± 1,5	0,313 **		p=0,017	
Працелюбний	5,1 ± 1,6	0,302 **		p=0,008	
Поважає інших	5,0 ± 1,6	0,315 **		p=0,002	p=0,049
Сміливий	5,2 ± 1,6	0,285 **		p=0,005	
Справедливий	4,9 ± 1,6	0,336 **		p=0,001	
Вихований	5,1 ± 1,5	0,336 **		p=0,001	
Сильний	5,2 ± 1,6	0,282 **		p=0,008	
Здоровий	5,1 ± 1,5	0,270 **		p=0,004	
Самостійний/незалежний	4,8 ± 1,6	0,289 **	0,098 *	p=0,017	
Патріот своєї країни	5,5 ± 1,6	0,322 **		p=0,003	

Образ В. Залужного. За результатами дослідження (див. таблицю 2), образ колишнього Головнокомандувача ЗСУ опитані оцінили позитивно (переважно вище середніх значень). Отже, як і у випадку з В. Зеленським, йдеться про певну ідеалізацію та стереотипізацію. Найнижчий показник у порівнянні з іншими отримано за шкалою привабливості, натомість найвищий – за рівнем патріотизму. Мабуть, молоді жінки (які складали більшість досліджуваних) мають інші стандарти чоловічої краси, ближчі до голлівудських красенів-мачо. З іншого боку, діяльність генерала (особливо на початку повномасштабного вторгнення) не залишає жодних сумнівів у його патріотизмові. Цікаво, що найменш однотайними респонденти були в оцінках за шкалами «викликає повагу в мене» та «викликає довіру». Можливо, це пов'язано зі штучним та однобічним стереотипом,

сконструйованим вітчизняними мас-медіа («генерал-герой», якого реально мало хто знає як людину), внаслідок чого робити більш-менш об'єктивні висновки про нього багатьом важко.

Отримані дані засвідчили зумовленість ряду структурних складових образу В. Залужного особистісними чинниками. Зокрема, статистично вірогідні позитивні кореляції за Спірменом зафіксовано між усіма складовими образу генерала та **рівнем патріотизму** досліджуваних. Такі результати ми пояснюємо дією механізму ідентифікації – патріотично налаштовані студенти ідеалізують військового-патріота, приписуючи йому позитивні особистісні властивості.

Рівень популізму практично не позначився на уявленнях про В. Залужного. Отримано лише одну статистично вірогідну прямо пропорційну кореляцію між **популізмом** респондентів та оцінкою його самостійності (незалежності). Ймовірно, популістів приваблює досить рішуча, смілива, часом нонконформістська військова стратегія генерала, його здатність відстояти свою думку у веденні війни перед вищим політичним керівництвом.

За Н-критерієм Краскела-Волліса зафіксовано статистично вірогідні відмінності між **мовою спілкування** респондентів і усіма шкалами образу колишнього Головнокомандувача ЗСУ. При цьому найбільш критичні оцінки (порівняно з іншими групами) за усіма означеними складовими образу давали російськомовні респонденти. Напевно, це закономірний наслідок колишньої діяльності В. Залужного, який очолював активні бойові дії з росією. У цьому контексті цілком очікуваним є те, що найпозитивніше оцінювали зазначений образ україномовні опитані.

У **регіональних групах** статистично вірогідні відмінності (за Н-критерієм) в оцінках складових досліджуваного образу отримано стосовно шкал: «вміє розв'язувати проблеми», «відповідальний» та «поважає інших». Цікаво, що найпозитивніші оцінки давали мешканці Центру, а найнегативніші – Сходу. Ці результати узгоджуються з попередніми – на Сході живе значна кількість російськомовного населення, гіпотетично критичніше налаштованого щодо війни (а в Центральній Україні – навпаки).

Порівняння образів В. Зеленського та В. Залужного. Отримані дані засвідчили схожість в оцінках структурних складових образів Президента України та колишнього Головнокомандувача ЗСУ. Обидва лідери сприймаються досить ідеалізовано, стереотипно, переважно на рівні вище середніх значень. А за діловими характеристиками («досвідчений», «вміє розв'язувати проблеми») В. Залужного оцінюють навіть дещо вище (адже політичних лідерів традиційно сприймають критичніше). Найбільший розкид даних в обох випадках зафіксовано щодо шкали «викликає довіру». Також відносно образу В. Зеленського найменш однастайними респонденти були в уявленнях про його чесність, принциповість, самостійність, а щодо образу В. Залужного – в оцінках за характеристикою «викликає повагу в мене».

Існують відмінності у зв'язках структурних складових досліджуваних образів і демографічних та особистісних чинників. Наприклад, уявлення про В. Залужного, на відміну від В. Зеленського, не зумовлені статтю та віком. Образ Президента виявився зовсім не пов'язаним з регіоном проживання респондентів (в образі В.Залужного виявлено лише кілька таких статистично вірогідних відмінностей за шкалами: «вміє розв'язувати проблеми», «відповідальний», «поважає інших»). Отже, констатуємо факт досить високої популярності обох постатей серед молодих громадян з різних регіонів України. Чинник популізму позначається на уявленнях лише про поодинокі складові образів (шкала «самостійний/незалежний» у випадку обох образів, шкала «скромний» – в образі В. Зеленського). Мабуть, популістам важливо бачити політичним лідером «простого хлопця», вихідця з народу, який не оглядається на інших представників традиційного політикуму.

Чинник патріотизму виявився пов'язаним з усіма складовими досліджуваних образів (в обох випадках виявлено прямо пропорційні статистично вірогідні кореляції). Натомість зафіксовано суттєві відмінності щодо мовного чинника. Останній корелює з усіма складовими образу В. Залужного і лише з окремими шкалами («викликає повагу в мене», «авторитетний (для інших)», «вміє розв'язувати проблеми», «справедливий») образу В. Зеленського. Російськомовні громадяни дещо менш позитивно оцінювали характеристики обох лідерів. Україномовна молодь давала загалом найменш критичні оцінки складовим обох образів.

Висновки. Отримані результати дозволяють підсумувати:

1. У масовій політичній свідомості вітчизняної молоді існують загалом ідеалізовані, стереотипізовані образи В. Зеленського та В. Залужного. При цьому відносно найвищі показники отримано за оцінкою їхнього патріотизму. Порівняно найнижчий результат у структурі образу Президента України зафіксовано за шкалою досвідченості, а щодо образу В. Залужного – за характеристикою привабливості. Найменш одностайно постать Президента оцінена молодими громадянами за шкалами: «викликає довіру», «чесний, принциповий», «самостійний/незалежний», а постать колишнього Головнокомандувача ЗСУ – за шкалами: «викликає повагу в мене» та «викликає довіру».

2. Виявлено відмінності у зв'язках структурних складових досліджуваних образів і демографічних та особистісних чинників. На оцінках образу В. Зеленського найбільшою мірою позначаються чинники патріотизму (зафіксовано прямо пропорційні статистично вірогідні зв'язки з усіма шкалами), статі (отримано майже половину статистично вірогідних прямих кореляцій; з'ясовано, що жінки позитивніше оцінювали Президента) та віку (8 обернено пропорційних статистично вірогідних зв'язків із 21). Натомість ці уявлення зовсім не зумовлені регіоном проживання та майже не зумовлені (зв'язки виявлено на рівні поодиноких рис) рівнем популізму опитаних. Образ В. Залужного найбільшою мірою обумовлений рівнем патріотизму (статистично вірогідні позитивні кореляції отримано за всіма складовими) та мовою спілкування (статистично достовірні відмінності виявлено за всіма шкалами) і взагалі не пов'язаний (стать, вік) або майже не пов'язаний (регіон проживання) з указаними соціодемографічними чинниками та рівнем популізму (стосовно останнього виявлено лише одну статистично вірогідну прямо пропорційну кореляцію зі шкалою «самостійний/незалежний»).

Перспективи подальших досліджень полягають у відстеженні динаміки досліджуваних образів, вивченні їхнього зв'язку з іншими демографічними (професійний статус – військові/цивільні) індивідуально- (ціннісні орієнтації) та соціально-психологічними (схильність до соціального домінування, авторитаризм) чинниками, значущими у політичному контексті.

Список використаної літератури

1. Динаміка довіри Президенту В. Зеленському в 2019 – 2025 роках: прес-реліз KMIC (2025). URL: <https://kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=1542&page=1>.
2. Залужний, Буданов, Зеленський: кому найбільше довіряють українці (2025). URL: <https://www.rbc.ua/rus/news/zaluzhniy-budanov-zelenskiy-komu-naybilshe-1760364525.html>
3. Зеленський, Залужний чи Буданов: соціологи назвали ймовірного переможця наступних виборів президента України (2025). URL: <https://www.obozrevatel.com/ukr/politics-news/zelenskij-zaluzhniy-chi-budanov-sotsiologi-nazvali-jmovirnogo-peremozhtsya-nastupnih-viboriv-prezidenta-ukraini.htm>
4. Рівень довіри до публічних діячів України: прес-реліз KMIC (2026). URL: <https://kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=1580&page=1>

IMAGES OF VOLODYMYR ZELENSKY AND VALERII ZALUZHNYI IN THE MASS POLITICAL CONSCIOUSNESS OF UKRAINIAN YOUTH

Maryna Drozdova

T. H. Shevcheko National University "Chernihiv Colehium"
53, Hetmana Polubotka St., Chernihiv, Ukraine, 14013
<https://orcid.org/0000-0002-1388-4955>
e-mail: drozdovam228@gmail.com

The article presents the results of an online study examining the images of Volodymyr Zelenskyy and Valerii Zaluzhnyi in the political consciousness of Ukrainian youth. The study was conducted in October 2025 among university students ($n = 551$) from higher education institutions across all major regions of Ukraine, aged 17–35 years (mean age = 19.5). The majority of the sample consisted of women. The research instruments included an author-designed questionnaire incorporating elements of subjective scaling, the 'patriotism' scale from the 'Civic Identity' questionnaire by I. Petrovska, and O. Reznik's scale of populist orientations. The results indicate the presence of generally idealized and stereotyped images of the current President of Ukraine and the former Commander-in-Chief of the Armed Forces of Ukraine in the mass political consciousness of Ukrainian youth. Within the structure of both images, the highest scores were obtained on the patriotism scale. Comparatively, the lowest scores for the image of Volodymyr Zelenskyy were recorded on the experience scale, whereas for the image of Valerii Zaluzhnyi they were observed on the attractiveness scale. The greatest variation in responses was found in assessments of Volodymyr Zelenskyy's image on the scales 'inspires trust', 'honest, principled', and 'independent', and in assessments of Valerii Zaluzhnyi's image on the scales 'commands my respect' and 'inspires trust'. Differences were identified in the relationships between the structural components of the studied images and demographic as well as personal factors. In particular, evaluations of Volodymyr Zelenskyy's image were found to be most strongly influenced by patriotism, gender, and age. In contrast, region of residence had virtually no influence, and the level of populism had almost no effect on perceptions of the President of Ukraine. Perceptions of Valerii Zaluzhnyi were most strongly influenced by the level of patriotism and the language of communication, were unrelated to gender or age, and showed minimal association with region of residence and level of populism.

Key words: image, representations, political consciousness, youth, Volodymyr Zelenskyy, Valerii Zaluzhnyi.

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.944:613.86-051:355.01(477)
DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.11>

РИЗИКИ ПОРУШЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: СПЕЦИФІКА ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ДЖЕРЕЛО ВРАЗЛИВОСТІ

Ія Еверс

*Державний вищий навчальний заклад «Ужгородський національний університет»,
вул. Університетська, 14, м. Ужгород, Україна, 88000
<https://orcid.org/0009-0001-7201-6533>
e-mail: iya.ewers@gmail.com*

У статті розглянуто ризики порушення ментального здоров'я практичних психологів, які здійснюють професійну діяльність в умовах повномасштабної війни. Обґрунтовано положення про те, що вторинна травматизація та професійне вигорання фахівця воєнного часу не є випадковими ускладненнями його праці, а становлять закономірний наслідок самої структури професійної діяльності, побудованої на емпатійному залученні до чужого травматичного досвіду. Окреслено сучасне розуміння ментального здоров'я як самостійного позитивного континууму, що не зводиться до відсутності розладів, та показано доцільність оцінювання стану психолога одночасно за виміром неблагополуччя та за виміром позитивного функціонування. Схарактеризовано особливості професії психолога, які визначають підвищену вразливість фахівця: використання власної особистості як інструмента праці, подвійну природу емпатії, постійне узгодження власного емоційного стану з вимогами професійної ролі та рухливість межі між професійною та особистою сферами. Схарактеризовано ситуацію подвійного навантаження, за якої психолог перебуває водночас усередині колективної травми як її свідок та учасник і над нею як фахівець, покликаний допомагати іншим її опрацьовувати, а зміст його праці збігається зі змістом власних переживань. Показано, що затяжний характер війни, осмислений через концепцію континуального травматичного стресу, позбавляє фахівця можливості відновлення в проміжках між періодами роботи з травмою, оскільки завершення робочого дня не означає виходу із зони небезпеки. Розкрито зміст вторинної травматизації як перенесення травматичного досвіду від клієнта до фахівця через глибоке емпатійне залучення та показано, що відповідна симптоматика здатна розвиватися опосередковано, через професійний контакт із чужою травмою, навіть за відсутності прямого травматичного впливу на самого психолога. Систематизовано чинники ризику професійного вигорання психолога за трьома категоріями – особистісно-психологічною, професійно-організаційною та мотиваційно-динамічною. Обґрунтовано положення про те, що джерело ризику вбудоване у структуру професійної діяльності психолога, а не в особистісну слабкість фахівця, що визначає потребу розглядати умови праці та підтримку з боку фахової спільноти як самостійні детермінанти його ментального здоров'я.

Ключові слова: ментальне здоров'я, практичні психологи, умови війни, вторинна травматизація, професійне вигорання, подвійне навантаження, континуальний травматичний стрес.

Повномасштабне вторгнення різко збільшило суспільний запит на психологічну допомогу та водночас поставило самих психологів у становище, для якого класичні моделі професійного стресу дають лише часткове пояснення. Фахівець, який допомагає опрацьовувати досвід втрат, страху та невизначеності, проживає той самий досвід особисто: перебуває під обстрілами, втрачає близьких, змінює місце проживання. Захисна дистанція між життєвим світом психолога та матеріалом клієнта, що за мирних обставин працювала

майже автоматично, зникає. Порухення ментального здоров'я психологів мають наслідки, що виходять за межі інтересів самої професійної групи, оскільки від стану фахівця залежить якість допомоги, яку отримує значна частина населення. Потребує з'ясування питання про те, чи є вторинна травматизація та професійне вигорання психолога воєнного часу випадковими ускладненнями його праці, чи вони закономірно впливають зі структури професійної діяльності.

Сучасне розуміння ментального здоров'я спирається на двоконтинуумну модель К. Кіза [20], за якою психічне благополуччя та психічне нездоров'я не становлять полюсів однієї осі, а є відносно незалежними вимірами. В. Климчук та О. Сувало [7] обґрунтовують континуальний, а не бінарний підхід до порушень психічного здоров'я. М. Заушнікова, К. Богатова та С. Гук [4] систематизували чинники ментального здоров'я особистості за біопсихосоціальною схемою. Л. Карамушка [6] узагальнила засоби збереження та підтримки психічного здоров'я особистості під час війни та схарактеризувала стан фахової підготовки психологів до роботи у воєнних умовах.

Специфіку професії психолога як представника соціономічного фаху розкрили А. Москальова та А. Власенко [11], систематизувавши професійно важливі якості фахівця. Механізм втоми від співчуття вивів безпосередньо з емпатійного відгуку Ч. Фіглі [18]. А. Гохшильд [19] запровадила поняття емоційної праці, що позначає керування власними почуттями відповідно до вимог професійної ролі. Супервізію як засіб профілактики вигорання досліджували І. Астремська [1], М. Хараджи та А. Іващенко [16].

Ризики професійної діяльності психолога вивчали переважно на матеріалі окремих феноменів. Концептуальне осмислення природи вигорання запропонували В. Шауфелі, М. Лейтер та К. Маслач [22]. В українській науці ризиковий потенціал перфекціонізму розкрили О. Кононенко [9] та Т. Колтунович [8]. Особистісні та організаційні чинники вигорання систематизував І. Пахомов [12], тоді як І. Процик та О. Романська [14] звернули увагу на порушення балансу між роботою та особистим життям, а Н. Берегова та О. Повстюк [2] розкрили професійну деформацію практичних психологів внаслідок надмірного професійного спілкування. Симптоматику та предиктори вторинної травматизації психологів розкрили О. Тарасенко [15] і В. Боснюк зі співавторами [3], а вигорання фахівців воєнного часу емпірично вивчав Т. Левін [10]. Триваючий характер воєнної небезпеки описує концепція континуального травматичного стресу Дж. Ігла та Д. Камінер [17], а також О. Нуттман-Шварц [21]. Колективний вимір травми українського суспільства розкрито в монографії за редакцією В. Кременя [5]. Л. Пилипенко та О. Лозинська [13] обґрунтували потребу перегляду традиційних моделей вигорання стосовно українського контексту. Попри ґрунтовність кожного з названих напрямів, поза увагою дослідників залишається питання про причинний зв'язок між особливостями професійної діяльності психолога та його вразливістю до вторинної травматизації і вигорання: наявні праці здебільшого констатують поширеність цих станів серед фахівців допомоги, не з'ясовуючи, які саме структурні риси праці їх породжують.

Мета статті – з'ясувати, які саме структурні риси професійної діяльності психолога породжують його вразливість до вторинної травматизації та професійного вигорання в умовах війни, і систематизувати чинники ризику вигорання за джерелом їх виникнення.

Аналіз ризиків професійної діяльності психолога потребує попереднього уточнення змісту поняття ментального здоров'я, порушення якого і становить кінцевий наслідок дії цих ризиків. Сучасне тлумачення ментального здоров'я відійшло від зведення його до відсутності діагностованих розладів. К. Кіз обґрунтував розуміння психічного здоров'я як самостійного позитивного континууму – від згасання через помірне здоров'я до розквіту, показавши, що благополуччя та нездоров'я становлять відносно незалежні виміри:

відсутність симптомів розладу автоматично не означає наявності благополуччя [20]. Суголосно В. Климчук та О. Сувало зауважують, що проблеми психічного здоров'я існують у широкому діапазоні – від тимчасового дистресу до хронічних станів, що спричиняють втрату працездатності, тож бінарний діагностичний підхід не відображає повноти потреб населення [7, с. 5–6].

Перелік детермінант, що визначають стан ментального здоров'я особистості в умовах війни, запропонували М. Заушнікова, К. Богатова та С. Гук, розподіливши їх за біопсихосоціальною схемою: до біологічних віднесено спадковість, гормональний фон, стан фізичного здоров'я та якість сну; до психологічних – ранній травматичний досвід, самооцінку, стресостійкість і когнітивні переконання; до соціальних – сімейне коло, фінансову стабільність, професійну діяльність, соціальну ізоляцію та суспільні норми [4, с. 168]. Наведена схема побудована для населення загалом і не враховує специфіки окремої фахової групи, зокрема тих детермінант, що впливають зі змісту самої професійної діяльності.

Психологія належить до соціономічних видів діяльності, побудованих на взаємодії з людиною, проте навіть серед них має вирізняльну рису: інструментом професійної діяльності тут виступає не так методика чи техніка, як особистість самого фахівця. Через це будь-яке порушення внутрішньої рівноваги психолога позначається на результаті його роботи. Систематизацію професійно важливих якостей психолога як представника соціономічного фаху запропонували А. Москальова та А. Власенко, розподіливши їх на інтелектуально-пізнавальні (розвинене теоретичне мислення, здатність відсторонитися від персоніфікованих оцінок, обсяг і точність пам'яті, стійка концентрація уваги, спроможність ухвалювати вивірені рішення), емоційно-вольові (емоційна стійкість, самовладання, співпереживання, відповідальність, толерантність, дисциплінованість) та мотиваційно-ціннісні (гнучкість мотивів, сила мотивації до фахового зростання, засвоєна система професійних цінностей, гуманістична спрямованість) [11].

Наведений перелік описує нормативну модель фахівця, тобто той стан, якого професія від нього вимагає, тоді як питання про психічні витрати, потрібні для відповідності цій моделі, порушується значно рідше. Джерелом таких витрат є передусім подвійна природа емпатії. Ч. Фіглі зі співавторами обґрунтували положення про те, що емоційне залучення є необхідною умовою дієвої допомоги, оскільки лише через співпереживання фахівець розуміє, як саме допомагати; наслідком залучення стає безпосередній вплив емоцій страждальця на самого помічника, а за постійного та некерованого характеру цього впливу формується втома від співчуття [18]. Другим джерелом є емоційна праця (emotional labor) – запроваджене А. Гохшильд поняття на позначення тієї частини професійних обов'язків, що полягає в керуванні власними почуттями відповідно до вимог ролі; розбіжність між пережитим і виявленим почуттям накопичується у формі емоційного дисонансу [19]. Третім джерелом є рухливість межі між професійною та особистою сферами: робота з глибокими переживаннями інших людей зачіпає власні особистісні структури фахівця та потребує систематичного опрацювання, для якого професія виробила спеціальні механізми. І. Астремська розглядає супервізію як інструмент профілактики та корекції емоційного вигорання працівників професій допомоги [1, с. 29–31], а М. Хараджи та А. Іващенко наголошують, що супервізія передбачає передусім не сторонній погляд колеги, а власний погляд фахівця на те, як він живе у професійному просторі та наскільки спроможний подбати про себе [16, с. 23].

Найпоширенішим ризиком професійної діяльності психолога залишається професійне вигорання. У новій редакції Міжнародної класифікації хвороб МКХ-11 вигорання схарактеризовано як синдром, зумовлений тривалим професійним стресом, який не отримав належного вирішення; цей стан не кваліфікується як самостійний медичний

діагноз, проте включений до 24-го класу МКХ-11 як чинник впливу на стан здоров'я населення [23].

Концептуальне осмислення природи професійного вигорання запропонували В. Шауфелі, М. Лейтер та К. Масlach, які розглядають його як результат дефіциту основних професійних ресурсів – соціальної підтримки з боку колег та керівництва, можливості контролю робочих процесів, участі в ухваленні стратегічних рішень та отримання адекватної винагороди [22, с. 216]. Такий підхід трактує вигорання не як індивідуальну слабкість фахівця, а як наслідок дисбалансу між вимогами професійного середовища та наявними ресурсами, чим відкриває шлях до профілактики через нарощування ресурсів.

Стосовно українського контексту Л. Пилипенко та О. Лозинська показали, що традиційні моделі вигорання, сформовані у стабільних соціальних обставинах, потребують перегляду, оскільки втома від співчуття виступає самостійним предиктором, який виснажує психологічний ресурс фахівця з психічного здоров'я швидше за організаційні чинники; дослідники послуговуються поняттям глобальної втоми від співчуття, що виникає внаслідок заглиблення психолога в загальнонаціональний травматичний контекст та безперервного потоку травматичної інформації [13, с. 294].

Чинники ризику професійного вигорання психолога систематизовано за джерелом виникнення у три категорії.

1. Особистісно-психологічні чинники ризику вкорінені у властивостях самої особистості фахівця. Провідне місце серед них посідає перфекціонізм. О. Кононенко зауважує, що переконання в необхідності дотримання максимальних професійних стандартів становить значущий чинник ризику вигорання, тоді як трансформація соціально детермінованого перфекціонізму на самоорієнтований здатна суттєво зменшити ці ризики [9, с. 84–85]. Т. Колтунович пов'язує ризиковий потенціал перфекціонізму із завищеною фахово-рольовою очікуваністю, неспроможність відповідати якій спричиняє негативні переживання [8, с. 96]. І. Пахомов до особистісних чинників відносить також низьку самооцінку, підвищену тривожність, обмеження інтересів поза професійною сферою та переконання у власній незамінності [12, с. 3]. Для психолога воєнного часу переконання у власній незамінності підживлюється реальним суспільним запитом на допомогу, що утруднює відмову від надмірного навантаження. Емпіричне підтвердження ризикового потенціалу гіпервідповідальності здобув Т. Левін: стратегія прийняття відповідальності за помірною використання є конструктивною, проте за надмірної виразності призводить до невинуватеної самокритики, переживання провини і незадоволеності собою [10, с. 15].

2. Професійно-організаційні чинники ризику пов'язані з умовами та характером самої діяльності. І. Пахомов зараховує до них економічну нестабільність, недостатню матеріальну винагороду, дефіцит кадрів, що призводить до надмірного робочого навантаження, та відсутність перспектив професійного зростання [12, с. 3]. І. Процик та О. Романська звертають увагу на порушення балансу між роботою та особистим життям [14, с. 100–101], а висока суспільна потреба в психологічній допомозі на сьогодні спонукає психолога нехтувати власним відновленням. Н. Берегова та О. Повстюк додають до цієї категорії надмірне професійне спілкування: приблизно у п'ятій частини працівників сфери «людина – людина» розвивається синдром втоми від співчуття, що виявляється у станах байдужості та пригніченості, поступово закріплюється в такій властивості особистості, як цинізм [2, с. 17–18].

3. Мотиваційно-динамічні чинники відображають зміни в мотиваційній сфері особистості під впливом вигорання. Т. Колтунович встановила, що професійне вигорання суттєво деформує мотивацію до досягнення успіху, що пояснюється неспроможністю працівників відмовитися від потенційних професійних досягнень попри загальне виснаження,

а також призводить до порушення адекватності оцінки власних можливостей [8, с. 116]. Вчена також виявила, що неадекватні копінг-стратегії між високою мотивацією працівника, ідеалістичними установками щодо професійної діяльності та несприятливими умовами її реалізації призводять до депресивних станів, соматичних проблем, зниження самооцінки та порушення виконання обов'язків [8, с. 46–53].

Війна змінила співвідношення названих обставин настільки, що частина попередніх висновків потребує перегляду. На відміну від більшості інших професій, де робота та особисте життя розмежовані бодай тематично, психолог воєнного часу позбавлений такого захисного бар'єра, адже зміст його праці збігається зі змістом його власних переживань. Теоретичне пояснення цьому дає концепція континуального травматичного стресу. Дж. Ігл та Д. Камінер [17], а також О. Нуттман-Шварц та Й. Шовал-Цукерман [21] показали, що цей стан принципово відрізняється від класичного посттравматичного стресового розладу: загроза належить не лише минулому, а триває в теперішньому та очікується в майбутньому. Для психолога це означає неможливість повноцінного відновлення в проміжках між періодами роботи з травмою, оскільки завершення робочого дня не означає виходу із зони небезпеки.

Центральним ризиком, що безпосередньо впливає зі специфіки праці психолога воєнного часу, є вторинна травматизація. Під нею розуміємо перенесення травматичного досвіду від клієнта до фахівця через глибоке емпатійне залучення, коли психолог, вислуховуючи розповіді про травматичні події, сам починає переживати симптоми, подібні до тих, що властиві безпосередньо постраждалим. Клінічно вторинна травматизація пов'язана із симптоматикою посттравматичного стресового розладу. О. Тарасенко у структурі цього розладу виокремлює інтрузивні спогади про травматичну подію, що відтворюються через пригнічені відчуття, підвищене збудження, сновидіння або нічні кошмари, емоційне оніміння, соціальне відчуження та ангедонію – втрату здатності переживати задоволення від життя, причому типовими ознаками є уникнення ситуацій, пов'язаних із травматичним досвідом, ігнорування клієнтів, ускладнення в сім'ї та зловживання психоактивними речовинами [15, с. 4]. В. Боснюк, К. Яременко та ін. наголошують, що неопрацьовані чи опрацьовані лише частково психотравми знижують поріг толерантності фахівця до нових опосередкованих експозицій, через що попередній травматичний досвід постає провідною психологічною детермінантою вразливості до вторинної травматизації [3, с. 7].

Для психолога небезпека полягає в тому, що названі симптоми можуть розвиватися опосередковано, через професійний контакт із чужою травмою, навіть коли сам фахівець не зазнав прямого травматичного впливу. Організаційну відповідь на окреслені ризики ускладнює те, що фахова підготовка психологів до роботи в умовах війни здійснюється, за визначенням Л. Карамушки, «на марші» – як на основі підходів, розроблених зарубіжними психологами з досвідом роботи у воєнних умовах, так і на основі аналізу досвіду вітчизняних фахівців, набутого протягом місяців війни [6, с. 10].

Становище психолога ускладнює і те, що війна є колективною травмою. Автори монографії за редакцією В. Кременя показують, що війна вражає не окремих постраждалих, а суспільство як ціле, розгортаючи травматичний стрес одразу у трьох часових вимірах – у спогадах про минуле, у проживанні актуальних загроз та в передбаченні майбутніх потрясінь [5, с. 7]. Психолог посідає в цій ситуації особливе місце: він перебуває водночас усередині колективної травми як її свідок і учасник та над нею як фахівець, покликаний допомагати іншим її опрацьовувати. Саме ця подвійність становить ядро професійної специфіки, довкола якого вибудовуються всі подальші ризики.

Висновки. Ризики порушення ментального здоров'я психолога в умовах війни закономірно впливають зі структури його професійної діяльності, а не є випадковими ускладненнями праці: інструментом діяльності виступає власна особистість фахівця, а джерелом

психічних витрат – подвійна природа емпатії, постійна емоційна праця та рухлива межа між професійною та особистою сферами. Війна додає до названих обставин ситуацію подвійного навантаження, за якої психолог одночасно опрацьовує чужий травматичний досвід і особисто зазнає впливу тих самих загроз, а затяжний характер загрози позбавляє його можливості відновлення в проміжках між періодами роботи з травмою. Оскільки джерело ризику вбудоване у структуру діяльності, а не в особистісну слабкість фахівця, профілактика, побудована виключно на розвитку індивідуальної стійкості, є недостатньою, і відповідальність за збереження ментального здоров'я психолога належить також фаховій спільноті та установі. Перспективу подальших досліджень становить емпірична перевірка окреслених положень на вибірці українських психологів, зокрема з'ясування порівняльної ваги трьох категорій чинників ризику та співвідношення показників вторинної травматизації і професійного вигорання у фахівців із різним стажем, форматом практики та часткою безоплатної допомоги.

Список використаної літератури

1. Астремська І. В. Супервізія: профілактика та корекція емоційного вигорання працівників професій допомоги : монографія. Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2024. 132 с.
2. Берегова Н. П., Повстюк О. Ю. Психологічні особливості професійної деформації практичних психологів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 1. Т. 1. С. 16–19.
3. Боснюк В.Ф., Яременко К.Ю., Діланян Д.Т. Психологічні предиктори вторинної травматизації психологів ДСНС України. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2026. № 1(11). С. 6–17.
4. Заушнікова М. Ю., Богатова К. О., Гук С. Ю. Ментальне здоров'я особистості під час воєнного стану. *Габітус*. 2025. Вип. 71. С. 167–170. DOI: 10.32782/2663-5208.2025.71.29
5. Захист і підтримка ментального здоров'я українців в умовах воєнного стану: виклики і відповіді : монографія / НАПН України ; за заг. ред. В. Г. Кременя ; В. Г. Панок, С. Д. Максименко, М. М. Слюсаревський та ін. Електронне видання. Київ, 2024. 188 с.
6. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : метод. рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 52 с.
7. Климчук В. О., Сувало О. Б. Охорона психічного здоров'я у громадах: посібник. Київ : МОЗ України, 2021. 32 с.
8. Колтунович Т. А. Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ, 2016. 352 с.
9. Кононенко О. І. Вплив перфекціонізму особистості на виникнення емоційного вигорання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2014. Вип. 2. Т. 1. С. 81–85.
10. Левін Т. Предиктори, дескриптори та складові емоційного вигорання у лікарів-психіатрів під час війни: взаємозв'язки, комплексна і математична моделі розвитку та прогнозу. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2023. Т. 8. №2. 20 с. DOI: 10.26766/pmgrp.v8i2.438
11. Москальова А. С., Власенко А. А. Психологічні особливості професійної діяльності психолога – представника допомагаючої професії соціономічного типу. *Науковий огляд*. 2018. № 4 (47). URL: <https://naukajournal.org/index.php/naukajournal/article/view/1553> (дата звернення: 23.07.2026).
12. Пахомов І. В. Профілактика професійного та емоційного вигорання педагогічних працівників закладів професійної (професійно-технічної) освіти : навч. посіб. Біла Церква : БІНПО ДЗВО «УМО» НАПН України, 2024. 114 с.

13. Пилипенко Л. В., Лозинська О. М. Теоретичний аналіз вигорання та втоми від співчуття у психологів в умовах воєнного стану. *Наукові записки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. Педагогіка і психологія*. 2026. № 1 (7). С. 294–300. DOI: 10.32782/3041-1297/2026-1-41
14. Процик І. С., Романська О. Б. Емоційне вигорання працівників як гальмівний чинник розвитку підприємства в умовах розширення міжнародних економічних відносин. *Менеджмент та підприємництво в Україні: етапи становлення і проблеми розвитку*. 2021. № 2 (6). С. 99–105.
15. Тарасенко О. Вторинна травматизація психологів, які працюють зі свідками психотравмуючих подій: огляд літератури. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2024. Т.9. №2. 12 с. DOI: 10.26766/pmgrp.v9i2.501
16. Хараджи М. В., Іващенко А. І. Супервізія як метод професійного зростання психолога. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. Вип. 1. С. 23–26. DOI <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.4>
17. Eagle G., Kaminer D. Continuous Traumatic Stress: Expanding the Lexicon of Traumatic Stress. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*. 2013. Vol. 19. No.2. P. 85–99. DOI: 10.1037/a0032485
18. Figley C., Huggard P., Rees C. E. First Do No Self Harm: Understanding and Promoting Physician Stress Resilience. New York : Oxford University Press, 2013. 396 p.
19. Hochschild A. R. The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling. Berkeley : University of California Press, 1983. 307 p.
20. Keyes C. L. M. The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*. 2002. Vol. 43. No. 2. P. 207–222. DOI: 10.2307/3090197
21. Nuttman-Shwartz O., Shoval-Zuckerman Y. Continuous Traumatic Situations in the Face of Ongoing Political Violence: The Relationship Between CTS and PTSD. *Trauma, Violence, & Abuse*. 2016. Vol. 17. No. 5. P. 562–570. DOI: 10.1177/1524838015585316
22. Schaufeli W. B., Leiter M. P., Maslach C. Burnout: 35 Years of Research and Practice. *Career Development International*. 2009. Vol. 14. No. 3. P. 204–220. DOI: 10.1108/13620430910966406
23. World Health Organization. International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11) for Mortality and Morbidity Statistics (Version: 09/2020). URL: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en> (дата звернення: 10.07.2026).

RISKS OF MENTAL HEALTH IMPAIRMENT IN PSYCHOLOGISTS UNDER WARTIME CONDITIONS: THE SPECIFICITY OF PROFESSIONAL ACTIVITY AS A SOURCE OF VULNERABILITY

Ія Еверс

State Higher Educational Institution “Uzhhorod National University”,

14, Universytetska St., Uzhhorod, Ukraine, 88000

<https://orcid.org/0009-0001-7201-6533>

e-mail: iya.ewers@gmail.com

The paper examines the risks of mental health impairment in practising psychologists who carry out their professional activity under the conditions of full-scale war. It substantiates the proposition that secondary traumatisatation and professional burnout in wartime practitioners are not incidental complications of their work but a regular consequence of the very structure of professional activity, which is built upon empathic involvement in another person's traumatic experience. The paper outlines the contemporary understanding of mental health as an independent positive continuum that is not reducible to the absence

of disorders, and demonstrates the appropriateness of assessing a psychologist's condition simultaneously along the dimension of distress and the dimension of positive functioning. It characterises those features of the profession that determine the practitioner's heightened vulnerability: the use of one's own personality as the instrument of work, the dual nature of empathy, the continuous alignment of one's emotional state with the demands of the professional role, and the mobile boundary between the professional and the personal spheres. The paper characterises the situation of dual burden, in which the psychologist is positioned simultaneously within collective trauma, as its witness and participant, and above it, as a specialist called upon to help others work it through, so that the content of professional work coincides with the content of the practitioner's own experience. It is shown that the protracted character of the war, conceptualised through the notion of continuous traumatic stress, deprives the practitioner of the possibility of recovery in the intervals between periods of trauma work, since the end of the working day does not entail leaving the zone of danger. The paper clarifies secondary traumatisation as the transfer of traumatic experience from client to practitioner through deep empathic involvement, and shows that the corresponding symptoms may develop indirectly, through professional contact with another person's trauma, even in the absence of any direct traumatic exposure of the psychologist. The risk factors of professional burnout are systematised into three categories: personal-psychological, professional-organisational, and motivational-dynamic. The paper substantiates the proposition that the source of risk is embedded in the structure of the psychologist's professional activity rather than in the practitioner's personal weakness, which necessitates treating working conditions and the support of the professional community as independent determinants of the practitioner's mental health.

Key words: mental health, practising psychologists, wartime conditions, secondary traumatisation, professional burnout, dual burden, continuous traumatic stress.

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.923.2:171.02

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.12>

ДУХОВНІСТЬ ЯК РЕСУРС ПСИХОЛОГІЧНОЇ АБІЛІТАЦІЇ УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА

Наталія Жигайло

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000
<https://orcid.org/0000-0001-5686-2652>
e-mail: nataliya.zhyhaylo@lnu.edu.ua*

Михайло Цимбалюк

*Комітет Верховної Ради України
з питань соціальної політики та захисту прав ветеранів,
вул. Михайла Грушевського, 5, м. Київ, Україна, 01008
<https://orcid.org/0009-0009-8610-8939>
e-mail: tsmmwww@gmail.com*

У статті розкрито проблему духовності як ресурсу психологічної абілітації українського суспільства в умовах війни, соціальних трансформацій та колективної травматизації. Обґрунтовано актуальність дослідження духовності як ціннісної основи відновлення особистості та суспільства в період глибоких кризових змін. Визначено, що сучасна абілітація виходить за межі традиційної реабілітації та передбачає не лише відновлення порушених функцій, а й формування нових ресурсів життєстійкості, смислотворення та активної суб'єктної позиції особистості.

Проаналізовано психологічні, соціальні та духовні аспекти впливу війни на психоемоційний стан людини. Показано, що духовність виступає важливим чинником збереження внутрішньої цілісності особистості, її здатності до саморефлексії, відповідальності, віри, надії та подолання наслідків психотравматичного досвіду. Розкрито роль духовних цінностей у формуванні психологічної стійкості, посттравматичного розвитку та соціальної солідарності.

У статті охарактеризовано діяльність сучасних абілітаційних центрів України як мультидисциплінарних просторів психологічної, соціальної та духовної підтримки населення. Визначено основні напрями їхньої діяльності: психологічне консультування, психосоціальний супровід, ресурсно-орієнтовані програми, психоосвітню та просвітницьку роботу. Особливу увагу приділено концепції інформаційної духовності та авторській моделі духовного становлення особистості, що ґрунтується на розвитку самосвідомості, моральних цінностей, відповідальності та духовної культури.

Зроблено висновок про те, що духовність є важливим ресурсом психологічної абілітації українського суспільства, оскільки забезпечує інтеграцію психологічного, соціального та морального вимірів відновлення особистості. Підкреслено необхідність розвитку системи абілітаційної допомоги, формування культури духовності та підтримки ментального здоров'я населення в умовах сучасних викликів.

Ключові слова: духовність, абілітація, психологічна стійкість, ментальне здоров'я, посттравматичний розвиток, інформаційна духовність, соціальна підтримка, війна, психологічна допомога, життєстійкість.

Актуальність проблеми. Сучасне українське суспільство переживає період глибоких трансформацій, зумовлених тривалими соціальними потрясіннями, війною, масовими

втратами, вимушеною міграцією та колективною травматизацією. У цих умовах особливої актуальності набуває проблема абілітації - процесу не лише відновлення порушених психосоціальних функцій, а й формування нових ресурсів життєстійкості, смислотворення та активної суб'єктної позиції. Ключовою ціннісною основою такого процесу виступає духовність. Абілітація українського суспільства не може обмежуватися інструментальними чи технологічними підходами. Вона потребує глибинного ціннісного підґрунтя, яке дозволяє людині та спільноті зберегти внутрішню цілісність, гідність і здатність до майбутнього. Саме духовність виконує цю інтегруючу функцію, поєднуючи особистісний, соціальний і трансцендентний виміри людського буття.

Духовність постає як багатовимірне явище, що охоплює систему базових цінностей, моральних орієнтирів, екзистенційних смислів, віру, надію, любов, здатність до співпереживання й відповідальності. У контексті абілітації духовність сприяє відновленню смислу життя, внутрішньої мотивації та віри у власну спроможність діяти.

Абілітація, заснована на духовних цінностях, спрямована не лише на повернення до «довоєнного» стану, а на формування нового рівня особистісної та суспільної зрілості. Пересмислення втрат, зміна життєвих пріоритетів, посилення відповідальності та солідарності можуть стати підґрунтям для відновлення та модернізації українського суспільства.

Таким чином, духовність як ціннісна основа абілітації українського суспільства забезпечує цілісність відновлювальних процесів, поєднуючи психологічний, соціальний і моральний виміри. Її інтеграція у практики абілітації є необхідною умовою збереження людської гідності, формування життєстійкості та творення відповідального майбутнього України.

Аналіз останніх публікацій на тему дослідження. Проблемі духовності присвячено чимало досліджень: від Платона, Аристотеля, Панфіла Юркевича, Григорія Сковороди до наших днів: С. Д. Максименко, І. Д. Пасічник, Г. О. Балл, М. Й. Боришевський, В. П. Москалець, М. В. Савчин, В. Ф. Моргун, О. В. Матласевич, Н. І. Жигайло, М. М. Цимбалюк [1-10]; зарубіжні класики: Ф. Лерш, К. Г. Юнг, К. Роджерс, Р. Мейо, Дж. Коннорс тощо. Серед сучасних зарубіжних досліджень варто виокремити працю Л. Брегмана з екології духовності концепцію психологію духовності Л. Кулліфорда. Найновіші дослідження Джонстона і Коуена базуються на нових дослідженнях нейробіології і аналізують духовний досвід через призму нейронауки, визначають вплив духовності на інтелект. Значну увагу надаємо практичним аспектам і ролі духовності у відновлення та модернізації українського суспільства.

Виклад основного матеріалу. Абілітація – це є процес адаптації, пристосування до нових умов життя і діяльності. У період війни цей термін набув дещо нового значення. Це - процес, який починається після лікування, фізичної та психологічної реабілітації, коли постраждалий у війні вже пройшов медичну, психологічну й фізичну реабілітацію і йому потрібно пристосуватися до нових умов життя в соціумі. У нього, можливо, немає кінцівки, у нього, можливо, немає домівки, у нього, можливо, немає когось із рідних тощо.

Зараз в Україні створюються абілітаційні центри, які формуються на перетині медицини, психології, соціальної роботи та освіти. Вони діють у структурі державних і комунальних закладів охорони здоров'я, центрів соціальних служб, реабілітаційних установ, а також у межах діяльності громадських і благодійних організацій. Ключовою особливістю сучасних абілітаційних центрів є перехід від вузькоспеціалізованої реабілітації до мультидисциплінарного підходу, який охоплює різні аспекти життєдіяльності людини. У роботі центрів беруть участь психологи, психотерапевти, психіатри, соціальні працівники, лікарі, фахівці з фізичної реабілітації, арттерапевти, а також консультанти з питань соціальної інтеграції. Важливою характеристикою є орієнтація на довготривалу підтримку, а не лише на кризове втручання. Абілітаційні програми спрямовані на стабілізацію психоемоційного стану, відновлення відчуття контролю над життям, формування нових смислів і життєвих перспектив.

Послугами абілітаційних центрів користуються різні категорії населення, зокрема: цивільні особи, які зазнали психотравматичного впливу війни; внутрішньо переміщені особи; родини загиблих і зниклих безвісти; діти та підлітки, які пережили травматичний досвід; військовослужбовці та ветерани (у взаємодії з реабілітаційними програмами); фахівці «допомагаючих професій», які перебувають у стані професійного вигорання.

Важливо, що у Львівському національному університеті імені Івана Франка вперше в Україні нами (професор Жигайло Н.І., професор Островська К.О., професор Островський І.П., доцент Яворська Г.В.) розроблено і запроваджено магістерську освітню програму «Абілітація та психологічний супровід» з підготовки фахівців для абілітаційних центрів. Якими компетентностями має володіти фахівець в абілітаційних центрах? Перше – володіти знаннями про особистісне й духовне зростання людини. Друге – навчання фінансовій грамотності. Адже, можливо, людина була будівельником, а тепер має стати ФОП-ом, юристом або освоїти інший вид професії, яка не вимагатиме фізичної праці, швидкого пересування тощо. Третє – освоєння підприємницьких навичок. Четверте – це знання з психології бізнесу та управління. Якщо ми пропонуємо освітню програму «Абілітація та психологічний супровід», значить маємо вкласти в неї мету, зміст і сенс. Наш підхід базується на чотирьох головних стовпах. Перший – Григорій Сковорода, український філософ, поет, педагог. Він жив 300 років тому, проте в цей час також відбувалися аналогічні події: війна, революція, намагання знищити все українське. Але він робив свою роботу – тому став Сковородою. Творчість Григорія Сковороди має значний вплив на сучасників і подальші покоління. Другий – Віктор Франкл, австрійський психолог, психіатр. Його унікальна праця «Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі» допомогла вижити багатьом. Загинули ті, які думали, що все дуже швидко закінчиться, загинули ті, які не мали віри в майбутнє, а вижили ті, які мали справжній сенс буття і жили сьогоднішнім днем. Третій – Роман Гладішевський, Ректор Університету, академік НАН України, професор. Коли я прийшла з цією пропозицією, професор Роман Євгенович сказав: «Наталіє Ігорівно, це не тільки Воїнам треба адаптуватися до нових умов життя, а й нам до них». Ви подумайте, як геніально сказано. Коли ти бачиш молоду людину, яка йде без кінцівки, серце крається, і ти не знаєш, що їй сказати. Четвертий – Владика Володимир Груца, єпископ-помічник Львівської Архиепархії. Владика Володимир є автором книги «Твоє щастя тут і тепер», на презентації якої я мала нагоду бути. Ця книга лежить в мене на столі поруч із Біблією. Щастя тут і тепер. Адже вчорашнього дня вже немає, завтра теж може й не настати, а є сьогоднішній день. І людина, яка вміє дякувати за все, що має, отримує значно більше. А людина, яка у всьому шукає погане, втрачає й те, що має.

Абілітаційні центри в Україні надають широкий спектр послуг, які умовно можна поділити на кілька напрямів. Психологічні послуги включають індивідуальне та групове консультування, психотерапевтичну допомогу, кризові інтервенції, роботу з травмою втрати, тривожними та депресивними станами. Значна увага приділяється розвитку емоційної саморегуляції та навичок подолання стресу.

Психосоціальні послуги спрямовані на відновлення соціальних зв'язків, підтримку сімейних відносин, адаптацію до нових життєвих умов, зокрема в ситуації переміщення або втрати житла. Важливою складовою є робота з громадами та створення підтримувальних середовищ. Ресурсно-орієнтовані програми фокусуються на розвитку стійкості, посттравматичного зростання, сенсотворення та життєвої активності. Застосовуються методи арттерапії, тілесно-орієнтованої терапії, нарративних практик, груп підтримки. Освітні та просвітницькі послуги охоплюють психоосвіту, тренінги з управління стресом, підвищення психологічної грамотності населення, а також підготовку фахівців і волонтерів.

Особливого значення набуває концепція інформаційної духовності, яка передбачає наповнення інформаційного простору духовними цінностями, розвиток самосвідомості,

моральної культури та духовних орієнтирів особистості. У сучасному цифровому суспільстві це є важливою умовою формування психологічно зрілої, відповідальної та соціально активної особистості.

Отже, духовність як ресурс психологічної абілітації українського суспільства забезпечує інтеграцію психологічних, соціальних і моральних механізмів відновлення особистості та суспільства загалом. Подальший розвиток системи абілітаційної допомоги, підтримка ментального здоров'я населення та формування культури духовності є необхідними умовами успішного відновлення й сталого розвитку України в умовах сучасних викликів.

Задля реалізації вказаної мети нами запропоновано характеристики духовності як інтегративної якості особистості, яка слугує однією з найбільш фундаментальних характеристик особистості як відкритої системи. Відштовхуючись від запропонованого визначення, що духовність - це складний психічний феномен; вияв внутрішнього світу особистості; інформаційно-енергетична структура особистості, насичена символами, якими вона володіє, нами запропоновано термін «інформаційна духовність». Під інформаційною духовністю ми розуміли наповнення інформаційного простору духовними цінностями задля формування високого рівня свідомості та самосвідомості особистості; розвитку її духовних пріоритетів; обґрунтування системи цінностей, що мають лягти в основу життя, виступати на передній план усього процесу життєдіяльності. Джерелами інформаційної духовності слугують наука, культура, релігія, мистецтво, спорт тощо.

З метою формування інформаційної духовності суспільства нами запропоновано поняття «інформаційно-духовної особистості»; авторську психологічну структуру інформаційно-духовної особистості; авторську модель інформаційного духовного становлення особистості молоді, програму тренінгу розвитку інформаційної духовності особистості; тематичний план спецкурсу «Психологія формування інформаційної духовності особистості»; критерії розвитку інформаційної духовності особистості; джерела формування інформаційної духовності особистості.

Під терміном «інформаційно-духовна особистість» ми розуміємо особистість, в яка є сучасною та цифрово грамотною, водночас, в своїх думках і вчинках опирається на закони правди та справедливості; яка в своєму житті керується принципами істини та любові до ближнього; користується законами взаємоповаги та взаємодопомоги; інформаційний простір якої сповнений духовно-культурними надбаннями.

Авторська психологічна структура духовної особистості (рис.1) представлена нами у вигляді дерева, основа (коріння) якого базується на чинниках саморегуляції, якими є воля, совість і віра; вітки цього дерева – це наші пізнавальні та емоційно-вольові психічні процеси, психічні стани, психічні властивості, психічна діяльність, спрямованості тощо, а верхівка цього дерева прагне до духовного зростання, тобто до самовдосконалення.

Авторська модель духовного становлення особистості включає в себе інструментальну, потребно-мотиваційну та інтеграційну складові (рис.2).

Психологічний тренінг формування інформаційної духовності особистості студентської молоді представлений нами у наукових працях, з якими можна ознайомитися у матеріалах, розміщених у фахових виданнях України та виданнях наукометричних баз Scopus, Web of Science тощо.

Також нами представлено критерії, яким повинна відповідати інформаційно духовна особистість: моральні: інформаційно духовна особистість характеризується чесністю, справедливістю, достоїнністю; має діловий та особистісний авторитет; любить свою працю і відповідально відноситься до неї; мати етично-діловий такт і радість від спілкування; інтелектуальні: високий рівень фахової підготовки; точність пам'яті, гнучкість мислення, творчість уяви; темперамент, лабільна нервова система (вроджені чинники); сила волі і віра (набуті

чинники); мовленнєва культура, риторика; інтуїція; спостережливість; фізичні та канонічні: одяг, постава, поведінка; шляхетність, одухотворення.



Рис. 1. Психологічна структура особистості за С. Максименко, Н. Жигайло

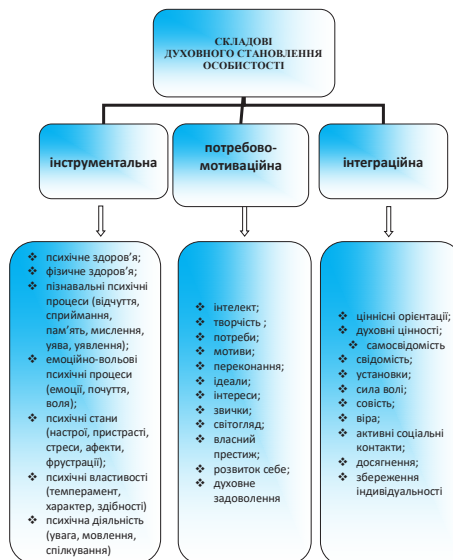


Рис. 2. Авторська модель духовного становлення особистості

Джерелами інформаційно-духовної особистості є: наука, культура, мистецтво; читання наукової, художньої, публіцистичної та духовної літератури, зокрема, Святого Письма; соціальні мережі з використанням духовної інформації; Богослов'є (як наука про Бога); Свята Літургія – вчителька життя (А. Шептицький); Молитва – розвиток душі; церковне мистецтво; християнська філософія (пізнання Бога); природа, культура, мистецтво, спорт тощо.

Висновки. Абілітаційні центри в Україні стають ключовими інституціями підтримки ментального здоров'я в умовах війни. Їхня діяльність виходить за межі традиційної

реабілітації, формуючи простір для розвитку стійкості, відновлення людської гідності та пост-травматичного розвитку. Подальший розвиток абілітаційної системи є необхідною умовою духовного відновлення українського суспільства.

Важливо, що у Львівському національному університеті імені Івана Франка вперше в Україні нами запроваджено магістерську освітню програму «Абілітація та психологічний супровід» з підготовки фахівців для абілітаційних центрів.

Доведено, що абілітація в умовах війни повинна розглядатися як комплексний процес відновлення та розвитку особистості, який охоплює психологічний, соціальний, моральний і духовний виміри. Важливою умовою ефективної абілітації є формування нових ресурсів адаптації, життєвих смислів, відповідальності та активної суб'єктної позиції людини. Саме духовність забезпечує внутрішню цілісність особистості, сприяє збереженню людської гідності, віри, надії та здатності до посттравматичного розвитку.

Встановлено, що сучасні абілітаційні центри України відіграють важливу роль у підтримці ментального здоров'я населення, забезпечуючи мультидисциплінарний підхід до психологічної, соціальної та духовної допомоги. Їхня діяльність спрямована не лише на подолання наслідків психотравматичного досвіду, а й на розвиток життєстійкості, соціальної інтеграції та формування підтримувального середовища.

Особливого значення набуває концепція інформаційної духовності, яка передбачає наповнення інформаційного простору духовними цінностями, розвиток самосвідомості, моральної культури та духовних орієнтирів особистості. У сучасному цифровому суспільстві це є важливою умовою формування психологічно зрілої, відповідальної та соціально активної особистості.

Отже, духовність як ресурс психологічної абілітації українського суспільства забезпечує інтеграцію психологічних, соціальних і моральних механізмів відновлення особистості та суспільства загалом. Подальший розвиток системи абілітаційної допомоги, підтримка ментального здоров'я населення та формування культури духовності є необхідними умовами успішного відновлення й сталого розвитку України в умовах сучасних викликів.

Конфлікт інтересів: автор є головним редактором журналу. Для забезпечення незалежності редакційного процесу рукопис розглядався уповноваженим редактором, який не перебував у підпорядкуванні автора та не мав конфлікту інтересів. Автор не брав участі у відборі рецензентів, процесі рецензування та прийнятті рішення щодо публікації статті. Рукопис пройшов стандартну процедуру подвійного сліпого рецензування.

Список використаної літератури

1. Жигайло Н. І. Психологія духовного становлення особистості майбутнього фахівця : Монографія. Львів : Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2008. 336 с.
2. Кісарчук З. Г., Омельченко Я. М., Лазос Г. П. та ін. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія. Київ : Видавничий дім «Слово», 2020. 178 с.
3. Кокун О. М. Психологія професійної стійкості особистості : монографія. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2021. 320 с.
4. Максименко С. Д. Ментальне здоров'я особистості в умовах соціальних трансформацій. - Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. 125 с.
5. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : наук. монографія. К. : КММ, 2006. 255 с.
6. Максименко С. Д. Психологія особистості : Підручник. К. : КММ, 2007. 296 с.
7. Москалець В. П. Психологія особистості : навчальний посібник. К. : Центр учбової літератури, 2013. 416 с.

8. Помиткін Е. О. Психологія духовного розвитку особистості : монографія. Київ : Наш час, 2005. 278 с.
9. Савчин М. В. Духовний потенціал людини : монографія. Івано- Франківськ: Вид-во «Плай» Прикарпатського ун-ту, 2001. 203 с.
10. Хоронжий А.Г. Керування людини собою: монографія. – Львів: СПОЛОМ, 2020. – 176 с.

SPIRITUALITY AS A RESOURCE FOR THE PSYCHOLOGICAL HABILITATION OF UKRAINIAN SOCIETY

Nataliya Zhyhaylo

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0001-5686-2652>
e-mail: nataliya.zhyhaylo@lnu.edu.ua*

Mykhailo Tsymbaliuk

*Committee of the Verkhovna Rada of Ukraine on Social Policy and Protection of Veterans' Rights
5, Mykhaila Hrushevskoho str., Kyiv, Ukraine, 01008
<https://orcid.org/0009-0009-8610-8939>
e-mail: tmmwww@gmail.com*

The article examines spirituality as a resource for the psychological habilitation of Ukrainian society under conditions of war, social transformations, and collective traumatization. The relevance of studying spirituality as a value-based foundation for the recovery of both the individual and society during profound crisis changes is substantiated. It is determined that modern habilitation goes beyond traditional rehabilitation and involves not only the restoration of impaired functions but also the formation of new resources of resilience, meaning-making, and an active subjective position of the individual.

The psychological, social, and spiritual aspects of the impact of war on a person's psycho-emotional state are analyzed. It is demonstrated that spirituality acts as an important factor in preserving the inner integrity of the individual, the ability for self-reflection, responsibility, faith, hope, and overcoming the consequences of traumatic experiences. The role of spiritual values in the formation of psychological resilience, post-traumatic growth, and social solidarity is revealed.

The article characterizes the activities of modern habilitation centers in Ukraine as multidisciplinary spaces of psychological, social, and spiritual support for the population. The main areas of their activity are identified: psychological counseling, psychosocial support, resource-oriented programs, psychoeducational and awareness-raising work. Particular attention is paid to the concept of informational spirituality and the author's model of spiritual personality development based on the growth of self-awareness, moral values, responsibility, and spiritual culture.

It is concluded that spirituality is an important resource for the psychological habilitation of Ukrainian society, as it ensures the integration of psychological, social, and moral dimensions of personal recovery. The necessity of developing a system of habilitation assistance, fostering a culture of spirituality, and supporting the mental health of the population under contemporary challenges is emphasized.

Key words: spirituality, habilitation, psychological resilience, mental health, post-traumatic growth, informational spirituality, social support, war, psychological assistance, resilience.

*Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 159.923.2:159.944

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.13>

СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ТЕОРЕТИЧНІ МОДЕЛІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ПРОЦВІТАННЯ ОСОБИСТОСТІ

Світлана Забаровська

Чернігівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

імені К.Д. Ушинського,

вул. Слобідська, 83, м. Чернігів, Україна, 14021

<https://orcid.org/0000-0002-4642-1172>

e-mail: zabarovska.sveta@gmail.com

Стаття присвячена висвітленню результатів огляду наукових досліджень такого нового поняття для сучасної української психології, як «психологічне процвітання». Здійснено аналіз основних теоретичних моделей психологічного процвітання.

Актуальність дослідження визначається тим, що в сучасній психології увага прикута не лише до розладів психологічного здоров'я людини, але й позитивних аспектів її функціонування, таких, як гедоністична насолода від життя, задоволеність життям, самореалізація, особистісне зростання, ціннісна діяльність, позитивне функціонування тощо. Вивчення цих аспектів дозволяє чіткіше осмислити інтегральне поняття повного психологічного добробуту людини.

Визначено джерела походження поняття «психологічне процвітання» в межах позитивної психології. Проаналізовані відомі теоретичні моделі психологічного процвітання, зокрема запропоновані К. Кізом, Е. Дінером, М. Селігманом, Ф. Хапперт і Т. Со, Т. Дж. ВандерВілом та іншими. Здійснено огляд спроб операціоналізації цього концепту, згадані методики його вимірювання. У ході порівняння моделей психологічного процвітання, було визначено ряд спільних складових, які повторюються. Це такі, як переважання позитивних емоцій, висока задоволеність життям, відчуття особистісного зростання, наявність у людини мети і сенсу в житті, гарні міжособистісні стосунки, відчуття компетентності, наповнена сенсом діяльність, позитивна самооцінка, загальне ефективне функціонування.

У статті робиться висновок, що більшість сучасних моделей інтегрують гедоністичні та евдемоністичні підходи до розуміння психологічного добробуту, розглядаючи психологічне процвітання як найвищий рівень його розвитку. Також обґрунтовується висновок, що психологічне процвітання є багатовимірним феноменом, і є вірогідність того, що в складних умовах життєдіяльності окремі компоненти (наприклад, гедоністичні) можуть знижуватись, але він зберігає свою стійкість з рахунком високого вияву інших (евдемоністичних). Навіть за зниження окремих складових психологічного благополуччя людина може зберігати загальний стан психологічного процвітання, ефективно функціонувати і навіть відновлюватись. Підкреслено значення концептуалізації та операціоналізації цього конструкта для психологічної та психотерапевтичної практики, оскільки це дозволяє визначити цілі втручання та орієнтири психотерапевтичних змін.

Ключові слова: особистість, повне психічне здоров'я, психологічне благополуччя, психологічний добробут, психологічне процвітання, позитивна психологія.

Постановка проблеми. Значної уваги у світовій психології набуває дослідження позитивних аспектів психічного здоров'я людини, що включають не лише відсутність психічних розладів, але й повноцінне життєве функціонування, задоволеність життям, особистісний ріст, реалізацію свого потенціалу. Зміщення фокусу від патології до ресурсів

особистості, що було започатковане в позитивній психології, сприяло виникненню нових психологічних понять, одним із яких є «психологічне процвітання».

Термін «психологічне процвітання» («psychological flourishing») дуже часто розуміється як синонім до поняття психологічного добробуту («psychological well-being»). Але ми вважаємо, це поняття має своє специфічне змістовне наповнення. Поняття «процвітання», «процвітання людини», «психологічне процвітання», «психологічний розквіт», «професійне процвітання» зустрічається у працях сучасних відомих зарубіжних та українських дослідників: Дж. Батлера, Т.Дж. ВандерВіла, М.Л. Керна, М. Селігмана, Т.В. Данильченко, Л. Карамушки, Л.В. Музичко та ін. Однак у сучасній українській психології це поняття почало зустрічатися лише останніми роками і не набуло досі широкого поширення та достатнього теоретичного осмислення.

Мета статті полягає у здійсненні аналізу сучасних досліджень феномену психологічного процвітання та огляді його теоретичних моделей.

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженнях психологічного добробуту традиційно виокремлюють три концептуальні підходи: гедоністичний (представлений у працях Н. Бредбурна, Е. Дінера), евдемоністичний (відома є модель К. Ріфф) та інтегрований, який отримав розвиток у роботах М. Селігмана та інших дослідників з позитивної психології. Однак, аналіз різних теоретичних моделей благополуччя показує, що між ними не існує чітких відмінностей. Більшість моделей включають схожі компоненти позитивного функціонування, або їх структурні компоненти деякою мірою перетинаються, взаємодоповнюють один одного. Часто надалі в своїх пошуках психологи все більше тяжіють до інтегрованого підходу, де психологічний добробут особистості трактується як складний багатокомпонентний конструкт, в якому представлені різні виміри суб'єктивного функціонування особистості. Ряд визнаних науковців поряд з поняттям психологічного добробуту/благополуччя використовують поняття метафоричного походження «психологічне процвітання», яке у сучасній англійській психологічній літературі набуло статусу наукового терміну. Проаналізуємо, який зміст вкладають дослідники в сутність цього поняття, розглянемо відомі теоретичні моделі його концептуалізації.

Вірогідно першим увів у науковий вжиток поняття «flourishing» К. Кіз у своїй статті «The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life» [1]. К. Кіз, здійснив спробу концептуалізації психічного здоров'я як синдрому симптомів позитивних почуттів та позитивного життєвого функціонування. Виміри суб'єктивного благополуччя розглядаються ним як симптоми психічного здоров'я. Психічне здоров'я розуміється як континуум, на якому з одного краю – млявість, депресія і психічне нездоров'я, а з іншого – психологічне процвітання. Кіз розуміє так, що психічне здоров'я складається як із симптомів гедонії, так і з симптомів позитивного функціонування, і виокремлює наступні класифікатори симптомів психічного здоров'я: *емоційний добробут* (як переважання позитивного афекту) – людина здебільшого весела, у гарному настрої, щаслива, зацікавлена життям, спокійна і умиротворена, сповнена життям; *позитивне психологічне функціонування (психологічний добробут)*: самоприйняття, особистий ріст, мета в житті, компетентність, автономія, позитивні стосунки з іншими; *позитивне соціальне функціонування (тобто соціальний добробут)*: соціальна узгодженість, соціальна актуалізація, соціальна інтеграція, соціальне прийняття і соціальний внесок [1, с.78]. Відповідно до моделі Кіза, щоб мати висновок про «процвітання в житті» необхідно, щоб був присутній хоча б один високий показник гедонізму та принаймні високі рівні за шістьма показниками позитивного функціонування. Повне психічне здоров'я, на думку Кіза, – це стан, при якому відсутні психічні захворювання і людина процвітає. Проведене ним емпіричне дослідження серед американців показало, що 17,2% дорослих відповідали критеріям процвітання, тобто мали

високі показники психічного здоров'я. Було встановлено, що процвітання та помірно психічне здоров'я пов'язані з кращими профілями психосоціального функціонування людей.

Отже, в теоретичній моделі К. Кіза психологічне процвітання розуміється як стан повного психічного здоров'я, що характеризується високими рівнями емоційного, психологічного та соціального благополуччя особистості.

Активний дослідник у галузі суб'єктивного благополуччя Е. Дінер [3] збагатив своє розуміння благополуччя, додавши конструкт «процвітання». Його компоненти, на думку дослідника, включають: мету життя, позитивні стосунки, залученість, компетентність, самооцінку, оптимізм та внесок у благополуччя інших. Е. Дінером зі співавторами [3] була розроблена «Шкала процвітання (Flourishing Scale, FS)», що представляє собою короткий 8-пунктовий підсумковий показник самосприйняття респондентом успіху у важливих сферах. Шкала позитивного та негативного досвіду («Scale of Positive and Negative Experience (SPANES)») надає оцінку для позитивних почуттів (6 пунктів), оцінку для негативних почуттів (6 пунктів), і ці два показники можна поєднати для створення збалансованої оцінки. Шкала оцінює за допомогою кількох пунктів широкий спектр негативних і позитивних почуттів, які переживалися людиною протягом останніх 4 тижнів. Таким чином, у пізніших працях Е. Дінера поняття процвітання виходить за межі гедоністичного розуміння благополуччя, інтегруючи в цей конструкт показники ефективного психологічного функціонування.

Іншою концепцією процвітання є модель PERMA М. Селігмана. У своїй книзі «Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being» Селігман [4] обґрунтовує модель благополуччя як багатовимірний конструкт, що включає п'ять складових: позитивні емоції, залученість, позитивні стосунки, сенс та досягнення. На думку автора саме високий рівень розвитку кожного з цих компонентів сприяє психологічному процвітанню людини, забезпечує її повноцінне та успішне життя. Модель PERMA покладена в основу опитувальника PERMA Profiler, що вимірює благополуччя в інтегративній моделі. Ця модель стала доволі відомою та визнаною у психологічній спільноті.

Його послідовники Дж. Батлер і М. Керн [5] визначають «процвітання» як динамічний оптимальний стан психосоціального функціонування особистості, що виникає внаслідок успішної реалізації в багатьох психосоціальних сферах.

Англійські дослідники Ф. Хапперт, Т. Со [6] вивчали також психологічне процвітання особистості як протилежність психічному розладу, а не як його просто відсутність. Шляхом визначення позитивних полюсів кожного виміру симптомів поширених психічних розладів, генералізованої тривожності та депресії, вони виокремили десять ознак, що представляють позитивні аспекти психічного функціонування: компетентність, емоційна стабільність, залученість, сенс, оптимізм, позитивні емоції, позитивні стосунки, стійкість, самооцінка та життєздатність. Їх операційне визначення полягало в тому, що для того, щоб кваліфікуватися як процвітаюча, людина повинна демонструвати наявність позитивних емоцій разом з усіма позитивними характеристиками, крім однієї, та всіма аспектами позитивного функціонування, крім одного.

Ці дослідники зауважують, що процвітання стосується досвіду успішного життя. Це поєднання гарного самопочуття та ефективного функціонування. Процвітання є синонімом високого рівня психологічного добробуту та втілює психічне здоров'я. Високий рівень добробуту, вважають вони, пов'язаний з низкою позитивних результатів, зокрема, це ефективне навчання, продуктивність і креативність, добрі стосунки, просоціальна поведінка, а також гарне здоров'я та тривалість життя.

Також Ф. Хапперт, Т. Со [6] дослідили, чи пов'язане процвітання людини з її задоволеністю життям (як одномірним показником). Дослідники з'ясували, що кореляція за

Спірменом між процвітанням та задоволеністю життям становить лише 0,34 ($p < 0,01$), що свідчить про помірний зв'язок між цими характеристиками. Серед європейців відсоток тих, хто одночасно процвітав і мав високий рівень задоволеності життям, становив лише 7,3%. Серед людей, які відповідали критерію процвітання, 46,0% мали високий рівень задоволеності життям, а серед людей, які мали високий рівень задоволеності життям, 38,7% процвітали. Тож хоча процвітання та задоволеність життям є взаємопов'язаними, однак процвітання є ширшим конструктом і не зводиться лише до когнітивної оцінки власного життя.

Т. Дж. ВандерВіл [7] зауважує, що в позитивній психології запропоновано низку підходів до вимірювання психологічного благополуччя. Найбільш поширені методики спрямовані на оцінку двох основних компонентів: щастя як позитивного афективного стану, яке часто визначають як гедоністичне щастя, та загальної задоволеності життям, що розглядається як когнітивна оцінка власного життя і позначається терміном оціночне щастя (*evaluative happiness*). Комплексні моделі вимірювання психологічного благополуччя, окрім позитивного афекту та задоволеності життям, включають й інші психологічні компоненти, зокрема: відчуття сенсу та мети життя, автономію, самоприйняття, оптимізм, позитивні міжособистісні стосунки, компетентність (майстерність), самовизначення, резильєнтність, особистісне зростання, життєву енергійність (вітальність), залученість до діяльності та самооцінку. Такі багатовимірні показники або окремі їх компоненти часто розглядають як індикатори евдемонічного благополуччя, оскільки вони відображають не лише емоційне благополуччя, а й оптимальне психологічне функціонування та самореалізацію особистості. Саме для адекватного відображення складності оптимального психологічного функціонування потрібні багатовимірні моделі.

Т. Дж. ВандерВіл вважає, що процвітання саме по собі виходить за рамки психологічного благополуччя і може розумітися як стан, за якого всі аспекти життя людини є хорошими, як повне психологічне благополуччя. У зв'язку з цим було запропоновано кілька сфер процвітання: щастя та задоволення від життя, фізичне та психічне здоров'я, сенс і мета, характер і чеснота, тісні соціальні стосунки. Крім того, було висловлено припущення, що фінансова та матеріальна стабільність, хоча, можливо, і не є самоціллю, може бути важливою для підтримки процвітання.

Включивши до цієї моделі такі компоненти, як фізичне здоров'я, характер і чесноти, Д. Везяк-Бяловольська, Е. Макнілі, Т. Дж. ВандерВіл [8] розробили інструменти вимірювання – Індекс процвітання (FI) та Індекс безпечного процвітання (SFI). Перший складається з 10 питань, згрупованих у п'ять областей: щастя та задоволеність життям, фізичне та психічне здоров'я, сенс та мета, характер та чесноти, тісні соціальні стосунки. Другий доповнюється двома додатковими питаннями, що стосуються області фінансової та матеріальної стабільності, що можуть бути важливими для триваючого процвітання.

Психологічне процвітання, пише Е. Ахмад зі співавторами [2], стосується оптимального стану психічного, емоційного та соціального функціонування, що характеризується відчуттям мети, емоційним благополуччям, змістовною залученістю та повноцінними стосунками. На відміну від традиційних моделей психічного здоров'я, які зосереджені на відсутності психічних захворювань, процвітання підкреслює наявність позитивних психологічних якостей та життєвого досвіду. Воно поєднує аспекти гедоністичного благополуччя, яке включає щастя та задоволення від життя, з евдемоністичним благополуччям, яке передбачає сенс, самоактуалізацію та особистісний ріст. Процвітаючі особистості не просто живуть, вони процвітають завдяки наміру, зв'язку та життєвій силі. Важливість процвітання, зауважують науковці, особливо очевидна в молодому віці, оскільки цей період розвитку характеризується становленням ідентичності, життєвими

рішеннями та емоційним дозріванням. Їх дослідження показали, що процвітання серед молодих людей пов'язане з академічним успіхом, емоційною саморегуляцією та задоволенням від життя. Процвітання також пов'язане з нижчим рівнем стресу, тривоги і депресії. Забезпечення процвітання людини в цей період може мати довгостроковий вплив на особисте функціонування та суспільне благополуччя.

У ході сучасних емпіричних досліджень [9] встановлено, профілі процвітання значно відрізняються залежно від країни: учасники зі США повідомляли про значимість високого матеріального добробуту, тоді як китайські учасники повідомляли про високий рівень соціального благополуччя та процвітання, пов'язане зі здоров'ям, а камбоджійці надавали пріоритет чеснотам та щастю. Ці результати свідчать, що культурні цінності значною мірою формують те, як переживається та виражається психологічне процвітання. У релігійних суспільствах духовність часто виступає ключовим фактором благополуччя, оскільки було показано, що релігійні та духовні переконання людей позитивно впливають на психологічне та суб'єктивне благополуччя. Також встановлено, що уявлення про людську здатність до процвітання відрізняється між східними колективістськими та західними індивідуалістичними культурами. Також автори [9] зазначають, що психологічний розквіт виходить за рамки індивідуальних досягнень чи емоційного благополуччя, серед ключових компонентів важливе місце займає духовна самореалізація як життєво важливий показник процвітання. Тобто психологи зауважують, що зміст психологічного процвітання має культурну зумовленість, зокрема у суспільствах з вираженими релігійними і колективістськими цінностями важливого значення набуває духовність як складова процвітання.

У сучасній українській психології авторських моделей психологічного процвітання особистості поки не представлено, але спостерігається високий інтерес до феномену психологічного благополуччя особистості [10, 11, 12]. Традиційно переважаючого значення у структурі благополуччя надають саме євдемоністичним складовим. Зокрема, українська науковиця Т.В. Данильченко [10] зазначає, що «процвітання» стосується євдемонічного аспекту благополуччя, що акцентує особистісний ріст та самотрансценденцію, тобто деякий вихід за межі власного «Я» через реалізацію суспільно значущої діяльності.

Висновки. Таким чином, під психологічним процвітанням можна розуміти найвищий рівень психологічного добробуту особистості, що характеризується оптимальним поєднанням гедоністичних та євдемоністичних аспектів функціонування людини.

Порівняльний аналіз розглянутих моделей свідчить, що психологічне процвітання дослідники трактують як багатовимірний конструкт. Спільними для більшості моделей є такі компоненти, як гарний емоційний стан, позитивна самооцінка, позитивні міжособистісні стосунки, наявність життєвої мети та сенсу, особистісне зростання або розвиток, ефективне функціонування. Відмінності між моделями полягають насамперед у визначенні їхньої концептуальної основи: К. Кіз розглядає процвітання як стан повного психічного здоров'я, Е. Дінер – як інтегральний показник психологічного благополуччя, у моделі М. Селігмана – результат втілення ключових компонентів благополуччя, Т. ВандерВіл і Д. Вензяк-Бяловольська розширюють зміст цього конструкта, включаючи до нього фізичне здоров'я, матеріальну забезпеченість, характер, чесноти і соціальні умови життя. Сучасні транскультурні дослідження доводять культурну зумовленість структури процвітання та важливість духовного виміру в окремих суспільствах.

При цьому науковці зауважують, що говорити про психологічне процвітання людини можна при високому рівні вираженості багатьох, але не абсолютно всіх, компонентів психологічного процвітання. Цей нюанс набуває особливого значення в ускладнених умовах життєдіяльності, таких, наприклад, як війна. В таких умовах окремі компоненти

психологічного процвітання (наприклад, задоволеність життям, переважання позитивних емоцій чи ін.) можуть закономірно знижуватися, однак це не виключає загального переживання психологічного процвітання, що робить цей феномен відносно стійким до впливу несприятливих обставин.

Концептуалізація та операціоналізація поняття психологічного процвітання та будова його теоретичних моделей важливі також з точки зору психологічної і психотерапевтичної практики, оскільки визначають маркери повного психічного добробуту, які є загальними орієнтирами особистісних змін та цілями психотерапевтичного втручання.

Список використаної літератури

1. Keyes C. L. M. Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*. 2007. Vol.62 (2). P. 95-108.
2. Keyes C. L. M. The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*. 2002. Vol. 43, No. 2. P. 207-222.
3. Diener E., Wirtz D., Tov W., Kim-Prieto C., Choi D. W., Oishi S., Biswas-Diener R. New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*. 2010. No.97(2). P.143-156.
4. Seligman M. E. P. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-Being. New York: Free Press, 2011. 349 p.
5. Butler J., Kern, M. L. The PERMA-Profil: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*. 2016. No.6(3). P.1-48.
6. Huppert F. A., So T. T. C. Flourishing Across Europe: Application of a New Conceptual Framework for Defining Well-Being. *Soc Indic Res*. 2013. No.110. P. 837-861.
7. VanderWeele T. J. On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2017. No.114(31). P.8148-8156.
8. Weziak-Bialowolska D., McNeely E., VanderWeele T. J. Flourish Index and Secure Flourish Index – Validation in workplace settings. *Cogent Psychology*. 2019. No.6(1): 1598926.
9. Ahmad M., Malik N., Muazzam A. Developing and validating a multidimensional measure of psychological flourishing integrating cultural and spiritual dimensions. *Discover Psychology*. 2026. No. 6:161.
10. Данильченко Т. В. Суб'єктивне соціальне благополуччя: психологічний вимір: монографія. Чернігів, 2016. 544 с.
11. Карамушка Л. Професійне благополуччя персоналу організацій: основні етапи та моделі дослідження в зарубіжній психології. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2025. №4 (37). С.73-85.
12. Забаровська С.М. Емоційна компетентність як чинник психологічного добробуту особистості. Ніжин, 2025. 232 с.

MODERN RESEARCH AND THEORETICAL MODELS OF PSYCHOLOGICAL FLOURISHING OF PERSONALITY

Svitlana Zabarovska

*Chernihiv Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education named after K.D. Ushynskiy,
83, Slobidska St., Chernihiv, Ukraine, 14021
<https://orcid.org/0000-0002-4642-1172>
e-mail: zabarovska.sveta@gmail.com*

The article presents a theoretical review of research on psychological flourishing, a concept that has only recently attracted attention in contemporary Ukrainian psychology. The study analyzes the

major theoretical models of psychological flourishing. Its relevance stems from the growing interest of contemporary psychology not only in mental health disorders but also in the positive dimensions of human functioning, including hedonic well-being, life satisfaction, self-realization, personal growth, meaningful activity, and optimal psychological functioning. Investigating these dimensions contributes to a more comprehensive understanding of the integrative concept of complete psychological well-being.

The article examines the origins of the concept of psychological flourishing within the framework of positive psychology and reviews the principal theoretical models proposed by C. L. M. Keyes, E. Diener, M. Seligman, F. Huppert and T. So, T. J. VanderWeele, and other scholars. It also summarizes existing approaches to the operationalization of this construct and reviews the major instruments developed for its assessment.

A comparative analysis of the reviewed models identified a set of core components common to most conceptualizations of psychological flourishing. These include the predominance of positive emotions, high life satisfaction, a sense of personal growth, purpose and meaning in life, positive interpersonal relationships, competence, meaningful engagement in activities, positive self-esteem, and overall effective psychological functioning.

The analysis indicates that most contemporary models integrate hedonic and eudaimonic perspectives on psychological well-being, conceptualizing psychological flourishing as its highest level of development. The findings further suggest that psychological flourishing is a multidimensional construct whose overall level may remain relatively stable even under adverse life circumstances. Although certain components, particularly hedonic ones, may temporarily decline, strong eudaimonic resources can sustain overall flourishing, enabling individuals to maintain effective functioning and psychological resilience. Thus, even when some aspects of psychological well-being are diminished, individuals may preserve a general state of psychological flourishing and retain their capacity for adaptation and recovery. The article also highlights the importance of conceptualizing and operationalizing psychological flourishing for psychological research and psychotherapeutic practice, as it provides a theoretical basis for defining intervention goals and evaluating therapeutic outcomes.

Key words: personality, complete mental health, psychological well-being, psychological flourishing, positive psychology.

Дата першого надходження статті до видання: 06.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.9.072.59

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.14>

ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ CONNOR–DAVIDSON RESILIENCE SCALE-10 (CD-RISC-10) У ВИБІРЦІ ДОРОСЛИХ УКРАЇНЦІВ

Максим Казначєєв

*Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України,
вул. Андріївська, 15, м. Київ, Україна, 04070
<https://orcid.org/0000-0003-1554-7634>
email: kaznacheev9231@gmail.com*

Денис Покровський

*Київський національний університет імені Тараса Шевченка,
просп. Академіка Глушкова, 2А, м. Київ, Україна, 03680
<https://orcid.org/0009-0002-8347-9151>
email: pokrovskyidenys@gmail.com*

Мета. Дослідження було спрямоване на додаткову перевірку психометричних властивостей україномовної версії Connor–Davidson Resilience Scale-10 (CD-RISC-10), адаптованої Н. В. Школіною та співавторами, у вибірці дорослих українців.

Методи. У дослідженні взяли участь 206 респондентів віком від 18 до 79 років ($M = 38.70$, $SD = 14.10$), серед яких 124 жінки (60.2%) та 82 чоловіки (39.8%). Дані збирали у червні–липні 2026 року за допомогою Google Forms. Психометричний аналіз включав описові характеристики пунктів і сумарного показника, оцінювання внутрішньої узгодженості за коефіцієнтами α Кронбаха та ω Макдональда, скориговані кореляції пунктів із сумою решти пунктів та конфірмаційний факторний аналіз однофакторної моделі. Відповідність однофакторної моделі оцінювали за CFI, TLI, SRMR та RMSEA із 90% довірчим інтервалом.

Результати. Середній сумарний показник CD-RISC-10 становив 25.60 ($SD = 8.18$; $Mdn = 26.00$), фактичний діапазон — 4–40 балів. Внутрішня узгодженість була високою: $\alpha = .919$, $\omega = .922$. Скориговані кореляції пунктів із сумою решти пунктів становили від .520 до .796. Конфірмаційний факторний аналіз показав $\chi^2(35) = 96.60$, $p < .001$, CFI = .949, TLI = .934, SRMR = .038 та RMSEA = .092, 90% CI [.071, .115]. Усі стандартизовані факторні навантаження були позитивними та статистично значущими і становили від .546 до .840.

Висновки. Отримані результати засвідчують високу внутрішню узгодженість україномовної CD-RISC-10 та загалом підтримують її однофакторну структуру, хоча TLI та RMSEA вказують на неповну відповідність моделі даним. Результати підтримують використання сумарного показника CD-RISC-10 як короткого дослідницького інструмента для оцінювання резильєнтності за самозвітом у вибірках дорослих українців, подібних до дослідженої. Вибірка була неімовірною, тому результати не є нормативними для населення України і потребують реплікації на незалежних вибірках.

Ключові слова: резильєнтність, CD-RISC-10, психометричні властивості, надійність, факторна структура.

Вступ. Резильєнтність є одним із центральних понять у дослідженнях адаптації до несприятливих життєвих обставин і описує здатність підтримувати або відновлювати психологічне функціонування за значного навантаження. Роботи Masten [1], Bonanno [2]

та міждисциплінарні узагальнення показали, що успішна адаптація після стресу може спиратися на звичайні психологічні й соціальні механізми, а її прояви залежать від характеру несприятливих умов і часу після їх виникнення [3].

Резильєнтність концептуалізують як індивідуальну характеристику, процес адаптації або результат успішного функціонування. Тому самооцінна шкала фіксує лише певний аспект феномену, а її інтерпретація потребує емпірично обґрунтованих змісту пунктів і структури. Методологічні огляди наголошують на необхідності перевіряти психометричні характеристики шкал у конкретних популяціях, оскільки вони не є однаковими в усіх дослідженнях [4; 5].

Одним із найпоширеніших інструментів є Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC), запропонована Connor і Davidson [6]. Початкова 25-пунктова версія оцінювала здатність справлятися зі стресом і несприятливими обставинами. Через нестабільність її факторної структури Campbell-Sills і Stein [7] створили скорочену CD-RISC-10 з одновимірною структурою та єдиним сумарним показником.

CD-RISC-10 застосовується у клінічних і неклінічних вибірках різними мовами, однак відповідність однофакторної моделі варіює. Cheng et al. [8] підтвердили одновимірність і високу внутрішню узгодженість у китайських студентів та пацієнтів із депресією. Tourunen et al. [9] загалом отримали одновимірну структуру у фінських людей старшого віку, хоча в одній віковій групі виявили додаткове структурування пунктів. У іспаномовній клінічній вибірці Broche-Pérez et al. [10] однофакторна модель мала CFI = .92, RMSEA = .09 та α = .88. Отже, характеристики шкали можуть залежати від вибірки й мовного контексту.

Для перекладених методик це особливо важливо: якісний переклад не гарантує психометричної еквівалентності. Beaton et al. [11] та рекомендації International Test Commission [12] підкреслюють необхідність послідовного перекладу, культурного узгодження й подальшої емпіричної перевірки адаптованого інструмента.

В Україні це питання набуло додаткової ваги в умовах повномасштабної війни. Дослідження демонструють неоднорідність психологічної адаптації до тривалого воєнного стресу та зв'язки резильєнтності з благополуччям, дистресом і воєнним досвідом [13; 14]. Sydorenko et al. [15], застосувавши CD-RISC-10 у великій вибірці українських медичних працівників, виявили негативні зв'язки резильєнтності з тривогою, депресією та соматичними симптомами. Війна тривала і під час збору наших даних у червні–липні 2026 року.

Україномовну CD-RISC-10 адаптували Н. В. Школіна та співавтори із застосуванням прямого і зворотного перекладу, експертного узгодження та попереднього тестування. Первинна перевірка охоплювала 38 пацієнтів з анкілозним спондилітом і 43 особи контрольної групи. Тест-ретест на 15 учасниках дав внутрішньокласовий коефіцієнт .871; α Кронбаха становила .733 та .755 у двох вимірюваннях [16].

Первинна адаптація створила основу для використання методики, однак проводилася на відносно невеликих групах переважно в соматичному клінічному контексті, а однофакторну структуру окремо не перевіряли за допомогою конфірматорного факторного аналізу. Тому незалежне дослідження дорослих українців може уточнити стабільність психометричних властивостей адаптованої версії.

Метою дослідження було оцінити психометричні властивості україномовної версії CD-RISC-10 в адаптації Н. В. Школіної та співавторів шляхом аналізу характеристик її пунктів, внутрішньої узгодженості та однофакторної структури у вибірці дорослих українців.

Метод. Учасники та процедура. Збір даних проводився у червні–липні 2026 року за допомогою онлайн-анкети, створеної у Google Forms. Використовувався неімовірнісний

спосіб відбору. Для зменшення залежності вибірки від одного джерела рекрутингу посилення на дослідження поширювалося через різні доступні канали, включно із соціальними мережами, професійними та академічними контактами й особистими мережами дослідників. Такий підхід не забезпечує статистичної репрезентативності населення України, але дозволив уникнути формування вибірки виключно з одного вузького середовища.

Критеріями включення були вік від 18 років, проживання в Україні на момент опитування та достатнє володіння українською мовою для самостійного заповнення анкети. Первинно було отримано 208 анкет. Перед аналізом проведено перевірку якості та коректності заповнення; два протоколи виключили через некоректно заповнену форму. Остаточну вибірку становили 206 учасників. Пропущених значень у змінних, включених до поточного аналізу, не було.

Вік респондентів становив від 18 до 79 років ($M = 38.70$, $SD = 14.10$, $Mdn = 38.00$). Вибірка включала 124 жінки (60.2%) і 82 чоловіки (39.8%). За місцевістю проживання 150 учасників (72.8%) належали до міського населення, а 56 (27.2%) — до сільського. Зміну місця проживання в межах України через війну повідомили 69 респондентів (33.5%). Детальні характеристики наведено у таблиці 1.

Таблиця 1

Соціально-демографічні характеристики вибірки

Характеристика	n	%
Стать		
Жінки	124	60.2
Чоловіки	82	39.8
Місцевість проживання		
Міське населення	150	72.8
Сільське населення	56	27.2
Зміна місця проживання через війну		
Не змінювали	137	66.5
Змінили в межах України	69	33.5

Примітка. $N = 206$. Вік: $M = 38.70$, $SD = 14.10$, $Mdn = 38.00$, діапазон = 18–79 років.

Участь була добровільною та анонімною. Перед заповненням анкети учасникам надавалася інформація про мету дослідження та умови участі, після чого вони надавали інформовану згоду. Процедура не передбачала експериментального або клінічного втручання.

Інструмент. Для оцінювання резильєнтності використовували україномовну версію Connor–Davidson Resilience Scale-10 (CD-RISC-10) в адаптації Школіної та співавторів [16]. Українська версія була створена шляхом крос-культурної адаптації, що включала незалежні переклади, узгодження перекладених формулювань, зворотний переклад і тестування префінальної версії. Автори адаптації повідомляють, що остаточний варіант був підготовлений після перевірки зрозумілості пунктів учасниками.

CD-RISC-10 складається з 10 пунктів. Респондент оцінює власний досвід протягом попереднього місяця за п'ятибальною шкалою від 0 до 4. Загальний показник обчислюється шляхом додавання оцінок за всіма пунктами і може набувати значень від 0 до 40; вище значення відповідає вищому рівню резильєнтності за самооцінкою. У цьому дослідженні сумарний бал аналізувався як безперервна змінна. Категоріальні пороги резильєнтності не використовувалися, оскільки поділ, запропонований

у початковій українській роботі, був сформований за квантилями конкретної клінічної вибірки.

Статистичний аналіз. Статистичний аналіз проводили у програмному середовищі jamovi. Спочатку були розраховані описові характеристики загального бала та окремих пунктів CD-RISC-10. Для пунктів визначали середні значення, стандартні відхилення та скориговані кореляції пункту із сумою решти пунктів (item-rest correlations). Для сумарного показника додатково аналізували медіану, фактичний діапазон, асиметрію та ексцес.

Внутрішню узгодженість оцінювали за α Кронбаха та ω Макдональда. Одночасне подання двох показників було обране через те, що α залишається найбільш поширеним коефіцієнтом і дозволяє безпосередньо порівняти результати з первинною українською адаптацією, тоді як ω дає додаткову оцінку узгодженості за умов неоднакових факторних навантажень пунктів [17; 18].

Для перевірки передбаченої структури CD-RISC-10 було проведено конфірмаційний факторний аналіз (CFA) моделі, в якій усі десять пунктів навантажувалися на один загальний фактор. Відповідність моделі оцінювали за χ^2 , Comparative Fit Index (CFI), Tucker–Lewis Index (TLI), Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) та Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) із 90% довірчим інтервалом. Показники розглядали в сукупності, оскільки окремі індекси реагують на різні характеристики моделі й вибірки [19].

Результати. Описові характеристики CD-RISC-10. Середній сумарний результат за CD-RISC-10 становив 25.60 бала ($SD = 8.18$), медіана — 26.00. Фактичні значення змінювалися від 4 до максимально можливих 40 балів. Розподіл характеризувався невеликою негативною асиметрією ($skewness = -0.31$) та негативним ексцесом ($kurtosis = -0.68$), без ознак різко вираженої асиметрії.

Середні значення окремих пунктів коливалися від 2.30 до 2.86. Найвище середнє значення спостерігалось для пункту, що характеризує здатність адаптуватися до змін ($M = 2.86$, $SD = 0.93$). Найнижчі середні значення мали пункт про зміцнення внаслідок протистояння стресу ($M = 2.30$, $SD = 1.15$) та пункт про швидке повернення до норми після хвороб, травм або інших негараздів ($M = 2.30$, $SD = 1.04$). У всіх десяти пунктах використовувалися всі п'ять варіантів відповіді.

Таблиця 2

Характеристики пунктів CD-RISC-10, item-rest correlations та стандартизовані факторні навантаження

Пункт	Короткий зміст	M	SD	Item-rest r	λ
1	Адаптація до змін	2.86	0.93	.731	.761
2	Подолання перепон	2.65	0.97	.754	.792
3	Гумор у відповідь на проблеми	2.52	1.14	.520	.546
4	Зміцнення через стрес	2.30	1.15	.653	.672
5	Відновлення після хвороби або негараздів	2.30	1.04	.691	.714
6	Досягнення мети попри перешкоди	2.66	1.07	.779	.820
7	Зосередженість у стресі	2.46	1.12	.570	.613
8	Наполегливість після невдач	2.56	1.11	.758	.802
9	Сприйняття себе як сильної особистості	2.69	1.09	.796	.840
10	Подолання неприємних емоцій	2.58	1.11	.753	.776

Примітка. λ — стандартизоване факторне навантаження.

Внутрішня узгодженість. CD-RISC-10 продемонструвала високу внутрішню узгодженість. Значення α Кронбаха становило .919, а ω Макдональда — .922. Значення обох коефіцієнтів були дуже близькими, що вказує на подібну оцінку внутрішньої узгодженості шкали за обома коефіцієнтами.

Скориговані кореляції окремих пунктів із сумою решти пунктів були позитивними і становили від .520 до .796. Найнижчу скориговану кореляцію мав пункт про використання гумору під час зіткнення з проблемами ($r = .520$), тоді як найвищий показник спостерігався для пункту про сприйняття себе як сильною особистості перед життєвими труднощами ($r = .796$). Жоден із пунктів не демонстрував слабого зв'язку із сумою решти пунктів шкали.

Факторна структура. Для перевірки однофакторної організації CD-RISC-10 було проведено конфірмаційний факторний аналіз. Отримано $\chi^2(35) = 96.60$, $p < .001$. Значення CFI становило .949, TLI = .934, SRMR = .038, RMSEA = .092, 90% CI [.071, .115].

Різні індекси відповідності дали дещо неоднорідну картину. SRMR свідчив про хороше відтворення стандартизованих залишків, а CFI був близьким до орієнтира .95. Значення TLI було нижчим, а RMSEA перевищував рівень, який традиційно розглядається як ознака хорошої відповідності моделі. Результати загалом узгоджуються з однофакторною структурою та свідчать про її часткову емпіричну підтримку.

Водночас усі десять пунктів мали статистично значущі позитивні навантаження на загальний фактор ($p < .001$). Стандартизовані навантаження становили від .546 до .840. Найнижче навантаження спостерігалось для пункту про використання гумору (.546), а найвище — для пункту про сприйняття себе як сильною особистості у ситуації викликів і труднощів (.840). Для решти пунктів стандартизовані навантаження становили від .613 до .820.

Обговорення. Отримані результати загалом підтримують використання україномовної CD-RISC-10: усі пункти були пов'язані із загальним показником, α та ω засвідчили високу внутрішню узгодженість, а CFA показав виразні навантаження всіх десяти пунктів на один фактор. Водночас глобальні індекси були неоднозначними: SRMR і CFI підтримували модель сильніше, ніж TLI та RMSEA, що потребує поміркованої інтерпретації.

Значення $\alpha = .919$ та $\omega = .922$ перевищували показники первинної української адаптації, де α становила .733 та .755 [16]. Внутрішня узгодженість залежить від складу й варіативності вибірки: вибірка даного дослідження була більшою, мала широкий віковий діапазон і не формувалася навколо одного клінічного стану.

Отримані показники узгоджуються з ширшою літературою. Метааналіз Wojcūtari et al. [20] показав стабільно високу внутрішню узгодженість CD-RISC; для десятипунктової версії узагальнена α становила близько .87. Отже, $\alpha = .919$ у нашій вибірці відповідає очікуваній високій узгодженості, хоча перевищує середній рівень багатьох досліджень.

Скориговані кореляції пунктів із сумою решти пунктів становили .520–.796, тому жоден пункт не виявив очевидної невідповідності шкалі. Для пункту про гумор найнижчими були і скоригована кореляція (.520), і факторне навантаження (.546), однак ці значення не дають підстав для його вилучення. Tourunen et al. [9] також спостерігали відмінну поведінку пов'язаних із позитивним реагуванням на зміни пунктів. Наш результат не обґрунтовує окремого фактора, проте вказує, що гумор може бути менш центральним для загального фактора, ніж наполегливість, досягнення мети та суб'єктивна сила особистості.

CFA дав загальну, але не безумовну підтримку одновимірності. Навантаження .546–.840 свідчили про зв'язок усіх пунктів із загальним фактором; CFI = .949 був близьким до орієнтира .95, а SRMR = .038 — низьким. Водночас TLI = .934 та RMSEA = .092, 90% CI [.071, .115], вказували на неповне відтворення зв'язків між пунктами. Тому модель

доцільно описувати як частково підтриману, пам'ятаючи, що критерії відповідності є орієнтирами, а не механічними порогами [19].

Неоднозначні індекси не є нетиповими для CD-RISC-10. Broche-Pérez et al. [10] отримали CFI = .92 і RMSEA = .09 в іспаномовній клінічній вибірці, тоді як Cheng et al. [8] виявили сильнішу підтримку одновимірності у китайських вибірках. Систематичний огляд Sharif-Nia et al. [5] описує як одно-, так і двофакторні рішення, хоча більшість досліджень підтверджує достатню внутрішню узгодженість.

Результати дослідження засвідчують відтворення базової структури шкали в незалежній вибірці. Пункт про гумор був відносно слабшим, але залишався прийнятним; його вилучення заради кращих індексів могло б призвести до специфічного підганяння моделі. Перегляд структури потребує незалежної реплікації на інших українських вибірках.

Середній сумарний показник CD-RISC-10 у нашій вибірці становив 25.60 бала: нижче 28.8 у контрольній групі Школіної та співавторів [16] — і вище 23.8 у групі пацієнтів з анкілозним спондилітом. Це лише описове порівняння, оскільки вибірки відрізнялися способом формування, віком, здоров'ям, часом дослідження та соціальним контекстом.

Дані було зібрано під час тривалої повномасштабної війни, коли досвід українців істотно різниться за рівнем загрози, переміщення, втрат і повсякденного стресу. Таку варіативність психологічних наслідків війни показують Kimhi et al. [13] і Martsenkovskiy et al. [14]. У нашій вибірці третина учасників змінила місце проживання в межах України через війну. Робота не пояснювала ці відмінності; воєнний контекст визначав умови психометричної перевірки шкали.

Практично результати підтримують використання CD-RISC-10 у дослідницьких опитуваннях дорослих українців. Коротка десятипунктова форма зменшує навантаження на респондента, а високі α та ω і достатні зв'язки пунктів із загальним показником підтримують використання сумарного бала. Водночас структура потребує подальшої перевірки на інших вибірках.

Обмеження дослідження. Основним обмеженням є неімовірнісна вибірка, соціально-демографічний склад якої не є статистично репрезентативним для населення України. Різні канали рекрутингу зменшували залежність від одного джерела учасників, але не усували самоселекцію, властиву онлайн-опитуванням.

Крос-секційний дизайн дозволив оцінити внутрішню узгодженість і факторну структуру лише в одному вимірюванні. Первинна українська адаптація містила тест-ретест на 15 учасниках; надалі часову стабільність доцільно перевірити на більшій незалежній вибірці.

Також не перевірялися зв'язки CD-RISC-10 з іншими конструктами та інваріантність вимірювання між статевими, віковими чи іншими групами. Вибірка не дає підстав для нормативних або клінічних порогів, тому сумарний бал слід використовувати як безперервний показник до їх окремого обґрунтування.

Висновки. У вибірці 206 дорослих українців україномовна CD-RISC-10 продемонструвала високу внутрішню узгодженість за α Кронбаха та ω Макдональда, а всі десять пунктів мали достатні скориговані кореляції із сумою решти пунктів.

CFA загалом підтримав передбачену однофакторну структуру: усі навантаження були позитивними й статистично значущими. Водночас поєднання CFI, близького до .95, та низького SRMR із менш сприятливими TLI і RMSEA свідчить, що однофакторна модель не вичерпує всіх особливостей взаємозв'язків між пунктами.

Результати підтримують використання CD-RISC-10 як короткого дослідницького інструмента для оцінювання резильєнтності за самозвітом у вибірках дорослих українців, подібних до дослідженої. Подальші дослідження мають уточнити стабільність

факторної структури, часову надійність і зв'язки показника з іншими аспектами психологічної адаптації.

Список використаних джерел

1. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*. 2001. Vol. 56, No. 3. P. 227–238. DOI: 10.1037/0003-066X.56.3.227.
2. Bonanno G. A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*. 2004. Vol. 59, No. 1. P. 20–28. DOI: 10.1037/0003-066X.59.1.20.
3. Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives / S. M. Southwick, G. A. Bonanno, A. S. Masten [et al.]. *European Journal of Psychotraumatology*. 2014. Vol. 5. Article 25338. DOI: 10.3402/ejpt.v5.25338.
4. Windle G., Bennett K. M., Noyes J. A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes*. 2011. Vol. 9. Article 8. DOI: 10.1186/1477-7525-9-8.
5. Connor-Davidson Resilience Scale: A systematic review psychometrics properties using the COSMIN / H. Sharif-Nia, D. Sánchez-Teruel, E. Sivarajan Froelicher [et al.]. *Annals of Medicine & Surgery*. 2024. Vol. 86, No. 5. P. 2976–2991. DOI: 10.1097/MS9.0000000000001968.
6. Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*. 2003. Vol. 18, No. 2. P. 76–82. DOI: 10.1002/da.10113.
7. Campbell-Sills L., Stein M. B. Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*. 2007. Vol. 20, No. 6. P. 1019–1028. DOI: 10.1002/jts.20271.
8. Psychometric properties of the 10-item Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10) in Chinese undergraduates and depressive patients / C. Cheng, D. Dong, J. He [et al.]. *Journal of Affective Disorders*. 2020. Vol. 261. P. 211–220. DOI: 10.1016/j.jad.2019.10.018.
9. Psychometric properties of the 10-item Connor-Davidson resilience scale among Finnish older adults / A. Tourunen, S. Siltanen, M. Saajanaho [et al.]. *Aging & Mental Health*. 2021. Vol. 25, No. 1. P. 99–106. DOI: 10.1080/13607863.2019.1683812.
10. Validity and reliability of the 10-item Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10) in a sample of Spanish-speaking patients with multiple sclerosis / Y. Broche-Pérez, R. M. Jiménez-Morales, L. O. Monasterio-Ramos, J. Bauer. *Multiple Sclerosis and Related Disorders*. 2022. Vol. 63. Article 103914. DOI: 10.1016/j.msard.2022.103914.
11. Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures / D. E. Beaton, C. Bombardier, F. Guillemin, M. B. Ferraz. *Spine*. 2000. Vol. 25, No. 24. P. 3186–3191. DOI: 10.1097/00007632-200012150-00014.
12. International Test Commission. ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests (Second Edition). *International Journal of Testing*. 2018. Vol. 18, No. 2. P. 101–134. DOI: 10.1080/15305058.2017.1398166.
13. Impact of the war in Ukraine on resilience, protective, and vulnerability factors / S. Kimhi, Y. Eshel, H. Marciano, B. Adini. *Frontiers in Public Health*. 2023. Vol. 11. Article 1053940. DOI: 10.3389/fpubh.2023.1053940.
14. Mental health in Ukraine in 2023 / D. Martsenkovskyi, M. Shevlin, M. Ben-Ezra [et al.]. *European Psychiatry*. 2024. Vol. 67, No. 1. Article e27. DOI: 10.1192/j.eurpsy.2024.12.
15. Sydorenko A. Y., Kiel L., Spindler H. Resilience, psychosomatic health, and support needs of Ukrainian healthcare professionals in wartime: A cross-sectional study. *Journal of Psychosomatic Research*. 2025. Vol. 188. Article 111995. DOI: 10.1016/j.jpsychores.2024.111995.

16. Адаптація та валідація україномовної версії Шкали стресостійкості Коннора – Девідсона-10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт / Н. В. Школіна, І. І. Шаповал, І. В. Орлова [та ін.]. Український ревматологічний журнал. 2020. № 2 (80). С. 66–72. DOI: 10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236.
17. Dunn T. J., Baguley T., Brunsden V. From alpha to omega: A practical solution to the pervasive problem of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology*. 2014. Vol. 105, No. 3. P. 399–412. DOI: 10.1111/bjop.12046.
18. Revelle W., Condon D. M. Reliability from α to ω : A tutorial. *Psychological Assessment*. 2019. Vol. 31, No. 12. P. 1395–1411. DOI: 10.1037/pas0000754.
19. Hu L.-T., Bentler P. M. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. 1999. Vol. 6, No. 1. P. 1–55. DOI: 10.1080/10705519909540118.
20. Wojujutari A. K., Idemudia E. S., Ugwu L. E. Evaluation of reliability generalization of Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10 and CD-RISC-25): A Meta-analysis. *PLOS ONE*. 2024. Vol. 19, No. 11. Article e0297913. DOI: 10.1371/journal.pone.0297913.

PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE UKRAINIAN-LANGUAGE VERSION OF THE CONNOR-DAVIDSON RESILIENCE SCALE-10 (CD-RISC-10) IN A SAMPLE OF UKRAINIAN ADULTS

Maxim Kaznacheev

*Institute for Social and Political Psychology at the National Academy of Educational Sciences of Ukraine,
15, Andriivska St., Kyiv, Ukraine, 04070
<https://orcid.org/0000-0003-1554-7634>
email: kaznacheev9231@gmail.com*

Denys Pokrovskyi

*Taras Shevchenko National University of Kyiv,
2A, Akademika Hlushkova Ave., Kyiv, Ukraine, 03680
<https://orcid.org/0009-0002-8347-9151>
email: pokrovskyidenys@gmail.com*

Aim. The study aimed to provide an additional evaluation of the psychometric properties of the Ukrainian-language version of the 10-item Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10), adapted by N. V. Shkolina and colleagues, in a sample of Ukrainian adults.

Methods. The study included 206 respondents aged 18 to 79 years ($M = 38.70$, $SD = 14.10$), including 124 women (60.2%) and 82 men (39.8%). Data were collected in June–July 2026 using Google Forms. Psychometric analysis included descriptive statistics for items and the total score, Cronbach's α and McDonald's ω , corrected item–rest correlations, and confirmatory factor analysis of a one-factor model. Model fit was evaluated using CFI, TLI, SRMR, and RMSEA with a 90% confidence interval.

Results. The mean CD-RISC-10 total score was 25.60 ($SD = 8.18$; $Mdn = 26.00$), with an observed range of 4–40. Internal consistency was high: $\alpha = .919$ and $\omega = .922$. Corrected item–rest correlations ranged from .520 to .796. Confirmatory factor analysis yielded $\chi^2(35) = 96.60$, $p < .001$, CFI = .949, TLI = .934, SRMR = .038, and RMSEA = .092, 90% CI [.071, .115]. All standardized factor loadings were positive and statistically significant, ranging from .546 to .840.

Conclusions. The findings indicate high internal consistency of the Ukrainian-language CD-RISC-10 and generally support its one-factor structure, although some global fit indices suggest departure from optimal model fit. The results support use of the CD-RISC-10 total score as a brief research measure of self-reported resilience in samples of Ukrainian adults similar to the one studied. Because the sample was non-probability based, the values should not be treated as population norms for Ukraine and

require replication in independent samples. Further studies should also examine temporal stability and construct validity.

Key words: resilience, CD-RISC-10, psychometric properties, reliability, factor structure.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.923:355.48

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.15>

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННИХ І СОЦІАЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

Роксолана Карпінська

Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького,

вул. Пекарська, 69, м. Львів, Україна, 79010

<https://orcid.org/0000-0003-3539-3433>

e-mail: k_roksa@ukr.net

У статті здійснено комплексний аналіз проблеми ментального здоров'я особистості в умовах воєнних і соціальних трансформацій сучасного українського суспільства. Розкрито психологічні, соціальні та духовні аспекти впливу війни на психоемоційний стан людини. Охарактеризовано основні чинники ризику порушення ментального здоров'я населення в умовах тривалого стресу, невизначеності та соціальних змін. Особливу увагу приділено феноменам психологічної стійкості, резильентності, адаптації та посттравматичного розвитку особистості. Визначено роль соціальної підтримки, духовних цінностей, сім'ї, освіти та професійної психологічної допомоги у збереженні ментального благополуччя людини. Обґрунтовано необхідність формування комплексної системи психологічної підтримки населення в умовах воєнного часу.

У дослідженні розкрито значення психологічної стійкості, резильентності та адаптаційних ресурсів людини у процесі подолання життєвих труднощів. Наголошено на ролі сім'ї, соціальної підтримки, духовних цінностей, освіти та професійної психологічної допомоги у збереженні психічного благополуччя населення. Окреслено особливості посттравматичного розвитку особистості як процесу позитивних внутрішніх змін, що виникають унаслідок пережитих кризових подій. Підкреслено необхідність формування культури ментального здоров'я та розвитку комплексної системи психологічної підтримки населення в умовах війни. Зроблено висновок про те, що збереження ментального здоров'я є важливою умовою психологічної безпеки, соціальної стабільності та успішного відновлення українського суспільства в умовах сучасних викликів.

Ключові слова: ментальне здоров'я, війна, соціальні трансформації, психологічна стійкість, резильєнтність, психотравма, стрес, адаптація, посттравматичний розвиток, психологічна підтримка.

Актуальність дослідження. Сучасний світ характеризується високим рівнем соціальної нестабільності, глобальних криз, економічних викликів та воєнних конфліктів. Для України проблема ментального здоров'я набуває особливої актуальності в умовах повномасштабної війни, яка стала не лише військово-політичним викликом, а й потужним психологічним випробуванням для кожної людини та суспільства загалом. Воєнні дії, вимушене переселення, втрата близьких, руйнування звичного способу життя, постійне перебування в ситуації небезпеки формують складний психоемоційний контекст, що суттєво впливає на внутрішній світ особистості.

Ментальне здоров'я є одним із фундаментальних компонентів загального благополуччя людини. Воно визначає здатність особистості усвідомлювати власний потенціал, ефективно долати життєві труднощі, продуктивно працювати, підтримувати гармонійні соціальні взаємини та реалізовувати себе у суспільстві. Умови війни значно ускладнюють

реалізацію цих можливостей, адже людина змушена адаптуватися до нової реальності, що супроводжується постійним емоційним напруженням.

Проблематика ментального здоров'я в умовах соціальних трансформацій є міждисциплінарною та охоплює психологічні, соціологічні, педагогічні, медичні й філософські аспекти. Вона вимагає комплексного осмислення, оскільки вплив війни проявляється не лише на індивідуальному рівні, але й на рівні сім'ї, громади, професійного середовища та суспільства загалом.

Особливої уваги потребують питання психологічної стійкості людини, її здатності зберігати внутрішню рівновагу, адаптуватися до кризових обставин та знаходити нові смисли в умовах тривалого стресу. Важливим стає також дослідження феномену посттравматичного розвитку, який відображає здатність особистості не лише долати травматичний досвід, а й трансформувати його у джерело внутрішнього зростання.

Метою статті є аналіз особливостей ментального здоров'я особистості в умовах воєнних і соціальних трансформацій, визначення основних психологічних ризиків та ресурсів збереження психічного благополуччя людини.

Аналіз останніх досліджень. Проблема ментального здоров'я особистості в умовах воєнних і соціальних трансформацій є однією з найбільш актуальних у сучасній психологічній науці. Значне зростання психоемоційного навантаження, пов'язаного з війною, соціальною нестабільністю та кризовими змінами, спричинило активізацію наукових досліджень у сфері психологічного благополуччя, резильєнтності та психосоціальної підтримки населення.

У сучасних дослідженнях значна увага приділяється впливу бойового стресу на психічний стан людини. Зокрема, Алла Ключко та Інна Семенець-Орлова аналізують бойовий стрес як детермінанту порушень ментального здоров'я військовослужбовців, підкреслюючи ризики розвитку тривожних, депресивних та посттравматичних розладів в умовах тривалої війни [1].

Питання психологічного благополуччя особистості в умовах війни досліджує Оксана Щотка, яка наголошує на необхідності розвитку системи менеджменту психологічного благополуччя та формування механізмів посттравматичного життєтворення. Авторка підкреслює важливість психологічної стійкості, адаптивних ресурсів та підтримки соціального середовища для збереження ментального здоров'я населення [2].

Особливості психічного здоров'я вимушених переселенців в умовах війни розкрито у працях Людмили Карамушки та Тараса Карамушки. Дослідники акцентують увагу на впливі стресу, соціальної ізоляції, втрати життєвої стабільності та порушення соціальних зв'язків на психічне благополуччя внутрішньо переміщених осіб.

Важливий напрям сучасних наукових пошуків стосується ролі психологічної допомоги та підтримки різних соціальних груп. Оксана Литвиненко досліджує діяльність психологічної служби закладів освіти як ключового компонента підтримки ментального здоров'я студентської молоді в умовах війни. Авторка наголошує на необхідності створення психологічно безпечного освітнього середовища та розвитку психолого-педагогічного супроводу здобувачів освіти [3].

Проблеми психічного здоров'я волонтерів аналізуються у дослідженнях Ольги Савиченко, Анни Лушик, Світлани Мельниченко та Євгенія Шуневича. Науковці визначають основні психологічні труднощі волонтерської діяльності в умовах війни, серед яких емоційне вигорання, тривога, порушення сну та стрес. Водночас автори підкреслюють значення емоційної регуляції, соціальної підтримки та посттравматичного зростання як ресурсів психічної стійкості [4].

Окрему увагу сучасні дослідники приділяють інформаційним чинникам впливу на mentale здоров'я населення. У працях М. Рудинця та В. Федорчука-Мороза висвітлюється роль цифрового інформаційного середовища як одночасно чинника ризику та ресурсу психосоціальної підтримки населення в умовах війни [5].

Проблематика mentalного здоров'я також активно обговорюється у сучасному громадському та науковому середовищі, що підтверджується зростанням кількості емпіричних досліджень, присвячених стресостійкості, резильєнтності та психологічному благополуччю українців у воєнний період [6].

Попри значну кількість наукових праць, проблема збереження mentalного здоров'я особистості в умовах тривалих воєнних і соціальних трансформацій потребує подальшого комплексного дослідження. Недостатньо вивченими залишаються питання розвитку психологічної стійкості, посттравматичного розвитку та формування ефективних систем психосоціальної підтримки населення в умовах сучасних викликів.

Об'єкт дослідження — mentalне здоров'я особистості в умовах суспільних змін та кризових ситуацій.

Предмет дослідження — психологічні особливості збереження, порушення та відновлення mentalного здоров'я особистості в умовах воєнних і соціальних трансформацій.

Мета дослідження — теоретично проаналізувати особливості mentalного здоров'я особистості в умовах воєнних і соціальних трансформацій, визначити основні психологічні ризики та ресурси збереження психічного благополуччя людини.

Виклад основного матеріалу. Поняття mentalного здоров'я є багатовимірним та складним феноменом, що охоплює емоційне, психологічне, соціальне і духовне благополуччя людини. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, mentalне здоров'я — це стан благополуччя, у якому людина реалізує власні здібності, може долати життєві стреси, продуктивно працювати та робити внесок у життя своєї спільноти.

У сучасній психології mentalне здоров'я розглядається не лише як відсутність психічних розладів, а як активний процес гармонійного функціонування особистості. Воно передбачає здатність до саморегуляції, емоційної стабільності, позитивного самоприйняття, розвитку міжособистісних стосунків та ефективної адаптації до змін.

Психологічні концепції mentalного здоров'я підкреслюють важливість внутрішніх ресурсів людини. Представники гуманістичної психології, зокрема Абрахам Маслоу та Карл Роджерс, акцентували увагу на самоактуалізації, особистісному зростанні та внутрішній гармонії як основних ознаках психічного благополуччя. Екзистенційна психологія наголошує на необхідності пошуку смислу життя навіть у кризових ситуаціях.

В умовах війни проблема mentalного здоров'я набуває нових вимірів. Людина стикається із загрозою життю, втратою безпеки, порушенням базових потреб та невизначеністю майбутнього. Це спричиняє хронічний стрес, емоційне виснаження, тривожність, депресивні стани та інші психологічні порушення.

Водночас сучасні дослідження доводять, що навіть у найскладніших умовах людина здатна зберігати психологічну стійкість і розвивати нові адаптивні механізми. Саме тому важливими стають дослідження резильєнтності, копінг-стратегій, соціальної підтримки та духовних ресурсів особистості.

Вплив війни на mentalне здоров'я особистості. Війна є одним із найпотужніших психотравмувальних чинників. Її вплив на психіку людини має комплексний і довготривалий характер. Воєнні події порушують базове відчуття безпеки, змінюють систему цінностей, руйнують звичні життєві орієнтири та провокують глибокі емоційні переживання.

Постійне перебування у стані небезпеки призводить до високого рівня тривожності. Людина живе в умовах невизначеності, що супроводжується страхом за власне життя

та життя близьких. Особливо складно переживають воєнні події діти, люди похилого віку, внутрішньо переміщені особи, військовослужбовці та особи, які втратили рідних.

Одним із найбільш поширених наслідків війни є посттравматичний стресовий розлад. Для нього характерні нав'язливі спогади про травматичні події, емоційне оніміння, підвищена збудливість, порушення сну, агресивність та уникнення ситуацій, що нагадують про пережиту травму.

Крім посттравматичних проявів, війна спричиняє:

- емоційне виснаження;
- хронічний стрес;
- депресивні стани;
- відчуття безнадійності;
- втрату життєвих перспектив;
- порушення міжособистісних взаємин;
- психосоматичні розлади.

Важливим чинником негативного впливу є інформаційне перевантаження. Постійний потік тривожних новин, відеоматеріалів та повідомлень про втрати створює додаткове емоційне напруження. Інформаційна війна спричиняє психологічну дезорієнтацію, формує почуття страху, безсилля та емоційного виснаження.

Війна також змінює соціальні ролі людини. Багато людей змушені швидко адаптуватися до нових умов життя, змінювати професію, місце проживання, брати на себе додаткову відповідальність. Такі трансформації потребують значних психологічних ресурсів.

Разом із тим війна може активізувати внутрішній потенціал особистості. У кризових умовах люди нерідко відкривають у собі нові можливості, здатність до самопожертви, взаємодопомоги, духовного зростання та переосмислення життєвих цінностей.

Соціальні трансформації та їх психологічний вплив. Соціальні трансформації є невід'ємною складовою сучасного суспільного розвитку. Вони охоплюють зміни в економічній, політичній, культурній та соціальній сферах. У період війни ці процеси значно прискорюються та супроводжуються глибокими психологічними переживаннями.

Соціальні зміни впливають на систему цінностей особистості. Людина змушена переосмислювати власні життєві пріоритети, ставлення до праці, сім'ї, держави, безпеки та майбутнього. У кризових умовах особливо актуалізуються потреби у підтримці, стабільності та соціальній згуртованості.

Одним із важливих наслідків соціальних трансформацій є порушення звичних соціальних зв'язків. Внутрішня та зовнішня міграція, руйнування соціальних спільнот, втрата професійних і сімейних контактів можуть спричинити відчуття самотності та соціальної ізоляції.

Суттєвий вплив на ментальне здоров'я має економічна нестабільність. Втрата роботи, фінансові труднощі, невпевненість у завтрашньому дні формують хронічний стрес та психологічну напругу. Особливо гостро ці проблеми переживають сім'ї з дітьми, люди похилого віку та молодь.

Соціальні трансформації впливають також на систему освіти. Перехід до дистанційного навчання, зміна освітнього середовища, психологічне навантаження педагогів і студентів створюють нові виклики для збереження психічного здоров'я.

Водночас соціальні зміни можуть мати позитивний потенціал. У кризових умовах посилюється громадянська активність, волонтерський рух, взаємодопомога та суспільна солідарність. Люди об'єднуються навколо спільних цінностей, що сприяє формуванню психологічної підтримки та зміцненню соціальної стійкості.

Психологічна стійкість та резильєнтність особистості. Одним із ключових чинників збереження ментального здоров'я в умовах війни є психологічна стійкість. Вона проявляється у здатності людини протистояти стресу, адаптуватися до складних життєвих обставин та зберігати внутрішню рівновагу.

Поняття резильєнтності характеризує здатність особистості відновлюватися після травматичних подій та продовжувати повноцінне життя. Резильєнтність не є вродженою властивістю; вона формується в процесі життєвого досвіду, виховання, соціальної підтримки та особистісного розвитку.

До основних компонентів психологічної стійкості належать:

- позитивне мислення;
- емоційна саморегуляція;
- здатність до адаптації;
- розвиток копінг-стратегій;
- соціальна підтримка;
- внутрішня мотивація;
- наявність життєвих смислів.

Важливим ресурсом стійкості є здатність людини зберігати контроль над власними емоціями та поведінкою. У кризових умовах особливої значущості набувають навички саморегуляції, управління стресом, усвідомленого дихання, релаксації та психологічного відновлення.

Психологічна стійкість значною мірою залежить від соціального оточення. Підтримка сім'ї, друзів, колег та громади допомагає людині відчувати безпеку та емоційну стабільність. В умовах війни особливого значення набуває культура взаємодопомоги та соціальної солідарності.

Не менш важливим чинником є духовність. Віра, моральні цінності, усвідомлення власної місії та відповідальності перед суспільством допомагають людині знаходити внутрішню опору навіть у найскладніших життєвих ситуаціях.

Посттравматичний розвиток особистості. Попри руйнівний вплив війни, психологічна наука дедалі більше звертає увагу на феномен посттравматичного розвитку. Це процес позитивних внутрішніх змін, які можуть виникати після переживання травматичних подій.

Посттравматичний розвиток проявляється у:

- переосмисленні життєвих цінностей;
- зміцненні міжособистісних стосунків;
- розвитку емпатії;
- підвищенні особистісної зрілості;
- посиленні духовності;
- формуванні нових життєвих смислів.

Людина, яка пережила складні випробування, нерідко починає глибше усвідомлювати цінність життя, важливість

Висновки. У сучасних умовах війни та масштабних соціальних трансформацій проблема ментального здоров'я особистості набуває особливої актуальності та стає одним із пріоритетних напрямів психологічних досліджень. Воєнні події, соціальна нестабільність, економічні труднощі, вимушене переселення та інформаційне перевантаження здійснюють потужний вплив на психоемоційний стан людини, спричиняючи підвищений рівень тривожності, стресу, емоційного виснаження та інших психологічних порушень.

У процесі дослідження встановлено, що ментальне здоров'я є складним багатовимірним феноменом, який охоплює емоційне, психологічне, соціальне та духовне

благополуччя особистості. Його збереження в умовах кризових викликів значною мірою залежить від рівня психологічної стійкості, здатності до адаптації, ефективних копінг-стратегій та наявності соціальної підтримки.

Доведено, що важливими ресурсами збереження психічного благополуччя є сім'я, підтримувальне соціальне середовище, духовні цінності, професійна психологічна допомога та розвиток культури ментального здоров'я у суспільстві. Особливого значення набуває формування резильєнтності як здатності особистості долати наслідки психотравмувальних подій та відновлювати внутрішню рівновагу.

Встановлено, що поряд із негативними психологічними наслідками війни можливим є феномен посттравматичного розвитку, який проявляється у переосмисленні життєвих цінностей, зміцненні міжособистісних взаємин, посиленні духовності та особистісному зростанні. Це свідчить про значний внутрішній потенціал людини до психологічного відновлення навіть у надзвичайно складних життєвих умовах.

Перспективи подальших наукових досліджень полягають у розробці ефективних програм психологічної підтримки населення, вивченні механізмів психологічної адаптації та формуванні комплексної системи психосоціальної допомоги в умовах тривалих воєнних і соціальних трансформацій.

Список використаної літератури

1. Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. Київ : КММ, 2017.
2. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Київ : Марич, 2009.
3. Савчин М. В. Духовний потенціал людини : монографія. Івано-Франківськ : Місто НВ, 2010.
4. Психічне здоров'я волонтерів в умовах війни // Наукові записки Національного університету «Острозька академія»: серія «Психологія». 2024. (Острозька академія)
5. Психічне здоров'я молоді в умовах війни: результати психодіагностики та терапевтичних інтервенцій // Ментальне здоров'я. 2024. (Ментальне здоров'я)
6. Ментальне здоров'я військовослужбовців в умовах війни: хронічний стрес, ризики та шляхи реабілітації // Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. 2025. (ojs.tdmu.edu.ua)
7. Frankl V. Man's Search for Meaning. Boston : Beacon Press, 2006.

MENTAL HEALTH OF THE INDIVIDUAL IN THE CONDITIONS OF MILITARY AND SOCIAL TRANSFORMATIONS

Roksolana Karpinska

*Lviv Danylo Halytsky National Medical University,
69, Pekarska str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0003-3539-3433>
e-mail: k_roksa@ukr.net*

The article presents a comprehensive analysis of the problem of individual mental health in the conditions of military and social transformations of modern Ukrainian society. The psychological, social, and spiritual aspects of the impact of war on a person's psycho-emotional state are revealed. The main risk factors affecting the deterioration of the population's mental health under conditions of prolonged stress, uncertainty, and social change are characterized. Particular attention is paid to the phenomena of psychological resilience, adaptability, coping capacity, and post-traumatic personal growth. The role of social support, spiritual values, family, education, and professional psychological assistance in preserving

human mental well-being is determined. The necessity of forming a comprehensive system of psychological support for the population during wartime is substantiated.

The study highlights the importance of psychological resilience, adaptability, and personal coping resources in overcoming life difficulties. Emphasis is placed on the role of family, social support, spiritual values, education, and professional psychological assistance in maintaining the mental well-being of the population. The features of post-traumatic personal growth as a process of positive internal changes resulting from experienced crisis events are outlined. The necessity of developing a culture of mental health and establishing a comprehensive system of psychological support for the population in wartime conditions is emphasized. It is concluded that maintaining mental health is an important prerequisite for psychological security, social stability, and the successful recovery of Ukrainian society under contemporary challenges.

Key words: mental health, war, social transformations, psychological resilience, resilience, psychological trauma, stress, adaptation, post-traumatic growth, psychological support.

Дата першого надходження статті до видання: 02.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 28.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.16>

ГРОМАДЯНСЬКО-МІЛІТАРНА ІДЕНТИЧНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ: ТЕОРЕТИКО-КОНЦЕПТУАЛЬНИЙ АНАЛІЗ

Олена Котух

Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України,

вул. Паньківська, 2, м. Київ, Україна, 01033

<https://orcid.org/0000-0001-5706-3190>

e-mail: snegyro4ka4@ukr.net

У статті здійснено комплексний теоретичний аналіз трансформації ідентичності студентської молоді в умовах повномасштабної російсько-української війни. Встановлено, що сучасний воєнний конфлікт виступає рушієм переосмислення особистісного «Я-образу», цінностей та соціальних ролей. Основну увагу зосереджено на концептуалізації поняття «громадянсько-мілітарна ідентичність», що розглядається як інтегрована форма соціальної самосвідомості, у якій поєднуються громадянська самосвідомість, лояльність до держави та визнання захисту країни як невід'ємної частини громадянського обов'язку.

Проаналізовано психологічні механізми трансформації, до яких віднесено ідеалізацію власної групи, активне залучення до суспільних процесів та конфронтацію, що призводить до глибокої переоцінки установок. Визначено, що формування громадянсько-мілітарної ідентичності у студентів є стратегічним завданням сучасної освіти, оскільки воно сприяє переходу від декларативного до діяльнісного патріотизму. Практична значущість дослідження полягає у можливості використання запропонованої моделі для розробки програм, спрямованих на зміцнення психологічної стійкості молоді та забезпечення національної консолідації суспільства в умовах безпекових викликів.

В статті представлено теоретичну модель формування громадянсько-мілітарної ідентичності студентської молоді, яка включає в себе три компоненти: громадянський (усвідомлення належності до держави, діяльнісний патріотизм), мілітарний (формування суб'єктивного образу «Я-захисник», довіра до Сил оборони та психологічна готовність до захисту) та інтегративний (синтез гуманістичних ідеалів із військовим обов'язком, що забезпечує резильєнтність особистості). Описано етапність формування нової свідомості студентів, яка проходить шлях від підготовчого етапу та адаптації до відособлення й остаточної інтеграції всіх елементів у цілісну систему.

Ключові слова: ідентичність, громадянська ідентичність, мілітарна ідентичність, студентська молодь, теоретична модель, громадянсько-мілітарна ідентичність, формування, інтеграція.

Постановка проблеми. Будь-який воєнний конфлікт є формою соціальної взаємодії, який відбувається на тлі несумісності інтересів між суб'єктами цього конфлікту. Кожна взаємодія, яка включає людський ресурс, апріорі впливає на сприйняття, думки та поведінку людини, трансформуючи її свідомість і спонукаючи переоцінити власний Я-Образ, цінності та ролі. Війна стала поштовхом до переосмислення не лише історії та культури України, а й власної ідентичності. Глибинні зміни у структурі ідентичності посилюють почуття належності до держави, цивільної відповідальності, національної солідарності та суспільної згуртованості. Це зумовлює формування відповідального ставлення до держави, готовності до активної участі у громадському житті, розуміння військових і невійськових загроз та навичок дій у кризових ситуаціях [12].

Ідентичність формується через ідентифікацію, яка, в свою чергу, залежить від свідомого вибору спільноти або окремої особи. Цей процес базується на усвідомленні спільного минулого чи історичної долі, національної свідомості і характеру, а також спільних цінностей, що властиві даній спільноті. Юнацький вік відзначається формуванням відносно стійкого уявлення особистості про себе. Особливого значення набуває здатність особистості осмислювати складні життєві ситуації, здійснювати оцінку власних якостей і поведінки, усвідомлювати та інтегрувати різні аспекти власного Я — особистісний, професійний і соціальний, а також визначати власні життєві цілі, цінності та перспективи [9, 10].

Формування громадянсько-мілітарної ідентичності сучасної української молоді є складним, багатограним і динамічним процесом, який в умовах повномасштабної війни трансформується під впливом соціально-політичних, культурних і моральних чинників. Сьогодні вона базується не лише на традиційних інститутах (сім'я, освіта), а й на безпосередньому воєнному досвіді, цифровому середовищі та активній громадянській позиції. Тому формування громадянсько-мілітарної ідентичності у студентської молоді є пріоритетним завданням сучасного виховання та потребує нагального вирішення як на загальнодержавному рівні, так і на рівні кожної особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ідентичність розуміють як «*однаковість, тотожність, подібність*», вона є «*результатом ідентифікації*», що супроводжується пошуком способів задоволення потреб індивіда в процесі соціалізації. Це означає, що людина ідентифікує себе з певними соціальними групами за різними підставами, які можуть конкурувати, доповнювати, або накладатись одна на одну. Тобто, особистість в суспільстві може ідентифікувати себе з різними спільнотами (наприклад, нацією, державою, регіоном, соціальною, віковою чи професійною групою тощо), а значущість ідентифікації визначається залежно від обставин [8, с. 4, 14, с. 54]

Традиційно науковий аналіз феномену ідентичності здійснювався в кількох взаємопов'язаних напрямках. Перший охоплює дослідження ідентичності як складової самосвідомості, образу Я та Я-концепції особистості (Г. Брейкуелл, В. Вінков, С. Максименко, Т. Титаренко та ін.). Другий напрям представлений працями, присвяченими процесам соціальної ідентифікації, міжгрупової взаємодії та формуванню різних типів ідентичності (Дж. Тернер, М. Хогг, П. Горностаї, В. Васютинський, Є. Чорний та ін.). Дослідження трансформації ідентичності в умовах суспільних змін, кризових ситуацій, воєнних конфліктів і міграційних процесів (Е. Еріксон, З. Бауман, О. Белова, Н. Дмитрієва та ін.). Значна увага приділяється також проблемам становлення національної та громадянської ідентичності (М. Боришевський, І. Бех, Т. Воропаєва, Є. Головаха, С. Дембицький, Г. Богданович та ін.). У сучасній українській та зарубіжній психологічній науці активно розвиваються дослідження, присвячені формуванню мілітарної ідентичності, її структурних компонентів, психологічних механізмів і чинників становлення в умовах воєнних викликів (Г. Кюммель, Я. Грімелль, С. Каурі, С. Булмер, М. Айхлер, А. Артеменко, К. Батаєва, О. Завгородня, В. Зливков, С. Лукомська та ін.).

Виклад основного матеріалу. В епоху глобалізації, коли відбувається зміна суспільних цінностей, дослідження трансформації ідентичності стає особливо актуальним. Фундаментальні зміни в житті соціуму призводять до нестійкості і пластичності ідентичностей, що в умовах динамічно-мінливого суспільства вважається нормою. Трансформація ідентичності під впливом життєвого досвіду, суспільних змін і особистісних переосмислень може бути *тотально травматичною*, що має руйнуючі наслідки для ідентичності; *частково травматичною*, що зачіпає або особистісний, або соціальний компоненти; і *адаптивною*, коли людина здатна сама впоратися з наслідками такого впливу [4, 9].

Досліджуючи проблему трансформації ідентичності студентської молоді, розглянемо модель формування соціальної ідентичності К. Еміот, Д. Террі, Дж. Сміт згідно із якою процес формування соціальної ідентичності має чотири стадії кожній із яких відповідає певний механізм. На *підготовчому етапі*, молода людина, ще не зазнавши безпосередніх особистісних змін під впливом воєнних подій, починає переосмислювати власні цінності, переконання, життєві орієнтири та ставлення до суспільства й держави. Етап *особистісної адаптації до змін*, супроводжується перебудовою системи цінностей, соціальних ролей і уявлень про власне Я, унаслідок чого більшої значущості набувають характеристики, що забезпечують психологічну стійкість, відповідальність та здатність діяти в умовах невизначеності й загроз. На етапі *відособлення* студентська молодь починає усвідомлювати багатовимірність власної ідентичності, співвідносячи індивідуальний досвід воєнних подій із належністю до різних соціальних, громадянських і професійних спільнот. Завершальним етапом є *інтеграція*, у межах якої громадянська, особистісна, професійна та мілітарна складові ідентичності узгоджуються між собою. У результаті формується цілісне уявлення особистості про себе та власне місце в суспільстві, а громадянська відповідальність доповнюється усвідомленням особистої причетності до забезпечення безпеки й захисту держави [5, 17].

Ідентичність є результатом вибору та формування життєвої моделі в процесі соціальної взаємодії та її прагнення до самореалізації. Психологічні механізми трансформації соціальної ідентичності забезпечують перебудову її ідентифікаційної структури залежно від домінування того чи іншого механізму.

І. Губеладзе пропонує такі актуальні механізми трансформації соціальної ідентичності, як ідеалізація власної групи сприяють зміцненню почуття приналежності до тієї чи іншої групи; ідеалізація образу Я ототожненню себе з образом відповідального громадянина, активного члена суспільства, захисника держави; групову деідентифікацію сприяє зміцненню громадянської свідомості та формуванню чіткої національної позиції; активне залучення сприяє переходу від формального усвідомлення власної належності до держави до її глибокого особистісного прийняття, а також формує готовність брати участь у забезпеченні безпеки та стійкості суспільства; конфронтацію – переоцінка власних установок, формування більш цілісної системи громадянських і мілітарних цінностей [5].

Посилення громадянської і національної ідентичностей є одним із ключових аспектів трансформації ідентичності у студентської молоді в умовах війни. Разом з тим йде актуалізація такої ідентифікаційної категорії, як мілітарна ідентичність. Ці ідентичності формуються саме в процесі адаптації до змінених соціальних умов і відображають глибокі трансформації життєвого досвіду людини. Їх реалізація сприяє розвитку активної громадянської позиції, почуття патріотизму, національної самосвідомості та готовності виконувати громадянський обов'язок і, за необхідності, захищати Батьківщину.

Громадянська ідентичність проявляється у взаємодії між громадянином і державою в тій мірі, в якій політична система держави є прийнятною для громадянина. І. Найда розглядає мову, культурну спадщину, цінності, визначальні складові формування громадянської ідентичності як основу для побудови демократичної держави та розбудови громадянського суспільства [13]. На думку автора громадянська ідентичність є невід'ємною складовою національно-патріотичного виховання пріоритетом якого є ціннісне ставлення громадян до Батьківщини, держави, нації.

Проблема формування громадянської ідентичності особистості студентської молоді включає в себе необхідність виховання відчуття патріотизму, громадянської освіти та свідомо активних громадян з розвиненим почуттям відповідальності за долю країни,

формування власної самостійної і самодостатньої модерної моделі української ідентичності [15].

Формування активної громадянської позиції студентської молоді це процес, що базується на переході від декларативного до діяльнісного патріотизму. Така система передбачає становлення студента як свідомого суб'єкта суспільних змін, чий особистісний розвиток відбувається через гармонійну інтеграцію знань, емоційного почуття причетності та практичної дії. Результатом цієї діяльності є виховання громадянина, здатного ефективно взаємодіяти з соціумом та будувати майбутнє держави на основі чітко визначених стратегій, методів і програм [6, с. 188].

Мілітарну ідентичність визначають як приналежність (ідентифікацію) особи до певного середовища пов'язаного з армією або військом, прийняття норм та цінностей [1]. Мілітарну ідентичність розглядають як процес, що відбувся, та пропонують розділити її на три типи, а саме: стійкий, ситуативний та несформований. Саме визначення поняття мілітарна ідентичність на думку авторів формується в наслідок соціальної ідентифікації актора з армією або військовими групами, який є результатом інтерналізації цінностей і норм, прийнятих в армійському / мілітарному середовищі [1, с. 39-49].

За О. Завгородньою мілітарна ідентичність цивільного населення визначається як сукупність поглядів, переконань, емоційних установок і поведінкових настанов, що формуються під впливом війни або збройних конфліктів [16, с. 14-23]. На думку автора, термін «мілітарна ідентичність» для студентської молоді необхідно використовувати лише з уточненням контексту. Слід підкреслити, що мова йде про процес формування або інтеграції окремих елементів мілітарної ідентичності з урахуванням вікових особливостей та соціальних умов. Тому термін «мілітарні компоненти ідентичності» може бути точнішим і доречнішим у контексті цивільних осіб юнацького віку [16, с. 14-23].

На думку С. Лукомської, мілітарна ідентичність має подвійну природу: вона становить виклик у мирний час, але стає ключовим фактором адаптації та психологічного виживання під час війни. Її формування слід розглядати не лише як соціальне явище, а й як індивідуальний механізм, який допомагає зберегти цілісність особистості в моменти кризи [11].

Згідно з В. Зливковим мілітарна ідентичність особистості формується під впливом воєнного досвіду та мілітарного контексту суспільства. Ключовими компонентами мілітарної ідентичності автор вважає патріотизм, агресивність, войовничість та колективізм, прийняття особистістю мілітарних цінностей, установок, моделей поведінки та їх інтеграцію в структуру власного «Я» [16, с. 7-14].

Наразі зважаючи на сучасні безпекові виклики актуалізується необхідність теоретичного обґрунтування та концептуалізації поняття «*громадянсько-мілітарна ідентичність*», яке відображає інтеграцію громадянських і мілітарних цінностей, установок та моделей поведінки особистості й дає змогу комплексно пояснити особливості їх формування у студентської молоді.

На нашу думку громадянська ідентичність є підґрунтям для формування мілітарної ідентичності. Сутність поняття «громадянсько-мілітарна ідентичність» визначаємо як інтегровану форму соціальної ідентичності, у якій поєднуються громадянська самосвідомість, лояльність до держави, відповідальність за спільне благо та визнання оборони й безпеки як важливої частини громадянського обов'язку.

Концепція громадянсько-мілітарної ідентичності в нашому дослідженні ґрунтується на положенні, що громадянська та мілітарна ідентичності не є ізольованими феноменами, а перебувають у взаємодії та взаємодоповнюють одна одну. Громадянська ідентичність забезпечує усвідомлення особистістю своєї належності до держави, прийняття

демократичних цінностей, прав і обов'язків громадянина. Мілітарна ідентичність відображає усвідомлення власної причетності до сфери захисту держави, прийняття військових цінностей і готовність до виконання ролі захисника. Їх інтеграція формує громадянсько-мілітарну ідентичність як цілісне психологічне утворення, що поєднує громадянську відповідальність із готовністю діяти в інтересах національної безпеки.

Запропонована нами концепція стала теоретико-методологічним підґрунтям для побудови теоретичної моделі формування громадянсько-мілітарної ідентичності студента (Таблиця 1.).

Таблиця 1

Теоретична модель формування громадянсько-мілітарної ідентичності студентів

Компоненти	Складові	Основні функції
1. Громадянський компонент - відображає глибоке усвідомлення особистістю своєї належності держави та спільноти	- усвідомлення себе громадянином; - відчуття гордості за приналежність до української нації; - розуміння прав, свобод та обов'язків; - усвідомлення обов'язку перед нацією та державою; - вияв патріотизму через конкретні дії [7].	<i>Консолідуюча:</i> об'єднання суспільства навколо спільних цінностей; <i>Самореалізаційна:</i> активна громадянська позиція стаж засобом самовизначення молоді; <i>Ідентифікаційна:</i> встановлює семантичні межі «Ми» через культурні цінності.
2. Мілітарний компонент - відображає сформовану систему цінностей та психологічну готовність до участі у забезпеченні безпеки та оборони держави.	- формування образу «Я-захисник»; - формування моделей поведінки у разі військових і невійськових загроз; - розуміння важливості військової служби та цінностей; - усвідомлення потенційної необхідності у захисті Батьківщини; - розуміння соціальної значущості місії воїна [2].	<i>Регулятивна:</i> архетип Воїна забезпечує самоконтроль поведінки, дисципліну та здатність захищати кордони й принципи; <i>Моделююча:</i> постає військового як «Значущого Іншого» стає еталоном для формування «Я-концепції» та життєвого проєкту молоді; <i>Захисна:</i> формує стійкість особистості до зовнішніх загроз.
3. Інтегративний компонент - характеризує синтез громадянських і мілітарних ідеалів у цілісній структурі особистості студента.	- поєднання гуманістичних ідеалів із військовим обов'язком; - висока психологічна стійкість у складних умовах; - спроможність протидіяти загрозам та інформаційному впливу; - відчуття єдності армії та народу (згуртованість) [3].	<i>Адаптивно-ресурсна:</i> адаптація до військових загроз, оптимізація власних психологічних ресурсів; <i>Комунікативна:</i> забезпечує єдність армії та народу як єдиного організму; <i>Світоглядна:</i> перетворює особистість на активного, ціннісно-зорієнтованого учасника соціального життя

Представлена модель демонструє, що ідентичність сучасної молоді формується не лише через пасивне усвідомлення своєї ролі, а й через практичну готовність діяти в інтересах національної безпеки. Де, громадянський компонент дозволяє сформувати уявлення студента як про усвідомлення належності до держави й суспільства, громадянську самосвідомість, відповідальність, правову культуру, активну громадянську позицію та прийняття демократичних цінностей («Я належу до держави та суспільства»).

Мілітарний компонент формує усвідомлення особистої причетності до безпеки держави, повагу до її захисників, готовність до відповідальної поведінки в умовах загроз,

прийняття цінностей захисту держави та суспільної солідарності («Я відповідальний за їхню безпеку та захист»).

Інтегративний компонент дозволяє студенту гармонійно поєднувати статус цивільного з усвідомленим обов'язком захисника України («Я — громадянин, відповідальний за безпеку своєї держави»).

Висновки. Визначено, що в умовах повномасштабної війни в Україні відбувається трансформація самосвідомості та переструктурування Я-образу студентської молоді, які вимагають впровадження нової концепції — громадянсько-мілітарної ідентичності. Встановлено, що громадянська ідентичність виступає фундаментом для формування мілітарної. Громадянсько-мілітарну ідентичність визначаємо як інтегровану форму соціальної ідентичності, що поєднує громадянську самосвідомість із мілітарними цінностями. Встановлено, що формування громадянсько-мілітарної ідентичності є пріоритетним завданням сучасної освіти. Це дозволяє підготувати свідомих громадян, здатних не лише професійно розвиватися, а й ефективно діяти в інтересах національної безпеки, переходячи від декларативного до діяльнісного патріотизму.

Таким чином, визначаємо поняття громадянсько-мілітарна ідентичність є як цілісне психологічне утворення, що забезпечує перехід особистості від пасивного спостерігача до свідомого суб'єкта суспільних змін, здатного гармонійно поєднувати гуманістичні ідеали з воєнною відповідальністю задля збереження національної безпеки України.

Список використаної літератури

1. Артеменко А., Батаєва К. Мілітарна ідентичність та соціальна адаптація ветеранів АТО/ООС: монографія. Харків: Вид-во ХГУ «НУА», 2022. — 192 с.
2. Бончук Н. Образ Героя в свідомості сучасних підлітків та молоді. *Молодий вчений*. Херсон, 2016. № 4 (31). С. 447–453. URL:file:///C:/Users/user/Downloads/molv_2016_4_110.pdf
3. Васищев В. Розвиток загальнопедагогічної культури майбутніх офіцерів у процесі професійної підготовки у військовому вищому навчальному закладі : дис. ...канд.пед. наук : 13.00.04 ПНПУ імені В. Г. Короленка, Полтава, 2021. 298 с. <https://pnpu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/03/dsrtez-vasishhev.pdf>
4. Вінков В. Безпекові аспекти розвитку ідентичності в умовах війни. *Проблеми політичної психології*. Київ, 2022. Вип. 12 (26). С. 138–150. DOI:<https://doi.org/10.33120/ropp-Vol26-Year2022-100>
5. Губеладзе І. Модель трансформації соціальної ідентичності молоді в умовах міграції з сільської місцевості до міста. *Вісник Інституту розвитку дитини*. Київ, 2012. №26. С. 136-142. URL:<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/710164/1/Модель%20трансформайі.pdf>
6. Жаровська О. Національна ідентичність як складова громадянської культури студентської молоді. *Зб. наук. праць Уманського державного педагогічного університету*. Умань, 2022. Вип.2. С.182–190. DOI: <https://doi.org/10.31499/2307-4906.2.2022.262958>
7. Журба К., Шкільна І. Формування громадянської ідентичності студентів як умови національної солідарності у воєнний час. *Advanced Linguistics*. Київ. 2023. №11. С. 146-153. DOI: <https://doi.org/10.20535/2617-5339.2023.11.277983>
8. Кармазіна М. Ідентичності у сучасному науковому дискурсі. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І.Ф. Кюраса*. Київ. 2013. Вип.3. С. 4–29. URL:https://ipiend.gov.ua/wp-content/uploads/2018/07/karmazina_identychnosti.pdf
9. Кісла Г. Ідентичності українських студентів як фактор конструювання міжетнічних відносин. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка,*

- менеджмент, Київ. 2015. Вип. 19-20. С. 37-51. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf_2015_19-20_6
10. Куліш О. Студентський вік як період становлення професійної ідентичності психолога у ВНЗ. *Науковий вісник Херсонського національного університету*. Херсон. 2014. Вип.2, Т.1. С. 204-208. URL:file:///C:/Users/user/Downloads/nvkhп_2014_2(1)_40%20(2).pdf
 11. Лукомська С. Формування мілітарної ідентичності підлітків засобами цифрових ігор. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. 2024. № 28, 106–110. DOI: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.19>
 12. Марутян Р. Мілітарна ідентичність як складова національної системи всеохоплюючої оборони України. *Національні інтереси України*, Київ. 2026. № 2(19). С. 311-321. DOI: [https://doi.org/10.52058/3041-1793-2026-2\(19\)-311-321](https://doi.org/10.52058/3041-1793-2026-2(19)-311-321)
 13. Найда І. Громадянська ідентичність як складова державотворення в контексті аналізу державної стратегії національно-патріотичного виховання. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Публічне управління та адміністрування*, Київ. 2022. Том 33 (72) № 6. С. 31-35. URL: https://www.pubadm.vernadskyjournals.in.ua/journals/2022/6_2022/5.pdf
 14. Публічне управління: термінологічний словник / за заг. ред. В.С. Куйбіди, М.М. Білинської, О.М. Петрое. Київ: НАДУ, 2018. 224 с.
 15. Толочко С. Громадянська ідентичність особистості: актуальність формування та виявлення в сучасній Україні. *Advanced Linguistics*, Київ. 2023. № 11. С. 181-191. DOI: <https://doi.org/10.20535/2617-5339.2023.11.277433>
 16. Формування мілітарної ідентичності учнів України в умовах воєнного часу: практичний посібник / за ред. В. Зливкова, С. Лукомської. Київ : Ін-т психол. ім. Г. С. Костюка, 2025. 166 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/747593>
 17. Amiot C. E. Integration of social identities in the self : toward a cognitive-developmental model. *Personality and Social Psychology Review*. 2007. Vol.11. P. 364–388. URL: www.mapageweb.umontreal.ca/delasabr/.../Amiot%20et%20al.,%202007.pdf

CIVIL-MILITARY IDENTITY OF STUDENT YOUTH: A THEORETICAL AND CONCEPTUAL ANALYSIS

Olena Kotukh

*G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine,
2, Pankivska Str., Kyiv, Ukraine, 01033
<https://orcid.org/0000-0001-5706-3190>
e-mail: snegyro4ka4@ukr.net*

The article presents a comprehensive theoretical analysis of the transformation of student youth identity under the conditions of the full-scale Russian-Ukrainian war. It has been established that the contemporary armed conflict serves as a driving force for the rethinking of the personal self-image, values, and social roles. Particular attention is focused on the conceptualization of the notion of “civil-military identity,” which is regarded as an integrated form of social self-consciousness that combines civic self-awareness, loyalty to the state, and recognition of the defense of the country as an integral part of civic duty.

The psychological mechanisms of transformation are analyzed, including idealization of one's own group, active engagement in social processes, and confrontation, which leads to a profound reassessment of attitudes. It is established that the formation of civil-military identity among students is a strategic task of contemporary education, as it contributes to the transition from declarative to action-oriented patriotism. The practical significance of the study lies in the possibility of using the proposed model to develop programs

aimed at strengthening the psychological resilience of young people and ensuring national consolidation of society in the context of security challenges.

The article presents a theoretical model of the formation of civil-military identity among student youth, which comprises three components: civic (awareness of belonging to the state and action-oriented patriotism), military (formation of the subjective “I-as-defender” self-image, trust in the Defense Forces, and psychological readiness to defend the state), and integrative (the synthesis of humanistic ideals with military duty, ensuring personal resilience). The study describes the stages in the formation of students’ new consciousness, which progresses from the preparatory stage and adaptation to differentiation and the final integration of all elements into a coherent system.

Key words: identity, civic identity, military identity, student youth, theoretical model, civic-military identity, formation, integration.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.944:378.1

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.17>

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ЗАПОРУКА УСПІШНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Оксана Лашук

*Волинський національний університет імені Лесі Українки,
проспект Волі, 13, м. Луцьк, Україна, 43025
<https://orcid.org/0000-0003-4599-7505>
e-mail: lashchuk.oksana@ynu.edu.ua*

Людмила Іванюк

*Волинський національний університет імені Лесі Українки,
проспект Волі, 13, м. Луцьк, Україна, 43025
<https://orcid.org/0009-0003-7751-7403>
e-mail: lyudmyla.iv@gmail.com*

У статті розглянуто ментальне здоров'я як одну з фундаментальних передумов академічного, особистісного та професійного успіху студентської молоді. Питання підтримки та збереження психічного й фізичного здоров'я освітян у сучасних умовах повномасштабної війни набувають особливої ваги та відчуються особливо гостро. Проблема ментального здоров'я стає дедалі актуальнішою. Обґрунтовано, що ментальне здоров'я не обмежується лише відсутністю психічних розладів, а включає стан психологічного благополуччя, здатність людини справлятися зі стресом, навчатися, працювати, реалізовувати власні здібності та підтримувати соціальні зв'язки. Проаналізовано основні чинники, що можуть негативно впливати на психоемоційний стан студентів: академічне перевантаження, стрес, тривожність, порушення сну, соціальна ізоляція, викликана пандемією COVID-19, інформаційне перевантаження, фінансові труднощі та невизначеність професійного майбутнього. З іншого боку, це стресові фактори, пов'язані з війною. Сюди входять повітряні тривоги, відсутність електроенергії та зв'язку, звуки сирен, нав'язливі думки, переживання за близьких та рідних. Особливу увагу приділено взаємозв'язку ментального здоров'я та академічної успішності. Обґрунтовано необхідність системного підходу до збереження ментального здоров'я студентів, який передбачає взаємодію особистих ресурсів молодшої людини, підтримки з боку родини та однолітків, діяльності закладу вищої освіти й доступності професійної психологічної допомоги. Ментальне здоров'я є не другорядним чинником студентського життя, а важливим ресурсом, який забезпечує здатність особистості ефективно навчатися, адаптуватися до змін, долати труднощі та реалізовувати власний потенціал.

Ключові слова: ментальне здоров'я, академічна успішність, психологічне благополуччя, стрес, тривожність, соціальна підтримка, психологічна стійкість, вища освіта.

Вступ. Сучасні студенти навчаються, працюють, живуть в умовах значних соціальних, економічних, технологічних та інформаційних змін. Період навчання у закладі вищої освіти є одним із найважливіших етапів становлення особистості, оскільки саме в цей час молода людина здобуває професійні знання, формує систему цінностей, розширює коло соціальних контактів, набуває самостійності та визначається з майбутньою професією.

Водночас студентський вік може супроводжуватися значним психологічним навантаженням. Навчальні дедлайни, іспити, необхідність адаптації до нового середовища,

фінансові труднощі, проблеми у взаєминах, пошук професійного шляху та невизначеність майбутнього здатні створювати додаткове психоемоційне напруження.

Проблема ментального здоров'я студентів набуває особливої актуальності в умовах суспільних криз. Українське студентство перебуває під подвійним стресовим тягарем. П'ятий рік повномасштабної війни негативно вплинув на ментальний та психоемоційний стан здобувачів вищої освіти. Для української молоді додатковими джерелами стресу є ведення активних військових дій на території нашої держави, повітряні тривоги, економічна нестабільність, вимушене переміщення, розлука з близькими і постійна невизначеність. Ментальне здоров'я студентів необхідно розглядати як важливу складову освітнього процесу та одну з передумов сталого успіху.

Метою статті є теоретичне обґрунтування ролі ментального здоров'я як фундаментальної передумови академічного, особистісного та професійного успіху студентів, підвищення обізнаності про поширеність проблем із психічним здоров'ям серед студентської молоді, визначення основних чинників ризику для її психологічного благополуччя та окреслення напрямів формування культури ментального здоров'я у студентському середовищі.

Виклад основного матеріалу. Ментальне здоров'я – це непросте явище, яке вивчається науковцями з різних галузей: психологією, нейронауками, соціологією та біологією, які постійно проводять дослідження для кращого розуміння цього феномену. Існує багато наукових думок про те, що впливає на ментальне здоров'я. До прикладу, зарубіжний науковець Девід Бернс вивчає проблеми особистого розвитку, формування позитивних стосунків з людьми [2], Ліз Бурбо досліджує засоби та методи подолання страху, вплив стресу на фізичне та психічне здоров'я [3]. Праці Едіт Егер присвячені формуванню оптимізму та стійкості до стресів, проблемам психологічного благополуччя [7]. Дослідженням особливостей психологічного благополуччя та ментального здоров'я займалися А. Адлер, Н. Бредб'орн, Е. Дечі, Е. Дінер, А. Маслоу, К. Ріфф, К. Роджерс, В. Франкл. Вітчизняні науковці теж присвячують окресленій темі наукової розвідки значну увагу. Т. Д. Переплютюк і Н. В. Гриньова вивчали психологічне здоров'я студентів під впливом пандемії COVID-19 [12]; Д. Озерна аналізувала психосоціальну адаптацію та формування здорового способу життя [9]; А. А. Балицька, О. М. Демченко, О. С. Карнацька, В. В. Височанський вивчають рівень емоційного виснаження, прояви стресу та стан психологічного благополуччя українських студентів, а також шукають дієві способи підтримки їхньої життєстійкості після кількох років безперервної війни [1] та ін. Проблематика руйнівного впливу війни на ментальний стан української студентської молоді, динаміка їхніх психоемоційних станів та пошук ефективних копінг-стратегій відображені у сучасних публікаціях таких дослідників, як Н. В. Ковальова, І. В. Мартиненко, Л. А. Опанасенко, О. В. Чернякова та інших.

Всесвітня організація охорони здоров'я визначає ментальне здоров'я як стан психічного благополуччя, що дає людині можливість справлятися зі стресами життя, реалізовувати власні здібності, навчатися, працювати та робити внесок у свою спільноту [14]. Таким чином, ментальне здоров'я безпосередньо пов'язане з основними видами діяльності студента — спілкуванням, навчанням, професійним самовизначенням і саморозвитком. Важливо підкреслити, що ментальне здоров'я не є тотожним відсутності психічного розладу. ВООЗ розглядає його як динамічний стан, на який одночасно впливають індивідуальні, сімейні, соціальні та структурні чинники [14]. Це свідчить про те, що ментальне здоров'я поєднує здоровий дух та психіку людини із соціальною складовою.

Ментальне є ключовими складовими гармонійного, усвідомленого й здорового способу життя. Воно охоплює здатність вибудовувати здорові міжособистісні стосунки, ефективно діяти в умовах повсякденного життя, навчатися й працювати із розумінням

власної цінності, розвивати емпатію, встановлювати довірливі взаємини в соціумі, а також успішно долати стресові ситуації та реалізовувати свій творчий потенціал [8, с. 181]. На основі сучасних наукових досліджень визначено, що психологічний стан студентів пов'язаний із їхньою навчальною діяльністю та результативністю.

У традиційному розумінні успішність студента найчастіше оцінюється за академічними показниками: оцінками, результатами іспитів, кількістю виконаних завдань, участю в науковій роботі та іншими формальними критеріями. Проте такий підхід недостатньо враховує психологічні ресурси, за допомогою яких студент досягає відповідних результатів. Освітній процес потребує постійної концентрації, запам'ятовування інформації, планування діяльності, прийняття рішень і взаємодії з іншими людьми.

Висока мотивація, працездатність, відповідальність, прагнення до професійного розвитку, найкращих результатів саме по собі є позитивною характеристикою. Однак надмірно високі та негнучкі стандарти можуть створювати постійне відчуття недостатності. Студент може вважати, що лише найвища оцінка є прийнятною, а будь-яка помилка свідчить про його неспроможність. У результаті навчання перетворюється з процесу розвитку на постійне доведення власної цінності. Тому важливо формувати реалістичне розуміння успіху. Помилка є природною частиною навчання, а академічна оцінка відображає виконання конкретного завдання, але не визначає цінність особистості в цілому.

Сучасні наукові дослідження підтверджують наявність взаємозв'язку між ментальним здоров'ям студентів та їхньою академічною діяльністю, яка потребує значних когнітивних ресурсів. Психологічні труднощі можуть бути пов'язані з погіршенням навчальних результатів [13]. Актуальною є проблема пошуку балансу між високими академічними вимогами та збереженням психологічних ресурсів студентської молоді.

Одним із найбільш поширених факторів психологічного навантаження є академічний стрес. Велика кількість завдань, контрольних заходів і дедлайнів може спричиняти відчуття постійного тиску. Іншим фактором є невизначеність професійного майбутнього. Студенту необхідно визначитися з майбутньою професією, оцінити власні можливості та сформувати уявлення про майбутню кар'єру. Не менш важливою є соціальна адаптація. Навчання може поєднуватися з роботою, громадською діяльністю, волонтерством, сімейними обов'язками та побудовою особистих стосунків. Перехід до університету часто означає зміну звичного середовища, появу нових соціальних ролей та необхідність формувати нові взаємини. Але коли ще додаються наслідки військового вторгнення, у ЗО можуть розвиватись тривожні, депресивні розлади, стресові стани. Соціальна взаємодія впливає на процеси комунікації, самореалізації, саморегуляцію, на що впливає і стан самопочуття [10, с. 112].

Окремим фактором є інформаційне перевантаження. Сучасний студент одночасно користується навчальними платформами, месенджерами, електронною поштою та соціальними мережами. Постійний потік інформації може ускладнювати концентрацію та відпочинок. Сукупність таких факторів може створювати умови для хронічного психологічного напруження. Часте перевантаження, недосипання, хронічний стрес та ігнорування власних психологічних потреб не можуть розглядатися як нормальна умова успішного навчання [11]. Тому доцільно формувати навички цифрової гігієни: вимикати непотрібні сповіщення, визначати час для перевірки повідомлень, обмежувати інформаційний потік перед сном і створювати періоди відпочинку без навчальних чатів. Цифрові технології мають залишатися інструментом студента, а не визначати весь його режим життя.

Спираючись на дослідження, виділяють такі основні фактори, які знижують психічне здоров'я саме студентів [5, с. 16]: 1) об'єктивні: надмірне навчальне навантаження, труднощі поєднання роботи й навчання, соціальна ізоляція; 2) суб'єктивні: тривожність, стрес, особистісні проблеми, розчарування професійним вибором; 3) поведінкові:

недостатня фізична активність, незбалансоване харчування, вживання психоактивних речовин, загострення симптомів психічних розладів.

Дослідники наголошують на необхідності формування навичок саморегуляції, ефективного розподілу ресурсів та підтримки здорового способу життя для покращення психічного стану студентів [1, с. 67].

Важливо також розуміти, що продуктивність не дорівнює кількості годин, проведених за навчанням. Надмірне навантаження без відновлення може, навпаки, знижувати ефективність. Для підтримки психологічного благополуччя важливо намагатися дотримуватися регулярного режиму сну, створювати умови для відпочинку та не перетворювати хронічний недосип на норму студентського життя. Важливу роль у підтриманні ментального здоров'я відіграє фізична активність. Регулярний рух може сприяти загальному фізичному благополуччю та бути одним із ресурсів подолання стресу. Для студента фізична активність не обов'язково має означати професійний спорт. Це може бути ходьба, біг, плавання, велосипед, фітнес, командні види спорту або інші форми рухової активності. Важливо, щоб фізична активність була регулярною та не сприймалася як додатковий фактор тиску. Її метою є підтримка організму та сприяння відновленню. Таким чином, поєднання навчальної діяльності з достатнім рухом, сном і відпочинком є важливою складовою здорового студентського способу життя.

Проблема ментального здоров'я не може бути перекладена виключно на самого студента. Навіть психологічно стійка людина може опинитися в умовах, які перевищують її індивідуальні ресурси. Заклад вищої освіти має створювати систему підтримки, яка включає кілька рівнів:

1) **профілактичний** (охоплює психологічну просвіту, інформаційні кампанії, тренінги, формує навички управління стресом);

2) **раннє виявлення психологічних труднощів** (студенти та працівники університету повинні знати ознаки психологічного неблагополуччя та розуміти, куди можна звернутися);

3) **професійна психологічна допомога** (людина, яка звертається до психолога, не демонструє слабкості. Навпаки, звернення по допомогу може бути проявом відповідального ставлення до власного здоров'я);

4) **адаптація освітнього процесу** у випадках, коли психологічний стан суттєво впливає на здатність студента навчатися.

Ментальне здоров'я студентської молоді – це вагома проблема, яка потребує постійної уваги та зусиль. Ефективна підтримка студентів включає формування відповідної культури університетського середовища. Культура ментального здоров'я висвітлює важливість відповідальності студентів за своє ментальне здоров'я та передбачає, що розмови про психологічний стан є нормальними. Студент повинен мати можливість сказати: «Я не справляюся», «Я перевантажений», «Мені потрібна допомога», — без страху бути висміяним або засудженим. Передбачається залучення програм психологічної підтримки.

Так в Україні з 2023 року започаткована та успішно діє Всеукраїнська програма ментального здоров'я «ТИ ЯК?» [6]. Мета програми – сприяти формуванню в суспільстві культури піклування про ментальне здоров'я громадян держави. Дослідження підтверджує високий рівень психологічного напруження серед українців. Найпоширенішими емоційними станами залишаються тривожність (58 %), порушення сну (50 %), виснаження (49 %), пригнічений настрій (49 %) та емоційна нестабільність (45 %) [9]. У фокусі уваги програми – подолання стресу та негативних емоцій під час повномасштабної війни; актуалізація ресурсів для психологічної стійкості та відновлення психіки. За даними фахівців, 80% людей можуть впоратися з психологічними проблемами, якщо опанують відповідні навички [4, с. 226].

Висновки. Ментальне здоров'я є фундаментальною складовою успішного студентського життя. Воно визначає не лише суб'єктивне відчуття благополуччя, а й здатність людини навчатися, концентруватися, приймати рішення, підтримувати мотивацію, будувати соціальні зв'язки та реалізовувати власний потенціал. Між ментальним здоров'ям та академічною успішністю існує складний взаємозв'язок. Психологічний стрес та інші психологічні труднощі можуть бути пов'язані з погіршенням навчальних результатів. Водночас важливо враховувати, що академічна успішність залежить від багатьох факторів і не може пояснюватися лише психологічним станом. Особливої актуальності набуває проблема в умовах кризових ситуацій. Війна, переміщення, економічні труднощі та невизначеність можуть створювати додаткове навантаження, що потребує відповідної реакції освітньої системи.

Відповідальність за ментальне здоров'я студентів повинна бути спільною справою. Сам студент має формувати здорові навички саморегуляції, але заклад вищої освіти також повинен створювати умови для профілактики психологічних труднощів, соціальної підтримки та доступу до професійної допомоги. Отже, ментальне здоров'я є не перешкодою для академічного успіху, а його важливою основою.

Перспективними напрямками подальших досліджень є вивчення ефективності університетських програм підтримки ментального здоров'я, профілактики стресу, розвитку психологічної стійкості та соціальної інтеграції студентів, зокрема в умовах тривалих кризових ситуацій.

Список використаної літератури

1. Балицька А. А., Демченко О. М., Карнацька О. С., Височанський В. В. Ментальне здоров'я студентської молоді на четвертий рік війни. *Інноваційна педагогіка*. 2025. Вип. 80. Т. 1. С. 65–70.
2. Бернс Девід. Почувайся добре. Нова терапія настрою. Клуб сімейного дозвілля, 2020. 544 с.
3. Бурбо Ліз. П'ять травм та масок, що заважають бути собою. Харків: Клуб сімейного дозвілля, 2020. 256 с.
4. Вовкочин Л. Ю., Загородній В. В., Ярославська Л. П. Формування ментального здоров'я студентської молоді: сучасні виклики та шляхи подолання. *Психологічні траєкторії*, 2024. № 2. С. 226–234. <https://doi.org/10.31891/PT-2024-2-22>
5. Волков Д. С., Черних О. А. Особливості психічного здоров'я та особистісних властивостей студентів-психологів. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського: психологія*. 2021. Т. 32 (71), № 1. С. 14–20.
6. Всеукраїнська програма ментального здоров'я «ТИ ЯК?». URL: <https://www.howareu.com/> (Дата звернення: 1.08.2026).
7. Егер Едіт. Дар: 12 уроків, які врятовують ваше життя. К.: Книголав, 2022. 264 с.
8. Нохріна І. С. Ментальне здоров'я як основа успіху студентів. *Соціальна робота в умовах війни в Україні: проблеми та шляхи вирішення* [Електронне видання]: матеріали I Міжнародної наук.-практ. конф. (Дніпро, 14 березня 2025 р.). Дніпро: ДВНЗ «ПДТУ», 2025. С. 180–184.
9. Озерна Дарка. Бути окей. Що важливо знати про психічне здоров'я. К.: Yakaboo, 2020. 256 с.
10. Ордатій Н. М., Ангельська В. Ю. Проявленість дисфункційних ментальних станів серед студентів закладів вищої освіти в умовах війни. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2026. Випуск 27. С. 111–119. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2026.27.13>
11. Ордатій Н. М., Ангельська В. Ю. Дослідження стану психологічного здоров'я студентів-медиків в умовах воєнного стану. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2024. № 9 (1). DOI: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/496>

12. Переплютюк Т. Д., Гриньова Н. В. Особливості стану психічного здоров'я студентів в умовах пандемії. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. Том 32 (71), № 1. С. 110–114.
13. Ramos-Monsivais C. L., Rodríguez-Cano S., Lema-Moreira E. et al. Relationship between mental health and students' academic performance through a literature review. *Discover Psychology*. 2024. Vol. 4. Article 119. DOI: 10.1007/s44202-024-00240-4 (Дата звернення: 1.08.2026).
14. World Health Organization. *Mental health*. Geneva: WHO, 2025. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (Дата звернення: 3.08.2026).

MENTAL HEALTH AS A KEY TO SUCCESS FOR HIGHER EDUCATION STUDENTS

Oksana Lashchuk

*Lesya Ukrainka Volyn National University,
13, Voli Avenue, Lutsk, Ukraine, 43025
<https://orcid.org/0000-0003-4599-7505>
e-mail: lashchuk.oksana@vnu.edu.ua*

Lyudmyla Ivanyuk

*Lesya Ukrainka Volyn National University,
13, Voli Avenue, Lutsk, Ukraine, 43025
<https://orcid.org/0009-0003-7751-7403>
e-mail: lyudmyla.iv@gmail.com*

This article examines mental health as one of the fundamental prerequisites for the academic, personal and professional success of students. The issue of supporting and maintaining the mental and physical health of students in the current context of full-scale war is of particular importance and is felt with particular acuity. The issue of mental health is becoming increasingly pressing. It is argued that mental health is not limited merely to the absence of mental disorders, but encompasses a state of psychological well-being, an individual's ability to cope with stress, to study, to work, to realise their potential and to maintain social connections. The main factors that may negatively affect students' psychological and emotional well-being have been analysed: academic overload, stress, anxiety, sleep disturbances, social isolation caused by the COVID-19 pandemic, information overload, financial difficulties and uncertainty about their professional future. On the other hand, there are stressors associated with the war. These include air raid alerts, power cuts and communication blackouts, the sound of sirens, intrusive thoughts, and worry for loved ones and family members. Particular attention is paid to the relationship between mental health and academic achievement. The paper justifies the need for a systematic approach to safeguarding students' mental health, which involves the interaction of a young person's personal resources, support from family and peers, the activities of the higher education institution, and access to professional psychological support. Mental health is not a secondary factor in student life, but an important resource that enables individuals to learn effectively, adapt to change, overcome difficulties and realise their full potential.

Key words: mental health, academic achievement, psychological well-being, stress, anxiety, social support, psychological resilience, higher education.

*Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 330.16:657

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.18>

ПСИХОЛОГІЯ КОГНІТИВНИХ УПЕРЕДЖЕНЬ ЗА КОНЦЕПЦІЄЮ ДАНІЕЛА КАНЕМАНА

Юрій Максимець

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000
<https://orcid.org/0000-0001-9693-4147>
e-mail: maxymezj@gmail.com*

Володимир Жигайло

*Міжрегіональна Академія управління персоналом,
вул. Фрометівська, 2, м. Київ, Україна, 03039
<https://orcid.org/0009-0005-7255-5747>
e-mail: volodymyr.zhyhaylo@gmail.com*

Андрій Каналаш

*Міжрегіональна Академія управління персоналом,
вул. Фрометівська, 2, м. Київ, Україна, 03039
<https://orcid.org/0009-0004-1390-0646>
e-mail: Andrewkey.post@gmail.com*

Стаття присвячена дослідженню когнітивних упереджень, які визначаються як систематичні помилки людського мислення, що проявляються в процесах сприйняття, оцінки ситуацій та прийняття рішень. Фундаментальною основою дослідження є концепція, розроблена Нобелівським лауреатом Даніелем Канеманом, що розрізняє два типи мислення: Систему 1 (швидке, інтуїтивне) і Систему 2 (повільне, раціональне). Класична економіка та управлінська теорія тривалий час виходили з уявлення про раціональність індивіда, проте Канеман довів, що поведінка людини є систематично упередженою.

Дослідження підкреслює, що когнітивні помилки мають значні наслідки не лише для психології, але й для економіки, фінансів, політики, управління, безпеки та медицини. У сучасному світі, що характеризується інформаційним перенасиченням і високими ризиками, ціна когнітивних помилок дуже висока. Наприклад, в економіці вони призводять до емоційних інвестиційних рішень, а в політиці сприяють ефективності дезінформації.

Розуміння механізмів Систем 1 і 2 та їхніх упереджень є критично важливим для підвищення ефективності прийняття рішень. Оскільки упередження є прогнозованими та систематичними, їх можна вивчати, враховувати та мінімізувати. Управління когнітивними упередженнями стає ключовим фактором ефективності в різних сферах, включаючи поведінкову економіку та підвищення критичного мислення.

Ключові слова: когнітивні упередження, систематичні помилки мислення, Даніел Канеман, Система 1 (швидке мислення), Система 2 (повільне мислення), евристики, евристика доступності, ефект прив'язки (якоріння), упередженість заднім числом, аверсія до втрат, помилка віцілого, Амос Тверські, теорія перспектив, ефект володіння, WYSIATI, упередженість підтвердження, ілюзія розуміння, ілюзія контролю, поведінкова економіка, ефект розташування, лінощі мислення, надмірна впевненість, точка відліку, евристичне мислення, політики “підштовхування”.

© Юрій Максимець, Володимир Жигайло, Андрій Каналаш, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

Актуальність проблеми. Поведінка людини не є раціональною, а систематично упередженою. Класична економіка і традиційна управлінська теорія довгий час базувалися на уявленні про раціонального індивіда, який приймає зважені, логічні рішення. Однак Даніел Канеман показав, що людське мислення керується двома системами [1]:



Рис. 1

- Система 1 – швидка, автоматична, інтуїтивна;
- Система 2 – повільна, аналітична, раціональна.

Більшість щоденних рішень, навіть важливих, приймаються не через логіку, а під впливом евристик і упереджень Системи 1.

“Ми схильні вірити своїм інтуїціям, навіть коли вони помиляються.”

Це означає: реальна поведінка людей суттєво відрізняється від раціональних моделей – що має наслідки для економіки, політики, безпеки, медицини, фінансів і управління.

Когнітивні викривлення впливають на якість рішень. Даніел Канеман описав низку стабільних упереджень, які масово впливають на поведінку людей: евристика доступності, ефект якоря, упередженість заднім числом, аверсія до втрат, ілюзія контролю. У минулому евристичне мислення допомагало швидко реагувати на загрози. Сьогодні – у складному інформаційному середовищі – це призводить до системних прорахунків. Ціна когнітивних помилок дуже висока у сучасному світі.

У економіці: інвестори приймають рішення емоційно (аверсія до втрат, надмірна впевненість); споживачі піддаються маркетинговим маніпуляціям; урядові програми часто прораховуються через помилки в оцінці ризику [2]:.

У політиці та суспільстві: масова дезінформація ефективна, бо експлуатує Систему 1 (повторення, прості гасла); емоційні реакції домінують над раціональною оцінкою.

У безпеці та медицині: неправильні оцінки ризиків ведуть до катастрофічних помилок у прогнозах і плануванні; евристика “знайомості” підвищує довіру до фейкових новин чи небезпечних порад.

“Мозок не створений для статистики, він створений для історій.”

У 21 столітті суспільство живе в умовах: інформаційного перенасичення; високих ризиків (економічних, технологічних, військових); швидкого прийняття рішень на всіх рівнях – від особистих до урядових.

У таких умовах управління когнітивними упередженнями стає ключовим фактором ефективності: фінансовий сектор – поведінкова економіка; державне управління – політики “підштовхування”; медіа – боротьба з маніпуляціями; безпека – підвищення критичного мислення.

Люди не є раціональними агентами – вони систематично упереджені. Ці упередження прогнозовані, а отже – їх можна вивчати, враховувати й мінімізувати. Розуміння механізмів Системи 1 і Системи 2 – критично важливе для прийняття рішень у сучасному

світі. Проблема когнітивних викривлень – не приватна психологічна слабкість, а структурна характеристика людського мислення.

Виклад основного матеріалу. Система 1 та Система 2. Система 1 – це швидке, автоматичне, інтуїтивне мислення, яке працює без свідомого контролю. Вона постійно активна, миттєво реагує на події, формує враження, оцінки, почуття і перші рішення.

Даніел Канеман описує людське мислення як роботу двох систем:

- Система 1 (швидка) – автоматична, емоційна, інтуїтивна;
- Система 2 (повільна) – аналітична, раціональна, свідомі.

«Система 1 працює автоматично і швидко, з мінімальним або без жодного відчуття контролю.

Система 2 спрямовує увагу на зусилля, пов'язані з розумовою діяльністю – складними обчисленнями, свідомим вибором.»

Даніел Канеман каже, що Система 1 діє за принципом евристик – простих розумових “ярликів”, які допомагають швидко реагувати, але часто ведуть до систематичних помилок.

Вона працює інтуїтивно, емоційно, асоціативно.

Основні риси:

Таблиця 1

Властивість	Пояснення	Приклад
Автоматичність	Працює постійно, без свідомих зусиль	Ви впізнаєте обличчя знайомого миттєво
Інтуїтивність	Робить висновки “на відчуття”, без логічного аналізу	“Мені здається, цій людині можна довіряти”
Асоціативність	З'єднує події, образи, ідеї, навіть якщо зв'язку немає	Почувши “бджола”, одразу думає “мед”, “укус”, “жовтий”
Емоційність	Рішення ґрунтуються на почуттях і враженнях	Купуєте товар, бо “подобається упаковка”
Ефект легкості	Те, що здається знайомим і простим, здається правдоподібним	Фразу, яку часто повторюють, сприймає як істинну
Неусвідомленість	Рішення здаються “природними”, без участі логіки	Ви кажете: “Просто відчуваю, що це правильно”

Система 1 економить енергію, але часто спрощує надмірно. Даніел Канеман детально описує когнітивні упередження, породжені саме цією системою:

Таблиця 2

Помилка	Суть	Приклад
Евристика доступності	Судження базуються на тому, що легко згадати	Якщо часто чуємо про катастрофи, здається, що вони трапляються постійно
Ефект якоря	Початкове число впливає на подальші оцінки	Якщо назвати “60”, люди оцінюють вище, ніж якщо назвати “10”
Упередженість підтвердження	Ми помічаємо лише те, що підтверджує наші думки	Читаємо лише джерела, що згодні з нашими поглядами
Ілюзія розуміння	Після події здається, що “ми знали це завжди”	Минуле здається логічним і передбачуваним лише тому, що ми вже знаємо, чим воно закінчилося
Ілюзія контролю	Люди думають, що можуть впливати на випадковість	Гравець вірить, що “може передбачити” кидок кубика

Данієл Канеман підкреслює:

1. Система 1 генерує пропозиції (інтуїтивні судження, перші враження).
2. Система 2 може їх схвалити або відхилити, але часто просто приймає без перевірки. "Система 2 ледача. Вона зазвичай погоджується з тим, що пропонує Система 1". Ми часто діємо інтуїтивно, думаючи, що аналізуємо, а раціональне мислення вмикається лише тоді, коли інтуїція стикається з труднощами, або коли ми свідомо зупиняємося й перевіряємо свої думки.

Система 1 – ефективна в стабільних умовах. Вона швидко приймає рішення там, де досвід дає точні сигнали (наприклад, водій реагує на перешкоду). Вона небезпечна у складних і нових ситуаціях. Інтуїція легко помиляється, коли немає усталених закономірностей – наприклад, у фінансових прогнозах чи управлінні ризиком.

Система 2 – це повільне, зосереджене, логічне та свідоме мислення. Вона відповідає за контроль, міркування, самосвідомість і довільну увагу. Данієл Канеман пише "Система 2 зосереджує увагу на складних розумових діях – тих, які вимагають зусиль. Її робота пов'язана із суб'єктивним відчуттям концентрації, вибору й контролю. Коли ми обчислюємо 17×24 , ми вмикаємо Систему 2: зупиняємося, концентруємось, утримуємо проміжні результати в пам'яті. Система 2 повільна і лінива. Вона уникає зусиль, якщо це можливо, і часто просто приймає те, що пропонує Система 1. Ми зазвичай вважаємо себе істотами Системи 2 – раціональними, мислячими але насправді більшість наших суджень і дій породжені Системою 1."

Данієл Канеман називає Систему 2 наглядачем або редактором. Система 1 створює швидкі враження й інтуїції, а система 2 схвалює або відхиляє ці судження. Але більшість часу Система 2 – пасивна. Система 2 часто просто погоджується із Системою 1, бо це легше, ніж перевіряти кожную думку, це пояснює, чому ми так легко помиляємось, навіть розумні люди вірять у ілюзії, стереотипи й хибні переконання.

Данієл Канеман показує, що хоч Система 2 і здатна мислити логічно, вона має два головні недоліки: Лінощі мислення. Людина намагається уникати інтелектуального зусилля, тому часто приймає перше доступне рішення. «Люди не дурні – вони ліниві мислителі» [3].

1. Перевантаження уваги.

Якщо Система 2 зосереджена на складному завданні, вона не помічає очевидного (експеримент "невидима горила"). Тобто розумна людина може не бачити слона в кімнаті, якщо її увага зайнята чимось іншим.

Роль Системи 2 в економіці та поведінці людей:

1. Прийняття раціональних рішень:

Система 2 потрібна, щоб оцінити ризик, вигоду, ймовірність – те, що інтуїція часто спотворює. Але у фінансовій поведінці більшість рішень приймаються Системою 1 → тому люди часто переоцінюють виграш і недооцінюють втрати.

2. Корекція когнітивних упереджень:

Система 2 здатна усвідомити помилки (ефект якоря, евристику доступності, ілюзію контролю) проте це вимагає зусиль і часу, тому вона втручається рідко.

3. Моральні рішення:

У складних етичних виборах саме Система 2 оцінює наслідки й принципи, тоді як Система 1 реагує емоційно.

Евристика доступності. Сам термін було введено 1973 року нобелівськими лауреатами з психології Амосом Тверські та Даніелем Канеманом. Вони припустили, що цей несвідомий процес діє за простим принципом: «якщо щось легко згадати – отже, це важливо». Те, що легко спадає на думку, сприймається як загальновідоме й більш точно

відображає реальність. Одним із найяскравіших проявів евристики доступності є приклади, які завжди «на поверхні» нашої пам'яті.

Евристики відіграють важливу роль у процесі прийняття рішень і формуванні наших уявлень про світ. Евристика доступності може допомагати швидко орієнтуватися, але водночас нерідко веде до неправильних оцінок і перебільшення ризиків.

Якщо певні події часто потрапляють у ваше інформаційне поле, це ще не означає, що вони справді поширені. Тому, коли потрібно ухвалити рішення, варто не покладатися лише на інтуїцію, а звертатися до раціональних, системних методів мислення [2].

Ефект прив'язки (якоріння). Ефект якоря – це одна з форм когнітивної упередженості, тобто відношення до чогось чи когось, заснованого лише на особистих враженнях та емоціях. Суть його в тому, що інформація, яка була отримана першою, виступає якорем або прив'язкою і впливає на прийняття наступних рішень. Дуже поширений у суспільстві [3].

У маркетингу ефект проявляється в тому, що людина фіксує увагу на першій отриманій інформації, яка стає якорем (прив'язкою). Вигідність наступних пропозицій оцінюється після порівняння з нею. Інші варіанти, які можуть бути ще кращими, не розглядаються.

Якір може бути пов'язаний не лише з числами, але й з емоціями. В цьому випадку він є коротко- або довгочасним. Перші незначні, потребують систематичного підкріплення. Другі іноді лишаються на все життя. За типами розрізняють: Візуальні, пов'язані з образами. Наприклад, біля дому клумба з червоними трояндами. В майбутньому такі квіти стимулюють виникнення позитивних емоцій. Аудіальні, те саме, але пов'язане зі звуками, часто з приємними мелодіями. Кінестетичні – торкання до певної частини тіла. Нюхові. Запах ялини асоціюється з новорічним святом. Є також комплексні, коли співпадає кілька ефектів з наведених вище. Вони діють сильніше.

Упередженість заднім числом. В книзі “Думай повільно, вирішуй швидко” Даніель Канеман обговорює феномен упередженості заднім числом – “я ж знав” як частину ширшої категорії когнітивних упереджень – зокрема у розділах, присвячених надмірній впевненості та спотворенню оцінки минулого [6].

Даніель Канеман називає це явище одним із найпідступніших когнітивних викривлень, тому що воно спотворює наше сприйняття минулого і викривляє навчання з досвіду. Воно полягає в тому, що після того, як подія вже відбулася, ми схильні переоцінювати власну здатність передбачити її результат. Нам здається, що ми “знали це від самого початку”, хоча насправді – ні. Даніель Канеман описує типовий ефект у сфері медицини, політики та військових рішень: коли стається нещастя – аварія, війна, теракт – ми швидко знаходимо ознаки, які, як нам здається, “передбачали” це. Але ми бачимо закономірність лише після того, як вона вже сталася.

Упередженість заднім числом в економіці проявляється таким чином – коли результат уже відомий, люди переоцінюють власну здатність передбачати його, в економіці це створює ілюзію, що ринок – “логічний і передбачуваний”, тоді як насправді він залежить від випадковостей, психології натовпу та неповної інформації. Після 2008 року здавалося, що фінансова криза була очевидною, але майже ніхто не зміг її реально передбачити. Коли подія вже сталася, наша пам'ять переписує історію так, ніби ми знали це весь час. У бізнесі й інвестиціях результати часто оцінюють через призму того, що сталося потім, а не через умови, за яких приймалося рішення. Коли результат відомий, оцінити якість рішення об'єктивно майже неможливо. Гарний результат створює ілюзію розумності рішення, навіть якщо воно було ризикованим.

Аверсія до втрат – це одна з центральних ідей Даніеля Канемана й Амоса Тверські. У 1979 році вони створили Теорію перспектив, яка замінила класичну “раціональну”

модель прийняття рішень. За Канеманом і Тверські: люди оцінюють результати відносно своєї поточної ситуації (“точки відліку”) і надають втратам більшу вагу, ніж виграшам.

Аверсія до втрат – це психологічна схильність людей уникати втрат навіть більше, ніж прагнути до виграшів.

Інакше кажучи, біль від втрати 100 гривень відчувається приблизно в 2 рази сильніше, ніж радість від виграшу 100 гривень. Люди більше прагнуть уникнути втрат, ніж отримати виграш. “Втрати болять удвічі сильніше, ніж задоволення від таких самих виграшів” – Даніель Канеман.

Вплив на економіку:

1. Інвестиційна поведінка

Інвестори уникають фіксувати збитки (тримають збиткові акції надто довго) Водночас швидко “фіксують прибуток”, щоб не втратити вже зароблене. Це відоме як ефект розташування – прямий наслідок аверсії до втрат.

“Люди готові ризикувати, щоб уникнути втрати, і поведуться обережно, щоб зберегти виграш.”

2. Ефект володіння

Люди оцінюють речі, якими володіють, дорожче, ніж аналогічні, якими не володіють. Продати “своє” болючіше, ніж не купити “чуже”. Канеман показав це в серії експериментів (з чашками, 1990-ті): ті, хто отримав чашку, не хотіли продавати її дешевше ніж за \$7; ті, хто не мав чашки, не хотіли платити більше ніж \$3. Різниця пояснюється саме аверсією до втрат.

3. Страх змін і статус-кво

“Ми схильні зберігати те, що маємо, бо втрата відмови здається більшою, ніж користь від нового.”

Це пояснює, чому: працівники не хочуть змінювати роботу, навіть якщо нова краща; споживачі не переходять на новий продукт; компанії опираються реформам.

4. Маркетинг і продажі. Кампанії, що апелюють до страху втрат (“Не втраť шанс!”, “Залишилось лише 1 місце!”), працюють ефективніше, ніж ті, що просто обіцяють виграш.

Дослідження

1. Це базова праця, яка вперше описала аверсію до втрат як центральний принцип людських рішень. Експерименти з лотереями – людям пропонували вибір між гарантованими виграшами і ризиковими варіантами (з можливістю втрат).

Люди оцінюють результати відносно точки відліку, а не за абсолютною вигодою. Втрати сприймаються сильніше, ніж виграші (у 2–2,5 рази).

Це стало підґрунтям для “Теорії перспектив”, яка змінила класичну економічну теорію раціонального вибору.

2. Розвиток “теорії перспектив” для випадків без ризику – коли рішення не пов’язані з лотереями, але є “виграш” чи “втрата” відносно статусу-кво. Учасникам пропонували вибір між двома варіантами, де обидва певні, але один сприймається як “втрата”, інший як “виграш”. Навіть без ризику люди поведуться так, ніби “бояться втрат”. Ефект виникає через залежність оцінки від початкової точки відліку. Підтверджено: люди готові пожертвувати виграшом, щоб уникнути відчуття втрати.

Помилка вцілілого. Помилка вцілілого – логічна/статистична помилка, коли ми робимо висновки лише за тими об’єктами, що “дожили” до кінця відбору (вціліли), і ігноруємо тих, що “випали” раніше. Це різновид помилки вибірки/відбору, який систематично завищує оцінки успіху чи ефективності.

Людський мозок схильний робити висновки на основі лише тієї інформації, яка доступна прямо зараз, і ігнорувати відсутню інформацію, навіть якщо вона критично важлива

для правильного судження. Іншими словами, коли людина бачить певну картину – вона вважає, що має достатньо даних, щоб зробити висновок, навіть якщо значна частина реальності їй невідома. Канеман пояснює це через роботу Системи 1 – швидкого, інтуїтивного мислення. Система 1 не любить невизначеності, тому «добудовує» відсутню інформацію, вона прагне створити цілісну та переконливу історію зі шматків даних, які вже є, «система 2», яка могла б виявити прогалини, зазвичай не втручається, якщо історія здається «логічною».

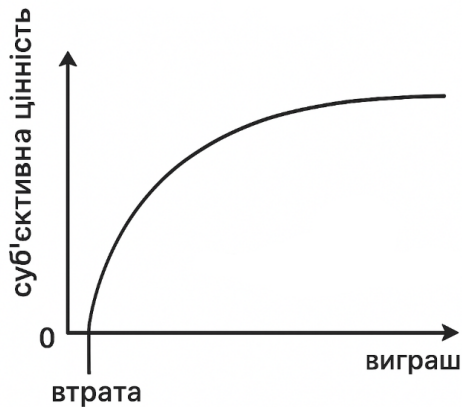


Рис. 2

У поведінковій економіці це означає: переоцінку ймовірності успіху; ігнорування ризиків; неправильну оцінку прибутковості та ефективності; переважання емоційного мислення над статистичним аналізом.

WYSIATI пояснює механізм багатьох когнітивних упереджень

- Помилка вцілілого
- Евристика доступності
- Упередженість заднім числом
- Ефект надмірної впевненості

Даніель Канеман описує WYSIATI як центральну властивість людського мислення, яка пояснює, чому ми схильні робити надто впевнені, але часто помилкові висновки.

Помилка вцілілого – серйозне когнітивне упередження, яке суттєво впливає на економічну поведінку, бізнес-стратегії, інвестиційні рішення та державну політику. Її розуміння – один із ключових елементів поведінкової економіки, про що попереджав Даніель Канеман [6].

Висновки. Грунтуючись на аналізі роботи, присвяченій когнітивним упередженням за концепцією Данієла Канемана, можна зробити такі ключові висновки. Дослідження остаточно підтверджує, що поведінка людини не є суто раціональною, а систематично керується когнітивними упередженнями – прогнозованими помилками мислення, які виникають у процесі сприйняття, оцінки та прийняття рішень. Фундаментальною основою цього явища є модель, яка виокремлює дві системи мислення: Систему 1 (швидке, інтуїтивне, автоматичне) та Систему 2 (повільне, раціональне, аналітичне). Більшість щоденних рішень генерується Системою 1, яка використовує евристики – прості розумові «ярлики». Хоча це забезпечує швидкість, це є головним джерелом систематичних прорахунків. Система 2, яка має змогу коригувати помилки, часто є «лінивою» і приймає інтуїтивні судження без належної перевірки.

У сучасному світі, де рішення часто приймаються під тиском часу та інформаційного перенасичення, ціна когнітивних помилок є критично високою. Головний висновок полягає в тому, що проблема когнітивних викривлень є не приватною психологічною слабкістю, а структурною характеристикою людського мислення. Усвідомлення цих механізмів, особливо у сферах поведінкової економіки та управління, є першим і найважливішим кроком для підвищення критичного мислення та прийняття більш зважених і раціональних рішень. Мінімізація впливу упереджень вимагає не вимкнення інтуїції, а свідомого залучення Системи 2 для перевірки її суджень.

Список використаної літератури

1. Експеримент “невидима горила” <https://www.chabris.com/Simons1999.pdf>
2. Евристика доступності <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19089697/>
3. Ефект якоря https://sites.socsci.uci.edu/~bskyrms/bio/readings/tversky_k_heuristics_biases.pdf
4. Експеримент “Outcome Feedback: Hindsight and Information” <https://www.cmu.edu/dietrich/sds/docs/loewenstein/OutcomeFeedback.pdf> <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022103121000573?>
5. Аверсія до втрат https://web.mit.edu/curhan/www/docs/Articles/15341_Readings/Behavioral_Decision_Theory/Kahneman_Tversky_1979_Prospect_theory.pdf <https://www.jstor.org/stable/2937956>
6. Помилка віцілілого <https://www.britannica.com/science/survivorship-bias> https://lru.praxis.dk/Lru/microsites/virksohmhederiundervisningen/novo_materiale/9-A-%20method%20of%20estimating%20plane%20vulnerability%20....pdf https://www.researchgate.net/publication/294581910_Survivorship_Bias_in_Performance_Studies http://www.dgf2008.de/content/paper/Survivorship_Bias_DGF.pdf

PSYCHOLOGY OF COGNITIVE BIAS BASED ON DANIEL KAHNEMAN'S CONCEPT

Yurii Maksymets

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0001-9693-4147>
e-mail: maxymezj@gmail.com*

Volodymyr Zhyhaylo

*Interregional Academy of Personnel Management,
2, Frometivska Street, Kyiv, Ukraine, 03039
<https://orcid.org/0009-0005-7255-5747>
e-mail: volodymyr.zhyhaylo@gmail.com*

Andrii Kanalosh

*Interregional Academy of Personnel Management,
2, Frometivska Street, Kyiv, Ukraine, 03039
<https://orcid.org/0009-0004-1390-0646>
e-mail: Andrewkey.post@gmail.com*

The article is devoted to the study of cognitive biases, which are defined as systematic errors in human thinking that manifest themselves in the processes of perception, assessment of situations and decision-making. The fundamental basis of the study is the concept developed by Nobel laureate Daniel

Kahneman, which distinguishes two types of thinking: System 1 (fast, intuitive) and System 2 (slow, rational). Classical economics and management theory have long assumed that individuals are rational, but Kahneman has shown that human behavior is systematically biased.

The study highlights that cognitive errors have significant consequences not only for psychology, but also for economics, finance, politics, management, security, and medicine. In today's world, characterized by information overload and high risks, the cost of cognitive errors is very high. For example, in economics, they lead to emotional investment decisions, and in politics, they contribute to the effectiveness of disinformation.

Understanding the mechanisms of Systems 1 and 2 and their biases is critical to improving decision-making efficiency. Since biases are predictable and systematic, they can be studied, accounted for, and minimized. Managing cognitive biases is becoming a key factor in efficiency in various fields, including behavioral economics and improving critical thinking.

Key words: cognitive biases, systematic thinking errors, Daniel Kahneman, System 1 (fast thinking), System 2 (slow thinking), heuristics, availability heuristic, anchoring effect, hindsight bias, loss aversion, survivor's fallacy, Amos Tversky, prospect theory, possession effect, WYSIATI, confirmation bias, illusion of understanding, illusion of control, behavioral economics, location effect, lazy thinking, overconfidence, reference point, heuristic thinking, “nudge” policies.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.94-053.8:314.1(477) "364"

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.19>

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ДИСТРЕС ДОРОСЛОГО НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ: СОЦІАЛЬНО-ДЕМОГРАФІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ

Христина Мельник

*Інститут права, психології та інноваційної освіти,
Національний університет "Львівська політехніка",
проспект В. Чорновола 57, м. Львів, Україна, 79005
<https://orcid.org/0009-0005-3564-5233>
e-mail: hristinkasemencuk@gmail.com*

Діана Логвінова

*Інститут права, психології та інноваційної освіти,
Національний університет "Львівська політехніка",
проспект В. Чорновола 57, м. Львів, Україна, 79005
<https://orcid.org/0000-0002-8049-7066>
e-mail: genderua@gmail.com*

У статті представлено результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження соціально-демографічних і психологічних чинників психологічного дистресу серед дорослого населення України в умовах воєнного стану. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю виявлення факторів ризику та психологічних ресурсів, пов'язаних із переживанням дистресу в умовах тривалої суспільної кризи. Метою дослідження було вивчення особливостей психологічного дистресу, його зв'язку з тривожністю, резильєнтністю та інтолерантністю до невизначеності, а також визначення соціально-демографічних і психологічних чинників, пов'язаних із його вираженістю.

У дослідженні взяли участь 173 респонденти дорослого віку. Для збору емпіричних даних використано стандартизовані психодіагностичні методики, спрямовані на оцінку психологічного дистресу, ситуативної та особистісної тривожності, резильєнтності та інтолерантності до невизначеності. Для обробки результатів застосовано методи описової статистики, кореляційного, порівняльного та регресійного аналізу.

Результати дослідження засвідчили наявність статистично значущих взаємозв'язків психологічного дистресу з тривожністю, резильєнтністю та інтолерантністю до невизначеності. Встановлено, що зі зростанням рівня дистресу підвищуються показники ситуативної й особистісної тривожності та інтолерантності до невизначеності, тоді як рівень резильєнтності знижується. Виявлено, що вищі показники дистресу частіше спостерігаються у жінок, осіб, які проживають у регіонах підвищеного воєнного ризику, а також респондентів із нижчою суб'єктивною оцінкою матеріального становища. Водночас статистично значущих відмінностей за віком, сімейним станом, наявністю дітей та статусом внутрішньо переміщеної особи не встановлено.

За результатами регресійного аналізу найбільший внесок у пояснення варіативності психологічного дистресу здійснюють ситуативна та особистісна тривожність, а також проспективна інтолерантність до невизначеності. Отримані результати дають підстави розглядати зазначені психологічні характеристики як важливі чинники ризику психологічного неблагополуччя та можуть бути використані для розроблення програм психологічної підтримки населення в умовах воєнного стану.

Ключові слова: психологічний дистрес, резильєнтність, тривожність, інтолерантність до невизначеності, соціально-демографічні чинники, воєнний стан.

Постановка проблеми. В умовах тривалого воєнного стану українці перебувають під впливом численних стресогенних чинників, серед яких загроза життю та безпеці, вимушене переміщення, економічна нестабільність, невизначеність майбутнього, втрата соціальних зв'язків та постійне емоційне напруження. Наслідком такого впливу є зростання рівня психологічного дистресу, який проявляється у погіршенні психічного благополуччя, підвищенні тривожності, емоційному виснаженні та зниженні адаптаційних можливостей особистості.

Психологічний дистрес є не лише індивідуальною проблемою, а й важливим індикатором психологічного стану суспільства. Його інтенсивність і тривалість відображають ступінь виснаження адаптаційних ресурсів населення та можуть слугувати показником потреби в психологічній, соціальній та інституційній підтримці. За умов затяжної війни дистрес набуває масового характеру, що актуалізує необхідність дослідження чинників, які сприяють його виникненню або, навпаки, виконують захисну функцію.

Значущості набуває вивчення зв'язку психологічного дистресу із соціально-демографічними характеристиками населення та психологічними чинниками, зокрема тривожністю, резильєнтністю та інтолерантністю до невизначеності. Виявлення факторів ризику та захисних чинників психологічного дистресу сприятиме визначенню найбільш уразливих груп населення та вдосконаленню програм психологічної підтримки в умовах воєнного стану.

Аналіз теоретичних концепцій. Проблема стресу стала предметом систематичного наукового вивчення у першій половині XX століття. Передумови її формування заклали фізіологи Клод Бернар та Волтер Кеннон, які розробили концепції внутрішнього середовища організму та гомеостазу. Проте сучасне розуміння стресу пов'язують насамперед із працями Ганса Сельє, який у 1936 р. вперше описав стрес як неспецифічну реакцію організму на будь-яку вимогу середовища та запропонував концепцію загального адаптаційного синдрому (General Adaptation Syndrome), що включає стадії тривоги, резистентності та виснаження [9]. Г. Сельє розглядав стрес як універсальну неспецифічну відповідь організму на будь-який вплив. Саме він увів розмежування між еустресом (адаптивним, мобілізуючим стресом) та дистресом, який виникає тоді, коли вимоги середовища перевищують адаптаційні можливості людини. Причиною дистресу, згідно з Сельє, є виснаження адаптаційних ресурсів організму [7].

У моделі стресу Річарда Лазаруса та Сюзан Фолкман вирішальне значення має те, як людина оцінює ситуацію та власні можливості впоратися з проблемною ситуацією. Дистрес виникає тоді, коли особистість сприймає вимоги середовища як такі, що перевищують її ресурси. Центральними поняттями моделі є первинна та вторинна когнітивна оцінка, а також копінг-стратегії [8].

У теорії збереження ресурсів Стівена Хобфолла психологічний дистрес розглядається як наслідок втрати ресурсів або загрози їх втрати. До таких ресурсів належать матеріальний добробут, соціальні зв'язки, здоров'я, житло, робота, а також почуття безпеки та контролю [6]. Ця теорія є актуальною для пояснення психологічних наслідків війни, яка супроводжується масштабними втратами ресурсів на індивідуальному та суспільному рівнях.

У сучасних вітчизняних дослідженнях психологічний дистрес розглядається як результат взаємодії зовнішніх стресорів та внутрішніх ресурсів особистості, що забезпечують її адаптацію до кризових умов [4]. У цьому контексті Марина Смульсон пов'язує психологічне неблагополуччя з порушенням смислової організації майбутньої перспективи, яке в умовах війни, через руйнування життєвих планів і зростання невизначеності, може сприяти розвитку психологічного дистресу. Здатність зберігати цілісність життєвих

цілей, смислів і бачення майбутнього може розглядатися як важливий психологічний ресурс адаптації до кризових подій [3].

Адаптаційний потенціал особистості визначається її індивідуально-психологічними ресурсами, зокрема резильєнтністю як базовим чинником психологічної стійкості [2], а також ефективністю емоційної та когнітивної регуляції у стресових умовах. У працях Тетяни Титаренко психологічні стани особистості в умовах життєвих криз розглядаються крізь призму смислотворення, переживання травматичних подій і трансформації життєвого досвіду, що визначає індивідуальні особливості адаптації та психологічного благополуччя. Борис Лазоренко акцентує увагу на ролі стресу та копінг-стратегій як механізмів регуляції напружених станів, підкреслюючи, що використання адаптивних стратегій саморегуляції сприяє успішному подоланню стресу, тоді як неефективні копінг-стратегії підвищують ризик розвитку дистресу [1].

Заслуговує на увагу положення біопсихосоціальної моделі Дж. Енгеля [5] Відповідно до цієї концепції, ефективність адаптації залежить не лише від наявності внутрішніх ресурсів особистості, а й від особливостей соціального середовища, доступності підтримки та характеру стресогенних впливів. Важливе значення набувають соціально-демографічні та економічні чинники, зокрема вік, стать, сімейний стан, рівень освіти, матеріальне становище та географічний контекст проживання. Ці фактори не є безпосередніми причинами виникнення психологічного дистресу, проте можуть підвищувати або знижувати вразливість особистості до негативних наслідків стресових подій, їх можна розглядати як умови, що опосередковують вплив стресогенних обставин на психічне благополуччя та особливості адаптації людини.

Отже, психологічний дистрес є багатофакторним феноменом, що формується під впливом взаємодії біологічних, психологічних та соціальних чинників. Важливу роль у його виникненні відіграють як індивідуально-психологічні характеристики особистості, так і соціально-демографічні та економічні умови життя. Високий рівень тривожності може посилювати схильність до переживання дистресу, тоді як резильєнтність виступає важливим ресурсом психологічної стійкості та адаптації до несприятливих життєвих обставин. Це обґрунтовує доцільність комплексного вивчення взаємозв'язку психологічного дистресу з індивідуальними та соціальними чинниками в умовах сучасних суспільних викликів.

Аналіз та інтерпретація емпіричних результатів. Метою дослідження було вивчення психологічного дистресу в умовах війни, його взаємозв'язків із тривожністю та резильєнтністю, а також особливостей прояву залежно від соціально-демографічних і соціально-економічних характеристик респондентів.

Емпіричну вибірку склали 173 респонденти дорослого віку, в якій переважали жінки (67,6%), особи віком 26-35 років (50,3%), респонденти без статусу ВПО (89,6%) та особи, які перебували у шлюбі (60,7%). За критерієм безпеки регіону проживання учасників було розподілено на три групи: відносно безпечний регіон (західні області України та респонденти, які перебували за кордоном) – 51,4%, регіон середнього ризику (центральні та північні області) – 25,4% та регіон підвищеного ризику (східні та південні області) – 23,1%.

Майже половина респондентів оцінила своє фінансове становище як середнє (49,7%; $n = 86$), тоді як 22,0% ($n = 38$) повідомили про фінансові труднощі, а 28,3% ($n = 49$) охарактеризували свій матеріальний стан як комфортний.

Для оцінки психологічних характеристик використовувалися стандартизовані психодіагностичні методики: Короткий опитувальник загального стану здоров'я GHQ-16 для вимірювання рівня психологічного дистресу (Goldberg & Williams, 1988), шкала тривожності Спілбергера-Ханіна для визначення ситуативної та особистісної тривожності

(Spielberger, 1983), шкала резильєнтності Коннора-Девідсона CD-RISC-10 для оцінки рівня резильєнтності (Connor & Davidson, 2003), а також шкала інтолерантності до невизначеності IUS-12 (Carleton, 2016).

Дослідження мало поетапну організацію. На першому етапі за допомогою описових статистик було проаналізовано розподіл показників за шкалами методик у загальній вибірці та перевірено їх відповідність нормальному закону розподілу. На другому етапі здійснено аналіз взаємозв'язків між досліджуваними показниками та перевірено припущення щодо зв'язку психологічного дистресу з тривожністю, інтолерантністю до невизначеності та резильєнтністю. Надалі було проведено порівняльний аналіз осіб із різним рівнем дистресу за психологічними та соціально-демографічними показниками, а також визначено внесок окремих чинників у варіативність психологічного дистресу.

Результати аналізу описових статистик за шкалами використаних методик наведено в таблиці 1.

Таблиця 1

Описові статистики за шкалами методик (n=173)

Шкали методик	Діапазон балів методик	Min-Max	M±SD	Критерій Шапіро Вілька, Sig
GHQ-16 (рівень психологічного дистресу; Д. Голдберг)	0 - 48	2,00 - 45,00	19,23±9,15	0,000
Ситуативна тривожність (Ч. Спілбергера - Ю. Ханін)	20 - 80	29,00 – 79,00	53,58±10,50	0,282
Особистісна тривожність (Ч. Спілбергера - Ю. Ханін)	20 - 80	25,00 – 76,00	48,98±10,33	0,038
Резильєнтність (Коннор-Девідсон)	0 - 40	7,00 – 40,00	26,44±6,33	0,064
Проспективна інтолерантність (Н. Карлтон)	7 - 35	11 - 35	22,91±4,97	0,131
Інгібіторна інтолерантність (Н. Карлтон)	5 - 25	5 - 25	15,04±4,03	0,181
Загальна інтолерантність (Н. Карлтон)	12 - 60	17 - 60	37,95±8,31	0,355

Аналіз описових статистик засвідчив достатню варіативність показників за всіма досліджуваними шкалами, що свідчить про неоднорідність вибірки за рівнем психологічного дистресу та пов'язаними з ним психологічними характеристиками. Як видно з таблиці, середній показник психологічного дистресу у вибірці (M=19,23) становить майже половину від максимально можливого значення (45,00) за шкалою GHQ-16, що свідчить про наявність у респондентів помірно вираженого психологічного неблагополуччя. Водночас середні значення ситуативної та особистісної тривожності (відповідно 53,58 і 48,96) відповідають підвищеному рівню, що вказує на значне емоційне напруження, характерне для переживання умов воєнного стану.

Показники резильєнтності відповідали середньому рівню, що свідчить про збереження у більшості учасників певного адаптаційного потенціалу для подолання стресових подій. Середні значення інтолерантності до невизначеності також виявилися помірними, відображаючи труднощі прийняття неоднозначних і непередбачуваних життєвих обставин, які є характерними для сучасних умов.

Перевірка нормальності розподілу за критерієм Шапіро-Вілка показала, що більшість досліджуваних показників мають розподіл, близький до нормального (див. табл. 1). Виняток становили показники психологічного дистресу та особистісної тривожності, для яких було зафіксовано статистично значущі відхилення від нормального розподілу, що враховувалося при виборі подальших методів статистичного аналізу.

Аналіз взаємозв'язків між психологічним дистресом, тривожністю, резильєнтністю та інтолерантністю до невизначеності ми здійснювали на підставі коефіцієнтів рангової кореляції Спірмена (ρ) (див. табл.2).

Таблиця 2

Зв'язки психологічного дистресу з показниками тривожності, резильєнтності та інтолерантності до невизначеності

	Ситуативна тривожність	Особистісна тривожність	Резильєнтність	Прогресивна інтолерантність	Інгібіторна інтолерантність	Загальна інтолерантність
GHQ-16	0,794	0,765	-0,431	0,452	0,461	0,495
Sig (2-tailed)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

Результати кореляційного аналізу підтвердили припущення, що психологічний дистрес статистично значуще пов'язаний з усіма досліджуваними психологічними характеристиками ($p < 0,001$). Найбільш тісні зв'язки виявлено між дистресом і показниками тривожності ($r=0,794$ і $0,765$), тоді як резильєнтність виступає захисним фактором, пов'язаним зі зниженням рівня дистресу ($r=-0,431$). Водночас інтолерантність до невизначеності є фактором психологічної вразливості, що асоціюється з підвищенням психологічного дистресу ($r=0,461$ і $r=0,495$).

На наступному етапі дослідження було проаналізовано розподіл респондентів за рівнем вираженості психологічного дистресу. Отримані результати показали, що низький рівень дистресу був характерний для 31,2% ($n = 54$) опитаних, помірний – для 42,2% ($n = 73$), тоді як 26,6% ($n = 46$) респондентів продемонстрували високий або дуже високий рівень психологічного дистресу. Враховуючи суттєві відмінності у вираженості дистресу, надалі було здійснено аналіз особливостей соціально-демографічних та психологічних характеристик у групах з різним рівнем його прояву.

Результати порівняльного аналізу складу цих груп за критерієм χ^2 Пірсона засвідчили, що статистично значущими чинниками їх диференціації є стать ($\chi^2 = 7,41$; $p = 0,025$), регіон проживання ($\chi^2 = 12,96$; $p = 0,011$) та суб'єктивна оцінка матеріального становища ($\chi^2 = 15,45$; $p = 0,004$).

Отримані результати свідчать, що зі зростанням рівня психологічного дистресу збільшується частка жінок, осіб, які проживають у регіонах із підвищеним безпековим ризиком, а також респондентів, які оцінюють своє фінансове становище як недостатнє. Водночас вік ($\chi^2=4,25$; $p=0,643$), статус внутрішньо переміщеної особи ($\chi^2=0,58$; $p=0,750$), сімейний стан ($\chi^2=1,02$; $p=0,601$) та наявність дітей ($\chi^2=1,20$; $p=0,548$) не продемонстрували статистично значущого зв'язку з рівнем психологічного дистресу. Таким чином, у межах досліджуваної вибірки найбільшу роль у диференціації рівнів психологічного дистресу відіграють гендерні, економічні та безпеково-територіальні чинники, тоді як сімейно-демографічні характеристики не виявили істотного зв'язку з його вираженістю.

Порівняльний аналіз підгруп із низьким, помірним та високим рівнями психологічного дистресу за показниками тривожності, резильєнтності та інтолерантності до невизначеності здійснювався за допомогою непараметричного критерію Н-Краскела-Волліса. Отримані результати підтвердили наявність статистично значущих відмінностей між трьома порівнюваними групами за всіма досліджуваними параметрами ($p < 0,001$) (див. табл. 3).

Таблиця 3

	Ситуативна тривожність	Особистісна тривожність	Резильєнтність	Прогностична інтолерантність	Індивідуальна інтолерантність	Загальна інтолерантність
Kruskal Wallis	91,023	82,746	29,460	27,206	29,837	33,496
Sig (2-tailed)	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

Подальше попарне зіставлення груп із використанням U-критерію Манна-Вітні дозволило деталізувати специфіку виявлених відмінностей. Встановлено, що при порівнянні будь-якої пари груп вищі показники ситуативної та особистісної тривожності, а також інтолерантності до невизначеності фіксувалися у респондентів із вищим рівнем дистресу. Натомість вищі показники резильєнтності (стресостійкості) є характерними для осіб із менш вираженими проявами дистресу. Усі виявлені попарні відмінності виявилися високозначущими та відповідали рівню статистичної достовірності ($p < 0,001$).

На завершальному етапі дослідження було застосовано метод множинного лінійного регресійного аналізу з метою визначення інтегрального внеску когнітивно-емоційних та соціально-демографічних чинників у розвиток психологічного дистресу респондентів. Відповідно до отриманих результатів моделювання, коефіцієнт множинної кореляції становив ($R = 0,833$), що свідчить про високий ступінь лінійного зв'язку між усім комплексом включених до моделі предикторів та залежною змінною (див. табл. 4).

Таблиця 4

Показники якості регресійної моделі прогнозування психологічного дистресу

Множинний коефіцієнт кореляції R	Коефіцієнт детермінації R ²	Скоригований R ²	Стандартна похибка оцінки
0,833	0,695	0,672	5,24333

Коефіцієнт детермінації становив $R^2 = 0,695$, що математично доводить, що побудована регресійна модель на 69,5% пояснює варіативність показників психологічного дистресу досліджуваних, підтверджуючи високу прогностичну спроможність та теоретичну обґрунтованість обраного комплексу перемінних.

За даними дисперсійного аналізу моделі (табл. 5), побудована регресійна модель є статистично надійною та спроможною для прогнозування ($F(12, 160) = 30,34$; $p < 0,000$).

Детальний аналіз окремих предикторів (табл. 6) дозволив визначити безпосередній чистий внесок кожного фактора у варіативність показників психологічного дистресу. Встановлено, що провідними та найбільш потужними предикторами дистресу виступають емоційні компоненти, а саме: ситуативна тривожність ($Beta = 0,476$; $t = 6,40$; $p < 0,001$) та особистісна тривожність ($Beta = 0,453$; $t = 4,61$; $p < 0,001$). Обидва чинники мають

прямий позитивний характер впливу. Окрім цього, самостійним та статистично значущим когнітивним предиктором розвитку дистресу виявилася проспективна тривога (субшкала інтолерантності до невизначеності) ($Beta = 0,138$; $t = 2,17$; $p = 0,032$), що вказує на деструктивний вплив фіксації респондентів на занепокоєнні щодо майбутнього.

Таблиця 5

Оцінка статистичної значущості регресійної моделі (ANOVA)

Модель	Джерело варіації	Сума квадратів (Sum of squares)	df	Середній квадрат Mean square	F	p
1	Регресія	10007,951	12	833,996	30,335	,000
	Залишок	4398,800	160	27,493		
	Загалом	14406,751	172			

Таблиця 6

Коефіцієнти множинної регресійної моделі прогнозування психологічного дистресу

Предиктор	B	Стандартна похибка	β	t	p
Константа	-29,505	5,501		-5,363	,000
Ситуативна тривожність	0,415	0,065	0,476	6,401	,000
Особистісна тривожність	0,401	0,087	0,453	4,614	,000
Резильєнтність	0,130	0,089	0,090	1,452	,148
Проспективна інтолерантність до невизначеності	0,254	0,117	0,138	2,165	,032
Інгібіторна інтолерантність до невизначеності	-0,259	0,167	-0,114	-1,549	,123
Стать	-1,078	0,972	-0,055	-1,109	,269
Вік	0,937	0,539	0,084	1,740	,084
Місце проживання	-0,137	0,993	-0,006	-0,138	,890
Статус ВПО	-2,368	1,388	-0,079	-1,706	,090
Матеріальне становище	0,231	0,661	0,018	-0,349	,728
Сімейний стан	-1,328	0,921	-0,071	-1,442	,151
Наявність дітей	0,477	0,901	0,026	0,529	,598

Водночас включені до моделі соціально-демографічні та соціально-економічні показники (стать, вік, фінансовий стан, статус ВПО, сімейний стан, наявність дітей та місце проживання), а також показники стресостійкості не продемонстрували самостійного значущого впливу на залежну змінну ($p > 0,05$). Це свідчить про те, що вплив середовищних та демографічних чинників на розвиток дистресу опосередковується (медіюється) через активацію базових психологічних станів - насамперед через ескалацію рівнів тривоги та когнітивного несприйняття невизначеності/

Висновки. Результати дослідження підтвердили наявність тісного взаємозв'язку психологічного дистресу з показниками тривожності, резильєнтності та інтолерантності до невизначеності. Встановлено, що зі зростанням рівня психологічного дистресу підвищуються показники ситуативної та особистісної тривожності, а також інтолерантності до невизначеності, тоді як рівень резильєнтності знижується. Найбільш тісні зв'язки

виявлено між дистресом і показниками тривожності, що свідчить про вагому роль емоційного реагування на стресові події у формуванні психологічного неблагополуччя.

Порівняльний аналіз показав, що рівень психологічного дистресу пов'язаний із низкою соціально-демографічних та соціально-економічних характеристик. Вищі показники дистресу частіше виявлялися у жінок, респондентів, які проживають у регіонах підвищеного воєнного ризику, а також осіб, що оцінюють своє матеріальне становище як недостатнє. Водночас статистично значущих відмінностей за віком, сімейним станом, наявністю дітей та статусом внутрішньо переміщеної особи не встановлено.

Особи з високим рівнем психологічного дистресу характеризуються підвищеною тривожністю, більшою інтолерантністю до невизначеності та нижчим рівнем резильєнтності порівняно з респондентами, які мають низький рівень дистресу. Результати регресійного аналізу засвідчили, що найбільший внесок у пояснення варіативності психологічного дистресу роблять ситуативна та особистісна тривожність, а також перспективна інтолерантність до невизначеності. Отримані дані дають підстави розглядати зазначені психологічні характеристики як важливі чинники ризику психологічного неблагополуччя в умовах тривалої суспільної кризи.

Список використаної літератури

1. Життєвий світ і психологічна безпека людини в умовах суспільних змін. Реферативний опис роботи / М. М. Слюсаревський, Л. А. Найдьонова, Т. М. Титаренко, В. О. Татенко, П. П. Горностай, О. М. Кочубейник, Б. П. Лазоренко. Київ : Талком, 2020. 318 с. URL : <https://ispp.org.ua/2020/11/17/monografiya-zhittyevij-svit-i-psixologichna-bezpeka-lyudini-v-umovax-suspilnix-zmin/>
2. Кузікова С., Щербак Т. (2022). Теоретико-емпіричний аналіз проблеми резильєнтності та стресостійкості в педагогічній діяльності. *Психологічний журнал*, (8), С. 39-46. DOI : <https://doi.org/10.31499/2617-2100.8.2022.258313>
3. Смульсон М. Л. (2020) Задачний підхід до конструювання особистісного досвіду. *Актуальні проблеми психології: Том: Психологічна герменевтика*, 12 (2). С. 41-57. URI : <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722472>
4. Стасюк В., Українець В. (2023). Історико-психологічний аналіз феномену стресу. *Вісник Національного університету оборони України*, 71(1), С. 126-133. DOI : <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-71-1-126-133>
5. Engel G. (1977). The need for a new medical model: A challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286). P. 129-136.
6. Hobfoll S. E. Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44, № 3. P. 513-524. DOI : <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
7. Kloldt J., Barsalou L. W. Establishing a Comprehensive Hierarchical construct of Eustress (CHE). *Current Psychology*. 2024; 43(41):32258-32273. DOI : <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06750-7>
8. Robinson A. M. Let's Talk about Stress: History of Stress Research. *Review of General Psychology*. Volume 22 Issue 3, September 2018. DOI : <https://doi.org/10.1037/gpr0000137>
9. Rochette, L.; Dogon, G.; Vergely, C. Stress: Eight Decades after Its Definition by Hans Selye: "Stress Is the Spice of Life". *Brain Sci*. 2023, 13, 310. DOI : <https://doi.org/10.3390/brainsci13020310>

PSYCHOLOGICAL DISTRESS OF THE ADULT POPULATION OF UKRAINE: SOCIO-DEMOGRAPHIC AND PSYCHOLOGICAL FACTORS

Khrystyna Melnyk

*Institute of Law, Psychology and Innovative Education,
Lviv Polytechnic National University,
57, V. Chornovola Avenue, Lviv, Ukraine, 79005
<https://orcid.org/0009-0005-3564-5233>
e-mail: hristinkasemencuk@gmail.com*

Diana Lohvinova

*Institute of Law, Psychology and Innovative Education,
Lviv Polytechnic National University,
57, V. Chornovola Avenue, Lviv, Ukraine, 79005
<https://orcid.org/0000-0002-8049-7066>
e-mail: genderua@gmail.com*

The article presents the results of a theoretical analysis and an empirical study of socio-demographic and psychological factors associated with psychological distress among the adult population of Ukraine under martial law. The relevance of the study is determined by the need to identify risk factors and psychological resources related to the experience of distress in the context of a prolonged societal crisis. The aim of the study was to investigate the characteristics of psychological distress, its relationship with anxiety, resilience, and intolerance of uncertainty, as well as to identify socio-demographic and psychological factors associated with its severity.

The study involved 173 adult participants. Standardized psychodiagnostic instruments were used to assess psychological distress, state and trait anxiety, resilience, and intolerance of uncertainty. Descriptive statistics, correlation analysis, comparative analysis, and regression analysis were applied to process the data.

The findings revealed statistically significant relationships between psychological distress and anxiety, resilience, and intolerance of uncertainty. Higher levels of distress were associated with increased state and trait anxiety and greater intolerance of uncertainty, whereas resilience was found to decrease as distress increased. Elevated levels of psychological distress were more frequently observed among women, individuals living in regions with a higher level of military risk, and respondents reporting poorer subjective financial status. At the same time, no statistically significant differences were found with respect to age, marital status, parenthood, or internally displaced person status.

The results of the regression analysis demonstrated that state anxiety, trait anxiety, and prospective intolerance of uncertainty made the greatest contribution to explaining the variance in psychological distress. These findings suggest that the identified psychological characteristics represent important risk factors for psychological maladjustment and may be considered in the development of psychological support programs for the population under martial law.

Keywords: psychological distress, resilience, anxiety, intolerance of uncertainty, socio-demographic factors, martial law.

*Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 159.95:316.4

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.20>

РОЛЬ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ В СУЧАСНІЙ МЕДІАКОМУНІКАЦІЇ: ВІД ІНФОРМАЦІЙНОЇ ГРАМОТНОСТІ ДО ІІІ-ГРАМОТНОСТІ

Олена Мусаковська

Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000

<https://orcid.org/0000-0003-3036-9565>

e-mail: olena.musakovska@lnu.edu.ua

У статті теоретично досліджено особливості критичного мислення в процесі сучасної медіакомунікації та визначено специфіку його функціонального значення в контексті інформаційної, медіа-, цифрової та ІІІ-грамотності. Критичне мислення розглянуто як багатовимірну психологічну основу інформаційно-комунікативної взаємодії, значення якої розширюється відповідно до технологічних трансформацій інформаційного середовища. Запропоновано схему сучасної медіакомунікації на перетині медіа- та цифрового середовищ у межах інформаційного середовища з врахуванням суб'єктності медіакористувача, який здатен одночасно виконувати ролі медіаспоживача та медіавиробника. Також у схему інтегровано систему ІІІ як елемент цифрового середовища з двоспрямованою інформаційно-комунікативною взаємодією між нею та медіакористувачем.

Узагальнено специфіку функціонального значення критичного мислення в контексті інформаційної, медіа-, цифрової та ІІІ-грамотності. Встановлено, що в межах інформаційної грамотності воно спрямоване на оцінювання достовірності, релевантності та практичної цінності інформації; у медіаграмотності доповнюється осмисленням медіаджерел, медіавпливів та сформованого інформаційного поля; у цифровій грамотності актуалізує розуміння алгоритмів персоналізації контенту, а у ІІІ-грамотності – верифікацію генерованої інформації, метакогнітивний контроль та відповідальне використання. Також окреслено психологічні аспекти взаємодії із ІІІ, пов'язані із залежним та автономним когнітивним розвантаженням, довірою до генерованої інформації, когнітивною втомою та інформаційним перевантаженням. Зазначено, що інформаційна, медіа-, цифрова та ІІІ-грамотність не утворюють лінійної еволюційної послідовності, а функціонують паралельно за принципом взаємодоповнення. Загалом виявлено поступове розширення функціональної ролі критичного мислення відповідно до ускладнення інформаційно-комунікативної взаємодії при збереженні критичного оцінювання інформації як його наскрізної функції.

Ключові слова: м'які навички, критичне мислення, медіакомунікація, медіакультура, медіаспоживання, інформаційна грамотність, медіаграмотність, цифрова грамотність, ІІІ-грамотність, когнітивне розвантаження, інформаційне перевантаження.

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку інформаційного суспільства характеризується системними цифровими трансформаціями, що супроводжуються появою нових понять осмислення людського буття – *Homo Informaticus* [1] та *Homo Digitalis* [2].

Зростання залученості до цифрового середовища підтверджується динамікою щоденного використання мережі Інтернет. Зокрема, за результатами комплексного дослідження «New Image Marketing Group» частка українців, які щоденно користуються мережею Інтернет, у 2020–2025 рр. зросла з 71% до 92%, при цьому основним пристроєм доступу до мережі протягом усього досліджуваного періоду залишався смартфон [3, с. 42–43].

© Олена Мусаковська, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

Водночас цифровізація суспільства змінює не лише інтенсивність і способи медіакомунікації, а й характер взаємодії особистості з інформацією. Медіатизація повсякденного досвіду індивіда, за якої сприйняття реальності дедалі більше опосередковується створеними медіаобразами [4, 365-366], набуває нового виміру в умовах доступності технологій штучного інтелекту (ШІ).

Масштабність інтеграції ШІ у повсякденне життя підтверджують результати дослідження 2025 року, проведеного за ініціативи Міністерства цифрової трансформації України: порівняно з 2023 р. частка користувачів ШІ серед дорослого населення зростає з 31 % до 42 %, а серед підлітків – із 67 % до 70 % [5, с. 16].

Ускладнення інформаційної взаємодії в умовах цифровізації та поширення технологій ШІ підвищує вимоги до здатності медіакористувача усвідомлено й критично взаємодіяти з інформацією в медіасередовищі, актуалізуючи проблему ролі критичного мислення в медіакомунікації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасних дослідженнях критичне мислення розглядається як одна з ключових м'яких навичок XXI століття в системі «4С» поряд із креативністю, комунікацією та співпрацею [6].

Наявні емпіричні дослідження також засвідчують значущість критичного мислення для інформаційної грамотності. Зокрема, Топрак, Ташчи та Челебі встановили його медіаційну роль у взаємозв'язку між залежним використанням соціальних медіа та інформаційною грамотністю студентів [7]. В умовах глобальної турбулентності О. Панченко та ін. визначають критичне мислення та медіаграмотність як захисні фактори у моделі когнітивної стійкості та називають їх практичним інструментарієм протидії метакогнітивному впливу [8].

Проблематика інформаційної, медіа-, цифрової та ШІ-грамотності представлена в сучасному міждисциплінарному науковому дискурсі педагогіки, психології, медицини та соціології. Зокрема, М. Шумило та Р. Дмитрасевич розглядають ШІ-грамотність у медичній освіті крізь призму освітніх стратегій і перспектив її розвитку [9]. Особлива увага дослідників зосереджена на ШІ-грамотності, що підтверджується систематичним оглядом 22 досліджень з валідації 16 шкал ШІ-грамотності для різних категорій користувачів [10].

Проте зберігається необхідність комплексного психологічного осмислення зазначеної проблематики в контексті трансформацій сучасної медіакомунікації та визначення функціонального значення критичного мислення в інформаційній, медіа-, цифровій та ШІ-грамотності.

Мета статті – теоретично дослідити особливості критичного мислення в процесі сучасної медіакомунікації та визначити специфіку його функціональної ролі в контексті інформаційної, медіа-, цифрової та ШІ-грамотності.

Виклад основного матеріалу. У словнику Американської психологічної асоціації критичне мислення визначається як цілеспрямована форма мислення, орієнтована на розв'язання проблем і перевірку ідей та можливих рішень на наявність помилок чи недоліків [11]. У вузькому розумінні критичне мислення переважно трактується як специфічна когнітивна діяльність, заснована на логічному аналізі. Зокрема, воно пов'язується зі здатністю аналізувати аргументацію, перевіряти обґрунтованість тверджень та їх логічну узгодженість [8, с. 11].

Водночас у сучасних психологічних дослідженнях простежується розширення розуміння критичного мислення, яке виходить за межі суто когнітивної сфери. Е. Панащенко та Д. Тимарев розглядають його як інтегративне психологічне утворення, в якому когнітивні процеси аналізу, оцінювання та інтерпретації інформації поєднуються з мотиваційними, рефлексивними й регулятивними компонентами особистості [12].

Також в умовах сучасної медіакультури психологічний зміст критичного мислення доцільно розглядати з урахуванням того, що інформація не є ізольованим об'єктом когнітивного аналізу, а функціонує в процесі комунікативних взаємодій, учасники яких не лише передають і сприймають інформаційні повідомлення, а й беруть участь у конструюванні та інтерпретації їх змісту [13].

У психологічному вимірі цифрового суспільства В. Джеджея інтегративно розглядає критичне мислення крізь призму когнітивного, соціально-контекстуального та особистісно-орієнтованого підходів, поєднуючи здатність до аналізу, оцінки інформації та аргументації з урахуванням соціокультурного контексту та індивідуально-психологічних характеристик особистості, зокрема саморегуляції, саморозвитку і самоздійснення [14].

Багатовимірність критичного мислення дає підстави розглядати його як одну з наскрізних психологічних основ інформаційної, медіа-, цифрової та ШІ-грамотності, функціональна роль якого доповнюється відповідно до ускладнення інформаційно-комунікативної взаємодії, яка відбувається в умовах сучасної медіакультури. У цьому контексті медіакультура розглядається як умова інформаційної взаємодії, що об'єднує комунікативні технології, знакові системи, процеси виробництва та передавання інформації [15, с. 138].

Розвиток інформаційно-комп'ютерних технологій став одним з чинників віртуалізації соціальної комунікації [4, с. 198]. Медіакомунікації – це різновид соціальних комунікацій, який визначається як інформаційний обмін між медіавиробниками та медіаспоживачами [16, с. 42].

Соціальна комунікація передбачає активну взаємодію її учасників-комунікантів у процесах кодування, трансмісії, декодування та інтерпретації інформації, а її інформаційна складова на кожній фазі процесу здатна змінюватись залежно від використовуваних технічних систем спілкування [13, с. 14-16]. Відтак розвиток технологій не лише розширює засоби комунікації, а й трансформує середовище, у якому відбувається взаємодія медіакористувача з інформацією. З огляду на це сучасну медіакомунікацію доцільно розглядати крізь призму різних середовищ інформаційної взаємодії (рис. 1).

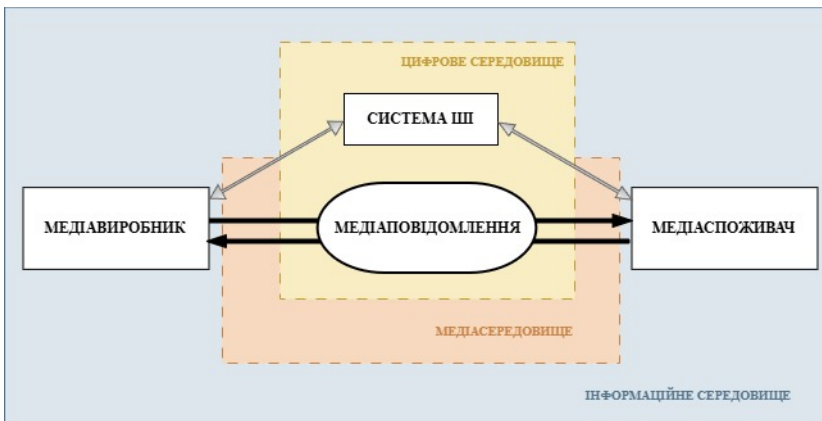


Рис. 1. Схема сучасної медіакомунікації

Важливо, що в цьому дослідженні сучасна медіакомунікація розглядається як суб'єкт-суб'єктна взаємодія, у якій медіакористувач як комунікант здатен водночас бути і медіавиробником, і медіаспоживачем, створюючи, сприймаючи медіаповідомлення та надаючи зворотний зв'язок. Відповідно до запропонованої схеми інформаційне

середовище охоплює медіа- та цифрове середовище, система ШІ функціонує у цифровому, а сучасна медіакомунікація відбувається на перетині цих середовищ.

Цифрове середовище включає інтернет-простір, різноманітні віртуальні платформи та мережеві середовища [17]. Феноменологічно сучасне цифрове середовище вирізняється формуванням цифрової особистості (суб'єктної надбудови над реальною особистістю) та її функціонуванням через механізми персоналізації медіадосвіду, архівування за допомогою цифрових слідів її активності [17, с. 81-82; 18]. Також відбувається формування так званої «інформаційної бульбашки» конкретного користувача, створення якої відбувається на основі цифрового відстеження його попередньої медіаактивності та здійснюється крізь призму наявних зацікавлень «фільтрів-бульбашків» [18, с. 104-105; 19, с. 139]. Тобто сучасний медіапростір соціальних мереж має ознаки напівзакритої системи медіакомунікації, адже не лише забезпечує одномоментно релевантну відповідь на запит користувача, а надалі алгоритмічно підтягує відповідний медіаконтент, водночас зберігаючи здатність до переструктурування інформаційного потоку у зв'язку з наступними запитами.

Відтак така трансформація і ускладнення сучасної медіакомунікації, підвищують вимоги до комуніканта як носія медіакультури, зокрема до його здатності усвідомлено оцінювати, інтерпретувати та етично використовувати інформацію в процесі медіавзаємодії. Тому особливого значення в цьому контексті набуває аналіз функціональної ролі критичного мислення крізь призму інформаційної грамотності, медіаграмотності, цифрової грамотності та ШІ-грамотності.

Інформаційна грамотність стосується здатності індивіда визначати інформаційні потреби, здійснювати ефективний пошук необхідної інформації, оцінювати її достовірність та належно використовувати [20.; 21]. Медіаграмотність, окрім здатності критично сприймати, аналізувати й оцінювати медіаінформацію [15, с. 7], передбачає розрізнення особливостей інформаційних джерел і медіаресурсів, розуміння механізмів поширення медіаконтенту, розпізнавання можливих маніпуляцій [8, с. 11], зокрема дезінформації та фейкових новин в соціальних мережах [22, с. 181].

Н. Тілікіна, порівнюючи медіа- й цифрову грамотність, відзначає спільну для них базу навичок критичного мислення, водночас наголошуючи, що мережевість та інтерактивність цифрових медіа зумовлюють необхідність додаткових навичок [23, с. 49]. Важливо зазначити, що цифрова грамотність сформувалася не як альтернатива попереднім концептам грамотності, а шляхом інтеграції окремих складових комп'ютерної, інформаційної та медіаграмотності, поєднавши технологічні навички [29].

Також розвиток цифрової грамотності розглядається як один із способів подолання комунікаційних викликів епохи постправди, пов'язаних із впливом емоційних наративів, алгоритмічною організацією інформаційного середовища та особливостями поширення цифрової інформації [25].

Подальше ускладнення інформаційної взаємодії пов'язане з поширенням використання ШІ та формуванням ШІ-грамотності. ШІ-грамотність у базовому розумінні охоплює здатність розуміти системи штучного інтелекту, взаємодіяти з ними та критично оцінювати як самі системи, так і результати їхньої роботи [10].

Необхідність розвитку ШІ-грамотності посилюється ризиками, які супроводжують використання ШІ-технологій. За результатами глобального дослідження довіри до ШІ, проведеного у 17 країнах, 85% респондентів визнають переваги ШІ, 73% висловлюють занепокоєння щодо ризиків їх використання, серед яких порушення приватності та кібербезпеки, маніпулятивне використання, зокрема з насильницькою метою, а також отримання неточних чи упереджених результатів [26, с. 24-26].

У психологічному вимірі взаємодія із ШІ актуалізує проблему регуляції когнітивного делегування та довіри до згенерованої інформації. З одного боку, важливого значення набуває спосіб когнітивного розвантаження: *залежне когнітивне розвантаження (dependent cognitive offloading)*, за якого зовнішній системі делегуються основні когнітивні операції, відтак відбувається перенесення когнітивної суб'єктності та зниження внутрішньої мотивації, тоді як *автономне когнітивне розвантаження (autonomous cognitive offloading)*, що передбачає використання ШІ як засобу підтримки зі збереженням когнітивної автономії користувача, пов'язане зі сприятливішими когнітивними результатами; при цьому метакогнітивний моніторинг здатен послаблювати перенесення когнітивної суб'єктності на ШІ [27]. Ймовірно, ризик розвитку залежного когнітивного делегування може посилюватись за недостатньої компетентності медіакористувача у сфері запиту, що ускладнює критичне оцінювання відповідей системи, сприяє надмірній довірі до ШІ та формуванню уявлень про його експертність у зв'язку з аналітичністю відповідей та швидкістю генерування.

На протидію економії когнітивних зусиль при розвантаженні, можливе і протилежне – посилення когнітивної втоми та інформаційного перевантаження в користувачів, які зберігають достатній рівень критичності та компетентності щодо сфери своїх запитів, оскільки додатково верифікують згенеровану ШІ інформацію. Таке припущення частково узгоджується з результатами дослідження Тянь і Чжан 580 китайських студентів: встановлено, що зростання рівня залежності від ШІ супроводжується зниженням критичного мислення, причому когнітивна втома виступає медіатором цього взаємозв'язку; натомість інформаційна грамотність виконує подвійну роль, послаблюючи цей негативний зв'язок із критичним мисленням, але за високої залежності від ШІ підсилюючи когнітивну втому [28].

Проведений теоретичний аналіз дає змогу узагальнити специфіку інформаційно-комунікативної взаємодії та функціональну роль критичного мислення в контексті розглянутих чотирьох грамотностей (див. табл. 1).

Таблиця 1

Функціональна роль критичного мислення у контексті інформаційної, медіа-, цифрової та ШІ-грамотності

Грамотності	Специфіка інформаційно-комунікативної взаємодії	Функціональна роль критичного мислення
Інформаційна грамотність	В інформаційному середовищі суб'єкт здійснює цілеспрямований пошук інформації відповідно до власних інформаційних потреб, декодує її зміст та за можливості використовує надалі.	Аналіз та оцінювання достовірності інформації, її релевантності запиту, антиципація мети автора-адресанта, оцінювання можливості її застосування та фільтрування власних упереджень.
Медіаграмотність	В медіасередовищі медіакористувач сприймає та інтерпретує інформацію, представлену в медіаповідомленнях, здійснюючи цілеспрямований пошук та регуляцію власного інформаційного поля, зокрема через вихід за межі сформованої інформаційної бульбашки, та за можливості надає своєчасний або відтермінований зворотний зв'язок іншим медіакористувачам.	Критичний аналіз медіаджерела, контексту, антиципація мети та способів медіавпливу, зокрема маніпулятивного, ідентифікація сформованої інформаційної бульбашки.

Продовження таблиці 1

Цифрова грамотність	За допомогою цифрових технологій активний користувач і творець цифрового контенту здійснює пошук, створення, поширення та споживання інформації в алгоритмічно опосередкованому цифровому середовищі.	Оцінювання інформації та критичне усвідомлення механізмів її алгоритмічного відбору й персоналізації контенту, здатних сприяти формуванню інформаційних бульбашок.
ІІІ-грамотність	Діалогічна форма взаємодії суб'єкта із ІІІ, у процесі якої інформація генерується системою відповідно до запиту користувача (промпту) та надалі відповідально використовується з урахуванням авторських прав та принципів академічної доброчесності.	Критичне оцінювання й верифікація згенерованої інформації, визначення меж її відповідального використання, метакогнітивний контроль, регуляція довіри до ІІІ та можливого когнітивного делегування.

Отож відбувається поступове доповнення й розширення функціональної ролі критичного мислення відповідно до цифрових трансформацій та ускладнення інформаційно-комунікативної взаємодії: від аналізу й оцінювання інформації до критичного осмислення медіавпливу та алгоритмічного опосередкування, а у взаємодії із ІІІ – до метакогнітивного контролю, регуляції довіри й когнітивного делегування та визначення меж відповідального використання згенерованої інформації. Водночас критичне оцінювання інформації зберігає наскрізне значення в усіх розглянутих концептах грамотності. Важливо зазначити, що інформаційна, медіа-, цифрова та ІІІ-грамотність не утворюють послідовних етапів, що заміщують один одного, а співіснують і взаємодоповнюються відповідно до специфіки інформаційно-комунікативної взаємодії в умовах сучасної медіакомунікації.

Висновки. Критичне мислення як одна з ключових м'яких навичок у процесі сучасної медіакомунікації розглядається не лише як когнітивна здатність до аналізу й оцінювання інформації, а як багатовимірний психологічний фундамент інформаційно-комунікативної взаємодії в інформаційному середовищі. Представлена схема сучасної медіакомунікації відображає її реалізацію на перетині медіа- та цифрового середовищ, де медіакористувач виступає активним суб'єктом взаємодії, здатним одночасно сприймати та декодувати медіаповідомлення як медіаспоживач, також кодувати й створювати нові з можливістю надавати зворотний зв'язок як медіавиробник. Водночас інтеграція ІІІ як елементу цифрового середовища ускладнює характер взаємодії медіакористувачів.

Функціональне значення критичного мислення конкретизується залежно від характеру інформаційно-комунікативної взаємодії. Інформаційна, медіа-, цифрова та ІІІ-грамотність не утворюють лінійної еволюційної послідовності, а функціонують паралельно за принципом взаємодоповнення, зберігаючи критичне мислення як спільну наскрізну психологічну основу.

У перспективі подальших досліджень варто емпірично перевірити припущення щодо особливостей критичного мислення у взаємодії із системами ІІІ та його взаємозв'язків з компетентністю користувача у сфері запитів, довірою до ІІІ, когнітивною втомою та інформаційним перевантаженням.

Список використаної літератури

1. Куцепал С. В. Комунікативна діяльність особистості у вимірі невизначеності інформаційного суспільства: соціально-філософська рефлексія. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Філософські науки*. 2020. № 1(87). С. 112–119. DOI: [https://doi.org/10.35433/philosophicalsciences.1\(87\).2020.112-119](https://doi.org/10.35433/philosophicalsciences.1(87).2020.112-119)

2. Bajrami D. The New Homo Sapiens and Media Literacy in the Digital Age. *KAIROS: Media and Communications Review*. 2025. Vol. 4, No. 1. P. 51-65 DOI: <https://doi.org/10.64370/URRW1612>.
3. Індекс медіаграмотності українців: 2020-2025 (шоста хвиля). Аналітичний звіт за результатами комплексного дослідження. *Детектор медіа*. 2026. URL: https://detector.media/doc/images/news/archive/2021/248278/zvit-ml-2025-6-khvylya_final-3.pdf (дата звернення: 01.08.2026).
4. Ороховська, Л. А. Медіакультура в контексті цивілізаційного розвитку: дис. ... д-ра філософ. наук : 09.00.03. Київ, 2015. 407 с. URL: <https://enpui.rb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/3f8b5977-34dc-4231-9016-15eb998bdf30/content> (дата звернення: 01.08.2026).
5. Дослідження цифрової та ШІ-грамотності в Україні. *Міністерство цифрової трансформації України*. 2025. URL: https://osvita.diaa.gov.ua/uploads/3/16239-povna_doslizhennia_cifrovoi_ta_si_gramotnosti_v_ukraini_2025_pptx_pptx.pdf (дата звернення: 01.08.2026).
6. Thornhill-Miller B. et al. Creativity, Critical Thinking, Communication, and Collaboration: Assessment, Certification, and Promotion of 21st Century Skills for the Future of Work and Education. *Journal of Intelligence*. 2023. Vol. 11. Art. 54. DOI: <https://doi.org/10.3390/jintelligence11030054>.
7. Toprak E., Taşçı G. & Çelebi M. From social media addiction to information literacy: unravelling the underlying mechanism of critical thinking and cognitive flexibility. *BMC Psychol*. 2026. Vol. 14. Art. 584 DOI: <https://doi.org/10.1186/s40359-026-04337-4>.
8. Панченко О. А., Корченко О. Г., Кабанцева А. В., Іванченко Є. В., Прокопович-Ткаченко Д. І. Психологія метакогнітивного впливу: новітній вимір війни за свідомість. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2026. Вип. 2. С. 7-14. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2026.2>.
9. Шумило М. Ю., Дмитрасевич Р. Я. ШІ-грамотність у медичній освіті: концептуальні підходи, освітні стратегії та перспективи розвитку. *НАУКОВІ ЗАПИСКИ*. 2026. № 165. С. 214-222. DOI: <https://doi.org/10.31392/NZ-udu-165.2026.22>
10. Lintner T. A systematic review of AI literacy scales. *npj Sci. Learn*. 2024. Vol. 9. Art. 50. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41539-024-00264-4>.
11. American Psychological Association. Critical thinking. *APA dictionary of psychology*. URL: <https://dictionary.apa.org/critical-thinking> (last accessed: 01.08.2026).
12. Панасенко Е., Тимарев Д. Психологічні умови розвитку критичного мислення студентської молоді в контексті когнітивно-особистісної взаємодії. *ОСВІТНЬО-НАУКОВИЙ ПРОСТІР*. 2025. Т. 2, № 9 (2). С. 88–94. DOI: [https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.9\(2\)/2.2025.08](https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.9(2)/2.2025.08).
13. Янковський С. В. Моделі соціальних комунікацій. *Вісник Маріупольського державного університету. Серія : Філософія, культурологія, соціологія* 2011. Вип. 1. С. 12-19. URL: <http://repository.mu.edu.ua/jspui/handle/123456789/231> (дата звернення: 01.08.2026).
14. Джеджея В. Дослідження розвитку критичного мислення в контексті життєвої компетентності особистості. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2025. № 27 (72). С. 53-66. DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2025.27\(72\).05](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2025.27(72).05)
15. Медіапсихологічні стратегії цифрової трансформації суспільства і освіти в умовах війни : монографія / О. Л. Богдан, О. Л. Вознесеньська, Л. В. Григоровська та ін.; наук. ред. Л. А. Найдьонова. Київ : Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2025. 375 с. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediapsychologichni-strategiyi-tsyfrovoyi-transformatsiyi-suspilstva-i-osvity-v-umovah-vijny/> (дата звернення: 01.08.2026).

16. Крайнікова Т. С. Культура медіаспоживання в Україні: від консьюмеризму до просьюмеризму : монографія / за наук. ред. В. В. Різуна. Бориспіль: Люксар, 2014. 372 с.
17. Гоцуляк Н. Є. Цифрова особистість у контексті класичних, некласичних та постнекласичних парадигм психології. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2025. Вип. 3. С. 79-83. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.4.12>.
18. Семененко А. А. Феномен цифрової реальності: гуманістичний вимір трансформації людської ідентичності в умовах постгуманізму. *Філософія та політологія в контексті сучасної культури*. 2025. Т. 17. № 1. С. 101-107. DOI: <https://doi.org/10.15421/352514>.
19. Снісаренко В. Психологічні особливості взаємодії людини зі штучним інтелектом у сучасному цифровому суспільстві. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія*. 2026. № 87. С. 136-142. DOI: <https://doi.org/10.31652/2415-7872-2026-87-136-142>.
20. Pharcy M. S., Barman S., Rahaman J. To Explore the Relationship Between Information Literacy and Data Literacy: A Study. *International Journal of Knowledge Management and Practices*. 2026. Vol. 14, No. 1. P. 1-4. DOI: <https://doi.org/10.21863/ijkmp/2026.14.1.001>.
21. Mammadova V. From Information Literacy to AI Literacy: A New Pedagogical Role for Academic Libraries. *Proceedings of the 10th International Academic Conference on Education*, 12–14 March 2026, Berlin, Germany. 2026. Vol. 3, No. 1. P. 32–43. DOI: <https://doi.org/10.33422/iaceducation.v3i1.1840>.
22. Гудзенко О. З., Лерега С. В. Медіаграмотність як структурний компонент сучасних soft skills. *Epistemological studies in Philosophy, Social and Political Sciences*. 2025. Т. 8. № 1. С. 178-185. DOI: <https://doi.org/10.15421/342521>.
23. Тілікіна Н. Медіа-, інформаційна і комп'ютерна грамотність як компоненти цифрової грамотності. *Наукові записки Львівського університету бізнесу та права. Серія економічна. Серія юридична*. 2021. № 29. С. 46-56. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.5149025>.
24. Nichols T., & Stornaiuolo A. Assembling «Digital Literacies»: Contingent Pasts, Possible Futures. *Media and Communication*. 2019. Vol. 7(2). P. 14-24. DOI: <https://doi.org/10.17645/mac.v7i2.1946>.
25. Anwar Arif, Maulana D. Digital Media Consumption and the Formation of Public Opinion in the Post-Truth Era. *Journal of Communicatio Et Cultura*. 2026. Vol. 2. № 2. P. 18-32. DOI: <https://doi.org/10.67171/cj7npd06>.
26. Gillespie N., Lockey S., Curtis C., Pool J. & Akbari A. Trust in artificial intelligence: A global study. Brisbane, Australia; New York, United States: The University of Queensland and KPMG Australia, 2023. 82 p. DOI: <https://doi.org/10.14264/00d3c94>.
27. Zhu Q., Li X., Dong Y., Chang P., Fan M. Not all cognitive offloading is equal: distinguishing dependent and autonomous offloading to generative AI. *Frontiers in Psychology*. 2026. Vol. 17. Art. 1878629. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1878629>.
28. Tian J. & Zhang R. Learners' AI dependence and critical thinking: The psychological mechanism of fatigue and the social buffering role of AI literacy. *Acta psychologica*. 2025. Vol. 260. 105725. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105725>.

THE ROLE OF CRITICAL THINKING IN CONTEMPORARY MEDIA COMMUNICATION: FROM INFORMATION LITERACY TO AI LITERACY

Olena Musakovska

*Ivan Franko National University of Lviv
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0003-3036-9565>
e-mail: olena.musakovska@lnu.edu.ua*

The article theoretically examines the characteristics of critical thinking in contemporary media communication and identifies the specificity of its functional role in the context of information, media, digital, and AI literacy. Critical thinking is conceptualized as a multidimensional psychological foundation of information-communication interaction, whose role expands in response to technological transformations of the information environment. A conceptual model of contemporary media communication is proposed, representing the intersection of media and digital environments within the broader information environment and taking into account the agency of the media user, who can simultaneously perform the roles of media consumer and media producer. The model also integrates an AI system as an element of the digital environment, with bidirectional information and communication interaction between the AI system and the media user.

The specific functional role of critical thinking across information, media, digital, and AI literacy is summarized. Within information literacy, critical thinking is directed toward evaluating the credibility, relevance, and practical value of information; within media literacy, its role extends to the critical interpretation of media sources, media influences, and the user's information environment; within digital literacy, it involves understanding algorithms of content personalization; and within AI literacy, it encompasses the verification of AI-generated information, metacognitive control, and responsible use. Psychological aspects of AI interaction are also outlined, including dependent and autonomous cognitive offloading, trust in AI-generated information, cognitive fatigue, and information overload. It is emphasized that information, media, digital, and AI literacy do not constitute a linear evolutionary sequence but coexist and function in a complementary manner. Overall, the findings indicate a gradual expansion of the functional role of critical thinking as information and communication interaction becomes more complex, while the critical evaluation of information remains its cross-cutting function.

Key words: soft skills, critical thinking, media communication, media culture, media consumption, information literacy, media literacy, digital literacy, AI literacy, cognitive offloading, information overload.

*Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 159.922.76:615.851]-053.3

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.21>

РАННЄ ТЕРАПЕВТИЧНЕ ВТРУЧАННЯ ЯК СКЛАДОВА КОМПЛЕКСНОГО СУПРОВОДУ ДІТЕЙ ІЗ РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА

Тетяна Острянюк

Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля,

вул. Іоанна Павла II, 17, м. Київ, Україна, 01042

<https://orcid.org/0000-0002-2402-7203>

e-mail: ostryanko_ts@ukr.net

У статті здійснено теоретичний аналіз сучасних підходів до організації раннього терапевтичного втручання як складової комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра. Обґрунтовано актуальність своєчасного початку комплексної допомоги у сенситивний період розвитку дитини та розкрито значення раннього терапевтичного втручання для розвитку соціально-комунікативної, мовленнєвої, моторної, адаптивної та емоційно-регуляторної сфер. Використання потенціалу раннього віку, зумовленого високою нейропластичністю головного мозку, створює сприятливі умови для попередження або мінімізації вторинних порушень розвитку та підвищення ефективності подальшого комплексного супроводу.

Методологічну основу дослідження становили аналіз, узагальнення, систематизація, інтерпретація сучасних вітчизняних і зарубіжних наукових джерел. Автором акцентовано увагу на доцільності реалізації трансдисциплінарного підходу, який забезпечує інтеграцію професійних компетентностей фахівців різного профілю, узгодженість їхньої діяльності та активне залучення сім'ї до процесу підтримки розвитку дитини.

Запропоновано авторську структурно-функціональну модель комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра, яка охоплює діагностичний, терапевтичний, сімейно-підтримувальний, координаційний та результативний компоненти, об'єднані механізмом моніторингу і повторного комплексного оцінювання.

Зроблено висновок, що раннє терапевтичне втручання є системоутворювальною складовою комплексного супроводу, яка забезпечує індивідуалізацію допомоги, безперервність підтримки та створює умови для максимальної повної реалізації потенціалу розвитку дитини.

Ключові слова: раннє терапевтичне втручання, розлади аутистичного спектра, психологічний супровід, трансдисциплінарна команда, ранній вік, сімейно-орієнтований підхід.

Актуальність проблеми. Розлади аутистичного спектра (далі – РАС) належать до найпоширеніших нейророзвиткових порушень дитячого віку, що супроводжуються стійкими труднощами соціальної взаємодії, комунікації, а також наявністю повторюваних моделей поведінки. Особливістю РАС є ранній початок клінічних проявів, які виникають у перші роки життя та можуть суттєво впливати на когнітивний, мовленнєвий, емоційний, соціальний розвиток. Період раннього дитинства характеризується високою нейропластичністю центральної нервової системи, що створює найбільш сприятливі умови для здійснення цілеспрямованого терапевтичного впливу [1]. Незважаючи на значний прогрес у вдосконаленні діагностичних критеріїв та інструментів раннього виявлення РАС, у практиці нерідко спостерігається часовий розрив між появою перших ознак порушення розвитку, зверненням батьків до фахівців та встановленням клінічного діагнозу. Очікування

остаточного діагностичного висновку часто призводить до відтермінування початку психолого-педагогічної, медичної, реабілітаційної допомоги, що може негативно впливати на подальшу динаміку розвитку дитини. Сучасні доказові практики дедалі частіше наголошують на необхідності розпочинати терапевтичне втручання вже на етапі виявлення ризику розвитку РАС, не відкладаючи допомогу до завершення всіх діагностичних процедур [2].

Сучасне розуміння раннього втручання виходить за межі застосування окремих терапевтичних методик. Провідною тенденцією є формування комплексної системи супроводу, яка об'єднує діяльність психолога, лікаря, логопеда, ерготерапевта, спеціального педагога та інших фахівців, а також передбачає активне залучення сім'ї до реалізації індивідуальної програми допомоги. У зв'язку з цим, дослідження ролі раннього терапевтичного втручання як складової комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра набуває особливої наукової і практичної значущості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема раннього терапевтичного втручання у дітей із розладами аутистичного спектра належить до найбільш досліджуваних напрямів сучасної психологічної науки. Протягом останнього десятиліття акцент наукових досліджень змістився від оцінювання ефективності окремих корекційних методик до вивчення комплексних міждисциплінарних моделей допомоги, орієнтованих на індивідуальні потреби дитини та сім'ї. Теоретичні засади комплексної допомоги дітям із РАС та їхнім сім'ям розкрито у працях українських учених К. Островської [3], Т. Скрипник, І. Сухіної, І. Риндер [4], В. Тарасун [5], які обґрунтовують необхідність раннього виявлення порушень розвитку, міждисциплінарного супроводу та сімейно орієнтованого підходу до організації психолого-педагогічної допомоги. Значну увагу дослідники приділяють питанням психологічного супроводу, розвитку соціально-комунікативної компетентності, індивідуалізації програм підтримки та активної участі батьків у терапевтичному процесі.

У зарубіжній науковій літературі сучасні підходи до раннього терапевтичного втручання представлені у роботах А. Abubakar, Р. Kipkemoi, L. Franz, C. Goodwin, A. Rieder, M. Matheis та D. Damiano та інших дослідників.

L. Franz, C. Goodwin, A. Rieder, M. Matheis та D. Damiano (L. Franz, C. Goodwin, A. Rieder, M. Matheis та D. Damiano, 2022) узагальнили результати семи систематичних оглядів та метааналізів, що охоплювали 63 первинні дослідження раннього втручання у дітей віком до трьох років або з високою ймовірністю розвитку РАС. Авторами було зроблено висновок, що найбільшу доказову ефективність демонструють натуралістичні поведінково-розвиткові втручання та комплексні програми розвитку, які сприяють покращенню соціальної взаємодії, комунікативних здібностей, когнітивного функціонування та адаптивної поведінки. Водночас дослідники наголошують і на неоднорідності існуючих досліджень, що зумовлює необхідність подальшого вдосконалення методології оцінювання ефективності програм раннього втручання.

Важливим напрямком сучасних досліджень є також переосмислення концепції раннього втручання як складової глобальної системи підтримки дітей з нейророзвитковими порушеннями. Дослідники А. Abubakar, Р. Kipkemoi (А. Abubakar, Р. Kipkemoi, 2022) зазначають, що своєчасне виявлення дітей із ризиком розвитку РАС та ранній початок терапевтичної допомоги мають розглядатися як один із пріоритетів міжнародної політики у сфері охорони психічного здоров'я дітей. Автори підкреслюють необхідність розвитку доступних міждисциплінарних моделей допомоги, активного залучення батьків до терапевтичного процесу та адаптації програм раннього втручання до соціокультурних особливостей різних країн [2]. Сучасні наукові праці також свідчать про поступовий перехід від вузькоспеціалізованих терапевтичних підходів до сімейно орієнтованої моделі

комплексного супроводу, у якій батьки розглядаються як активні учасники реабілітаційного процесу. Разом з цим потребують подальшого наукового осмислення роль психолога у трансдисциплінарній команді, механізм координації взаємодії фахівців та шляхи підвищення ефективності раннього терапевтичного втручання на основі сучасних доказових практик.

Постановка завдання. Мета статті – теоретично обґрунтувати значення раннього терапевтичного втручання як складової комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра, розкрити особливості організації трансдисциплінарної взаємодії та запропонувати структурно-функціональну модель комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра.

Виклад основного матеріалу. Ранній дитячий вік є сенситивним періодом розвитку, упродовж якого інтенсивно формуються моторні, мовленнєві, когнітивні, соціально-комунікативні та емоційно-регуляторні функції. Розвиток кожної з цих сфер відбувається у тісному взаємозв'язку, тому порушення однієї з них можуть позначатися на становленні інших компонентів психічного розвитку дитини. Саме тому своєчасне виявлення навіть незначних відхилень та ранній початок терапевтичного втручання мають важливе значення для попередження вторинних порушень і максимальної реалізації потенціалу розвитку дитини.

У сучасній психології, спеціальній педагогіці, реабілітаційній медицині раннє терапевтичне втручання розглядається як комплексна система своєчасної допомоги дітям раннього віку, у яких виявлено порушення розвитку або існує високий ризик їх виникнення. На відміну від традиційної моделі, за якої допомога розпочиналася після встановлення клінічного діагнозу, сучасна концепція раннього втручання ґрунтується на принципі максимально раннього початку підтримки, коли у дитини лише виявляються перші ознаки атипового розвитку. Такий підхід дає змогу використовувати потенціал нейропластичності головного мозку у сенситивний період розвитку та запобігати виникненню вторинних порушень розвитку дитини [4].

Особливого значення раннє терапевтичне втручання набуває у роботі з дітьми із розладами аутистичного спектра. Перші поведінкові прояви РАС можуть спостерігатися вже у віці 6–18 місяців, хоча остаточне встановлення діагнозу нерідко відбувається значно пізніше. До найбільш ранніх ознак належать недостатня спрямованість соціальної уваги, реагування на дорослого, обмежений зоровий контакт, слабка реакція на звернене мовлення, труднощі спільної уваги, особливості ігрової діяльності, сенсорні особливості. Наявність таких проявів є підставою не для очікування завершення діагностичного процесу, а для організації своєчасної комплексної допомоги, спрямованої на підтримку розвитку дитини. Вітчизняна науковиця В. Тарасун підкреслює, що комплексна допомога дітям із розладами аутистичного спектра має ґрунтуватися на ранньому виявленні особливостей розвитку, індивідуалізації програм супроводу та поєднанні психологічних, педагогічних, реабілітаційних заходів. Авторка розглядає ранню допомогу як передумову успішної соціалізації, розвитку комунікативної компетентності та максимальної реалізації потенційних можливостей дитини [5].

Одним із ранніх проявів порушень розвитку у дітей із розладами аутистичного спектра є особливості психомоторного розвитку. У дітей раннього віку можуть спостерігатися уповільнений розвиток дрібної моторики, недостатня координація рухів, труднощі підтримання рівноваги. За даними О. Копотієнко, у подальшому ці особливості нерідко поєднуються із сенсорними порушеннями різного ступеня вираженості, що може впливати на рівень тривожності дитини, її поведінкові реакції та участь у повсякденній діяльності [6]. Важливість своєчасної корекції психомоторних порушень підкреслюють І. М. Ляхова

та А. В. Баришников, які розглядають психомоторний розвиток як одну з ключових передумов побудови індивідуальної програми раннього терапевтичного втручання. Науковці зазначають, що цілеспрямована робота над розвитком моторних функцій сприяє не лише покращенню координації рухів, а й позитивно впливає на формування комунікативних навичок, соціальної взаємодії, самостійності у повсякденній діяльності та зменшення проявів стереотипної поведінки [7].

На відміну від багатьох інших порушень розвитку, розлади аутистичного спектра характеризуються комплексністю клініко-психологічних проявів, які одночасно охоплюють соціально-комунікативну сферу, мовленнєвий розвиток, сенсорне функціонування, емоційну регуляцію, когнітивні процеси та адаптивну поведінку. Саме багатовимірність проявів РАС унеможливує досягнення високої ефективності допомоги за умови ізольованого використання окремих терапевтичних методик або діяльності одного спеціаліста. Це зумовлює необхідність організації комплексного супроводу, у якому всі напрями допомоги інтегруються навколо функціональних потреб дитини та сім'ї. Таким чином раннє терапевтичне втручання слід розглядати не як окрему систему корекційних заходів, а як невід'ємну складову комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра, що забезпечує узгодженість професійної взаємодії та наступність усіх етапів підтримки розвитку дитини.

Раннє терапевтичне втручання є комплексною системою підтримки дитини та її сім'ї, що передбачає раннє виявлення порушень розвитку, комплексне оцінювання потреб дитини, визначення функціональних цілей, розроблення індивідуальної програми допомоги, постійний моніторинг її результативності та коригування змісту втручання відповідно до динаміки розвитку.

Сучасні дослідження переконливо доводять, що ефективність раннього втручання визначається не лише термінами його початку, а й якістю організації самого процесу допомоги. Концептуальною основою сучасного раннього терапевтичного втручання є саме трансдисциплінарна модель організації допомоги, яка принципово відрізняється від міждисциплінарного та мультидисциплінарного підходів інтеграцією професійних компетентностей навколо функціональних потреб дитини та сім'ї. У мультидисциплінарній моделі кожен спеціаліст працює автономно у межах власної професійної компетентності, а результати роботи лише об'єднуються. Міждисциплінарний підхід передбачає координацію діяльності фахівців та обмін професійною інформацією під час спільного планування допомоги. Натомість трансдисциплінарна модель ґрунтується на інтеграції професійних компетентностей, узгодженому плануванні, спільному прийнятті рішень та реалізації єдиної функціональної програми розвитку дитини, активним учасником якої виступає сім'я. Саме такий підхід забезпечує цілісність комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра, що підвищує ефективність формування життєво необхідних навичок у дитини [8, с. 13–14].

Одним із ключових принципів раннього терапевтичного втручання є сімейно орієнтований підхід, відповідно до якого сім'я розглядається як рівноправний учасник трансдисциплінарної команди. Батьки не лише отримують консультативну підтримку, а й залучаються до планування індивідуальної програми, оволодівають практичними навичками взаємодії з дитиною та продовжують реалізацію терапевтичних стратегій у повсякденному житті. Такий підхід забезпечує узгодженість професійної допомоги із природним середовищем розвитку дитини та сприяє генералізації сформованих навичок.

На основі аналізу сучасних наукових джерел та узагальнення теоретичних положень щодо організації раннього терапевтичного втручання нами запропоновано структурно-функціональну модель комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного

спектра, де раннє терапевтичне втручання є системоутворювальною складовою (рис.1). Модель відображає взаємозв'язок основних компонентів раннього втручання та їхню роль у забезпеченні цілісної підтримки розвитку дитини.

Представлена структурно-функціональна модель комплексного супроводу дітей із РАС ґрунтується на сучасних наукових підходах до організації раннього терапевтичного втручання як цілісної системи комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра. Її основу становлять п'ять взаємопов'язаних компонентів: діагностичний, терапевтичний, сімейно-підтримувальний, координаційний, результативний.

Початковим етапом реалізації моделі є *діагностичний компонент*, який передбачає своєчасне виявлення особливостей розвитку дитини, комплексне оцінювання її функціональних можливостей, визначення актуальних потреб, сильних сторін і потенційних ресурсів розвитку. Комплексна оцінка здійснюється трансдисциплінарною командою із застосуванням сучасних стандартизованих методик, клінічного спостереження та аналізу функціонування дитини у природному середовищі. Отримані результати стають підґрунтям для визначення індивідуальних цілей супроводу та розроблення програми раннього терапевтичного втручання. *Терапевтичний компонент* охоплює систему взаємопов'язаних психологічних, педагогічних, логопедичних, ерготерапевтичних, фізичних і медико-реабілітаційних заходів, спрямованих на розвиток соціальної взаємодії, комунікативних, когнітивних, мовленнєвих, моторних, адаптивних та емоційно-регуляторних функцій дитини.

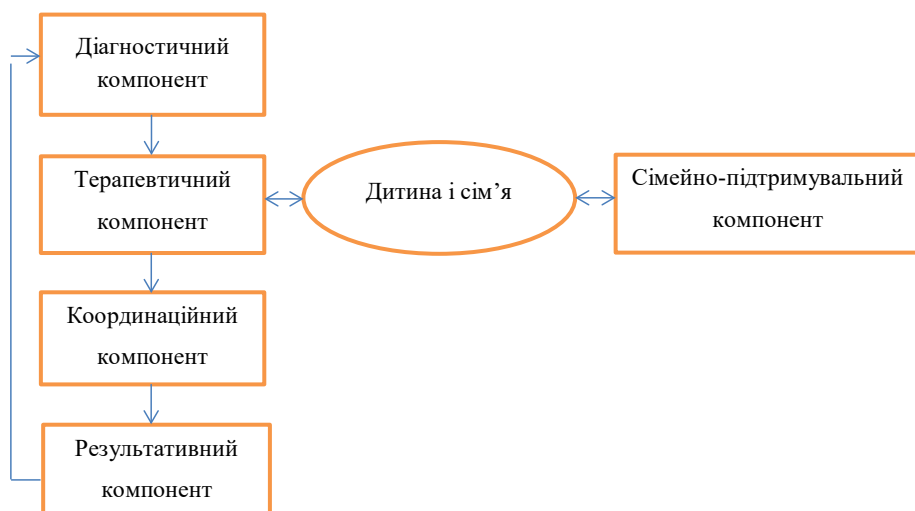


Рис. 1. Структурно-функціональна модель комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра

Особливістю цього компонента є гнучкість змісту втручання, який коригується відповідно до індивідуальної динаміки розвитку, функціональних можливостей дитини та змін її потреб.

Важливою складовою моделі виступає *сімейно-підтримувальний компонент*, що реалізує принцип партнерської взаємодії між фахівцями та сім'єю. Батьки розглядаються не як пасивні отримувачі послуг, а як активні учасники процесу раннього втручання, які спільно з командою визначають пріоритетні напрямки розвитку, опановують

ефективні стратегії взаємодії з дитиною та забезпечують перенесення сформованих навичок у повсякденне життя. Такий підхід сприяє стабільності досягнутих результатів, формуванню батьківської компетентності та створенню сприятливого розвивального середовища [8]. *Координаційний компонент* забезпечує цілісність функціонування моделі через узгоджену діяльність трансдисциплінарної команди. Він передбачає спільне визначення функціональних цілей, координацію професійних дій, регулярний обмін інформацією між залученими спеціалістами, моніторинг ефективності реалізації індивідуальної програми та своєчасне внесення необхідних змін. Саме координація професійної взаємодії забезпечує безперервність допомоги, мінімізує дублювання функцій окремих фахівців та сприяє комплексному розв'язанню завдань розвитку дитини. *Результативний компонент* відображає очікувані наслідки реалізації комплексного раннього терапевтичного втручання. До основних результатів належать покращення соціальної взаємодії та комунікативної активності дитини, розвиток мовленнєвих, когнітивних, моторних і адаптивних навичок, зростання рівня самостійності у повсякденній діяльності, підвищення здатності до емоційної саморегуляції та розширення можливостей участі у різних видах соціальної активності. Водночас позитивні зміни охоплюють і сім'ю: підвищується батьківська компетентність, зміцнюється впевненість у власних можливостях підтримувати розвиток дитини, знижується рівень психологічного напруження та покращується якість сімейної взаємодії.

Важливим механізмом функціонування моделі є систематичний моніторинг результатів та повторне комплексне оцінювання розвитку дитини, що забезпечують своєчасне коригування індивідуальної програми раннього терапевтичного втручання відповідно до досягнутих результатів та актуальних потреб дитини.

Таким чином, запропонована структурно-функціональна модель відображає раннє терапевтичне втручання як безперервний, циклічний процес, у якому результати систематичного моніторингу стають підставою для повторного оцінювання потреб дитини, уточнення індивідуальних цілей і подальшого удосконалення змісту допомоги. Такий підхід забезпечує гнучкість системи супроводу, її адаптивність до індивідуальної динаміки розвитку та реалізацію сучасних принципів доказової, сімейно орієнтованої і трансдисциплінарної практики раннього терапевтичного втручання.

Важлива роль у запропонованій моделі належить психологу, діяльність якого не обмежується проведенням психодіагностики чи реалізацією корекційно-розвиткових занять. У сучасній системі раннього терапевтичного втручання психолог виступає одним із ключових фахівців трансдисциплінарної команди, забезпечуючи психологічний супровід дитини та її сім'ї на всіх етапах реалізації індивідуальної програми допомоги. Його професійна діяльність інтегрує діагностичний, консультативний, корекційно-розвитковий, просвітницький та координаційний напрями роботи, що забезпечує цілісність психологічного супроводу. На етапі первинного оцінювання психолог бере участь у комплексному визначенні особливостей розвитку дитини, аналізує рівень соціальної взаємодії, комунікативних умінь, емоційно-регуляторних процесів, ігрової діяльності, адаптивної поведінки та особливостей сенсорного реагування. Результати такого оцінювання використовуються для визначення функціональних цілей втручання, розроблення індивідуальної програми супроводу дитини з розладами аутистичного спектра та здійснення подальшого моніторингу динаміки розвитку. Водночас важливим напрямом діяльності психолога є робота з сім'єю. Під час супроводу дітей з РАС психолог сприяє формуванню партнерських взаємин із батьками, здійснює психоосвітню та консультативну підтримку, допомагає зрозуміти особливості розвитку дитини, а також оволодіти ефективними стратегіями взаємодії та впроваджувати рекомендації фахівців у повсякденному житті. Такий підхід відповідає сучасній сімейно-орієнтованій концепції раннього втручання, відповідно до якої саме

батьки є активними учасниками процесу розвитку дитини, а не лише отримувачами професійної допомоги. Разом з тим психолог забезпечує координацію психологічного компоненту психологічного супроводу, бере участь у дисциплінарному обговоренні результатів оцінювання, спільному визначенні функціональних цілей, аналізі ефективності реалізації індивідуальної програми та її своєчасному коригуванні. Така інтеграція професійної діяльності психолога з роботою інших членів трансдисциплінарної команди сприяє безперервності раннього терапевтичного втручання, підвищує його ефективність та забезпечує максимально повне розкриття потенціалу розвитку дитини.

Висновки. Проведений теоретичний аналіз сучасних наукових джерел засвідчив, що раннє терапевтичне втручання є системоутворювальною складовою комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра, ефективність якого визначається не лише своєчасністю початку допомоги, а й цілісністю її організації, функціональною спрямованістю, індивідуалізацією відповідно до потреб дитини і сім'ї. Комплексний характер проявів розладів аутистичного спектра обумовлює необхідність відмови від ізолюваного застосування окремих терапевтичних методик на користь інтегрованої моделі супроводу, у якій діяльність фахівців об'єднується навколо функціональних потреб дитини. У зв'язку з цим концептуальною основою сучасного раннього терапевтичного втручання виступає трансдисциплінарний підхід, що забезпечує узгодженість професійної взаємодії, спільне визначення цілей, координацію заходів підтримки та активне залучення сім'ї як повноправного учасника процесу супроводу. У результаті узагальнення сучасних наукових підходів запропоновано структурно-функціональну модель комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра, яка інтегрує діагностичний, терапевтичний, сімейно-підтримувальний, координаційний та результативний компоненти, об'єднані наскрізним механізмом моніторингу й повторного комплексного оцінювання.

Список використаної літератури

1. Franz L., Goodwin C., Rieder A., Metheis M., Damiano D. Early intervention for very young children with or a high likelihood for autism spectrum disorder: An overview of reviews. *Developmental Medicine & Child Neurology*. 2022. May 18. DOI: 10.1111/dmcn.15258.
2. Abubakar A., Kipkemoi P. Early intervention in autism spectrum disorder: the need for an international approach. *Developmental Medicine & Child Neurology*. 2022. Vol. 64 (9). DOI: <https://doi.org/10.1111/dmcn.15327>.
3. Островська К.О. Засади комплексної психолого-педагогічної допомоги дітям з аутизмом: монографія. Львів: «Тріада плюс», 2012. 520 с. URL: <https://pedagogy.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/09/Monogra1.pdf> (дата звернення 17.07.2026).
4. Сухіна І., Риндер І., Скрипник Т. Психологічна модель раннього втручання для дітей з аутизмом: посібник. Київ-Чернівці: «Букрек», 2017. 192 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/26146/1/T_Skrypnyk_PMRVDA_KSPKIO.pdf (дата звернення 19.07.2026).
5. Тарасун В. Психолого-педагогічна допомога дітям переддошкільного віку з особливостями в розвитку: напрями реалізації: монографія. Київ: Вид-во Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, 2012. 412 с. URL: <https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/ecc98b1f-39da-4fe7-bec0-eeb967401674/content> (дата звернення 14.07.2026).
6. Копотієнко О.Ф. Особливості сенсорики, моторної діяльності та уваги підлітків із розладами аутистичного спектру. *Габітус*. 2024. Вип. 61. С. 123–127. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.61.21>.
7. Ляхова І.М., Баришников А.В. Особливості психомоторного розвитку дітей із розладами спектру аутизму як основа корекції їх рухової діяльності. *Науковий часопис НПУ*

імені М.П. Драгоманова. 2023. Вип. 3К(162). С. 233–238. URL: <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/1304/1279> (дата звернення 13.07. 2026).

8. Основи раннього втручання : навч. посіб. / М. Глухоцька та ін. Юнісеф, 2025. 80 с. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/doshkilna/2025/rannie-vtruchannia/05-08-2025/osnovy-ranno-ho-vtruchannya-dlya-zvo-navch-posibnyk-05-08-2025.pdf>

EARLY THERAPEUTIC INTERVENTION AS A COMPONENT OF COMPREHENSIVE SUPPORT FOR CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS

Tetiana Ostrianko

*Volodymyr Dahl East Ukrainian National University
17, John Paul II Str., Kyiv, Ukraine, 01042,
<https://orcid.org/0000-0002-2402-7203>
e-mail: ostrianko_ts@ukr.net*

The article presents a theoretical of contemporary approaches to the organization of early therapeutic intervention as a component of comprehensive support for children with autism spectrum disorders (ASD). The relevance of timely initiation of comprehensive intervention during the sensitive period of child development is substantiated, and the significance of early therapeutic intervention for the development of social communication, speech and language, motor, adaptive, and emotional regulation skills is highlighted. Utilizing the developmental potential of early childhood, determined by the high neuroplasticity of the brain, creates favorable conditions for preventing or minimizing secondary developmental impairments and improving the effectiveness of comprehensive support.

The methodological framework of the study is based on the analysis, synthesis, systematization, and interpretation of contemporary Ukrainian and international scholarly sources. Particular attention is paid to the implementation of a transdisciplinary approach, which ensures the integration of professional competencies of specialists from different disciplines, coordination of their activities, and active involvement of the family in supporting the child's development. The paper proposes the author's structural and functional model of comprehensive support for children with autism spectrum disorders. The model includes diagnostic, therapeutic, family support, coordination, and outcome components integrated through a mechanism of continuous and repeated comprehensive assessment.

It is concluded that early therapeutic intervention is a system-forming component of comprehensive support, ensuring individualized assistance, continuity of intervention, and the creation of favorable conditions for maximizing the developmental potential of children with autism spectrum disorders.

Key words: early therapeutic intervention, autism spectrum disorders, psychological support, transdisciplinary team, early childhood, family-centered approach.

*Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 159.922:159.944.4:159.947]-057.875]:172.4.021.2](470-651.1:477)"202"

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.22>

РОЛЬ ЗАХИСНИХ МЕХАНІЗМІВ ПСИХІКИ У ПЕРЕЖИВАННІ МОРАЛЬНОЇ ТРАВМИ В СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПІД ЧАС РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

Тетяна Партико

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000
<https://orcid.org/0000-0002-3096-8202>
e-mail: tetyana.partyko@lnu.edu.ua*

Уляна Кіященко

*Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000
<https://orcid.org/0009-0005-8795-7589>
e-mail: uliana.kiiashchenko@lnu.edu.ua*

У статті проаналізовано переживання моральної травми в студентській молоді 19-29 років на четвертому році повномасштабної російсько-української війни; симптоми переживання моральної травми залежно від статі, віку та рівня суб'єктивного добробуту молоді; взаємозв'язки між симптомами моральної травми та функціональними порушеннями та захисними механізмами психіки залежно від статі, віку та задоволеності суб'єктивним добробутом. Виявлено, що студентська молодь України, яка проживає у відносно безпечних умовах, має помірні показники моральної травми. Захисні механізми психіки відповідають нормі. Загальний рівень задоволеності/незадоволеності власним життям та стосунками – середнього рівня. Відмінностей емоційних, когнітивних та поведінкових симптомів моральної травми в жінок та чоловіків не виявлено. Найбільший зв'язок з активацією моральної травми мають дезадаптивні механізми психічного захисту, найменшу – адаптивні. Механізми захисту мають сильніший зв'язок з моральною травмою в жінок, ніж в чоловіків; у ранній дорослості, ніж в період дорослішання; у студентів, вдоволених своїм психологічним добробутом, ніж у невдоволених. Захисні механізми психіки студентської молоді найчастіше активуються при переживанні моральної травми, спрямованої на інших, на себе і при переживанні зради як одного з найглибших проявів моральної травми. Зроблено висновок про те, що моральна травма визначає зміст внутрішнього конфлікту, пов'язаного з провинною, соромом, зрадою, втратою довіри та порушенням моральних переконань; механізми психічного захисту пов'язані з тим, як саме людина переживає, усвідомлює або уникає цього конфлікту. Рекомендовано у роботі зі студентами, які у час війни переживають моральну травму, насамперед, звертати увагу, на руйнівну роль дезадаптивних механізмів психічного захисту; враховувати той факт, що адаптивні/проміжні/дезадаптивні механізми психічного захисту здебільшого пов'язані з проявами моральної травми, спрямованої на себе та інших; особливу увагу приділяти проявам моральної травми, які пов'язані з переживанням зради з боку оточуючих.

Ключові слова: моральна травма, адаптивні, проміжні, дезадаптивні механізми захисту, студентська молодь, війна.

Постановка проблеми. Дослідження моральної травми історично було зосереджене переважно на військовослужбовцях та ветеранах, оскільки вони стикаються з тривалим травматичним стресом та морально-етичними викликами [3; 8; 10]. З початком

© Тетяна Партико, Уляна Кіященко, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

повномасштабної російсько-української війни у 2022 році увагу дослідників привернула моральна травматизація цивільного населення. Специфіка моральної травми у цивільних осіб, особливо молоді, є недостатньо вивченою, проте отримані результати дозволяють окреслити її ключові характеристики, відмінності від ПТСР, основні прояви та фактори ризику [21; 23].

У дослідженнях Nash et. al. (2013) звернута увага на соціально-психологічні причини виникнення моральної травми у сімей військовослужбовців [22]; Мацегора та ін. (2023), а також Полегонький (2025) звернули увагу на основні порушення соціального функціонування під час переживання травми [5; 6]; Battaglia et al. (2019) – на роль індивідуально-психологічних передумов, які формують вразливість до моральної травми, та зв'язок з несприятливим дитячим досвідом [11].

На особливу увагу у контексті теми нашої роботи заслуговують дослідження Федотової (2023), присвячені симптомам моральної травми студентської молоді у час війни [8] та Williamson et al. (2021) про роль механізмів психічного захисту у подоланні моральної травми [29]. З'ясовано, що різні механізми психічного захисту взаємодіють з переживанням моральної травми і є критично важливим для розробки ефективних терапевтичних стратегій, які б сприяли адаптивному опрацюванню травматичного досвіду та сприяли посттравматичному зростанню [29]. Узагальнення результатів різних досліджень (Björklund, 2000; Cavallera et al., 2022; Segev et al., 2025; Williamson et al., 2021) підкреслює складний характер взаємозв'язку між механізмами психічного захисту та переживанням моральної травми [12; 14; 25; 29]. Отож, з наведеного вище випливає, що моральну травму доцільно вивчати у ширшому контексті захисних механізмів психіки.

Метою нашого дослідження є емпірично обґрунтувати роль захисних механізмів психіки у переживанні моральної травми в студентської молоді під час російсько-української війни і надати рекомендації щодо зниження її впливу на психіку.

Завдання дослідження: *по-перше*, з'ясувати рівень переживання моральної травми в студентської молоді на четвертому році повномасштабної російсько-української війни; *по-друге*, порівняти симптоми переживання моральної травми залежно від статі, віку та рівня суб'єктивного добробуту молоді; *по-третє*, виявити взаємозв'язок між симптомами моральної травми та функціональними порушеннями; між симптомами моральної травми та захисними механізмами психіки залежно від статі, віку та задоволеності суб'єктивним добробутом.

Аналіз останніх публікацій. Моральна травма полягає у глибокому, тривалому дистресі, що виникає внаслідок переживання акту трансгресії, який порушує глибоко вкорінені моральні переконання та уявлення про правильне і неправильне. На думку Гордовської (2021), це концептуальне ушкодження моральних переконань та цінностей людини, спричинене суб'єктивним сприйняттям ситуації як травматичної, на відміну від травматичного стресу, який стосується фізіологічних і психологічних реакцій, викликаних відчуттям загрози безпеці чи життю [1]. Моральна травма, як вважають VanderWeele et al. (2025), може позначати як досвід, що спричиняє дистрес, так і сам дистрес різної тривалості чи тяжкості. Короткі за тривалістю випадки є моральним дистресом, триваліші – моральною травмою, а за високої інтенсивності – розладом моральної травми [27].

Отож, моральну травму будемо розглядати як складне соціально-психологічне явище, що виникає внаслідок порушення глибинних моральних переконань, цінностей або очікувань людини. На відміну від ПТСР, у центрі моральної травми перебувають не стільки реакції страху та загрози, скільки моральні емоції – провина, сором, огида, гнів, відчуття зради й втрати довіри. Саме ці переживання свідчать про те, що травматичним для людини стає не лише сам факт події, а її моральне значення: усвідомлення власної

дії або бездіяльності, поведінка інших людей, що суперечить уявленням про добро, справедливість, відповідальність і людяність. Саме тому однією з найбільш суттєвих функцій моралі є регуляція поведінки особистості на основі усвідомлених норм і цінностей [1; 23].

Наслідки моральної травми охоплюють широкий спектр психологічних, поведінкових і соціальних проблем. Насамперед, як свідчать дослідження Гордовської (2021) та Jinkerson (2016), вони пов'язані з негативними моральними емоціями, зокрема почуттям провини, сорому, огиди та втратою довіри [1; 20]. Ці емоції є не лише симптомами, але й ключовими психологічними реакціями, які перетворюють гострий моральний дистрес на тривалу моральну травму [24]. Водночас моральна травма не обов'язково призводить лише до руйнування особистості. За наявності підтримки, можливості осмислити пережитий досвід і відновити зв'язок із власними цінностями вона може стати підґрунтям для переоцінки життєвих орієнтирів, розвитку моральної зрілості та посттравматичного зростання.

Механізми формування моральної травми у цивільного населення мають свою специфіку. Згідно досліджень Козіроги (2022) та Федотової (2023), цивільні особи основні морально-травматичні події переживають як свідки насильства, жертви втрат або через неможливість захистити близьких і виконати соціально-моральні ролі [3; 8]. Спостерігається також деструкція довіри до себе та інших, релігійні та екзистенціальні кризи, інтенсивні переживання провини і сорому, а також фундаментальна втрата змісту життя [30]. Як зазначає Федотова (2023), симптоми моральної травми у цивільної молоді «...істотно пов'язані з порушенням системи її цінностей, зниженням рівня інтересу та усвідомленості життя, його емоційної насиченості, відсутністю бажання зробити його максимально продуктивним й контрольованим та загалом бути суб'єктом свого життя» [8, с. 194].

Отож, специфіка моральної травми цивільного населення в умовах війни полягає в тому, що вона є надзвичайно поширеною через психологічну невідповідність; має чіткі феноменологічні відмінності від ПТСР, концентруючись на соромі, провині та втраті довіри; має унікальний фактор ризику – молодий вік, на відміну від ПТСР; глибоко порушує ціннісно-сміслову сферу, знижуючи відчуття мети в житті.

Цивільне населення під час воєнних дій зазнає безпрецедентного психологічного дистресу, який активує комплекс захисних механізмів для подолання інтрапсихічних конфліктів [4; 9; 18]. Наше дослідження базується на когнітивному підході до класифікації механізмів психічного захисту Bowins (2004). Зрілі (адаптивні) захисти розглядаються як складна комбінація менш зрілих форм і характеризуються мінімальними когнітивними спотвореннями. Невротичні (проміжні) захисти є типовими для більшості людей, особливо у стресових ситуаціях, і відзначаються помірним ступенем когнітивного спотворення. До незрілих (деадаптивних) захистів відносять ті, що супроводжуються значними викривленнями сприйняття реальності й часто проявляються при сильному стресі або особистісних розладах. Дослідник також висуває свою концепцію зв'язку між рівнем стресу та глибиною когнітивного спотворення: за низького рівня стресу активуються зрілі захисти з мінімальними викривленнями, середній рівень стресу вимагає застосування невротичних механізмів, а за умов екстремального стресу часто відбувається короткочасне залучення незрілих захистів, що забезпечують найпотужніше компенсаторне спотворення сприйняття [13].

Процедура дослідження. Дослідження проводилось наприкінці 2025 – на початку 2026 року в он-лайн форматі в умовах повномасштабної російсько-української війни. Учасниками дослідження були 62 здобувачі вищої освіти, які виявили добровільну згоду взяти участь в опитуванні. Віковий діапазон становив від 19 до 29 років, з них 19-20 років ($M=19,7$ років) – 35,5%, 21-29 років ($M=22,3$ років) – 64,5%. Розподіл

за статтю: 69,36% – жінки, 30,64% – чоловіки. За рівнем освіти 46,9% учасників здобували бакалаврський рівень вищої освіти, 53,1% – магістерський рівень. За місцем народження більшість респондентів були з західного регіону України (74,2%), решта учасників (25,8%) – з центрального та східного регіонів. На момент проведення дослідження 70,9% учасників проживали у західному регіоні України, 9,7% – у центральному та східному регіонах, 19,4% – за межами України.

Методики дослідження. Для діагностики симптомів переживання моральної травми були використані Шкала симптомів моральної травми (MISS-M-SF) Koenig et al. в адаптації Засекіної та Козігори [2]; Шкала проявів моральної травми – цивільна версія (EMIS-C) Thomas et al. [26] у перекладі співавторки статті Кіященко Уляни (α -Кронбаха перекладеної версії становить 0,89); Шкала моральної травми для молоді (MISY) Chaplo et al. [16] у перекладі Кіященко Уляни (α -Кронбаха перекладеної версії становить 0,93). Психологічні кореляти моральної травми вимірювались Опитувальником захисних механізмів (DFQ-40) Andrews et al. [за 15] у перекладі Кіященко Уляни (α -Кронбаха перекладеної версії становить 0,83) та Методикою «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)» Савченко та Калюк [7].

Математико-статистичне опрацювання отриманих даних проводилось із застосуванням пакету STATISTICA 7.0. Статистична достовірність результатів перевірялась за допомогою тесту на нормальність розподілу даних (Kolmogorov-Smirnov test; $p > 0,05$), кластерного аналізу (K-means clustering; $p < 0,01$), дискримінантного аналізу (Wilks' Lambda; $p < 0,001$), порівняльного аналізу (Student's t-test; $p < 0,01$), кореляційного аналізу (r-Pearson; $p < 0,05$).

Результати емпіричного дослідження. Середньогрупові показники емоційних, когнітивних та поведінкових симптомів моральної травми (методика MISS-M-SF) в учасників дослідження має пороговий рівень для цивільного населення, який наближається до моральної травми помірної тяжкості ($M=48,40$). Функціональні порушення, які могли б позначитись на навчанні, роботі чи стосунках, є незначні ($M=2,3/10$). Інтегральна оцінка засвідчила легкі прояви моральної травми (методика EMIS-C) ($M=38,54$) з ознаками провини, сорому та самокритики ($M=16,8$) та помірним вираженням почуття недовіри та гніву до інших ($M=21,7$). Виявлені помірні показники моральної травми з ознаками вірогідних емоційних реакцій та порушення моральних переконань ($M=61,5$) (методика MISY). Захисні механізми психіки відповідають нормативним показникам (методика DFQ-40). Загальний рівень задоволеності/незадоволеності власним життям та стосунками – середнього рівня (методика КОСБ-3).

Для порівняння симптомів переживання моральної травми використано порівняльний та кластерний аналізи. У зв'язку з тим, що емпіричні дані відповідають закону нормального розподілу, застосовано параметричні критерії статистичного аналізу. Порівняння симптомів переживання моральної травми, захисних механізмів психіки та суб'єктивного добробуту в учасників жіночої та чоловічої статі, а також віком 19-20 та 21-29 років не виявило жодних відмінностей.

Достовірність поділу учасників дослідження на підгрупи залежно від рівня суб'єктивного добробуту підтверджена дискримінантним аналізом (Wilks' Lambda: ,33995 approx. $F(3,58)=37,537$ $p < ,0000$). Коректність класифікації для першого кластеру становить 95% (32,3% від загальної кількості учасників), для другого – 100% (67,7% від загальної кількості учасників). Виявлено, що в осіб першого кластеру показники задоволеності власним життям та стосунками з іншими є значно нижчими ($p=0,000$), а невдоволеність собою – значно вищою ($p=0,002$), ніж в осіб з другого кластеру. Це є підставою для присвоєння першому кластеру назви "Студентська молодь,

невдоволена своїм суб'єктивним добробутом", другому – "Студентська молодь, вдоволена своїм суб'єктивним добробутом".

Порівняння моральної травми та механізмів психічного захисту залежно від рівня суб'єктивного добробуту виявило, що в молоді, схильної до невдоволеності собою, значно вищі показники загального симптому моральної травми за методикою MIS-M-SF ($p=0,000$), інтегральної оцінки моральної травми за методикою EMIS-C ($p=0,007$), зокрема травми, спрямованої на себе ($p=0,02$) та інших ($p=0,01$), шкали дії за примусом методики MISY ($p=0,004$) та дезадаптивного психічного захисту за методикою DFQ-40 ($p=0,02$) у порівнянні з молоддю, яка схильна до задоволеності власним життям та стосунками. Не встановлено відмінностей щодо функціональних порушень через моральну травму, а також травм, які могли виникнути через власні дії, бездіяльність, зраду і т.п.

Для виявлення взаємозв'язку між симптомами моральної травми та можливими функціональними порушеннями проаналізуємо кореляції для різних груп досліджуваних: залежно від статі, віку та схильності до суб'єктивного добробуту (табл. 1). Для усіх виокремлених нами груп (жінки/чоловіки, 19-20/21-29 років, вдоволені/невдоволені суб'єктивним добробутом) виявлені статистично достовірні кореляції між функціональними порушеннями та моральною травмою, спрямованою на себе та на інших (r в межах від 0,376 до 0,830), крім зв'язку між функціональними порушеннями та спрямованою на інших моральною травмою для групи молоді, яка невдоволена своїм суб'єктивним добробутом. Кореляцій з показниками моральної травми за методикою MISY не діагностовано. Винятком є статистично достовірний зв'язок зі шкалою "Зрада" для групи досліджуваних, які вдоволені своїм добробутом ($r=0,338$) (табл. 1).

Таблиця 1

Взаємозв'язок між функціональними порушеннями та моральною травмою ($p<0,05$)

Групи		Показники моральної травми		EMIS-C		MISY			
				MT-Я	MT-інші	Дії з власної волі	Дії з примусу	Бездіяльність	Свідчення
Стать	Жінки (N=43)			0,398	0,379	-	-	-	-
	Чоловіки (N=19)			0,830	0,558	-	-	-	-
Вік	19-20 років (N=22)			0,558	0,541	-	-	-	-
	21-29 років (N=40)			0,561	0,385	-	-	-	-
Задоволеність СД	Вдоволені (N=42)			0,493	0,463	-	-	-	0,338
	Невдоволені (N=20)			0,632	-	-	-	-	-

Взаємозв'язок між дезадаптивними, проміжними та адаптивними механізмами захисту та показниками моральної травми для різних груп досліджуваних представлений у табл. 2. Найбільше зв'язків виявлено для дезадаптивного захисного механізму в жінок та в учасників дослідження віком 21-29 років (r в межах від 0,325 до 0,661). Кореляцій з такими шкалами моральної травми, як "Дії з власної волі" та "Бездіяльність" не виявлено; для осіб віком 21-29 років не встановлено також зв'язку з показником "Свідчення".

Таблиця 2

Взаємозв'язок між захисними механізмами (ДМ – дезадаптивний механізм, ПМ – проміжний механізм, АД – адаптивний механізм) та моральною травмою ($p < 0,05$)

Групи		Показники моральної травми	EMIS-C		MISY				
			МТ-Я	МТ-інші	Дії з власної волі	Дії з примусу	Бездіяльність	Свідчення	Зрада
Стать	Жінки (N=43)	ДМ	0,661	0,653	-	0,461	-	0,341	0,479
		ПМ	-	-	-	-	-	0,350	0,319
		АМ	-	-	-	-	-	0,341	0,523
	Чоловіки (N=19)	ДМ	-	-	-	-	-	-0,498	-
		ПМ	0,575	0,537	-	0,496	-	-	-
		АМ	-	-	-	-	-	-	-
Вік	19-20 років (N=22)	ДМ	0,840	0,715	-	-	-	-	-
		ПМ	0,472	-	-	-	-	-	-
		АМ	-	-	-	-	-	-	-
	21-29 років (N=40)	ДМ	0,325	0,433	-	0,399	-	-	0,355
		ПМ	-	0,401	-	-	-	-	0,371
		АМ	-	-	-	-	-	-	-
Задоволеність СД	Вдоволені (N=42)	ДМ	0,553	0,480	-	-	-	-	0,315
		ПМ	-	0,308	-	-	-	-	0,397
		АМ	-	-	-	-	-0,305	-	0,333
	Невдоволені (N=20)	ДМ	0,461	0,560	-	-	-	-	-
		ПМ	0,612	0,487	-	-	-	-	-
		АМ	-	-	-	-	-	-	-

В осіб віком 19-20 років та вдоволених/невдоволених суб'єктивним добробутом дезадаптивний механізм захисту пов'язаний з моральною травмою, спрямованою на себе та на інших (r в межах від 0,461 до 0,840). Крім того для студентської молоді, вдоволеної своїм суб'єктивним добробутом, дезадаптивний механізм захисту має прямий зв'язок з показником моральної травми "Зрада" ($r=0,315$), а в чоловіків – обернений зв'язок з показником "Свідчення" ($r=-0,498$).

Помірний захисний механізм найчастіше корелює з моральною травмою, спрямованою на себе та інших (r в межах від 0,308 до 0,612), крім групи досліджуваних жіночої статі, для якої цей механізм має тісний зв'язок зі шкалами

"Свідчення" ($r=0,350$) та "Зрада" ($r=0,319$). Зі шкалою "Зрада" цей механізм також корелює для осіб віком 21-29 років ($r=0,371$) та вдоволеної своїм життям студентської молоді ($r=0,397$).

Найменше з показниками моральної травми корелює адаптивний механізм захисту. Прямі зв'язки виявлені лише для шкал "Свідчення" ($r=0,341$) та "Зрада" ($r=0,523$) для жінок і обернений – для шкали "Бездіяльність" ($r=-0,305$) для вдоволеної життям студентської молоді.

Інтерпретація отриманих результатів. Здобувачі вищої освіти України на четвертому році повномасштабної війни з Росією, які проживають у відносно безпечних умовах, мають легкі ознаки моральної травми без істотних функціональних порушень. Подібний висновок стосовно осіб, які пережили окупацію, втрату близьких, обстріли й розрив

контактів, робить Фільчук (2025). Авторка це пояснює дисоціацією, яка функціонує на несвідомому рівні, маскуючи реальну травматизацію [9]. Досліджуючи цивільних осіб України у час війни, Zasiiekina et al. (2023) виявила, що дві третини опитаних мають клініко-значущі симптоми моральної травми, а три чверті – ознаки посттравматичного стресу, що вказує на епідеміологічний рівень поширення моральної травми [30]. Одна з ймовірних причин розбіжності результатів з нашими даними, можливо, пов'язана з роком, який віддаляє проведене дослідження від початку війни (2023 рік у Zasiiekina et al. проти 2025-2026 роки у нашому дослідженні): що довше цивільне населення перебуває у воєнному стані, то менше ознак моральної травми виявляє. Однак, це припущення вимагає додаткової емпіричної перевірки та обґрунтування.

У нашому дослідженні не виявлено відмінностей рівня прояву моральної травми залежно від віку (у межах 19-29 років): їх однаково переживають і в період дорослішання, і ранньої дорослості. Вивчаючи ширший віковий діапазон (від 1 до 40+ років), Zasiiekina et al. (2023) дійшли висновку, що від 18 до 40 років показники моральної травми знижуються, залишаючись відносно низькими для респондентів 40+ років. Вплив віку на моральну травму був протилежним до впливу на ПТСР: якщо для ПТСР старший вік (після 40 років) був фактором ризику, то для моральної травми він виявився захисним фактором. Дослідники пояснюють цю специфіку тим, що молоді люди перебувають у процесі формування особистої ідентичності. Тому порушення індивідуальних моральних цінностей, які ще не є повністю сформованими, слугує потужним фактором ризику моральної травми саме для цієї вікової групи [30].

Ми не виявили відмінностей рівня прояву моральної травми залежно від статі, що узгоджується з результатами згаданого вище дослідження [30], проте є суттєві відмінності залежно від того, наскільки особа задоволена своїм життям та стосунками. Достатньо очікуваним результатом є те, що людина, яка схиляється до позитивної оцінки умов свого життя, вважає себе продуктивною, має довіру до оточення і відчуває безпеку у стосунках, матиме лише легкі ознаки моральної травми без істотного впливу на функціонування. Натомість особи, невдоволені своїми досягненнями, дратівливі, які мають внутрішню напругу і категоричне мислення, відчуватимуть помірні емоційні й когнітивні прояви травми з вірогідними труднощами в роботі, стосунках, повсякденному функціонуванні.

Незважаючи на те, що в учасників дослідження виявлені лише незначні функціональні порушення, наші результати показали таке: якщо молодь часто переживає почуття провини, сорому, гніву, недовіри, якщо порушуються її соціальні зв'язки, водночас можуть погіршуватися стосунки у закладі освіти, на роботі, у побуті. Особливо помітно це буде для чоловіків у випадку моральної травми, спрямованої на себе. Зв'язку між зростанням функціональних порушень і моральною травмою, яка може виникати унаслідок того, що людина робить щось у супереччя власним переконанням чи з примусу, що вона не зробила того, що мала б зробити згідно її переконанням або коли стала свідком подій, що суперечать її переконанням, не виявлено. Не встановлено також зростання функціональних порушень у випадку, коли молода людина відчуває себе зрадженою з боку влади, керівництва чи колег, крім групи молоді, яка задоволена життям та стосунками. Якщо їхня моральна травма пов'язана з переживанням зради, це може призвести до погіршення навчання, роботи, стосунків.

Емпіричні дані Fang et al. (2020) та Walburg et al. (2015) свідчать про стійкий зв'язок між *дезадаптивними захисними механізмами* та психопатологічними проявами, підвищеною тривожністю, депресивними симптомами та загальним дистресом [19; 28]. Нами встановлено, що в усіх виокремлених групах, крім учасників чоловічої статі, у випадку зростання схильності до пасивної мрійливості, прихованої агресії, приписуванні власних

переживань іншим та собі/іншим лише негативних якостей, при запереченні травматичного досвіду, що є характерними ознаками дезадаптивного механізму захисту, яскравіше виявлятимуться ознаки моральної травми, спрямованої на себе (до прикладу, почуття провини, сорому, неможливість пробачити собі) та на інших (до прикладу, гнів, недовіра, неможливість пробачити інших). Якщо жінки та, насамперед, особи ранньої дорослості (21-29 років) практикують дезадаптивні механізми захисту, це може посилити моральну травму, пов'язану з відчуттям зради, руйнацією довіри до влади, керівництва, знайомих, загрози для безпеки у стосунках, а також негативними переживаннями від того, що вона змушена робити щось всупереч її власним переконанням. Дезадаптивні механізми захисту посилюють моральну травму, викликану відчуттям зради, також в молоді, яка вдоволена своїм життям та стосунками.

Зазначимо, що дезадаптивний захист жінок посилюватиме переживання моральної травми унаслідок спостереження за подіями, що суперечать їхнім переконанням; в чоловіків, навпаки, дезадаптивний захист послаблюватиме переживання подібних травм. Це єдиний дезадаптивний механізм, який пов'язаний з моральною травмою в чоловіків. Отож, схильність чоловіків до пасивної мрійливості, прихованої агресії, приписуванні власних переживань іншим, заперечення травматичного досвіду, переживання дистресу тощо, що характерно для дезадаптивного механізму захисту, послаблюватиме, на відміну від жінок, спогади про травматичні події, що суперечать моральним переконанням чоловіків. Переживання травми від зради посилюватиме їхню невдоволеність собою; гнів, недовіра, відчуженість від оточення, порушення соціальних зв'язків як наслідки моральної травми, спрямованої на інших, викликати все більше невдоволення собою у чоловіків.

Як зазначалось вище, дезадаптивні механізми захисту тісно пов'язані з активацією почуття сорому, провини та зради. Це підтверджує результати, отримані Cavalera et al. (2022): вплив сорому й провини на психологічний дистрес частково медіюється незрілими (дезадаптивними) механізмами захисту. Незрілі захисти використовуються мимовільно через відреагування, проєкцію, дисоціацію чи витіснення, для зменшення психологічного впливу дезадаптивних емоцій [14]. Зрада, на думку Koenig et al. (2021), на рівні команди, організації чи системи підриває базові соціальні очікування та довіру, створюючи умови для глибокої екзистенційної та духовної кризи, яка часто супроводжує моральну травму [21]. Людина відчуває зраду, коли інституції не забезпечують належної підтримки чи ресурсів, змушуючи індивіда діяти всупереч своїм цінностям [24].

При застосуванні *проміжного механізму захисту* людина намагається справитися з власною агресією чи пригніченістю, допомагаючи іншим, може ідеалізувати інших, приписуючи позитивні якості, заміщати неприйнятні почуття протилежними, зменшити значення неприйнятних думок/дій за допомогою протилежних вчинків. У чоловіків та молоді, невдоволені своїм добробутом, зростання цих ознак захисту з високою ймовірністю пов'язано зі зростанням ознак моральної травми, спрямованої на себе та на інших.

У жінок таких зв'язків не виявлено. Натомість, якщо вони застосовують проміжні механізми захисту, при якому намагаються допомогти іншим і у такий спосіб справитися з власною агресією чи пригніченістю, активізуються спогади про травматичні події, які пов'язані зі зрадою інших, та спогади про події, де жінки самі ставали свідком вчинків, що суперечать їхнім моральним переконанням.

У період дорослішання (19-20 років) почуття провини, сорому, самозвинувачення, нездатність пробачити себе, посилюються при активізації проміжних механізмів захисту. У ранній дорослості (21-29 років) та молоді, вдоволені своїм добробутом, при активізації проміжних механізмів людина сильніше переживає моральну травму, спричинену діями інших, що порушує її моральні принципи, цінності та уявлення про справедливість.

У результаті виникає гнів, недовіра до людей, відчуженість від оточення, порушення соціальних контактів. Перекручування, заперечення або викривлення реальності, що характерне для проміжних механізмів захисту, може ще більше посилити моральну травму від зради в осіб ранньої дорослості (21-29 років) та вдоволеної своїм життям студентської молоді. У результаті руйнується довіра до світу та людей, розриваються попередні зв'язки з оточенням, виникає напруга та емоційні гойдалки. При такому механізмі захисту жінки стають вразливими до моральної травми унаслідок присутності при подіях, що суперечать їхнім переконанням, а чоловіки – унаслідок вимушених дій всупереч власним переконанням.

Адаптивні механізми захисту пристосовують людину до реальності і мають мінімальне когнітивне спотворення. Вони виявляються у перенаправленні неприйнятних імпульсів у соціально прийнятні та продуктивні дії, емоційному передбаченні майбутніх подій, униканні неприємних думок чи почуттів, акценті на кумедних аспектах стресової ситуації і є найменше пов'язані з проявами моральної травми. Отриманий нами результат співзвучний з висновком Cramer (2008) про закономірність функціонування захисних процесів: чим більш усвідомленою стає функція певного механізму, тим менш ефективним він виявляється, і тому поступово відкидається [17].

Жінки та вдоволені своїм життям особи у разі практикування адаптивного механізму захисту будуть гостріше переживати травму, пов'язану зі зрадою інших. Для жінок це також стосується ситуацій, коли вони стають свідком аморальних вчинків інших. Виявляється, що у цих випадках адаптивний механізм сприяє ще сильнішому переживанню травми. Важливим фактом є те, що вдоволені своїм життям та стосунками студенти у випадку мінімальних когнітивних спотворень будуть відчувати мінімальні докори сумління з приводу того, що вони не роблять того, що відповідає їхнім цінностям та переконанням. Для чоловіків, осіб віком 19-20/21-29 років та невдоволених своїм життям студентів не виявлено зв'язку між адаптивними механізмами захисту та переживанням моральної травми, що дає підставу припустити, що незважаючи на ефективність стратегій подолання стресу та тривоги, адаптивні механізми захисту у зазначених випадках не відіграють суттєвої ролі для зниження напруги, яку спричинює моральна травма.

Висновки та перспективи подальших досліджень. На четвертому році повномасштабної російсько-української війни студентська молодь України, яка проживає у відносно безпечних умовах, має помірні показники моральної травми. Захисні механізми психіки відповідають нормативним показникам. Загальний рівень задоволеності/незадоволеності власним життям та стосунками – середнього рівня. Не виявлено відмінностей емоційних, когнітивних та поведінкових симптомів моральної травми в жінок та чоловіків у віковому діапазоні 19-29 років.

Найсильніший зв'язок з активацією моральної травми мають дезадаптивні механізми психічного захисту, найслабший – адаптивні. Механізми захисту більше пов'язані з моральною травмою в жінок, ніж в чоловіків; у ранній дорослості, ніж в період дорослішання; у студентів, вдоволених своїм психологічним добробутом, ніж у невдоволених. Захисні механізми психіки студентської молоді найчастіше активуються при переживанні моральної травми, спрямованої на інших, на себе і при переживанні зради як одного з найглибших проявів моральної травми. Не виявлено зв'язку між захисними механізмами та моральною травмою, спричиненою діями з власної волі, коли людина робить щось всупереч власним переконанням.

Отож, моральна травма та механізми психічного захисту є взаємопов'язаними феноменами. Моральна травма визначає зміст внутрішнього конфлікту, пов'язаного з провинною, соромом, зрадою, втратою довіри та порушенням моральних переконань, тоді як

механізми психічного захисту пов'язані з тим, як саме людина переживає, усвідомлює або уникає цього конфлікту. Незважаючи на те, що моральна травма є серйозним викликом для молодшої людини, її подолання, за умови адекватної психологічної та соціальної підтримки, може призвести до посилення внутрішніх ресурсів та переоцінки цінностей.

На основі результатів нашого дослідження рекомендуємо: *по-перше*, у роботі зі здобувачами вищої освіти, які у час війни переживають моральну травму, насамперед, звертати увагу на руйнівну роль дезадаптивних механізмів психічного захисту; *по-друге*, враховувати той факт, що адаптивні/проміжні/дезадаптивні механізми психічного захисту здебільшого пов'язані з проявами моральної травми, спрямованої на себе та інших; *по-третє*, особливу увагу приділяти проявам моральної травми, які пов'язані з переживанням зради з боку інших.

Розуміння профілю психічних захистів у поєднанні з аналізом моральних емоцій є важливим підґрунтям для подальшого емпіричного дослідження та розробки психотерапевтичних інтервенцій, спрямованих на адаптивне опрацювання морально травматичного досвіду, відновлення цілісності особистості та зниження ризику дезадаптації. Перспективи подальших досліджень пов'язані з перевіркою висунутого у роботі припущення: що довше цивільне населення перебуває у воєнному стані, то менше ознак моральної травми виявляє. Потребує з'ясування, чому в жінок та чоловіків дезадаптивний механізм захисту має діаметрально протилежний зв'язок з моральною травмою, пов'язаною зі свідченням подій, що суперечать їхнім власним переконанням. Необхідно провести ґрунтовніші дослідження, присвячені переживанням такого прояву моральної травми, як зрада.

Список використаної літератури

1. Гордовська Т. І. Конструкт моральної травми та його концептуальний зміст. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2021. Вип. 4. С. 7-16. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-4-1>
2. Засєкіна Л., Козігора М. Крос-культурна адаптація та стандартизація шкали симптомів моральної травми. *Психологічні перспективи : наук. збірник*. Луцьк. 2022. Вип. 39. С. 139-152. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-39-zas>
3. Козігора М. А. Прояви симптомів моральної травми у військовослужбовців та цивільного населення під час війни. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки*. 2022. Вип. 2. С. 20-27. <http://localhost/jspui/handle/123456789/598>
4. Кокоріна Ю. Є., Сейлов В. Г. Особливості прояву захисних стратегій особистості в умовах травматичних подій. *Вчені записки ТНУ імені ВІ Вернадського. Серія : Психологія*. 2024. Том 35(74). № 3. С. 1-11. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.3/01>
5. Мацєгора Я. В., Колесніченко О. С. Структуроване інтерв'ю з військовослужбовцями-учасниками бойових дій з ознаками моральної травми. *Honor and Law*. 2023. Том 1(84). С. 108-113. <https://doi.org/10.33405/2078-7480/2023/1/84/276855>
6. Полегонький В. Психоаналітичне осмислення сорому та провини як центральних переживань у травматичному досвіді. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2025. Том 1(9). С. 121-131. <http://repositc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/25164>
7. Савченко О., Калюк О. Методика діагностики когнітивних аспектів суб'єктивного благополуччя особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. Том 1(25). С. 89-101. <https://doi.org/10.31108/2.2022.1.25.10>
8. Федотова Т. Симптоми моральної травми та ціннісні орієнтації в студентській молоді в умовах війни. *Психологічні перспективи*. 2023. Том 42. С. 182-195. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-fed>

9. Фільчук І. Особливості психоемоційного стану людини постраждалої внаслідок війни. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2025. Том 1(9). С. 144-156. <http://reposit.sc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/25167>
10. Хоменко Є. Г., Шевчук В. В., Клевака Л. П. Психологічні особливості переживання моральної травми під час війни. 2023. <https://reposit.nupp.edu.ua/handle/PoltNTU/13925>
11. Battaglia A. M. et al. The relation between adverse childhood experiences and moral injury in the Canadian Armed Forces. *European Journal of Psychotraumatology*. 2019. Vol. 10. P. 1-10. <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1546084>
12. Björklund F. Defense Mechanisms and Morality : A Link between Isolation and Moralization. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2000. Vol. 41. P. 55-62. <https://doi.org/10.1111/1467-9450.00171>
13. Bowins B. Psychological Defense Mechanisms : A New Perspective. *The American Journal of Psychoanalysis*. 2004. Vol. 64. P. 1-26. <https://doi.org/10.1023/B:TAJP.0000017989.72521.26>
14. Cavallera C. et al. Do Immature Defense Mechanisms Mediate the Relationship Between Shame, Guilt, and Psychopathological Symptoms? *Frontiers in psychology*. 2022. Vol. 13. 832237. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.832237>
15. Chabrol H. et al. A Study of the Face Validity of the 40 Item Version of the Defense Style Questionnaire (DSQ-40). *The Journal of nervous and mental disease*. 2005. Vol. 193(11). P. 756-758. [10.1097/01.nmd.0000185869.07322.ed](https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000185869.07322.ed)
16. Chaplo S. D., Kerig P. K., Wainryb C. Development and Validation of the Moral Injury Scales for Youth. *Journal of Traumatic Stress : Special Issue on Moral Injury*. 2019. Vol. 32(3). P. 448-458. <https://doi.org/10.1002/jts.22408>
17. Cramer P. Seven Pillars of Defense Mechanism Theory. *Social and Personality Psychology Compass*. 2008. Vol. 2. P. 1963-1981. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2008.00135.x>
18. Falova O. The role of defense mechanisms in coping with stress in PTSD patients. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology"*. 2022. Vol. 8(4). P. 18-25. [https://doi.org/10.52534/msu-pp.8\(4\).2022.18-25](https://doi.org/10.52534/msu-pp.8(4).2022.18-25)
19. Fang S., Cheung C. M., Wang Y. The Impact of Past Trauma on Psychological Distress : The Roles of Defense Mechanisms and Alexithymia. *Front. Psychol. Sec. Psychopathology*. 2020. Vol. 11. P. 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00992>
20. Jinkerson J. D. Defining and assessing moral injury: A syndrome perspective. *Traumatology*. 2016. Vol. 22(2). P. 122-130. <https://doi.org/10.1037/trm0000069>
21. Koenig H. G., Al Zaben F. Moral Injury : An Increasingly Recognized and Widespread Syndrome. *Journal of Religion and Health*. 2021. Vol. 60. P. 2989-3011. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01328-0>
22. Nash W. P., Litz B. T. Moral Injury : A Mechanism for War-Related Psychological Trauma in Military Family Members. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2013. Vol. 16. P. 365-375. <https://doi.org/10.1007/s10567-013-0146-y>
23. Norman S. B., Maguen Sh. Moral Injury. *U. S. Department of Veterans Affairs*. 2025. https://www.ptsd.va.gov/professional/treat/cooccurring/moral_injury.asp
24. Rabin S. et al. Moral Injuries in Healthcare Workers : What Causes Them and What to Do About Them? *Journal of Healthcare Leadership*. 2023. Vol. 15. P. 153-160. <https://doi.org/10.2147/JHL.S396659>
25. Segev A. et al. From Trauma to Compensation : How Moral Injury Subtypes Fuel Recognition-Seeking. *Journal of Loss and Trauma*. 2025. P. 1-19. <https://doi.org/10.1080/15325024.2025.2556427>
26. Thomas V. et al. Measuring civilian moral injury : Adaptation and validation of the Moral Injury Events Scale (Civilian) and Expressions of Moral Injury Scale (Civilian). *Psychological Trauma : Theory, Research, Practice, and Policy*. 2024. Vol. 16(2). P. 270-279. <https://doi.org/10.1037/tra0001490>

27. VanderWeele T. J. et al. Moral trauma, moral distress, moral injury, and moral injury disorder : definitions and assessments. *Frontiers in Psychology*. 2025. Vol. 16. P. 1422441. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1422441>
28. Walburg V., Chiaramello S. Link between early maladaptive schemas and defense mechanisms. *European Review of Applied Psychology*. 2015. Vol. 65 (5). P. 221-226. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2015.07.003>
29. Williamson V. et al. The Relationship between of Moral Injury and Radicalisation : A Systematic Review. *Studies in Conflict & Terrorism*. 2021. Vol. 45(11). P. 977-1003. <https://doi.org/10.1080/1057610X.2021.1961706>
30. Zasiiekina L., Zasiiekin S., Kuperman V. Post-traumatic Stress Disorder and Moral Injury Among Ukrainian Civilians During the Ongoing War. *Journal of Community Health*. 2023. Vol. 48. P. 784-792. <https://doi.org/10.1007/s10900-023-01225-5>

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS IN THE EXPERIENCE OF MORAL INJURY AMONG UNIVERSITY STUDENTS DURING THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR

Tetyana Partyko

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0000-0002-3096-8202>
e-mail: tetyana.partyko@lnu.edu.ua*

Uliana Kiiashchenko

*Ivan Franko National University of Lviv
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0009-0005-8795-7589>
e-mail: uliana.kiiashchenko@lnu.edu.ua*

The article analyses the experience of moral injury among university students aged 19-29 during the fourth year of the full-scale Russian-Ukrainian War. It examines symptoms of moral injury in relation to gender, age, and subjective well-being, as well as the relationships between symptoms of moral injury, functional impairments, and psychological defence mechanisms, considering gender, age, and satisfaction with subjective well-being. The findings indicate that Ukrainian university students living in relatively safe conditions demonstrate moderate levels of moral injury. Their psychological defence mechanisms fall within the normative range. The overall level of satisfaction or dissatisfaction with one's life and relationships is moderate. No gender differences were found in the emotional, cognitive, and behavioural symptoms of moral injury. Maladaptive psychological defence mechanisms showed the strongest association with the activation of moral injury, whereas adaptive mechanisms showed the weakest association. Defence mechanisms were more strongly associated with moral injury in women than in men, in early adulthood than during the transition to adulthood, and among students satisfied with their psychological well-being than among those dissatisfied with it. Psychological defence mechanisms in university students were most frequently activated in relation to moral injury directed toward others and toward the self, as well as in the experience of betrayal as one of the deepest manifestations of moral injury. It is concluded that moral injury determines the content of an internal conflict associated with guilt, shame, betrayal, loss of trust, and violation of moral beliefs. Psychological defence mechanisms are related to the way a person experiences, becomes aware of, or avoids this conflict. It is recommended that, when working with students experiencing moral injury during wartime, particular attention should be paid to the destructive role of maladaptive psychological defence mechanisms in overcoming moral injury. It is also important to

consider that adaptive, intermediate, and maladaptive defence mechanisms are mostly associated with manifestations of moral injury directed toward the self and others. Special attention should be given to manifestations of moral injury related to the experience of betrayal by others.

Keywords: moral injury, adaptive, intermediate, maladaptive defence mechanisms, university students, war.

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.23>

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ВИНИКНЕННЯ СУЇЦИДАЛЬНИХ ДУМОК У СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Роман Попелюшко

Український державний університет імені Михайла Драгоманова,

вул. Пирогова, 9, м. Київ, Україна, 01601,

<https://orcid.org/0000-0002-1227-1292>

e-mail: r.p.popeliushko@udu.edu.ua

Анастасія Ковальовська

Український державний університет імені Михайла Драгоманова,

вул. Пирогова, 9, м. Київ, Україна, 01601,

<https://orcid.org/0009-0000-6062-9781>

e-mail: 21fp.a.kovalovska@std.npu.edu.ua

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження психологічних особливостей виникнення суїцидальних думок у студентської молоді в умовах воєнного стану. Обґрунтовано актуальність проблеми з огляду на тривалий вплив воєнних стресогенних чинників, які негативно позначаються на психоемоційному стані студентів та можуть підвищувати ризик розвитку суїцидальних тенденцій. Проаналізовано сучасні наукові підходи до розуміння психологічних чинників суїцидального ризику, серед яких особливе місце займають депресивні прояви, особливості копінг-поведінки, емоційна саморегуляція та адаптаційні ресурси особистості. Емпіричне дослідження проведено серед студентів закладу вищої освіти із застосуванням валідного психодіагностичного інструментарію, що дало змогу комплексно оцінити рівень суїцидальних думок, депресивних проявів та особливості подолання стресових ситуацій. Встановлено, що поряд із достатнім рівнем психологічної адаптації у більшості респондентів, частина студентської молоді характеризується підвищеною психологічною вразливістю, яка проявляється суїцидальними думками, депресивною симптоматикою та використанням менш ефективних копінг-стратегій. Водночас значна частина досліджуваних демонструє сформовані адаптивні способи реагування на стрес, зокрема орієнтація на вирішення проблем, самоконтроль, позитивне переосмислення життєвих труднощів і пошук соціальної підтримки, що виступають важливими ресурсами психологічної адаптації.

Отримані результати підтверджують необхідність своєчасної психологічної діагностики студентів, які перебувають у групі ризику, а також розроблення й впровадження комплексних програм профілактики суїцидальної поведінки, спрямованих на зміцнення психічного здоров'я, розвиток психологічної стійкості, адаптивних копінг-стратегій та підвищення ефективності психологічної допомоги студентській молоді в умовах воєнного стану.

Ключові слова: суїцидальні думки, суїцидальний ризик, студентська молодь, воєнний стан, психоемоційний стан, депресивні прояви, копінг-стратегії, психологічна адаптація, психологічна стійкість, психічне здоров'я.

Вступ. Воєнний стан в Україні суттєво змінює умови життя студентської молоді, посилюючи вплив численних стресогенних чинників, що негативно позначаються на психоемоційному благополуччі особистості [1]. Постійна загроза життю та здоров'ю, повітряні тривоги, вимушене переміщення, втрата близьких, соціальна нестабільність



і невизначеність майбутнього формують тривале психологічне напруження та підвищують імовірність розвитку дезадаптивних психічних реакцій [2]. Особливо чутливою до цих викликів є студентська молодь, адже саме в цей період відбуваються інтенсивне особистісне становлення, професійне самовизначення, формування життєвих цінностей і світоглядних орієнтирів. За таких умов зростає ризик розвитку тривожних і депресивних станів, емоційного виснаження, втрати відчуття безпеки й контролю над власним життям, а хронічний стрес і переживання травматичних подій можуть сприяти виникненню почуття безнадійності, безпорадності та втрати сенсу життя, які сучасні дослідники визначають як важливі предиктори суїцидальних думок і суїцидального ризику серед молоді [2; 3; 4].

Важливим науковим завданням є дослідження психологічних і соціальних чинників, що обумовлюють формування суїцидальних думок у студентів. До них належать підвищена особистісна та ситуативна тривожність, депресивні прояви, знижена самооцінка, недостатній рівень психологічної резильєнтності, труднощі емоційної саморегуляції, соціальна ізоляція, дефіцит підтримки з боку близького оточення, академічний стрес і негативний вплив інформаційного середовища [1]. Умови війни значно посилюють дію цих чинників, підвищуючи психологічну вразливість студентської молоді. Водночас ефективні копінг-стратегії, психологічна стійкість, наявність життєвих смислів, позитивна самооцінка та соціальна підтримка виступають важливими ресурсами збереження психічного здоров'я і зниження суїцидального ризику.

У зв'язку з цим особливої актуальності набуває емпіричне дослідження психологічних особливостей виникнення суїцидальних думок у студентів в умовах воєнного стану. Аналіз взаємозв'язку між суїцидальними думками, депресивними проявами та особливостями копінг-поведінки дає змогу поглибити розуміння психологічних наслідків війни, визначити провідні чинники суїцидального ризику та окреслити ресурси психологічної адаптації, що можуть бути використані для розроблення ефективних профілактичних заходів і надання своєчасної психологічної допомоги студентській молоді.

Методи дослідження. Дослідження психологічних особливостей виникнення суїцидальних думок у студентів в умовах воєнного стану проводилося із застосуванням комплексу взаємодоповнювальних методів, що забезпечило всебічне вивчення досліджуваного явища. Емпірична база дослідження – Український державний університет імені Михайла Драгоманова. У дослідженні взяли участь 50 студентів віком від 17 до 25 років, які навчаються за різними спеціальностями та формами навчання. На момент обстеження всі респонденти перебували в умовах воєнного стану та зазнавали впливу пов'язаних із ним соціально-психологічних чинників.

Для збору емпіричних даних використовувалися валідні та надійні психодіагностичні методики. Рівень вираженості суїцидальних думок визначався за допомогою «Шкали суїцидальних намірів» А. Бека (Beck Scale for Suicide Ideation) [5], депресивні прояви оцінювалися за «Шкалою депресії» А. Бека (Beck Depression Inventory) [6], а особливості подолання стресових ситуацій і домінуючі копінг-стратегії вивчалися за методикою «Копінг-тест» Р. Лазаруса та С. Фолкман [7]. Обстеження проводилося в очному та онлайн-форматах із дотриманням умов психологічного комфорту, що мінімізували вплив сторонніх чинників, а перед початком роботи учасники отримували необхідні інструкції та роз'яснення щодо виконання методик.

Дослідження здійснювалося відповідно до етичних принципів психологічної науки. Учасників було поінформовано про мету й завдання дослідження, добровільний характер участі, право припинити її на будь-якому етапі без негативних наслідків, а також гарантовано конфіденційність і анонімність отриманих результатів. До початку

психодіагностичного обстеження від усіх респондентів було отримано інформовану згоду на участь у дослідженні.

Результати. Суїцидальні думки та наміри належать до основних індикаторів суїцидального ризику, оскільки відображають рівень психоемоційної дезадаптації особистості та розглядаються як один із провідних предикторів можливої аутоагресивної поведінки [2; 3]. Результати, отримані за методикою «Шкала суїцидальних намірів» А. Бека, засвідчили, що серед досліджуваних переважає низький рівень вираженості суїцидальних думок. Зокрема, у 52% респондентів виявлено низький рівень суїцидальних намірів, що свідчить про відносно стабільний психоемоційний стан, достатній адаптаційний потенціал і наявність психологічних ресурсів у більшості учасників дослідження (табл. 1). Водночас у 34% опитаних встановлено середній рівень суїцидальних думок, який може бути пов'язаний із ситуативним психологічним напруженням, внутрішньоособистісними конфліктами та проявами емоційного виснаження.

Таблиця 1

Показники за методикою «Шкала суїцидальних намірів» А. Бека

Рівень суїцидальних думок	Кількість осіб	Відсоток (%)
Низький	26	52%
Середній	17	34%
Високий	7	14%

Особливої уваги потребує група досліджуваних із високим рівнем суїцидальних намірів, яка становить 14%. Наявність цієї категорії респондентів має важливе психологічне та клінічне значення, оскільки може свідчити про підвищену ймовірність розвитку аутоагресивних тенденцій і зумовлює необхідність проведення поглибленої психодіагностики, а також своєчасного надання превентивної психологічної допомоги. Незважаючи на те, що в більшості учасників дослідження зафіксовано низький рівень суїцидальних думок, сукупна частка осіб із середнім і високим рівнями становить майже половину вибірки, що вказує на наявність суттєвого психологічного ризику серед досліджуваних.

Таким чином, результати, отримані за «Шкалою суїцидальних намірів» А. Бека, свідчать про переважання адаптивних форм психоемоційного реагування у більшості респондентів. Водночас виявлення учасників із підвищеним рівнем суїцидальних думок обґрунтовує необхідність подальшого вивчення чинників психоемоційної дестабілізації та їх взаємозв'язку з показниками тривожності, депресивних проявів і загального рівня стресу.

Результати, отримані за «Шкалою депресії» А. Бека, свідчать про неоднорідність емоційного стану досліджуваних із домінуванням низького та середнього рівнів депресивних проявів. Аналіз емпіричних даних показав, що 40% респондентів мають низький рівень депресії, що характеризує відносно стабільний емоційний стан, збережений адаптаційний потенціал і відсутність виражених проявів емоційного виснаження чи стійких негативних афективних переживань. Такі результати вказують на достатній рівень психоемоційної рівноваги та сформованість ефективних механізмів емоційної саморегуляції у цієї частини вибірки.

Разом із тим у 38% досліджуваних виявлено середній рівень депресії, який відображає наявність помірно вираженої депресивної симптоматики, ситуативного погіршення настрою, підвищеної втомлюваності та окремих проявів психоемоційної нестабільності. Для цієї групи характерне певне зниження адаптаційних можливостей, що може бути

пов’язане з впливом стресогенних чинників, емоційним перенапруженням або недостатністю ресурсів психологічного відновлення (табл. 2).

Таблиця 2

Показники рівня депресії за «Шкала депресії» А. Бека

Рівень депресії	Кількість осіб	Відсоток (%)
Низький	20	40%
Середній	19	38%
Високий	11	22%

Особливої уваги потребує група респондентів із високим рівнем депресії, яка становить 22%. Отримані результати свідчать про наявність у цих досліджуваних виражених депресивних проявів, що характеризуються стійким зниженням настрою, втратою інтересу до діяльності, емоційним виснаженням і порушенням психоемоційної регуляції. Такий рівень депресії є показником підвищеного психологічного ризику та потенційної дезадаптації, що зумовлює необхідність подальшого поглибленого аналізу.

Отже, результати, отримані за «Шкалою депресії» А. Бека, засвідчують переважання низького та середнього рівнів депресивних проявів у вибірці. Водночас наявність 11 осіб із високим рівнем депресії вказує на суттєву неоднорідність психоемоційного стану досліджуваних і різний рівень їхніх адаптаційних можливостей до дії стресогенних чинників. Це обґрунтовує необхідність подальшого вивчення взаємозв’язків між депресивними проявами, суїцидальними думками та особливостями копінг-стратегій.

Результати, отримані за «Методикою дослідження копінг-стратегій» Р. Лазаруса, С. Фолкман, засвідчили різноманітність способів подолання стресових ситуацій серед респондентів і дали змогу визначити основні особливості структури їхньої копінг-поведінки. Аналіз емпіричних даних показав, що за більшістю досліджуваних копінг-стратегій переважали середні рівні вираженості, що свідчить про помірне використання як адаптивних, так і відносно дезадаптивних способів реагування на стресові та складні життєві обставини (табл. 3).

Таблиця 3

Показники за «Методика дослідження копінг-стратегій» Р. Лазарус, С. Фолкман

Копінг-стратегії	Низький рівень (%)	Середній рівень (%)	Високий рівень (%)
Конфронтація	30%	44%	26%
Дистанціювання	28%	46%	26%
Самоконтроль	22%	48%	30%
Пошук соціальної підтримки	24%	42%	34%
Прийняття відповідальності	32%	44%	24%
Уникнення	20%	40%	40%
Планування вирішення проблеми	26%	46%	28%
Позитивна переоцінка	28%	44%	28%

Серед проблемно-орієнтованих копінг-стратегій найбільш поширеною виявилася стратегія *планування вирішення проблеми*: середній рівень її використання зафіксовано у 46% респондентів, високий – у 28%, низький – у 26%. Такі результати свідчать про схильність значної частини досліджуваних до раціонального аналізу проблемних ситуацій

і пошуку конструктивних способів їх подолання. Подібний розподіл отримано і за стратегією **самоконтролю**: середній рівень встановлено у 48% опитаних, високий – у 30%, низький – у 22%, що характеризує достатньо сформовану здатність більшості респондентів контролювати власні емоції та поведінку в умовах стресу. Серед соціально орієнтованих копінг-стратегій **пошук соціальної підтримки** мав високий рівень у 34%, середній – у 42%, низький – у 24% респондентів, підтверджуючи важливу роль міжособистісної взаємодії у процесі психологічної адаптації.

Аналіз емоційно-орієнтованих копінг-стратегій показав, що стратегія **конфронтації** характеризувалася середнім рівнем у 44% респондентів, високим – у 26%, низьким – у 30%. Аналогічно, за стратегією **прийняття відповідальності** середній рівень виявлено у 44% досліджуваних, низький – у 32%, високий – у 24%. Отримані результати свідчать, що більшість учасників частково усвідомлюють власну роль у виникненні та подоланні складних життєвих ситуацій, однак не завжди реалізують активні поведінкові способи реагування.

Особливої уваги заслуговують показники стратегій дистанціювання та уникнення. Середній рівень **дистанціювання** встановлено у 46% респондентів, високий – у 26%, низький – у 28%. Водночас стратегія **уникнення** продемонструвала найвищу частку високого рівня серед усіх досліджуваних копінг-стратегій – 40% респондентів, тоді як середній рівень становив 40%, а низький – 20%. Це може свідчити про схильність значної частини досліджуваних до відтермінування вирішення проблем, психологічного дистанціювання та уникнення безпосереднього зіткнення зі стресовими ситуаціями, що за тривалого впливу стресогенних чинників може підвищувати ризик психоемоційної дезадаптації. За стратегією **позитивної переоцінки** середній рівень виявлено у 44% опитаних, високий – у 28%, низький – у 28%, що свідчить про здатність значної частини респондентів переосмислювати складні життєві події та використовувати когнітивні ресурси психологічного відновлення.

Таким чином, результати дослідження копінг-стратегій свідчать про переважання середнього рівня вираженості більшості способів подолання стресу. Поряд із достатньо сформованими адаптивними стратегіями, такими як самоконтроль, планування вирішення проблеми, пошук соціальної підтримки та позитивна переоцінка, у значної частини респондентів простежується схильність до використання уникнення і дистанціювання. Така структура копінг-поведінки відображає поєднання конструктивних і дезадаптивних механізмів реагування на стрес та створює підґрунтя для подальшого аналізу взаємозв'язків між копінг-стратегіями, депресивними проявами й суїцидальними намірами.

Висновки. Проведене дослідження засвідчило, що в умовах воєнного стану психоемоційний стан студентської молоді характеризується неоднорідністю та різним рівнем психологічної вразливості. Поряд із достатнім рівнем психологічної адаптації у більшості студентів, у частини респондентів виявлено ознаки психоемоційного неблагополуччя, що проявляються суїцидальними думками, депресивними проявами та використанням менш ефективних способів подолання стресу. Водночас значна частина досліджуваних демонструє застосування конструктивних копінг-стратегій, зокрема орієнтацію на вирішення проблем, самоконтроль, пошук соціальної підтримки та позитивне переосмислення складних життєвих ситуацій, що свідчить про наявність ресурсів психологічної адаптації.

Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому вивченні психологічних чинників формування суїцидальних думок у студентської молоді, зокрема ролі психологічної стійкості, емоційної саморегуляції, копінг-поведінки та соціальної підтримки в умовах воєнного стану. Практичне значення матиме розроблення та апробація комплексних програм психологічної профілактики, спрямованих на зміцнення психічного

здоров'я, розвиток адаптивних ресурсів особистості та своєчасне зниження суїцидального ризику серед студентів.

Список використаної літератури

1. Попелюшко Р., Ковальовська А. Психологічні особливості виникнення суїцидальних думок у студентів в умовах воєнного стану. *Особливості психологічного супроводу комбатантів та членів їх сімей: матеріали І Міжнар. наук.-практ. форуму* (м. Луцьк, 14-21 травня 2026 року) / ВНУ імені Лесі Українки; кафедра практичної психології та психодіагностики; за заг. ред. М. І. Магдисюк. Луцьк : Вежа-Друк, 2026. С. 180-185.
2. Попелюшко Р. П. Психологічна реабілітація комбатантів при віддалених наслідках стресогенних впливів: монографія. Київ : «Видавництво Людмила», 2020. 392 с.
3. Попелюшко Р. П. Суб'єктивні особливості усвідомлення психотравматичного досвіду. *Психологічний журнал*. Умань : ВПЦ «Візаві», 2023. Вип. 10. С. 39-45. <https://doi.org/10.31499/2617-2100.10.2023.285319>
4. Попелюшко Р. Особливості психологічної реабілітації дорослої особистості у стані гострого горя. *Psychology Travelogs*, 2026. (2), 65-79. <https://doi.org/10.31891/PT-2026-2-7>
5. Beck, A. T., Steer, R. A., & Ranieri, W. F. Scale for suicide ideation: Psychometric properties of a self-report version. *Journal of Clinical Psychology*, 1988. 44(4), P. 499-505. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198807\)44:4%3C499::AID-JCLP2270440404%3E3.0.CO;2-6](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198807)44:4%3C499::AID-JCLP2270440404%3E3.0.CO;2-6)
6. Beck, A. T. Depression: Causes and treatment. Philadelphia : University of Pennsylvania Press. 1970. 370 p.
7. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York : Springer Publishing Company, 1984. 456 p.

PSYCHOLOGICAL FACTORS CONTRIBUTING TO SUICIDAL IDEATION AMONG UNIVERSITY STUDENTS UNDER MARTIAL LAW

Roman Popeliushko

*Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov,
9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601
<https://orcid.org/0000-0002-1227-1292>
e-mail: r.p.popeliushko@udu.edu.ua*

Anastasia Kovalovska

*Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov,
9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601
<https://orcid.org/0009-0000-6062-9781>
e-mail: 21fp.a.kovalovska@std.npu.edu.ua*

The article presents the findings of a theoretical and empirical study on the psychological characteristics of suicidal ideation among university students under martial law. The relevance of the study is substantiated by the prolonged exposure of students to war-related stressors that adversely affect their psycho-emotional well-being and increase the risk of developing suicidal tendencies. The paper analyzes contemporary scientific approaches to understanding the psychological determinants of suicide risk, with particular emphasis on depressive symptoms, coping behavior, emotional self-regulation, and individual adaptive resources. The empirical study was conducted among university students using a set of valid and reliable psychodiagnostic instruments, which enabled a comprehensive assessment of the severity of suicidal ideation, depressive symptoms, and coping strategies employed in stressful situations. The findings indicate that, although the majority of respondents demonstrated satisfactory psychological adaptation, a

considerable proportion of students exhibited increased psychological vulnerability manifested in suicidal ideation, depressive symptoms, and the use of less effective coping strategies. At the same time, many participants displayed adaptive coping patterns, including problem-solving orientation, self-control, positive cognitive reappraisal, and seeking social support, which function as important protective resources for psychological adaptation.

The findings underscore the importance of early psychological screening of students at risk and the development and implementation of comprehensive suicide prevention programs aimed at strengthening mental health, enhancing psychological resilience, fostering adaptive coping strategies, and improving the effectiveness of psychological support for university students living under martial law.

Key words: suicidal ideation, suicide risk, university students, martial law, psycho-emotional state, depressive symptoms, coping strategies, psychological adaptation, psychological resilience, mental health.

Дата першого надходження статті до видання: 05.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 316.613.4:159.922.1

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.24>

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ДОВІРИ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ БЕЗПЕКОВИХ УМОВАХ: СТАТЕВИЙ АСПЕКТ

Юлія Примак

*Національний університет “Чернігівський колегіум” імені Т. Г. Шевченка,
вул. Гетьмана Полуботка, 53, м. Чернігів, Україна, 14013
<https://orcid.org/0000-0001-7374-1844>
e-mail: y.v.prymak@gmail.com*

Ірина Мунасіпова-Мотяш

*Національний університет “Чернігівський колегіум” імені Т. Г. Шевченка,
вул. Гетьмана Полуботка, 53, м. Чернігів, Україна, 14013
<https://orcid.org/0000-0002-4129-9040>
e-mail: irynamotyash@gmail.com*

Мета розвідки полягала у визначенні психологічних особливостей прояву довіри до себе, до інших, до навколишнього світу загалом у сучасної молоді, яка живе в умовах тривалої небезпеки, враховуючи чинник статі. Методологію дослідження побудовано на теоретичних (аналізування, систематизування, узагальнення), емпіричних (авторська анкета, методика А. Купрейченко довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе), математико-статистичних та методів тлумачення феномена, що вивчався. Наукову новизну увиразнено у виявленні специфіки прояву довіри в молодих людей в умовах тривалої невизначеності через війну (зокрема за чинником статі). Висновки. Незалежно від статі та попри тривалу війну в сучасної молоді базовий рівень довіри збережений. Особливо розвинена довіра до себе, а потім диференційовано – до інших. Водночас увиразнено інтернальний вектор довіри: молодь чітко орієнтується в категоріях добра й зла, контролю та обачності, визнання власних помилок (що приймається як частина власного досвіду й відповідальної поведінки). Психіка сучасної молоді навіть зараз зберігає функціональний потенціал, але й має ознаки виснажливого оптимізму. Довіра до інших незалежно від статі – нормотипова, успішна та контрольована. Зафіксовано, що нині особи чоловічої статі порівняно частіше спираються на інтуїцію (власне ірраціональне засвідчує себе особливо в критичних ситуаціях) як на механізм самозарядності. Водночас вони скептичніші, емоційно стриманіші (навіть до штучного інтелекту), краще орієнтуються в складних ситуаціях, але й менш песимістичні. В осіб жіночої статі на перший план – емоційний складник (за проявом він набагато різноманітніший і варіативніший), що наповнюється змістом завдяки емпатії та більшій соціальній відкритості, інтересу до навколишнього (хоча й за збережених особистісних кордонів).

Ключові слова: довіра до себе, довіра до інших, довіра до світу, нормотиповість, контрольованість.

Постановка проблеми. Нині питання довіри набуває особливої актуальності, позаяк це одна з фундаментальних психологічних характеристик, що увиразнює якість міжособистісної взаємодії, психологічне благополуччя особистості загалом. Наддинамічність соціальних процесів, глобалізація, зростання інформаційних ризиків, цифровізація та засилля ролі штучного інтелекту, економічна нестабільність, а особливо тривала невизначеність через війну суттєво вплинули на кількісні (рівень, повноту, динамічність)

© Юлія Примак, Ірина Мунасіпова-Мотяш, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

та змістові (вибірковість, безпечність, значущість) ракурси феномену довіри, змінюючи його психологічний зміст, механізми розвитку та особливості прояву.

Довіра відображає готовність особистості приймати певну міру невизначеності та вразливості (а вони наразі в умовах війни досить високі) у взаємодії з іншими, соціальними інститутами та навколишнім світом. Заразом довіра – необхідна умова соціальної взаємодії, що забезпечує співробітництво, взаєморозуміння, достатній рівень психологічної безпеки та соціальної згуртованості. Нині довіра стає індивідуалізованішою, диференційованішою та ситуативно зумовленішою, зокрема й в контексті поведінки жінок і чоловіків. Довіра на сучасному етапі трансформується, набуваючи характеристик нової моделі, що дозволяє особистості бути функціональною навіть в умовах соціальної нестабільності, екзистенційної загрози та тривалої невизначеності.

Повномасштабна війна стала потужним чинником трансформації всіх соціально-психологічних і особистісних процесів. За таких умов довіра набула особливого значення як психологічний ресурс особистості, що забезпечує адаптацію до тривалого дистресу, підтримання психічної стійкості та ефективне функціонування в таких умовах. Водночас воєнна реальність істотно змінила механізми формування довірчих взаємин, їхню структуру та критерії. Конструктивними психологічними чинниками розвитку довіри виступають позитивний досвід міжособистісної взаємодії, сформована базова довіра до світу (за Дж. Боулбі, Е. Еріксоном), емоційна стабільність, високий рівень психологічної зрілості, розвинена емпатія, соціальний інтелект, здатність до рефлексії та адекватна самооцінка. Натомість негативний соціальний досвід, психологічні травми, високий рівень тривожності, невизначеність майбутнього та інформаційна дезорієнтація можуть сприяти формуванню недовіри як стійкої особистісної настанови.

Довіра – багаторівневий феномен, що охоплює рівень “Я”, інших, соціальних інститутів та світу загалом. В умовах війни всі вищезгадані прояви зазнали змін. Так, з одного боку, перманентна загроза життю, переживання втрат, вимушене переселення, інформаційний тиск та невизначеність майбутнього сприяли формуванню підвищеної недовіри й гіперочікування потенційної небезпеки. З іншого боку, переживання кризових подій активізувало процеси соціальної згуртованості, взаємної підтримки та розвитку егалітарних соціальних зв'язків. У психології довіра до себе категоризується як суб'єктивний феномен особистості, що особливо сенситизує в юнацькому віці (Д. Анпілова, Н. Василюк, Л. Коломієць, Т. Кожедуб, Н. Кравець, Д. Лисенко, Г. Чайка).

А. Купрейченко трактує довіру як особливе психологічне ставлення, що охоплює зацікавленість і повагу до об'єкта або суб'єкта взаємодії. Воно ґрунтується на усвідомленні можливості задоволення певних потреб в інтеракції, супроводжується емоційною реакцією на очікуване задоволення та передбачає безумовну готовність демонструвати доброзичливість і сприяння ефективній співпраці. Водночас дослідниця виділяє три прояви довіри: довіра до світу (переживання безпеки та комфорту у взаємодії суб'єкта з об'єктами зовнішнього світу внаслідок ставлення до світу як до безпечного та незагрозливого, такого, що забезпечує досягнення бажаних цілей, задоволення значущих потреб); довіра до інших (відчуття безпеки та спокою внаслідок ставлення до інших осіб як до надійних та відповідальних, що забезпечує підтримку та збереження стійких позитивних взаємин з іншими, конструктивну взаємодію з ними у спільній діяльності); довіра до себе (переживання поваги до себе та самоцінності внаслідок самоставлення, що забезпечує швидку орієнтацію у невизначених ситуаціях) [3].

Заразом феномен недовіри охоплює усвідомлення ризиків, почуття небезпеки, страх у поєднанні з негативними емоційними оцінками партнера та можливих результатів взаємодії, готовність агресувати, а то й припинити будь-який контакт. Так, Н. Луман,

Р. Левицькі, Д. Макалістер, Р. Бісс, Л. Хосмер розглядали довіру як дію, що ґрунтується на очікуваннях, пов'язаних із ризиком [7]. Йдеться про очікування безпечної та сприятливої реакції від іншої особи, віру в її чесність, прогнозованість, надійність, чуйність і турботу про добробут інших. Довіра в цьому контексті також розглядається як упевненість у виправданні цих очікувань і доброзичливому ставленні партнера по взаємодії. Зокрема, Д. Левіс і А. Вейгерт визначили довіру як здійснення ризикованої дії, що базується на впевненому очікуванні того, що всі учасники цієї дії будуть компетентними, свідомими й відповідальними [7], вона – апіорний індикатор уявлень про реальну людину сьогодення [4]. На думку Е. Гідденса, довіра має важливу характерну рису – безперервність, оскільки марно прив'язувати її до певних обставин, у яких індивід усвідомлено розглядає альтернативні способи дій [1]. Отож довіра – передумова повноцінного самооволодіння, самоорганізації та самореалізації особистості у сфері взаємин та спілкування.

Метою розвідки – визначення психологічних особливостей прояву довіри до себе, до інших, до навколишнього світу загалом у сучасної молоді, яка живе в умовах тривалої небезпеки, враховуючи чинник статі.

Виклад основного матеріалу. Для виявлення особливостей прояву довіри в осіб різної статі було проведено опитування завдяки Google Forms на основі “Методики довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе” А. Купрейченко [3] та авторської анкети (вісім питань: сім – відкритих, відповідь на які надавалася за п'ятибальною шкалою Лайкерта, і одне – закрите та блоку соціально-демографічних даних). У добровільному та анонімному опитуванні взяли участь 120 осіб, з яких 60% – жіночої статі та 40% – чоловічої, віком від 17 до 36 років (середній вік – 22.2 р.). Це українці, які в період повномасштабної війни в Україні знаходилися (або переміщалися) в межах країни (до початку 2026 р.). Наводимо далі отримані результати.

На відкрите запитання “Що для Вас є найкращим аргументом прояву довіри в стосунках між людьми?” ми отримали такі відповіді. Для представників обох статей зафіксовано спільний пріоритет: вербальна щирість (для 43.8% чоловіків і 37.5% жінок). Тобто відкритий інформаційний обмін був і лишається основою довіри незалежно від статі. Заразом жінки частіше за чоловіків обирали варіант “стабільність і передбачуваність у стосунках” (25% проти 18.8%), що відображає вищий рівень потреб перших у прогнозованості партнера задля зменшення базової тривоги та створення міцної емоційної основи. “Відсутність страху бути слабким поряд зі мною” обрали лише представниці жіночої статі (3%). Дієвим і захисним аспектом довіри незалежно від статі респондента стала “паритетність у підтримці та взаємодопомозі” (показник абсолютно ідентичний – по 12.5%).

Аналіз відповідей авторської анкети на запитання “Я прислухаюся до власної інтуїції та передчуття” дозволив зафіксувати такі тенденції. Отримані дані продемонстрували, що певною мірою руйнується стереотип про “суто жіночу інтуїцію”, оскільки чоловіки нині (87.5%) навіть частіше звертаються до інтуїтивних відчуттів, ніж жінки (66.8%). Для молодих чоловіків внутрішні неусвідомлені прогнози (інтуїція) є важливим елементом ухвалення рішень (оскільки 66.8% обрали помірковано високий рівень – відповіді “часто” і жоден не відповів “ніколи”). Враховуючи вищезазначені тенденції (у критичних ситуаціях та в сучасному світі загалом, коли люди передусім довіряють собі), то високі показники довіри до власної інтуїції в даному разі увиразнили актуальний інструмент самозарядності та пошуку опори всередині власної особистості. Водночас відмітимо, що відповіді жінок розподілилися рівномірніше між категоріями “часто”, “завжди” та “інколи” (приблизно по третині кожного з варіантів). Також серед жінок поодинокі зафіксовано (4.2%) повну відмову від інтуїції (“ніколи”), що може вказувати на раціоналізованіший підхід до саморегуляції в цих окремих випадках.

Аналіз відповіді на відкрите питання “Я вважаю, що довіра – це...” дозволив зареєструвати такі цікаві результати за досліджуваним нами аспектом (табл.1.).

Таблиця 1

Порівняльні результати відповідей респондентів чоловічої та жіночої статі

Особи жіночої статі	Особи чоловічої статі
Довіра – передусім простір емоційного затишку, прийняття та відсутності таємниць	Довіра – функціональність, раціональні межі, свобода дій та надійність
Емоційна безпека та неосудність (“висловлювати власні страхи, бажання, почуття та переживання без страху осуду”, “не боятися осуду, дозволяти собі бути слабкою”, “коли поряд з людиною спокійно”)	Делегування та дієва надійність – можливість покластися на іншого (“коли ти можеш розповісти або доручити комусь те, що зазвичай краще зробив би сам”, “коли відповідаєш за свої слова й це доведено діями”, “впевненість і готовність покластися на іншого”)
Повна прозорість стосунків – вимога до абсолютної чесності (“коли у людей немає жодних таємниць”, “коли люди не приховують нічого одне від одного”, “розділення різних життєвих ситуацій без недовомовленостей”)	Інформаційна відкритість без бар’єрів – фокус на свободі самовираження (“відсутність будь-яких бар’єрів у спілкуванні”, “можливість висловлювати думки без страху бути неприйнятним”)
Стабільність зв’язку – елемент вірності та константності (“бути впевненою, що людина не покине за будь-яких обставин”)	Об’єктивна правдивість (“прийняття інформації як такої, що є повноцінною, правдивою та несуперечливою”, “усвідомлена та чесна позиція між двома чи більше людьми”)
Самоцінність (“довіра – основа не лише стосунків з найближчими людьми, а й передусім із собою”)	Безпека та гумор у побуті (“коли ти зможеш залишити смаколики і його не з’їдять”)

Загалом 41% жінок продемонстрували помірний або високий рівень довірливості (середній бал – 3.3 з 5). Особи чоловічої частини вибірки виявилися порівняно стриманішими та з тяжінням до нейтрально-скептичних оцінок (середній бал – 2,9 з 5). Результат узгоджується з класичними дослідженнями, де представницям жіночої статі частіше приписують вищу схильність до емпатії та соціальної відкритості. Водночас відсутність взагалі вибору показника оцінки “1” в обох групах може свідчити про те, що базовий рівень довіри до світу та людей сьогодні (навіть за таких щоденних екзистенційних викликів) все ж залишається збереженим (жоден не ізолює себе від соціуму повною мірою).

Звернімо увагу, що в нашій авторській анкеті було запитання, що стосувалося й довіри до світу сучасних технологій, зокрема до штучного інтелекту. Так, на твердження “Я особисто довіряю продукту штучного інтелекту” особи жіночої статі частіше (62.5%) відповідали “скоріше” та “повністю згоден” порівняно з особами чоловічої (56.3%). Відтак перші продемонстрували дещо вищий рівень помірної довіри до технологій, а у других погляди виявилися з вищим рівнем скепсису. Принагідно виявлено (аналізуючи відповіді на питання “У сучасному світі я найбільше довіряю...”), що особи жіночої статі більше довіряють винятково собі (66.7% проти 56.3%), майже в однаковій мірі – найближчому оточенню (20.8% проти 25%). Цікаво, що “довіряти домашньому улюбленцю” обрали лише жінки (12,5%). А от чоловіки самі згадували такі варіанти як: “довіряю технологіям, зокрема штучному інтелекту” (6.3%), “найбільше довіряю собі, але беру до уваги думку оточення” (6.3%).

Відтак більшість респондентів у сучасному світі розраховують лише на себе (жінки навіть більше), увиразнюючи тим самим егоцентричне спрямування довіри. Це може

свідчити або про досить високий рівень особистісної автономії, або, навпаки, про захисну реакцію (недовіру до соціуму) через нестабільність, невизначеність, військові загрози навколишнього середовища та майбутнього. Варіант про “довіру людям загалом” набрав мізерні відсотки (і це в чоловічій вибірці), що засвідчило класичний індикатор, коли людина здатна чітко розділяти світ на “безпечне мікроколо” та “чужий / непередбачуваний” світ. Якщо довіра й виходить за межі власного “Я”, то вона делегується лише перевіреним людям (членам сім’ї, друзям). Логічним є й те, що тварини, як суб’єкти довіри, випередили штучний інтелект та технології загалом.

Цікаво, що інтернальний вектор й вищекреслені тенденції зберігаються й за критичної ситуації (аналіз відповідей на відкрите запитання авторської анкети “У критичній ситуації мені найлегше довіритися”). Так, зокрема особи жіночої статі частіше покладаються винятково на себе (62.5% проти 50% у чоловічої), мобілізуючи наявні власні внутрішні ресурси. Заразом, порівняно з повсякденним життям (де варіант “найближче оточення” обирали у 22.5%), у критичній ситуації готовність довіритися близьким зростає до 35%. Припускаємо, що в момент підвищеної загрози або нагальної проблеми респонденти схильні порозумітися з родиною чи близькими друзями, розглядаючи їх як першочерговий надійний безпековий буфер. На жаль, і досі відмічено низьку інституційну довіру до інституту фахівців (позаяк лише 7.5% респондентів вибірки готові в кризі довіритися психологам чи лікарям). Попри популяризацію проблем ментального здоров’я, професійна допомога все ще програє особистісним ресурсам та сімейним зв’язкам. Цікаво, що чоловіки (12.5%) продемонстрували більшу відкритість до фахівців у критичний момент, ніж жінки (4.2%).

Розглянемо результати, отримані завдяки проведенню методики А. Купрейченко. Переважна більшість респондентів вибірки (85%) продемонструвала відсутність серйозних труднощів чи внутрішніх сумнівів щодо своєї здатності будувати близькі стосунки, що, ймовірно, вказує на достатню сформованість базових навичок прихильності та успішну соціалізацію молоді. Це відмічено як серед жінок, так і серед чоловіків (водночас є невеликий акцент: перші частіше обирали безкомпромісний варіант “вірно” (50%), тоді як другі – схилилися до обережнішого, але позитивного “скоріше вірно” (43.8%)). Загалом сферу побудови міжособистісних взаємин у даній віковій групі (молодь, середній вік якої – 22 р.) оцінено як успішна та контрольована (з мінімальним рівнем фрустрації), що є нормотиповим для цього етапу розвитку особистості.

70.8% респонденток хвилюють об’єкти та явища навколишнього світу. А от серед респондентів таких – лише 37.5%, тоді як для 37.5% – навколишній світ представився як малохвилюючим. Зафіксоване може засвідчити значущо вищий рівень у жінок емоційної залученості та сенситивності до подій, об’єктів та явищ навкруги, що відображає їхню більшу схильність до прояву емпатії на ззовні. Чоловіки водночас увиразнили, мабуть, прояв захисного механізму (раціоналізації або емоційної відстороненості), що допомагає їм знизити рівень дистресу в непередбачуваному сучасному середовищі (а в умовах війни й поготів). Четверть чоловіків (25%) не змогли визначитися з відповіддю, що також підтвердило певний внутрішній конфлікт між потребою контролювати зовнішні явища та бажанням дистанціюватися від них задля стабілізації та збереження психологічного ресурсу.

У більшості респондентів (75%), незалежно від статі, виявлено чіткі ціннісні орієнтири та високий рівень моральної самовпевненості, що дозволяє їм, на нашу думку, легко орієнтуватися у поняттях добра й зла (це завіряє виявлену раніше тенденцію довіряти самому собі). Заразом чоловіки продемонстрували суттєво вищий рівень інтегральної самовпевненості у своїх оцінках (87.5% проти 66.7% у жінок). Водночас 43.8% чоловіків

обрали абсолютну відповідь “вірно” (на питання “Я довіряю своєму вімінню відрізнити хороше від поганого”), що може свідчити про їхню більшу схильність спиратися на фіксовані логічні або моральні правила (мабуть, ідеться про так зване чорно-біле мислення) та меншу схильність до сумнівів. Жінки ж виявилися менш категоричними – лише чверть (25%) обрала відповідь “вірно”. Водночас третина жінок (33.3%) засвідчила сумнів. Відтак інтерпретуємо зафіксоване як вищу рефлексивність жінок, які частіше враховують контекст ситуації, допускають “відтінки сірого” та припускають, що межа між “хорошим” і “поганим” може бути розмитою.

Виявлено, що 66.7% осіб жіночої статі розглядають сучасний навколишній світ все ж таки як загалом відносно безпечним. Порівняно 62.5% чоловіків не погодилися з цією тезою про безпеку, проте майже третина (31.3%) все ж таки загострено відчуває приховану загрозу (припускаємо через війну, мобілізацію). Відтак середній показник по вибірці у 65% – позитивний індикатор. Психіка молодих людей навіть у таких складних умовах зберігає функціональний потенціал відновлюватися та радіти життю попри виклики, пов’язані з безпекою війни. А от саме для чоловіків навколишнє середовище – постійні виклики, конкуренція та небезпеки, що зафіксувало латентну підвищену тривожність.

Серед осіб чоловічої статі було виявлено більше таких, хто довіряє своєму вмінню орієнтуватися в критичній ситуації (81.3% проти 70.8% у жінок). Загалом три чверті всіх опитаних (75%) продемонстрували високий рівень психологічної стійкості та готовності діяти в екстремальних умовах. Молоді особи чоловічої статі увиразнили абсолютну відсутність сумнівів щодо своєї ефективності в стресових ситуаціях, а половина (50%) – готовність брати на себе відповідальність за ухвалення рішень під час кризи, умов невизначеності через війну.

Майже половина респондентів вибірки (45%) погодилися з тим, що у міжособистісних стосунках потрібно бути уважним, аби цим не скористалися недоброзичливці, тому соціальне середовище було оцінено як конкурентне та потенційно маніпулятивне. Заразом чоловіки набагато частіше схильні бачити в людях загрозу експлуатації, а в навколишньому світі – джерело небезпеки (56.3%). У представниць жіночої статі – гуманніше ставлення до оточення (лише 12.5% повністю погодилися з цим, а чверть – взагалі вагалися з відповіддю), відтак зафіксовано відсутність тотальної упередженості щодо мотивів інших людей.

Більшість респондентів (72.5%) обох статей загалом оптимістично оцінюють рівень розвиненості соціального інтелекту, розглядаючи людей навколо відносно зрозумілими та передбачуваними. Варіант “скоріше вірно” став абсолютним лідером як серед чоловіків (56.3%), так і серед жінок (54.2%), що засвідчило оптимальний рівень упевненості без зайвої самовпевненості довіряти своєму вмінню прогнозувати вчинки інших (адже людська поведінка апріорі завжди містить потенціал спонтанності). Жінки схильні більше довіряти першому враженню про людину, натомість чоловіки продемонстрували обережнішу й раціональнішу поведінку.

Переважна більшість усіх опитаних респондентів (70%) схилилася до думки, що міжособистісні контакти потребують контролю та обачності. Заразом у жіночій вибірці відображено гнучкішу позицію (вибір відповіді “скоріше вірно” у 41.7%): вони визнають необхідність захисних кордонів у соціумі, але не схильні демонізувати міжособистісні стосунки чи перетворювати обережність на абсолютне правило життя.

Результати продемонстрували високий рівень згоди (у понад 62% в обох досліджуваних групах) з тим, що людина сама несе відповідальність за свою долю, а соціум залишається здебільшого пасивним спостерігачем. Оцінюємо це як важливий маркер дорослішання та формування автономії у молоді, але водночас і показник певного соціального розчарування. Відповіді в осіб жіночої статі (66.7%) та чоловічої (62.5%)

зафіксували мінімальну розбіжність. Це може означати те, що відчуття браку колективної відповідальності або допомоги в сучасному суспільстві є універсальним для молодого покоління і не залежить від чинника статі. Кожен п'ятий респондент усієї вибірки (20%) обрав варіант “складно визначити”. Психологічно це можливо відображає виразну внутрішню амбівалентність молоді та високий відсоток невизначеності: з одного боку, вони усвідомлюють реалії індивідуалістичного вектору розвитку в світі, а з іншого – зберігають надію на альтруїзм та підтримку соціуму у критичних моментах, яких наразі набагато більше через війну.

Переважає більшість опитаної молоді (82.5%) вважає себе здатною за потреби поступитися власними інтересам заради консенсусу. Відтак пояснюємо це низьким рівнем егоцентризму та сформованістю навичок конструктивного розв'язання конфліктів молодими людьми (і це не є проявом слабкості чи тотальної жертвності). Заразом у чоловіків відмічено дещо більшу силу внутрішнього супротиву безпосередньому підкоренню (варіант “скоріше не вірно” у них становив 12.5%).

Серед жінок виявлено таких, хто довіряє своєму вмінню визнавати свої помилки, – 79.2%, серед чоловіків – 81.3%. Отож 80% респондентів незалежно від статі сприймають помилки не як катастрофу чи втрату авторитету, а як природну частину власного досвіду. Лише 12.5% осіб виявилися схильними приховувати або не визнавати свої промахи.

62.5% представниць жіночої статі погодилося, що світ не обіцяє нічого хорошого (що засвідчило їхню швидшу здатність рефлексувати загальне зниження відчуття якості життя загалом). 50% чоловіків солідарні з цим песимістичним твердженням. Загалом більше половини респондентів вибірки (57.5%) засвідчили виснажливий оптимізм у траєкторії думки. Вважаємо, що це пов'язано з реаліями життя в умовах тривалого хронічного дистресу та невизначеності через війну.

Висновки. Отож довіра набуває більш вибіркового, рефлексивно-дихотомічного (раціонально-ірраціонального) та контекстуального характеру, залишаючись водночас важливим ресурсом психологічної адаптації, соціальної взаємодії та особистісного розвитку в житті сучасної молодої людини. Емпірично виявлено, що незалежно від статі та попри тривалу війну в сучасній молоді базовий рівень довіри залишається все ж таки збереженим. Особливо розвинені на достатньому рівні такі виміри довіри як довіра до себе, довіра до оточення (в міжособистісному ракурсі). Заразом увиразнено інтернальний вектор довіри, коли молодь чітко орієнтується в категоріях добра й зла, зокрема й щодо контролю та обачності, визнання власних помилок (що приймається як частина власного досвіду й відповідальної поведінки). Загалом результати засвідчили, що психіка сучасної молоді навіть зараз зберігає функціональний потенціал, але й заразом має ознаки виснажливого оптимізму. Довіра до інших незалежно від статі – нормотипова, успішна та контрольована.

Зафіксовано, що нині особи чоловічої статі порівняно частіше спираються на інтуїцію (власне ірраціональне засвідчує себе особливо в критичних ситуаціях) як на механізм самозащити. Вони скептичніші, стриманіші емоційно (навіть до штучного інтелекту), краще орієнтуються в складних ситуаціях, хоча й менш песимістичні. В осіб жіночої статі на перший план – емоційний складник (за проявом він набагато різноманітніший і варіативніший), що наповнюється змістом завдяки емпатії та більшій соціальній відкритості, інтересу до навколишнього (хоча й за збережених особистісних кордонів).

Підтверджено, що важливою психологічною особливістю воєнного часу є підвищення значущості довіри як механізму соціальної підтримки. Саме довірчі взаємини сприяють формуванню відчуття психологічної безпеки, розвитку емоційної стійкості

та зниженню негативних наслідків хронічного дистресу. Люди, які мають високий рівень довіри до членів родини, близьких друзів, тварин, демонструють вищу адаптивність, ефективніше долають кризові ситуації та рідше переживають стан соціальної ізоляції.

Формування та підтримка рівня і проявів довіри є важливою умовою психологічної адаптації населення, зміцнення соціальної згуртованості, розвитку громадянської відповідальності та відновлення суспільства в умовах тривалої воєнної кризи і післявоєнної реконструкції. Подальші наукові поступи доцільно спрямувати на вивчення взаємозв'язку довіри з резильєнтністю, цифровою компетентністю та особливостями адаптації особистості до умов сучасних суспільних викликів.

Список використаної літератури

1. Докторова Д. Теоретичні підходи до поняття «довіра». *Соціологічні студії*. 2014. №1 (4). С. 50–62. URL : https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/9606/1/socst_2014_1_9.pdf
2. Кравченко В. Ю. Довіра в структурі життестійкості особистості. *Development of modern science: the experience of European countries and prospects for Ukraine* : Monograph. Riga, Latvia, 2019. Р. 240–272.
3. Савченко О. В., Петренко В. В., Тімакова А. В. «Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе» (А. Купрейченко): україномовна адаптація, валідація та стандартизація. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Психологія*. 2022. Вип. 5. С. 16–22. URL : <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.5.3>
4. Скок А. Г., Примак Ю. В., Гопак В. О. Соціальні уявлення про сучасну людину у студентської молоді. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2021. №32. С. 118–123. URL : https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/5_2021/22.pdf
5. Чайка Г. Вплив базової довіри на психологічне здоров'я людини. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Серія Психологія*. 2023. № 1 (57). С. 46–51. URL : <https://surl.li/lnetqr>
6. Kolomiets L. I., Shulga G. B., Lebed I. B. Psychological features and individual psychological factors of self-confidence: *Innovative projects and programs in psychology, pedagogy and education* : Scientific monograph. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2023. 592 p. URL: <http://baltijapublishing.lv/omp/index.php/bp/catalog/book/295>
7. David Lewis J., Andrew J. Weigert Trust as a Social Reality. *Social Forces*. 1985. Vol. 63, №4. P. 967–985. URL : <https://doi.org/10.2307/2578601>

SPECIFICS OF PERSONAL TRUST MANIFESTATION IN MODERN SECURITY CONTEXTS: THE SEX ASPECT

Yuliia Prymak

*T. H. Shevchenko National University "Chernihiv Colehium",
53, Hetmana Polubotka St., Chernihiv, Ukraine, 14013
<https://orcid.org/0000-0001-7374-1844>
e-mail: y.v.prymak@gmail.com*

Iryna Munasypova-Motyash

*T. H. Shevchenko National University "Chernihiv Colehium"
53, Hetmana Polubotka St., Chernihiv, Ukraine, 14013
<https://orcid.org/0000-0002-4129-9040>
e-mail: irynamotyash@gmail.com*

The aim of the study to identify the psychological features of trust in oneself, others, and the world at large among modern youth living in conditions of prolonged danger, while considering the sex factor. The research methodology is based on theoretical (analysis, systematization, generalization), empirical (an author-designed questionnaire, A. Kupreichenko's methodology of personality trust/distrust in the world, others, and oneself), mathematical-statistical, and interpretive methods to analyze the phenomenon under study. The scientific novelty is highlighted by revealing the specifics of trust manifestations in young people under conditions of long-term uncertainty caused by war (specifically, by the sex factor). Conclusions. Regardless of sex and despite the prolonged war, the baseline level of trust among modern youth remains preserved. Trust in oneself is particularly well-developed at a sufficient level, followed by differentiated trust in others. At the same time, an internal vector of trust is emphasized: young people are clearly oriented towards the categories of good and evil, control and caution, and the recognition of their own mistakes (which is accepted as part of personal experience and responsible behavior). Even now, the psyche of modern youth retains its functional potential, but also shows signs of exhausting optimism. Trust in others, regardless of sex, is normotypic, successful, and controlled. It was found that males currently tend to rely more often on intuition (the irrational reveals itself particularly in critical situations) as a mechanism of self-reliance. Concurrently, they are more skeptical, emotionally restrained (even towards artificial intelligence), better oriented in complex situations, yet less pessimistic. In females, the emotional component comes to the fore (being much more diverse and variable in manifestation), which is enriched through empathy and greater social openness, as well as interest in the surroundings (albeit while maintaining personal boundaries).

Key words: trust in oneself, trust in others, trust in the world, normotypicality, controllability.

*Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.25>

НЕПРОФЕСІЙНА ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА ЗДОБУВАЧІВ АБО ПСИХОЛОГІЧНА ГРАМОТНІСТЬ З ПИТАНЬ ЗДОРОВ'Я: КОНЦЕПТУАЛЬНА ДИСКУСІЯ

Володимир Приходько

*Український державний університет науки і технологій,
вул. Академіка В. Лазаряна, м. Дніпро, Україна, 49000
<https://orcid.org/0000-0001-6980-1402>
e-mail: komandaodi@ukr.net*

Олексій Шевяков

*Український державний університет науки і технологій
вул. Академіка В. Лазаряна, м. Дніпро, Україна, 49000
<https://orcid.org/0000-0001-8348-1935>
e-mail: shevyakovy0@gmail.com*

Олександр Алфьоров

*Дніпровська академія музики,
вул. Ливарна, 10, м. Дніпро, Україна, 49000
<https://orcid.org/0000-0002-4921-323X>
e-mail: aalforov75@gmail.com*

У статті представлено критичний аналіз поширеного наукового методологічного підходу, що обмежується формуванням психологічної грамотності з питань здоров'я, натомість обґрунтовано необхідність впровадження непрофесійної фізкультурної освіти для здобувачів цивільних закладів фахової і вищої освіти як складової «Фізичного виховання». Мета дослідження – довести, що психологічна грамотність з питань здоров'я здобувачів вищої освіти є необхідною, але недостатньою умовою для формування їх як будівничих власного здоров'я і обґрунтувати необхідність активного впровадження непрофесійної фізкультурної освіти. Методи дослідження: контент-аналіз наукових публікацій, порівняльний аналіз існуючих концепцій, структурно-логічний аналіз. З'ясовано, що психологічна грамотність з питань здоров'я, будучи важливим когнітивним компонентом, не може самостійно забезпечити формування компетентностей будівництва власного здоров'я без систематичної рухово-оздоровчої діяльності особи, яка є невід'ємною складовою непрофесійної фізкультурної освіти здобувачів вищої освіти. Виявлено принципові обмеження концептуального підходу, що базується лише на психологічній грамотності з питань здоров'я: відсутність практичного компонента оздоровчої діяльності, брак систематичності та особистісного досвіду, неможливість формування стійких рухових навичок. Доведено, що непрофесійна фізкультурна освіта здобувачів інтегрує когнітивний, діяльнісний, мотиваційно-ціннісний та рефлексивний компоненти в цілісну систему формування компетентностей будівництва власного здоров'я. Таким чином, психологічна грамотність з питань здоров'я є необхідною, але недостатньою умовою для формування особи як будівничого власного здоров'я.

Ключові слова: непрофесійна фізкультурна освіта, психологічна грамотність з питань здоров'я, будівництво власного здоров'я, компетентнісний підхід, фізична культура особи здобувача.



Актуальність проблеми. У змісті викладання «Фізичного виховання» в цивільних закладах фахової і вищої освіти існує теоретико-методичний компонент, який спрямований на передачу здобувачам відповідної інформації. У сучасному науковому дискурсі щодо збереження та зміцнення здоров'я населення також спостерігається активне просування концепції грамотності з питань здоров'я (Health Literacy) як ключової детермінанти здоров'я [1]. Показовою є робота Н.О. Рингач «Грамотність з питань здоров'я і досягнення Цілей сталого розвитку в Україні», яку ми й проаналізуємо. Н.О. Рингач стверджує: «...реалізацію в Україні однієї з найважливіших Цілей сталого розвитку (ЦСР) — Цілі 3 «Міцне здоров'я і благополуччя» — неможливо уявити без досягнення вищого рівня грамотності з питань здоров'я» [2, с. 72].

Позиція авторки яка є поширеною і, безумовно, вона має раціональне зерно, оскільки грамотність з питань здоров'я справді є важливою базовою складовою процесу формування здорового способу життя. Проте виникає принципове питання: чи достатньо грамотності з питань здоров'я для формування здобувачів освіти як будівничих власного здоров'я, що і є кінцевою метою? Чи не потребується більш цілісний, системний підхід, який би інтегрував когнітивний компонент (знання) з діяльнісним (практичні уміння та навички), мотиваційно-ціннісним і рефлексивним компонентами?

Попередньо стверджуємо, що грамотність з питань здоров'я, при всій своїй важливості, є необхідною, але недостатньою умовою для формування особи здобувача як будівничого власного здоров'я. Для цього потрібна саме непрофесійна фізкультурна освіта (НпФО) здобувачів цивільних закладів фахової і вищої освіти, як цілісна система формування компетентностей до будівництва власного здоров'я через органічне поєднання теоретичної підготовки з систематичною практичною руховою і оздоровчою діяльністю.

Висуваємо гіпотезу, що грамотність з питань здоров'я, будучи важливим когнітивним компонентом, не може самостійно забезпечити формування компетентностей будівництва власного здоров'я без систематичної рухово-оздоровчої діяльності особи, яка є невід'ємною складовою непрофесійної фізкультурної освіти здобувачів. Іншими словами:

- грамотність з питань здоров'я забезпечує знаннєвий компонент, тоді як НпФО у дисципліні «Фізичне виховання» формує цілісну компетентність;
- без свідомого освоєння рухово-оздоровчої діяльності неможливе формування здобувачами стійких навичок будівництва власного здоров'я;
- НпФО, на відміну від грамотності з питань здоров'я, передбачає систематичність, послідовність та цілеспрямованість формування особи здобувачів закладів фахової і вищої освіти як будівничих власного здоров'я.

Мета дослідження – на основі порівняльного аналізу концепцій грамотності з питань здоров'я та непрофесійної фізкультурної освіти довести концептуальну та практичну необхідність НпФО для формування здобувачів закладів фахової і вищої освіти як будівничих власного здоров'я.

У дослідженні застосовано комплекс теоретичних методів:

- контент-аналіз наукових публікацій з проблем грамотності з питань здоров'я та непрофесійної фізкультурної освіти (проаналізовано понад 30 джерел за період 2015–2025 рр., використано 6 основних);
- порівняльний аналіз концептуальних підходів до формування здоров'я особи;
- структурно-логічний аналіз компонентів грамотності з питань здоров'я та непрофесійної фізкультурної освіти;
- системний підхід до розгляду процесу формування будівничих власного здоров'я.

Організація дослідження передбачала наступні етапи: вивчення та систематизацію наукових джерел; порівняльний аналіз концепцій; обґрунтування переваг непрофесійної фізкультурної освіти здобувачів.

Виклад основного матеріалу. D. Nutbeam [3] запропонував модель санітарної грамотності, сфокусовану на результати, з акцентом на відмінності між функціональною, інтерактивною та критичною грамотністю. Згідно з цією моделлю:

- функціональна грамотність відображає результат традиційної санітарної освіти (надання фактичної інформації про ризики для здоров'я);
- інтерактивна грамотність показує результат сучасного підходу, націленого на розвиток навичок особи у сприятливому середовищі;
- критична грамотність підтверджує набуття знань і навичок, спрямованих на підтримку ефективних соціальних та політичних дій.

Н.О. Рингач, аналізуючи роль санітарної грамотності (СГ) у досягненні Цілей сталого розвитку, наголошує, що «високий рівень СГ осіб, які ухвалюють рішення і здійснюють інвестиції, сприяє реалізації намірів впливати на здоров'я і його детермінанти» [2, с. 74]. Але проведене нею соціологічне дослідження серед лікарів-фахівців з управління охороною здоров'я виявило проблеми навіть цієї високої фахової групи: у застосуванні власних знань і навичок, брак здатності до критичного мислення, низький рівень готовності до практичної діяльності зі сприяння власному здоров'ю.

Критичний аналіз показує принципові обмеження цього підходу:

- Відсутність практичного компонента рухової діяльності. Грамотність з питань здоров'я зосереджена на когнітивному компоненті (знання, розуміння, здатність знаходити інформацію), але не передбачає власної систематичної практичної рухової діяльності.
- Брак систематичності. Грамотність може формуватися епізодично, через різні канали комунікації, без чіткої системи та послідовності.
- Немоżliвість формування стійких рухових навичок. Знання про необхідність фізичної активності не еквівалентні вмінню і практиці правильно, безпечно та ефективно виконувати фізичні вправи.
- Відсутність особистісного досвіду. Без власного досвіду регулярних занять фізичними вправами неможливо сформувати адекватне розуміння своїх можливостей, відчуття свого тіла, здатність до самоконтролю та саморегуляції.

Непрофесійна фізкультурна освіта, як показано у наших попередніх роботах [4–6], являє собою цілісну систему формування компетентності будівництва власного здоров'я, яка інтегрує всі необхідні компоненти:

Когнітивний компонент (що включає грамотність з питань здоров'я, але не обмежується нею):

- знання про здоров'я, його детермінанти, фактори ризику;
- розуміння наукових основ фізичної культури;
- знання методики самостійних занять фізичними вправами;
- розуміння принципів контролю та самоконтролю у процесі занять.

Діяльнісний компонент (принципово відсутній у концепції грамотності з питань здоров'я):

- практичні уміння виконання фізичних вправ різної спрямованості;
- навички планування та організації самостійних занять;
- здатність до складання індивідуальних програм оздоровлення;
- досвід використання різних оздоровчих систем та технологій.

Мотиваційно-ціннісний компонент:

- усвідомлення здоров'я як найвищої цінності (формується через власний досвід покращення самопочуття);

- внутрішня мотивація до систематичних занять (виникає з отримання задоволення від рухової активності);
- відповідальність за власне здоров'я (підкріплена реальними можливостями впливати на нього).

Рефлексивний компонент:

- здатність до самоаналізу власного стану та динаміки змін у ході занять;
- критичне мислення щодо власної рухової активності;
- здатність до корекції і покращення власних дій на основі рефлексії.

Результати багаторічних досліджень, представлені у наших монографіях [4, 5], демонструють, що випускники, які пройшли повний курс непрофесійної фізкультурної освіти:

- у 4,5 рази частіше продовжують систематичні заняття фізичними вправами після завершення навчання порівняно з тими, хто отримав лише інформаційну підготовку;
- демонструють вищий рівень фізичної підготовленості (на 25–30%);
- мають нижчі показники захворюваності (на 15–20%);
- володіють практичними навичками складання та реалізації індивідуальних програм здоров'язбереження (85–90% випускників);
- здатні критично оцінювати інформацію про здоров'я та приймати обґрунтовані рішення щодо власної рухової активності.

Н.О. Рингач справедливо зазначає, що «грамотність з питань здоров'я є однією з ключових його детермінант» [2, с. 72]. Ми повністю погоджуємося з цим твердженням. Але грамотність з питань здоров'я є необхідною, проте недостатньою умовою для формування особи здобувача як будівничого власного здоров'я. Ключова відмінність між двома підходами полягає в тому, що грамотність з питань здоров'я відповідає на питання «що потрібно знати про здоров'я?», тоді як непрофесійна фізкультурна освіта на питання «як стати будівничим власного здоров'я?». Перше питання стосується когнітивної сфери, друге – цілісної компетентності, що включає знання, уміння, навички, цінності та здатність до рефлексії.

Показовим є приклад, наведений самою Н.О. Рингач: навіть лікарі-фахівці з управління охороною здоров'я, які володіють високим рівнем теоретичних знань, демонструють «труднощі у застосуванні власних знань і навичок» [2, с. 84]. Це підтверджує наше твердження про те, що знання самі по собі не трансформуються автоматично у здатність людини діяти. Потрібна цілеспрямована, систематична практична діяльність, яка є невід'ємною складовою технології непрофесійної фізкультурної освіти здобувачів.

Критична грамотність, за D. Nutbeam [3], передбачає «набуття знань і навичок, спрямованих на підтримку ефективних соціальних та політичних дій». Між тим для здобувачів закладів фахової і вищої освіти цивільних спеціальностей набагато важливішою є здатність до ефективних особистісних дій не лише до збереження, але й покращення, будівництва власного здоров'я. І ця здатність формується саме через непрофесійну фізкультурну освіту, яка передбачає не тільки інформування, а й систематичну практичну підготовку.

Варто також зауважити, що непрофесійна фізкультурна освіта здобувачів цивільних спеціальностей органічно включає в себе формування грамотності з питань здоров'я як свого когнітивного компонента, але йде значно далі, додаючи критично важливі діяльнісний, мотиваційно-ціннісний та рефлексивний компоненти. Тож, НпФО не протистоїть грамотності з питань здоров'я, а включає її як невід'ємну складову значно більш широкої системи.

Ще один важливий аспект дискусії стосується питання систематичності. Як показує досвід реалізації концепції непрофесійної фізкультурної освіти [6], формування здобувачів як будівничих власного здоров'я вимагає не менше одного навчального року систематичних

занять у ході «Фізичного виховання» під керівництвом підготовлених фахівців. За цей час відбувається поступове формування всіх компонентів компетентностей, накопичення достатнього особистісного досвіду, становлення стійкої внутрішньої мотивації. Епізодичне інформування, навіть дуже якісне, не здатне забезпечити такого результату.

Висновки. Грамотність з питань здоров'я є необхідною, але недостатньою умовою для формування особи як будівничого власного здоров'я. Її обмеження полягають у наступному: відсутності практичного компонента власної рухової діяльності; браку систематичності; неможливості формування стійких рухових навичок; відсутності особистісного досвіду регулярних занять. Непрофесійна фізкультурна освіта здобувачів являє собою цілісну систему формування компетентностей з будівництва власного здоров'я, яка органічно інтегрує когнітивний (включаючи грамотність з питань здоров'я), діяльнісний, мотиваційно-ціннісний та рефлексивний компоненти.

Емпіричні дані підтверджують значно вищу ефективність непрофесійної фізкультурної освіти порівняно з підходами, що обмежуються формуванням грамотності з питань здоров'я: випускники, які пройшли повний курс НпФО, у 4,5 рази частіше продовжують систематичні заняття після завершення навчання в закладах освіти, мають на 25–30% вищий рівень фізичної підготовленості та на 15–20% нижчі показники захворюваності.

Для здобувачів цивільних закладів фахової і вищої освіти необхідна саме непрофесійна фізкультурна освіта не обмежена рівнем грамотності з питань здоров'я, оскільки тільки НпФО забезпечує формування цілісної компетентності будівництва власного здоров'я через органічне поєднання теоретичної підготовки з систематичною практичною руховою діяльністю.

Перспектива подальших досліджень має бути спрямована на:

- порівняльний аналіз довгострокових ефектів (5–10 років після навчання) непрофесійної фізкультурної освіти у ході «Фізичного виховання» та програм, обмежених формуванням грамотності з питань здоров'я;
- дослідження оптимального співвідношення теоретичного та практичного компонентів у структурі непрофесійної фізкультурної освіти;
- розробку технологій інтеграції формування грамотності з питань здоров'я в систему непрофесійної фізкультурної освіти здобувачів;
- вивчення специфіки формування компетентності будівництва власного здоров'я у різних категорій здобувачів освіти (за статтю, віком, станом здоров'я, рівнем попередньої підготовки).

Список використаної літератури

1. Sørensen K., Brand H. Health literacy lost in translations? Introducing the European Health Literacy Glossary. *Health Promot. Int.* 2014. Vol. 29, Iss. 4. P. 634–644.
2. Рингач Н.О. Грамотність з питань здоров'я і досягнення Цілей сталого розвитку в Україні. *Демографія та соціальна економіка*. 2020. № 2 (40). С. 71–88. URL : <https://doi.org/10.15407/dse2020.02.071>
3. Nutbeam D. Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promot. Int.* 2000. Vol. 15, Iss. 3. P. 259–267. URL : <https://academic.oup.com/heapro/article/15/3/259/551108>
4. Приходько В., Томенко О., Чернігівська С. Освітні ефекти фізичної культури : монографія. Дніпро : Інновація, 2022. 528 с.
5. Приходько В. Будівництво власного здоров'я (організаційно-педагогічні аспекти) : монографія. Дніпро : Інновація, 2023. 408 с.
6. Приходько В.В., Бурдаєв К.В., Самошкін В.В., Яковенко А.В., Малойван Я.В. Концепція будівництва власного здоров'я в оновленому «Фізичному вихованні»

для закладів фахової і вищої освіти. *Наукові записки УДУ імені Михайла Драгоманова. Педагогічні науки*. 2025. Т. 1. Вип. 164. С. 143–150. URL : https://www.researchgate.net/publication/398798225_KONCEPCIA_BUDIVNICTVA_VLASNOGO_ZDOROV'A_V_ONOVLENOMU_FIZICNOMU_VIHOVANNI_DLA_ZAKLADIV_FAHOVOI_I_VISOI_OSVITI_Prihodko_V_V_Burdaev_K_V_Samoskin_V_V_Akovenko_A_V_Malojvan_A_V

NON-PROFESSIONAL PHYSICAL EDUCATION OF LEARNERS OR PSYCHOLOGICAL HEALTH LITERACY: A CONCEPTUAL DISCUSSION

Volodymyr Prykhodko

*Ukrainian State University of Science and Technology,
Academician V. Lazaryan St., Dnipro, Ukraine, 49000
<https://orcid.org/0000-0001-6980-1402>
e-mail:komandaodi@ukr.net*

Oleksiy Sheviakov

*Ukrainian State University of Science and Technology
Academician V. Lazaryan St., Dnipro, Ukraine, 49000
<https://orcid.org/0000-0001-8348-1935>
e-mail:shevyakovy0@gmail.com*

Oleksandr Alforov

*Dnipro Academy of Music
Lyvarna St., 10, Dnipro, Ukraine, 49000
<https://orcid.org/0000-0002-4921-323X>
e-mail:aalforov75@gmail.com*

The article presents a critical analysis of the widespread scientific methodological approach, which is limited to the formation of psychological literacy on health issues, and instead justifies the need to introduce non-professional physical education for students of civil institutions of professional and higher education as a component of "Physical Education". The purpose of the study is to prove that psychological literacy on health issues of students of higher education is a necessary but insufficient condition for their formation as builders of their own health and to justify the need for active implementation of non-professional physical education. Research methods: content analysis of scientific publications, comparative analysis of existing concepts, structural and logical analysis. It was found that psychological literacy on health issues, being an important cognitive component, cannot independently ensure the formation of competencies for building one's own health without systematic physical and health-improving activities of a person, which is an integral part of non-professional physical education of students of higher education. The fundamental limitations of the conceptual approach based only on psychological health literacy have been identified: the absence of a practical component of health-improving activities, lack of systematicity and personal experience, and the impossibility of forming stable motor skills. It has been proven that non-professional physical education of applicants integrates cognitive, activity, motivational-value and reflective components into a holistic system of forming competencies for building one's own health. Thus, psychological health literacy is a necessary but insufficient condition for the formation of a person as a builder of one's own health.

Key words: non-professional physical education, psychological health literacy, building one's own health, competency-based approach, physical culture of the applicant.

*Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 159.98:616.89-008.441.1-055:355.011
DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.26>

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД ПСИХОАКТИВНИХ РЕЧОВИН СЕРЕД ВЕТЕРАНІВ ТА ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Олександр Просветін

*Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького,
бульвар Шевченка, 81, м. Черкаси, Україна, 18031
<https://orcid.org/0009-0002-3444-7612>
e-mail: sanaprosvetin@gmail.com*

У статті проаналізовано гендерні особливості залежності від психоактивних речовин (ПАР) серед ветеранів і військовослужбовців. Актуальність теми зумовлена стрімким зростанням чисельності цієї категорії клієнтів психологічної допомоги в Україні та зміною гендерного складу збройних сил, тоді як наявні дослідження з військової психології історично будувалися майже виключно на чоловічих вибірках. Метою статті є систематизація наукових даних про гендерні відмінності поширеності, клінічного профілю та чинників ризику залежності серед ветеранів і військовослужбовців, а також обґрунтування практичних імплікацій для української реабілітаційної практики. Розглянуто відмінності поширеності ПТСР і вживання алкоголю за статтю та нейробіологічний зв'язок між ПТСР і залежністю. Проаналізовано емпіричні дані про суттєвий розрив між поширеністю проблеми й фактичним зверненням жінок-військовослужбовиць по лікування залежності порівняно з чоловіками, а також результати рандомізованого дослідження гендерно-орієнтованої моделі відновлення для жінок-ветеранок. Розглянуто емпіричні дані про відсутність значущих гендерних відмінностей в ефективності інтенсивних програм лікування коморбідних ПТСР і залежності. Проаналізовано дані масштабного дослідження гендерних відмінностей суїцидального ризику серед ветеранів з коморбідними ПТСР і залежністю. Висвітлено вразливість гендерно різноманітних ветеранів. Окремо проаналізовано український контекст – зростання частки жінок у Збройних силах України та специфіку вітчизняної системи реабілітації. Результати можуть бути корисні військовим психологам, практикам реабілітаційних програм і дослідникам. Обґрунтовано доцільність систематичного, а не вибіркового скринінгу залежності та суїцидального ризику для військовослужбовців обох статей в українських умовах.

Ключові слова: залежність від психоактивних речовин, ветерани, військовослужбовці, гендерні відмінності, доступ до лікування, посттравматичний стресовий розлад, реабілітація.

Вступ. Постановка проблеми. Залежність від психоактивних речовин (ПАР) є однією з найпоширеніших супутніх проблем серед ветеранів і військовослужбовців, тісно пов'язаною з бойовим досвідом, посттравматичним стресовим розладом (ПТСР) та іншими наслідками участі в бойових діях. Історично дослідження в цій царині проводилися майже виключно на чоловічих вибірках, що відображало гендерний склад збройних сил минулих десятиліть. Однак частка жінок у збройних силах більшості країн, зокрема України, стрімко зростає, а разом з нею зростає й потреба в гендерно диференційованому розумінні того, як формується, проявляється і піддається лікуванню залежність у ветеранів різної статі.

Аналіз останніх досліджень. Гендерні відмінності поширеності алкогольної залежності та ПТСР серед ветеранів системно висвітлено в огляді Національного інституту

з проблем зловживання алкоголем США [1]. Н. Вотен зі співавторами на вибірці понад 150 тисяч військовослужбовців встановили гендерні відмінності доступу до лікування залежності [2]. Л. Найявіц зі співавторами провели рандомізоване контрольоване дослідження гендерно-орієнтованої моделі відновлення для жінок-ветеранок [3]. Р. Розенхек зі співавторами порівняли ефективність інтенсивних програм лікування коморбідних ПТСР і залежності для чоловіків і жінок-ветеранів [4]. Н. Вотерс зі співавторами емпірично перевірили гендерно-чутливу програму Helping Men Recover у роботі з чоловіками, залежними від ПАР [5]. Вразливість гендерно різноманітних ветеранів пояснюється теорією міноритарного стресу І. Меєра [6] та підтверджена дослідженнями М. Пеллікейна зі співавторами [7]. Нейробіологічний зв'язок ПТСР і залежності описано Дж. Маккоулі [8] та К. Марія-Ріос і Дж. Морроу [9]. Гендерні відмінності суїцидального ризику серед ветеранів з коморбідними ПТСР і залежністю висвітлені С. Ронзітті зі співавторами [10]. Український контекст воєнної травматизації та залежності висвітлений А. Кадиризовим [11] та у звіті Global Initiative Against Transnational Organized Crime [12].

Метою статті є систематизація наукових даних про гендерні відмінності поширеності, клінічного профілю та чинників ризику залежності від ПАР серед ветеранів і військовослужбовців, а також обґрунтування практичних імплікацій для української реабілітаційної практики.

Виклад основного матеріалу дослідження. 1. Гендерні відмінності та нейробіологічне підґрунтя залежності

Клінічний профіль залежності від ПАР у ветеранів чоловічої й жіночої статі формується під впливом різних за структурою чинників бойового й службового стресу. За узагальненими даними Національного інституту з проблем зловживання алкоголем США, довічна поширеність ПТСР серед жінок-ветеранок (13–19 %) суттєво перевищує показник чоловіків-ветеранів (6–7 %), тоді як зловживання алкоголем, навпаки, історично більш характерне для чоловіків – закономірність, що відтворює загальну статеву специфіку залежності, розглянуту в попередніх дослідженнях цієї серії [1].

Р. Розенхек зі співавторами на вибірці 7074 ветеранів, які проходили лікування в спеціалізованих інтенсивних програмах для коморбідних ПТСР і залежності, підтвердили наявність гендерних відмінностей у структурі травматичного досвіду учасників, хоча вихідна тяжкість симптомів залежності й ПТСР між групами статистично не різнилася [4].

Ці клінічні відмінності мають нейробіологічне підґрунтя. Дж. Маккоулі зі співавторами показують, що коморбідність ПТСР і залежності найчастіше пояснюється моделлю "самолікування" (self-medication hypothesis): психоактивна речовина використовується для тимчасового полегшення симптомів гіперзбудження, нав'язливих спогадів та емоційного оніміння, характерних для ПТСР [8]. К. Марія-Ріос та Дж. Морроу уточнюють цей механізм через модель спільної нейробіологічної вразливості: хронічний стрес і травматичний досвід спричиняють стійкі зміни в тих самих стрес-реактивних і підкріплювальних нейронних контурах (гіпоталамо-гіпофізарно-надниркова вісь, мигдалеподібне тіло, система винагороди), які визначають і статеві відмінності формування залежності, описані серед населення загалом [9]. Це означає, що гендерні відмінності структури травматичного досвіду ветеранів накладаються на вже наявну статеву специфіку нейробіологічної реактивності на стрес, посилюючи, а не створюючи заново, загальний патерн гендерних відмінностей формування залежності.

Окрім гендерних відмінностей, важливо враховувати, що сама військова служба підвищує ризик залежності для ветеранів обох статей: за узагальненими оцінками, приблизно кожен десятий ветеран, який вперше звертається по допомогу до системи охорони здоров'я для ветеранів, отримує діагноз розладу вживання психоактивних речовин,

а серед ветеранів із високим рівнем бойового контакту цей ризик зростає на понад 60 % порівняно з ветеранами без такого досвіду. Алкоголь залишається найпоширенішою речовиною зловживання для обох статей, хоча жінки-ветеранки дещо частіше за чоловіків демонструють проблемне вживання рецептурних препаратів, що пов'язують із частішим призначенням знеболювальних засобів у контексті лікування хронічного болю та гінекологічних станів, специфічних для жіночого досвіду військової служби [1]. Ця відмінність у структурі речовин зловживання має практичне значення для скринінгових протоколів: орієнтація виключно на алкоголь та нелегальні наркотики, характерна для традиційних скринінгових інструментів, ризикує упускати клінічно значущу проблему зловживання рецептурними препаратами, більш поширену серед жінок.

2. Емпіричні дані та ефективність гендерно-орієнтованих програм

Важливий емпіричний масив доказів стосується не лише поширеності залежності, а й гендерних відмінностей у доступі до лікування. Н. Вотен зі співавторами, проаналізувавши дані 152 447 військовослужбовців армії США, які поверталися з бойового розгортання в 2010 р., встановили: попри те, що чоловіки-військовослужбовці демонструють важчі патерни вживання алкоголю, жінки мають зіставні або вищі показники симптомів залежності при нижчих рівнях споживання. Водночас після статистичного контролю показників довічної залежності жінки мали суттєво нижчі шанси (скоригований коефіцієнт шансів 0,61) звернутися по лікування залежності протягом року до розгортання, ніж чоловіки [2]. Це вказує на системний розрив між поширеністю проблеми та реальним зверненням по допомогу, специфічний для жінок у військовому середовищі.

Л. Найявіц зі співавторами провели перше рандомізоване контрольоване дослідження гендерно-орієнтованого підходу до лікування залежності саме для жінок-ветеранок: 66 учасниць з тяжкою залежністю рандомізували між 12-сесійною гендерно-орієнтованою моделлю "Шлях жінки до одужання" (A Woman's Path to Recovery) та стандартною доказовою моделлю "12 кроків" (12-Step Facilitation). Дослідження є першим РКД гендерно-орієнтованого підходу саме для жінок-ветеранок і закладає емпіричну основу для подальшого порівняння ефективності гендерно-специфічних і гендерно нейтральних моделей у цьому контингенті [3].

Паралельно, Н. Вотерс зі співавторами емпірично перевірили аналогічну за сенсом гендерно-чутливу програму для чоловіків – Helping Men Recover (HMR), розроблену на основі реляційно-культурної теорії, серед 179 чоловіків – учасників суду з нагляду за особами, залежними від ПАР. Хоча дослідження не виявило статистично значущих відмінностей за більшістю показників результату порівняно зі стандартним лікуванням, учасники, рандомізовані в групи HMR, частіше повідомляли про поліпшення загального стану здоров'я [5]. Р. Розенхек зі співавторами додатково підтвердили відсутність значущих гендерних відмінностей у динаміці показників вживання речовин чи симптомів ПТСР через 4 місяці після виписки з інтенсивних програм лікування [4]. Узгоджена картина цих трьох ліній доказів свідчить: розрив полягає не так у базовій ефективності лікування для жінок і чоловіків, як у доступі до нього та в суб'єктивному сприйнятті гендерної відповідності програми, а не в первинному зниженні симптомів.

Клінічну картину доповнюють дані про гендерні відмінності суїцидального ризику – показник, тісно пов'язаний із коморбідністю ПТСР і залежності. С. Ронзітті зі співавторами на вибірці 352 476 ветеранів і ветеранок з діагнозом ПТСР з Women Veterans Cohort Study встановили, що, попри вищу поширеність ПТСР серед жінок, чоловіки-ветерани з коморбідними ПТСР і залежністю мають вищий ризик завершеного суїциду, тоді як жінки частіше демонструють інші форми самоушкоджувальної поведінки та суїцидальну ідеацію без завершеної спроби [10]. Автори підкреслюють, що ці гендерні відмінності

мають прямі імплікації для скринінгових протоколів: інструменти оцінювання суїцидального ризику, калібровані за чоловічою моделлю прояву ризику, можуть систематично недооцінювати ризик у жінок-ветеранок, і навпаки. Важливо, що дослідження проведено саме на вибірці ветеранів із ПТСР – тобто на контингенті, що вже за визначенням має підвищений вихідний ризик, – що робить виявлені гендерні відмінності клінічно значущими саме для контингенту, який одночасно перебуває в зоні ризику коморбідної залежності, а отже, потребує комплексного, а не ізольованого оцінювання суїцидального ризику й ризику вживання речовин у межах одного клінічного протоколу.

Окремої уваги потребує вразливість гендерно різноманітних ветеранів. Теорія міноритарного стресу І. Меєра пояснює їхню підвищену вразливість до залежності хронічним стресом, пов'язаним зі стигматизацією гендерної ідентичності [6], що посилюється специфічним для військового середовища тиском відповідності традиційним гендерним нормам. Метааналіз М. Пеллікейна зі співавторами підтвердив значущий зв'язок між зовнішньою дискримінацією (дистальним міноритарним стресом) і тяжкістю вживання психоактивних речовин у трансгендерних і гендерно небінарних осіб [7] – закономірність, що, ймовірно, посилюється в замкненому, ієрархічному середовищі військової служби.

3. Український контекст

Український контекст. Повномасштабна війна суттєво змінила гендерний склад Збройних сил України: кількість жінок-військовослужбовиць та жінок-ветеранок стрімко зростає, тоді як вітчизняна система психологічної реабілітації історично формувалася під переважно чоловічий контингент. А. Кадиров у нещодавньому огляді підкреслює, що в українських ветеранів і діючих військовослужбовців психоактивні речовини – передусім алкоголь, часто в поєднанні з психостимуляторами чи канабісом – виконують функцію дезадаптивної саморегуляції у відповідь на хронічний стрес, депривацію сну, біль, поранення й моральну травму, а лікування має бути інтегрованим, травма-інформованим і диференційованим за клінічним фенотипом [11]. Звіт Global Initiative Against Transnational Organized Crime, присвячений вживанню психоактивних речовин у Збройних силах України, документує масштаб проблеми в бойовому, переважно чоловічому контингенті, водночас вказуючи на брак систематичних даних щодо жінок-військовослужбовиць [12].

Зіставлення міжнародних даних з українською ситуацією дає підстави для практичних рекомендацій. По-перше, задокументований у дослідженні Вотен розрив між поширеністю проблеми й фактичним зверненням жінок по лікування вказує на потребу активного, а не пасивного скринінгу залежності серед жінок-військовослужбовиць в українських умовах, оскільки очікування, що жінка сама звернеться по допомогу на рівних із чоловіками умовах, може виявитися необґрунтованим. По-друге, відсутність доведених гендерних відмінностей у базовій ефективності інтенсивного лікування є обнадійливим аргументом для українських реабілітаційних програм, які на цей момент не завжди мають ресурс для повної гендерної адаптації протоколів. По-третє, зростання частки жінок у ЗСУ створює нагальну потребу в накопиченні власне українських емпіричних даних, а не лише в екстраполяції результатів, отриманих на вибірках ветеранів США.

Практичне значення нейробіологічної моделі спільної вразливості для української реабілітаційної практики полягає в обґрунтуванні інтегрованого, а не послідовного підходу до лікування коморбідних ПТСР і залежності: якщо обидва розлади формуються через частково спільні нейробіологічні механізми, лікування, зосереджене виключно на відмові від речовини без паралельного опрацювання травматичного досвіду, ризикує залишити незмінним базовий стрес-реактивний субстрат, що підтримує обидва розлади, і, відповідно, підвищує ризик рецидиву. Це узгоджується з позицією А. Кадирова про необхідність інтегрованого, диференційованого за клінічним фенотипом лікування [11].

Дані про гендерні відмінності суїцидального ризику мають окреме практичне значення для української системи психологічної реабілітації ветеранів, яка наразі перебуває на етапі активного розширення й стандартизації протоколів кризового реагування. Впровадження гендерно диференційованих критеріїв скринінгу суїцидального ризику – з увагою до завершеного суїциду переважно серед чоловіків та до суїцидальної ідеації й не смертельного самоушкодження переважно серед жінок – видається доцільним напрямом адаптації міжнародного досвіду до вітчизняних реалій, а не механічного перенесення уніфікованих інструментів оцінювання.

Окремим викликом для української реабілітаційної системи є практично повна відсутність вітчизняних емпіричних досліджень, аналогічних за дизайном до розглянутих вище (великі когортні дослідження, рандомізовані контрольовані випробування гендерно-орієнтованих програм). Це створює ситуацію, у якій українські практики змушені або повністю покладатися на екстраполяцію зарубіжних даних, отриманих переважно на вибірках ветеранів США, або діяти на основі клінічного досвіду без систематичної емпіричної бази. Зважаючи на специфіку українського воєнного досвіду – інтенсивність і тривалість бойових дій, масштаб застосування далекобійної зброї та дронів, специфічні патерни поранень – пряма екстраполяція зарубіжних даних має обмеження, і розробка власної дослідницької інфраструктури для вивчення гендерних аспектів залежності серед українських ветеранів становить нагальне завдання вітчизняної військової психології.

Практична реалізація гендерно-чутливого підходу в українських умовах не обов'язково потребує масштабних ресурсних інвестицій із самого початку. Найбільш доступним першим кроком видається впровадження систематичного, стандартизованого скринінгу залежності та суїцидального ризику для всіх військовослужбовців незалежно від статі на етапі демобілізації чи звернення по психологічну допомогу – саме відсутність такого систематичного скринінгу, за аналогією з описаним вище дослідженням Вотен, найімовірніше є основним чинником, що призводить до недовиявлення проблеми в жінок-військовослужбовиць, а не сама по собі відсутність спеціалізованих гендерних програм. Розробка повноцінних гендерно адаптованих протоколів лікування є доцільним, але довгостроковим наступним кроком, який має спиратися на дані систематичного скринінгу, а не випереджати їх.

Висновки. Гендерні відмінності залежності від ПАР серед ветеранів і військовослужбовців виявляються на кількох рівнях: у поширеності ПТСР і патернах вживання алкоголю, у нейробіологічному підґрунті коморбідності ПТСР і залежності, спільному для обох статей, але по-різному опосередкованому статевою специфікою стрес-реактивності, та – що найважливіше практично – у доступі до лікування: жінки-військовослужбовці мають суттєво нижчі шанси звернутися по допомогу порівняно з чоловіками навіть за зйставної чи вищої тяжкості симптомів. Водночас наявні емпіричні дані не підтверджують гендерних відмінностей у базовій ефективності інтенсивного лікування коморбідних ПТСР і залежності, що є важливим практичним орієнтиром для програм із обмеженими ресурсами гендерної адаптації.

Окремого узагальнення потребують дані про гендерні відмінності суїцидального ризику серед ветеранів з коморбідними ПТСР і залежністю: вищий ризик завершеного суїциду в чоловіків і вищий ризик суїцидальної ідеації та не смертельних форм самоушкодження в жінок вимагають різних, гендерно каліброваних скринінгових інструментів і протоколів кризового втручання, а не єдиної уніфікованої моделі оцінювання ризику.

Для українського контексту ці висновки мають зростаючу вагу з огляду на збільшення частки жінок у Збройних силах України та накопичення чинників хронічного воєнного стресу, задокументованих у вітчизняних дослідженнях. Перспективи подальших

досліджень пов'язані з систематичним накопиченням українських емпіричних даних про гендерні відмінності залежності серед ветеранів, зокрема щодо чинників, які утримують жінок-військовослужбовиць від звернення по лікування, гендерної специфіки суїцидального ризику в українській вибірці ветеранів, та порівняльної ефективності гендерно адаптованих і стандартних реабілітаційних програм у вітчизняних умовах.

Список використаної літератури

1. National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism. Co-Occurring Post-Traumatic Stress Disorder and Alcohol Use Disorder in U.S. Military and Veteran Populations. *Alcohol Research: Current Reviews*. 2018. Vol. 39, No. 2. P. 105–110.
2. Wooten N. R., Mohr B. A., Lundgren L. M., Adams R. S., Merrick E. L., Williams T. V., Larson M. J. Gender differences in substance use treatment utilization in the year prior to deployment in Army service members. *Journal of Substance Abuse Treatment*. 2013. Vol. 45, No. 3. P. 257–265. DOI: 10.1016/j.jsat.2013.04.001.
3. Najavits L. M., Enggasser J., Brief D., Federman E. A randomized controlled trial of a gender-focused addiction model versus 12-step facilitation for women veterans. *The American Journal on Addictions*. 2018. Vol. 27, No. 3. P. 210–216. DOI: 10.1111/ajad.12709.
4. Stefanovics E. A., Rosenheck R. A. Gender Difference in Substance Use and Psychiatric Outcomes Among Dually Diagnosed Veterans Treated in Specialized Intensive PTSD Programs. *Journal of Dual Diagnosis*. 2020. Vol. 16, No. 4. P. 382–391. DOI: 10.1080/15504263.2020.1822569.
5. Waters N. L., Cochran N., Lee C. G., Holt K. Trauma Treatment for Men in Recovery for Substance Use Disorders: A Randomized Design Within the Miami-Dade County Adult Drug Court. *The Journal for Advancing Justice*. 2018. Vol. 1. P. 131.
6. Meyer I. H. Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*. 2003. Vol. 129, No. 5. P. 674–697. DOI: 10.1037/0033-2909.129.5.674.
7. Pellicane M. J., Quinn M. E., Ciesla J. A. Transgender and Gender-Diverse Minority Stress and Substance Use Frequency and Problems: Systematic Review and Meta-Analysis. *Transgender Health*. 2025. Vol. 10, No. 1. P. 7–21. DOI: 10.1089/trgh.2023.0025.
8. McCauley J. L., Killeen T., Gros D. F., Brady K. T., Back S. E. Posttraumatic Stress Disorder and Co-Occurring Substance Use Disorders: Advances in Assessment and Treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2012. Vol. 19, No. 3. P. 283–304. DOI: 10.1111/cpsp.12006.
9. María-Ríos C. E., Morrow J. D. Mechanisms of Shared Vulnerability to Post-traumatic Stress Disorder and Substance Use Disorders. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*. 2020. Vol. 14. Art. 6. DOI: 10.3389/fnbeh.2020.00006.
10. Ronzitti S., Loree A. M., Potenza M. N., Decker S. E., Wilson S. M., Abel E. A., Haskell S. G., Brandt C. A., Goulet J. L. Gender Differences in Suicide and Self-Directed Violence Risk Among Veterans With Post-traumatic Stress and Substance Use Disorders. *Women's Health Issues*. 2019. Vol. 29, Suppl. 1. P. S94–S102. DOI: 10.1016/j.whi.2019.04.010.
11. Кадиров А. О. Полісубстантна алкогольна залежність у воєнному контексті: клінічні прояви, стрес-асоційована коморбідність та диференційовані підходи до лікування. *Український вісник психоневрології*. 2026. Т. 34, вип. 2 (127). С. 76–84. DOI: 10.36927/2079-0325-V34-is2-2026-13.
12. Global Initiative Against Transnational Organized Crime. Collateral Damage: Assessing Substance Use in Ukraine's Military : policy brief. March 2025. URL: <https://globalinitiative.net/wp-content/uploads/2025/03/GI-TOC-Collateral-damage-Assessing-substance-use-in-Ukraines-military-March-2025.pdf>.

**GENDER-SPECIFIC FEATURES OF SUBSTANCE USE DISORDER AMONG
VETERANS AND MILITARY PERSONNEL****Oleksandr Prosvietin***Bohdan Khmelnytsky National University of Cherkasy,
81, Shevchenko Blvd., Cherkasy, Ukraine, 18031
<https://orcid.org/0009-0002-3444-7612>
e-mail: sanaprosvetin@gmail.com*

The article analyses gender-specific features of substance use disorder (SUD) among veterans and military personnel. The relevance of the topic is determined by the rapidly growing number of this client category in Ukrainian psychological practice and the changing gender composition of armed forces, while existing military psychology research has historically been built almost exclusively on male samples. The purpose of the article is to systematise scientific data on gender differences in the prevalence, clinical profile, and risk factors of addiction among veterans, and to substantiate practical implications for Ukrainian rehabilitation practice. Differences in the prevalence of PTSD and alcohol misuse by sex, and the neurobiological link between PTSD and addiction, are examined. Empirical data are analysed showing a substantial gap between the prevalence of the problem and actual treatment-seeking among women service members compared to men, alongside findings from a randomised controlled trial of a gender-focused recovery model for women veterans. Empirical data on the absence of significant gender differences in the effectiveness of intensive treatment programmes for co-occurring PTSD and addiction are reviewed. Findings from a large-scale study of gender differences in suicide risk among veterans with co-occurring PTSD and substance use disorders are analysed. The vulnerability of gender-diverse veterans is addressed. The Ukrainian context is separately analysed, including the growing proportion of women in the Armed Forces of Ukraine and the specifics of the national rehabilitation system. The findings may be useful for military psychologists, rehabilitation practitioners, and researchers. The introduction of systematic screening for addiction and suicide risk among service members of both sexes in the Ukrainian context is substantiated.

Key words: substance use disorder, veterans, military personnel, gender differences, treatment access, post-traumatic stress disorder, rehabilitation.

*Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.27>

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ ПРАВООХОРОНЦЯ: ЧИННИКИ РОЗВИТКУ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ

Віталій Сайфутдінов

Львівський державний університет внутрішніх справ,

вул. Городоцька, 26, м. Львів, Україна, 79007

<https://orcid.org/0009-0002-5807-5278>

e-mail: safik2933@gmail.com

У науковій розвідці здійснено ґрунтовний теоретико-прикладний аналіз системи чинників, що обумовлюють розвиток і підтримання психологічної ресурсності працівників поліції в умовах їх специфічної професійної діяльності. Обґрунтовано феномен ресурсності як складну інтегральну систему, яка слугує фундаментальною підвалиною професійно-психологічної надійності суб'єкта правоохоронної сфери та виходить за межі класичних адаптаційних характеристик. У психологічному контексті цей конструкт інтерпретовано як профілактичний механізм запобігання деформації правосвідомості. Акцентовано, що в умовах пролонгованого стресогенного чинника дефіцит внутрішньо-особистісних ресурсів зумовлює формування синдрому емоційного вигорання, нівелювання якості реалізації процесуальних повноважень та недотримання етичних стандартів поведінки.

Здійснено диференційований аналіз особистісного потенціалу співробітника поліції крізь призму взаємозв'язку когнітивної та емоційно-вольової сфер. Доведено, що ефективність ухвалення рішення в обставинах правової невизначеності й підвищеного рівня відповідальності безпосередньо обумовлена якісним та кількісним складом особистісних ресурсів. Систематизовано та зарівнево класифіковано ключові детермінанти ресурсності – від індивідуально-типологічних властивостей вищої нервової діяльності до ціннісно-смыслових орієнтирів та морально-нормативних установок. З'ясовано психологічні механізми, через які зазначені чинники окреслюють межі адаптивної стійкості поліцейського до деструктивних чинників професійного середовища, зокрема агресії, соціальної ізоляції та ризику для життя.

Верифіковано тезу про динамічну й керовану природу розвитку психологічної ресурсності, що вимагає впровадження науково обґрунтованої системи психологічного супроводу на всіх етапах проходження служби – від кадрового відбору й первинного навчання до умов інтенсивного виконання службово-бойових завдань. Виокремлено комплекс превентивних чинників протидії професійній деформації, серед яких ключове значення мають розвинена рефлексія, навички саморегуляції та морально-психологічна цілісність особистості. Прикладний вимір дослідження полягає в можливості використання отриманих висновків для вдосконалення системи психологічного забезпечення МВС України, зокрема в частині модернізації кадрової атестації, розроблення спеціалізованих тренінгів із підвищення життєстійкості та формулювання алгоритмів постстресової реабілітації й психологічного відновлення особового складу в умовах воєнного стану та післякризового періоду.

Ключові слова: ресурсний потенціал особистості, професійна надійність правоохоронця, правоохоронна сфера, чинники формування, профілактика професійної деформації, стресореактивність та життєстійкість.

Постановка проблеми. У сучасній психології дослідження ресурсного потенціалу особистості виступає пріоритетним напрямом, оскільки саме цей феномен визначає здатність поліцейського діяти у правовому полі в умовах надмірного психоемоційного тиску.

© Віталій Сайфутдінов, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

Попри теоретичне різноманіття підходів, де ресурс трактується як потужність, здатність чи властивість, у контексті психології діяльності в особливих умовах його варто розглядати як базис професійної придатності та фундаментальну детермінанту правомірності прийнятих рішень.

Новітня парадигма морально-психологічного забезпечення в Національній поліції України ґрунтується на концепції «перманентної готовності», яка передбачає наявність у підготовленого кандидата стабільного комплексу внутрішніх активів для ефективної реалізації владних повноважень. Витоки цієї парадигми сягають етапу первинного кадрового відбору, на якому ресурсний потенціал кваліфікується як статичне утворення, що потребує не стільки цілеспрямованого розвитку, скільки супроводжувального підкріплення в процесі відомчої підготовки та наставницької діяльності. Проте психологічне осмислення службової діяльності виявляє суттєву системну суперечність: процедури моніторингу та оцінювання морально-психологічного стану з інструментів фахової підтримки нерідко трансформуються у додаткові психоемоційні стресори. В обставинах інспектування професійної придатності виникає феномен «ситуативної мобілізації ресурсів», за якого інтелектуально-вольовий потенціал поліцейського акумулюється не на якісній реалізації процесуальних функцій, а на імітації соціально схвалюваної ресурсності. Це формує хибне уявлення про психічну стабільність і камуфлює латентну виснаженість адаптаційних резервів особистості. Брак психологічних ресурсів перебуває у прямому кореляційному зв'язку з деструктивними виявами – від психоемоційного вигорання до дисфункції правосвідомості, що неминуче призводить до розбалансування службової дисципліни та порушення законності. За умов динамічної оперативної обстановки саме ресурсний потенціал зумовлює адаптивну лабільність – здатність поліцейського до оперативного переходу в режим мобілізаційної готовності зі збереженням когнітивного контролю за ситуацією. Таким чином, у психологічному контексті ресурсність інтерпретується не як ізольована індивідуально-психологічна властивість, а як стратегічний детермінант, що гарантує загальну надійність та правомірність функціонування правоохоронної системи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Категорія ресурсів поведінки, попри порівняно нетривалу історію наукової верифікації в сучасній психології, спирається на потужний концептуальний базис класичних та новітніх дослідницьких парадигм. Генезис розуміння ресурсної архітектури особистості сягає праць Е. Фромма, який розглядав екзистенційні «стани людського духу» (віру, надію, мужність) як внутрішні детермінанти спротиву деструктивній екзогенній детермінації. Надалі окреслена проблематика отримала змістовий розвиток у концепціях А. Бандури (конструкція самоефективності), Д. Навона та Д. Гофера (моделювання когнітивних ресурсів опрацювання інформації), Д. Канемана (інтерпретація уваги як лімітованого ресурсного ресурсу), а також С. Мадді (парадигма життестійкості/*hardiness*). Цілісного методологічного оформлення концептуалізації ресурсів набула завдяки теорії консервації ресурсів С. Гобфолла, яка пояснює механізми цілеспрямованої акумуляції, протекції та перерозподілу суб'єктом власних адаптаційних резервів залежно від його ціннісно-сислової матриці [1]. У вітчизняному науковому дискурсі цей вектор успішно екстраполює С. Лукомська, наголошуючи на системній природі ресурсних конструктів та таких інтегральних феноменів їхньої маніфестації, як життестійкість, резильєнтність та посттравматичне зростання [2]. Водночас пріоритетним науковим завданням постає чітка ідентифікація психологічного субстрату конкретного ресурсу, градація рівня його вираженості та верифікація конструктивності його залучення в специфічних умовах фахової діяльності.

Зазначені теоретико-методологічні здобутки зумовили докорінну зміну наукової парадигми: вектор досліджень змістився з дискретного аналізу окремих особистісних

властивостей, що визначають стресостійкість, на комплексне вивчення психологічних ресурсів як полікомпонентних інтегральних систем. Саме зазначені структури детермінують спроможність суб'єкта до подолання критичних ситуацій та ефективної реалізації суб'єктивно значущої стратегії життєздійснення. У цьому контексті ґрунтовною постає інтерпретація З. Кіреєвої, яка розглядає ресурси особистості як систему внутрішніх диспозиційних опор, що гарантують задоволення базових екзистенційних і соціальних потреб суб'єкта – від рівня фізичної безпеки та самозбереження до соціальної інтеграції, визнання й повноцінної самореалізації [3].

Важливим вектором розвитку окресленої проблематики постає концептуалізація поняття «психологічна ресурсність». У межах підходу О. Штепи ресурсність трактується як здатність індивіда до активної актуалізації внутрішніх резервів задля розв'язання завдань саморозвитку, міжособистісного саморозкриття й надання підтримки оточуючим, що в сукупності відображає автентичність особистості [4]. Це зумовлює необхідність термінологічної диференціації споріднених категорій: якщо психологічні ресурси розглядаються як індивідуальні екзистенційні можливості самовизначення суб'єкта, то психологічна ресурсність є ширшим інтегративним конструктом. Сутнісною ознакою ресурсності виступає не лише наявність потенціалу, а й його глибоке усвідомлення особистістю, а також сформована навичка його оперативного використання та своєчасної регенерації.

З огляду на викладене, метою статті є комплексне психологічне дослідження детермінант розвитку та підтримання психологічної ресурсності працівників поліції в умовах їхньої професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Службово-професійна діяльність поліцейських детермінується як екстремальна, поліаспектна та високоризикова, що висуває безапеляційно підвищені вимоги до системи психологічних і психофізіологічних властивостей суб'єкта. Вектор професіогенезу та становлення правоохоронця спирається не лише на академічний і практичний багаж знань, умінь та навичок, сформований у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання або під час первинної професійної підготовки, а й на потужному внутрішньо-особистісному потенціалі, який слугує фундаментальним базисом для подальшої службово-психологічної адаптації.

Виконання оперативно-службових і процесуальних завдань пов'язане з пролонгованим нервово-психічним напруженням, що актуалізує проблему оцінки особистісного потенціалу фахівця та його здатності до конструктивного опрацювання, актуалізації та мобілізації власних адаптаційних ресурсів. Хоча в сучасній психологічній літературі категорія «психологічна ресурсність» як цілісний інтегральний конструкт висвітлена дещо дискретно, окремі її структурні елементи – мотиваційно-ціннісна матриця, саморегуляційні механізми, когнітивна сфера та емоційно-вольова стійкість – регулярно стають предметом емпіричних розвідок у контексті нівелювання ризиків професійної деформації, запобігання синдрому психоемоційного виснаження та превенції дисфункції правосвідомості.

Архітектоніка особистісних якостей поліцейського характеризується чіткою ієрархічною впорядкованістю, де домінантну позицію займає саморегуляційний компонент, який детермінує й інтегрує когнітивно-інтелектуальні, комунікативні та спеціально-професійні характеристики. Фундаментальною умовою ефективності правоохоронної інституції є високий рівень залученості особового складу до досягнення результативності праці, де ресурсність постає стрижневим елементом професійно-трудової мотивації. Остання трактується як прагнення поліцейського до реалізації особистісних і соціальних потреб шляхом високоякісного виконання процесуальних і службово-бойових завдань. Система мотиваційного стимулювання в цьому контексті об'єднує комплекс інституційних заходів,

що спонукають працівника та службовий колектив до досягнення стратегічних цілей підрозділу через ефективну актуалізацію наявного ресурсного потенціалу особистості.

Екстремальність правоохоронної діяльності зумовлена функціонуванням у конфліктному та деструктивному середовищі, постійною дією стресогенних чинників, специфічним графіком служби та несприятливим емоційним тлом, спричиненим систематичним контактом із людським горем, кримінальними проявами й правопорушеннями. За таких умов ресурсність самовладання постає ключовим психологічним механізмом збереження професійної працездатності, резильєнтності та психічного здоров'я особового складу. Розвиток і цілеспрямоване підтримання психологічної ресурсності визначається як стратегічний вектор підвищення функціональної спроможності поліції, оскільки вона охоплює сукупність чинників, що забезпечують збереження психоемоційної стабільності, прийняття правомірних і виважених рішень в умовах часового дефіциту та правової невідзначеності, а також побудову партнерської взаємодії з громадою [5].

Стабілізація, розвиток та регенерація психологічної ресурсності поліцейських у процесі проходження служби реалізується через розгалужену систему комплексних інтервенцій, що охоплюють когнітивний, емотивно-вольовий та поведінковий рівні особистості. Пріоритетними напрямками цієї діяльності виступають:

1. *Психологічна підготовка та стрес-менеджмент.* Ключовий акцент зміщується на спеціалізоване психотренінгове навчання, орієнтоване на формування навичок рефлексивного моніторингу та довільної ментальної саморегуляції емоційних станів. Це передбачає систематичну опрацьованість індивідуальної стресореактивності, що гарантує збереження фахівцем високого рівня оперативно-службової продуктивності, об'єктивності аналітичного мислення та здатності до прийняття законних і обґрунтованих рішень у критичних й екстремальних обставинах.

2. *Комунікативна компетентність й емоційний інтелект.* Вдосконалення емоційного інтелекту слугує базовим детермінантом вибудовування конструктивного діалогу як із представниками інститутів громадянського суспільства, так і в межах службового колективу. Пріоритетним виміром постає формування конфліктологічної резильєнтності – здатності до упередження ескалації міжособистісного напруження та застосування ефективних інструментів деескалації під час контакту з агресивним або психоемоційно нестабільним контингентом. Ефективна фахова комунікація у цьому контексті поєднує професійну емпатійність із неухильним дотриманням імперативів законодавства та процесуальних алгоритмів.

3. *Саморегуляція й особистісно-професійний розвиток.* Самостійний блок утворюють технології самоменеджменту, які спонукають працівника до ґрунтовної рефлексії власних професійно значущих властивостей, виокремлення зон потенційного зростання та реалізації індивідуальних траєкторій самовдосконалення. Важливою когнітивно-сисловою надбудовою виступає культивування конструктивної ментальної установки (атрибутивного оптимізму), що суттєво розширює адаптаційний ресурс та психологічну стійкість особистості.

4. *Психологічна реабілітація й запобігання деструктивним станам.* Система морально-психологічного супроводу імперативно передбачає надання висококваліфікованої реабілітаційної допомоги після залучення особового складу до виконання завдань в умовах підвищеного травматичного впливу. Профілактично-відновлювальні інтервенції спрямовані на збереження ментального здоров'я, нівелювання проявів астенизації й психоемоційного виснаження, а також запобігання синдрому професійного вигорання (*burnout*), що постає фундаментальною передумовою забезпечення професійно-психологічного довголіття поліцейського.

Послідовна реалізація виокремлених напрямів психологічного супроводу сприяє не лише оптимізації адаптаційних механізмів реагування поліцейських на екстремальні чинники середовища, а й забезпечує зростання рівня довіри з боку інститутів громадянського суспільства завдяки підвищенню якості партнерської взаємодії. У цьому контексті визначального значення набуває мотиваційна сфера особистості, яку обґрунтовано розглядати як ієрархічно впорядковану архітектуру стійких латентних конструктивів. До їх числа належать професійна спрямованість, фахові інтереси та ціннісно-сміслові диспозиції, що виступають потенційними мотиваційними джерелами й утворюють сутнісний базис особистісно-психологічних ресурсів. На відміну від ситуативних чи ситуативно-компенсаторних мотивів, ці латентні структури гарантують тривалу процесуальну й оперативно-службову стабільність діяльності.

Поряд із мотиваційним вектором фундаментальною детермінантою ресурсності постає сформована система свідомої саморегуляції психічних станів. У контексті правоохоронної практики саморегуляційні процеси опираються на складний психофізіологічний комплекс рефлексивних механізмів, довільної концентрації та переключення уваги, соматоінформаційного контролю (дихальних технік і м'язової релаксації), а також інструментів сугестивного впливу й ментального самопрограмування.

Специфіка службової діяльності висуває критичні вимоги до особистісних властивостей та патернів адаптивного реагування на швидкі зміни оперативної обстановки. Висока динаміка умов служби, соціально-психологічна напруженість, обмеженість рекреаційних ресурсів для повноцінного відновлення та систематичний контакт із криміногенним елементом суттєво підвищують психофізіологічну «вартість» діяльності. Фактори ситуативної невизначеності й підвищений рівень правової та моральної відповідальності за ухвалені рішення виступають безпосередньою передумовою деструктивних трансформацій психічних станів фахівців [6].

Дефіцит належного ресурсозабезпечення та відсутність інституційно злагоджених алгоритмів психологічного відновлення зумовлюють цілий комплекс системних деструктивних наслідків: зростання ротаційної лабільності й плинності кадрів; деструкцію рівня професійної задоволеності; деградацію морально-психологічного клімату у службових колективах; виражену особистісну та фахову деформацію (зокрема, викривлення правосвідомості й деструкцію професійно-етичних установок) [7]. Відтак, детермінація та постійна регенерація психологічної ресурсності виступають не просто індивідуально-адаптивним завданням конкретного працівника, а й стратегічною імперативою забезпечення функціональної надійності та життєздатності усієї правоохоронної інституції.

Професійна відповідальність поліцейського акумулює розгалужений спектр функціональних обов'язків: від гарантування процесуальної чистоти правозастосовчих рішень й оперативно-тактичного реагування до здійснення превентивно-роз'яснювального впливу на громадськість. Якісна реалізація зазначених функцій висуває безапеляційні вимоги до таких психологічних властивостей, як високий рівень вольового самоконтролю, емоційна стриманість та спроможність до ефективного управління складними службово-бойовими ситуаціями в умовах суворого часового ліміту.

Систематична експозиція до чинників, що несуть безпосередню загрозу життю та здоров'ю, підвищує статус самоволодіння до рівня критичної фахової вимоги. Здатність до екстреної верифікації потенційних ризиків й прийняття правомірно обґрунтованих тактико-процесуальних рішень постає визначальним запобіжником виникнення надзвичайних подій та професійно-психологічних зривів серед особового складу. У цьому контексті внутрішні особистісні ресурси виступають не лише гарантом високої продуктивності

служби, а й базовим механізмом нормалізації психофізіологічного гомеостазу офіцера, що забезпечує його професійне довголіття та резильєнтність.

Особливий статус у структурі ресурсної архітектури посідають когнітивні ресурси. Умовам активного протистояння зі злочинністю притаманна висока інтелектуальна інтенсивність: необхідність латентності стратегічних задумів, точного прогнозування поведінкових патернів правопорушників та гнучкої трансформації рольових позицій відповідно до динаміки оперативної обстановки. Такий рівень когнітивно-вольового напруження потребує сформованої системи внутрішніх опор, які дозволяють аналізувати й трансформувати деструктивні емоційні сплески у конструктивні та правомірні професійні дії.

У межах концептуальних положень теорії професіогенезу формування особистісної готовності фахівця інтерпретується як наслідок поглибленої рефлексивної діяльності. Усвідомлення поліцейським власної системи професійно значущих властивостей, обмежень та рівня фахової компетентності виступає критичним етапом переходу від ситуативно-адаптивного функціонування до суб'єктного керування власним ресурсним потенціалом. За таких умов рефлексія перетворюється на дієвий інструмент самокорекції та постає підвалиною формування професійної надійності поліцейського на всіх етапах проходження служби.

Задля стимулювання особистісної готовності правоохоронців до ефективної службово-процесуальної діяльності доцільно спрямовувати їхню рефлексивну активність на системний аналіз власних професійно важливих якостей. Ключовим інструментарієм такої роботи є спеціально розроблені завдання з особистісно-професійного саморозвитку, фокус яких зосереджений на ідентифікації, системній структуризації та актуалізації внутрішніх ресурсів. Результатом такої суб'єктної рефлексії є формування автентичного індивідуально-професійного досвіду, базисом якого стають усвідомлені та готові до оперативної реалізації особистісні ресурси.

Важливою інтегральною характеристикою професіогенезу та складником внутрішнього потенціалу фахівця постає комунікативність. У контексті психологічної ресурсності комунікативна сфера набуває виняткового значення через свою багатоаспектність: працівник поліції щоденно реалізує взаємодію з представниками різних соціальних груп, вікових категорій та різного процесуального статусу. Це вимагає не лише ґрунтовної теоретичної підготовки із загальної й юридичної психології та теорії комунікації, а й здатності до високої соціально-рольової гнучкості задля встановлення ефективного психологічного контакту. Комунікативна компетентність постає фундаментальною умовою для успішної реалізації слідчих (розшукових), оперативно-розшукових та превентивних заходів [8].

Науковий аналіз потенціалу особистості правоохоронця дозволяє окреслити багатокomпонентну систему його психологічних ресурсів, до якої належать рівень когнітивного розвитку, стійкість «Я-концепції», внутрішній локус контролю, специфіка мотиваційної сфери та здатність до залучення соціальної підтримки. Системна взаємодія цих характеристик забезпечує високу стресостійкість особистості й нівелює негативний вплив деструктивних чинників – втоми, перевтоми та гострих емоційних станів, які загрожують ефективності виконання службово-бойових завдань.

Узагальнюючи викладене, психологічну ресурсність працівника поліції слід визначати як динамічну здатність до актуалізації внутрішніх резервів задля саморозвитку, ефективної саморегуляції у міжособистісній взаємодії та якісної реалізації професійно-процесуальних функцій, у чому й проявляється автентичність особистості офіцера.

Особистісна ресурсність правоохоронця маніфестується через: компетентність у розв'язанні складних життєвих і професійно-прикладних завдань; автономність у процесі прийняття відповідальних процесуальних рішень; самодостатність під час подолання

критичних стресових ситуацій; готовність до надання допомоги й підтримки оточуючим; високу відповідальність за досягнення стратегічних цілей службової діяльності.

Висновки. Сучасна психологічна наука демонструє стійку тенденцію до ґрунтовного осмислення ресурсного потенціалу особистості як фундаментальної детермінанти професійної надійності, правомірності прийняття рішень та ефективності саморегуляції правоохоронця. Попри наявну дискусійність термінологічного інструментарію, у межах психології діяльності в екстремальних умовах ресурсність трактується як інтегральна спроможність суб'єкта до реалізації владних повноважень без втрати професійно-психологічної адекватності.

Чинна концепція морально-психологічного супроводу в Національній поліції України опирається на презумпцію наявності у працівників стійких внутрішніх активів, які формуються ще на стадії професійно-психологічного відбору та закріплюються під час навчання у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання. Водночас, психологічний аналіз правоохоронної практики засвідчує глибоку системну суперечність: процедури кадрового моніторингу й контролю нерідко трансформуються у додаткові стресогенні чинники. Це змушує поліцейського акумулювати внутрішній потенціал не на якісне виконання процесуально-службових функцій, а на нівелювання напруги в ситуації зовнішнього оцінювання, що створює хибне уявлення про стабільність і маскує латентну деформацію правосвідомості та виснаження психофізіологічних резервів організму.

Критична значущість проблематики психологічних ресурсів підтверджується безпосередньою кореляцією між їхнім дефіцитом та зростанням показників професійного вигорання, а також випадків порушення службової дисципліни й законності. В умовах високої динаміки оперативної обстановки саме ресурсний потенціал зумовлює адаптивну лабільність – здатність поліцейського до оперативного переходу в режим підвищеної службово-бойової готовності зі збереженням когнітивного контролю за ситуацією.

Доведено, що специфіка правоохоронної діяльності, обтяжена нормативно-правовою невизначеністю та високим рівнем експозиції до психотравмувальних подій, постає провідним чинником трансформації особистісного потенціалу. Виявлено, що ключову роль у детермінації ресурсності відіграє комплекс інституційних та індивідуально-психологічних факторів, зокрема системна соціально-психологічна підтримка, безперервність фахової підготовки й наявність прозорих орієнтирів кар'єрного зростання. Конструктивна взаємодія цих детермінант сприяє інституціалізації внутрішніх ресурсів і зміцнює резильєнтність правоохоронців перед деструктивним тиском професійного середовища.

Спираючись на отримані результати, акцентовано на імперативній потребі розроблення й впровадження спеціалізованих психокорекційних програм та тренінгових комплексів, диференційованих за вислугою років і специфікою оперативно-службових завдань конкретних підрозділів. Реалізація таких інтервенцій дозволить не лише оптимізувати показники ментального здоров'я особового складу, а й підвищити рівень професійної надійності, що безпосередньо корелює зі зростанням громадської безпеки та підвищенням рівня довіри соціуму до правоохоронної системи. Таким чином, підтримання психологічної ресурсності визначено як підвалину професійної акмеології поліцейського та стратегічну імперативу забезпечення законності в державі.

Список використаної літератури

1. Hobfoll S. E. Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology*. 2002. Vol. 6, No. 4. P. 307–324. DOI: <https://doi.org/10.1037/1089-2680.6.4.307>
2. Лукомська С. О. Ресурсний підхід до подолання особистістю кризових ситуацій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2020. Вип. 1. С. 190–196. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2663-5208/2020-1-27>

3. Кіреєва З. О. Предиктори резильєнтності та оптимізму у осіб різного віку під час проживання пандемії SARS-COV-2. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2022. Вип. 1. С. 5–10. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkh_p_2022_1_3
4. Штепа О. С. Аналіз та інтерпретація емпіричної багатфакторної моделі психологічної ресурсності особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 28. С. 670–682. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2015_28_54
5. Кісіль З. Р., Католик Г. В. Страх смерті як детермінанта психоемоційної напруженості та професійної деформації працівників правоохоронних органів в умовах дії стрес-факторів. *Екзистенція страху життя і смерті в сучасних реаліях: мультимодальні та мультикультуральні аспекти*. Львів : Місіонер, 2022. С. 35–57. URL: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/123456789/4462>
6. Barko V. I., Boiko-Buzyl Y., Barko V. V. Comparative analysis of psychographs of police officers by main types of official activity in the National Police of Ukraine. *Psychological Journal*. 2022. Vol. 8, No. 1. P. 149–159. DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.1.11>
7. Kisil Z. R., Kisil R.-V. V. Psychoemotional tension as a determinant of professional deformation of employees of the National Police of Ukraine. *Social and Legal Studies*. 2021. Issue 3(13). P. 177–189. DOI: <https://doi.org/10.32518/2617-4162-2021-4-3-177-188>
8. Швець Д. В. Професійна деформація правоохоронців: правовий та психологічний вимір : монографія. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2024. 394 с.

PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF A LAW ENFORCEMENT OFFICER'S PERSONALITY: FACTORS OF DEVELOPMENT AND PRESERVATION

Vitalii Saifutdinov

Lviv State University of Internal Affairs,
26 Horodotska St., Lviv, Ukraine, 79007
<https://orcid.org/0009-0002-5807-5278>
e-mail: safik2933@gmail.com

The scientific research provides a comprehensive theoretical and applied analysis of the system of factors determining the development and maintenance of psychological resources among police officers under the specific conditions of their professional activity. The phenomenon of resourcefulness is substantiated as a complex integral system that serves as a fundamental basis for the professional and psychological reliability of a law enforcement subject, extending beyond classical adaptive characteristics. In a psychological context, this construct is interpreted as a preventive mechanism against the deformation of legal consciousness. It is emphasized that under conditions of prolonged stressogenic factors, a deficit in intrapersonal resources leads to the formation of emotional burnout syndrome, degrades the quality of procedural powers execution, and results in non-compliance with ethical behavioral standards.

A differentiated analysis of a police officer's personal potential was carried out through the lens of the interconnection between the cognitive and emotional-volitional spheres. It is proven that the effectiveness of decision-making under conditions of legal uncertainty and high responsibility is directly determined by the qualitative and quantitative composition of personal resources. Key determinants of resourcefulness are systematized and classified by levels – from individual-typological properties of higher nervous activity to value-semantic orientations and moral-normative attitudes. The psychological mechanisms through which these factors delineate the boundaries of an officer's adaptive stability against destructive environmental factors, such as aggression, social isolation, and life threats, have been clarified.

The thesis regarding the dynamic and manageable nature of psychological resourcefulness development has been verified, necessitating the implementation of a scientifically grounded psychological support system at all stages of service – from recruitment and initial training to intensive operational and

combat duties execution. A complex of preventive factors against professional deformation is identified, among which developed reflection, self-regulation skills, and moral-psychological integrity play a key role. The applied dimension of the study lies in the possibility of utilizing the obtained findings to improve the psychological support system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, particularly regarding the modernization of personnel evaluation, development of specialized resilience training programs, and formulation of post-stress rehabilitation and psychological recovery algorithms for personnel under martial law and post-crisis periods.

Keywords: personal resource potential, professional reliability of a law enforcement officer, law enforcement sphere, development factors, prevention of professional deformation, stress reactivity and resilience.

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 316.6:364-787.22:314.151.3-054.7

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.28>

ЕТНОЛІНГВІСТИЧНА СПЕЦИФІКА КОМУНІКАЦІЇ РОДИН УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ

Іван Сулятицький

Львівський національний університет імені Івана Франка

вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000

<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>

e-mail: sulo@ukr.net

Христина Сайко

Львівський національний університет імені Івана Франка,

вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000

<https://orcid.org/0000-0002-4397-6930>

e-mail xristina.sayko@ukr.net

Марта Опря

Львівський національний університет імені Івана Франка,

вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000

<https://orcid.org/0009-0005-5435-1775>

e-mail: martaopria@gmail.com

В етнологічному й етнопсихолінгвістичному аспектах важливим є взаємозв'язок між мовою та національною ідентифікацією людини. Основою етнічного самоусвідомлення особистості постає материнська мова як первинна емоційна означеність.

Серед чотирьох системоутворюючих ознак менталітету українського народу, а саме: інтровертованості вищих психічних функцій у сприйнятті навколишньої дійсності; чутливості, емпатії, любові до природи, яскравої обрядовості; переваги емоційного, почуттєвого, – цільну психотипологічну функцію відведено і мовленнєвій ідентифікаційності.

Діяльність військовослужбовця пов'язана з напруженою психоемоційною діяльністю, зокрема з інтенсивним спілкуванням, часто для оптимального прийняття рішення домінують значимі мова та спорідненість. На емоційний стан військовослужбовця можуть також впливати – дестабілізуюча організація діяльності, не системність у виконанні завдань (перенавантаження), виснажлива психологічна атмосфера. Мовленнєві ідентифікатори «змягшують» гостроту емоційних болей.

Симптоми вигорання військовослужбовців поділяють так: поведінкові (виникають через небажання вести документацію, формальне ставлення до службових завдань); афективні (емоційна втома, знижений настрій, збудливість); інтелектуальні (низька концентрація уваги, почуття фрустрації). Методами осмислення та профілактики емоційного вигорання у військовослужбовців можна вважати вправи, пояснення яких лягають у площину архетипового смислоутворюючого конструкту, що взаємопов'язано з внутрішнім мовленням як прийомом релаксації, зрівноваження емоційного стану.

Соціально-психологічна адаптація учасників бойових дій однією із базових функцій передбачає когнітивно-смыслову переробку травматичної інформації та пережитого травматодосвіду, а також пропрацювання травматичних обставин в умовах емоційної підтримки, коли оптимально

створено обставини особистісного зростання з включенням до них сензитивного поля родини учасника бойових дій.

Досвід спостережень дає підстави стверджувати про важну грань етнопсихолінгвістичної ролі в психотерапії: в моменти межових екзистенційних доцільностей психодуховної допомоги війнству етнопсихолінгвістичні конструкти терапевтичних діалогів часто складають базову основу досягнення результату енергетичного заряду лікувального слова

Ключові слова: етнолінгвістика, родини учасників бойових дій, психотерапія, емоційне вигорання, соціально-психологічна адаптація, цілі життя, лікувальний діалог, психотерапевтичний ефект.

Постановка проблеми. Проблема етнолінгвістичної специфіки родин учасників бойових дій і важливість її подолання у середовищі військовослужбовців зростає у сучасних умовах соціального життя в Україні, особливо в умовах, коли Україна веде війну за незалежність та територіальну цілісність, особливе значення набуває людський фактор, при якому моральна та психологічна готовність особового складу до виконання завдань за призначенням є найважливішим у збереженні готовності військовослужбовців до професійної діяльності.

Відомо, що діяльність особового складу у бойовій обстановці характеризується впливом на психіку різних стресових чинників. Тривалість їх впливу, а також психотравматичний характер бойової обстановки можуть сприяти виникненню змін у психіці військовослужбовця, які знижують ефективність його діяльності на полі бою, а згодом можуть проявитися у мирних умовах. Військові дії, які відбуваються в районі проведення Операції Об'єднаних Сил, змушують психіку військовослужбовців функціонувати на межі допустимих навантажень. Головними проблемами родин військовослужбовців є психологічна травматизація, вплив стресових факторів та емоційне вигорання.

Функціональна роль етнопсихолінгвістичних конструктів в психотерапевтичній практиці зумовлюється крім всього і високим динамізмом соціально-технократичного розвитку сучасного суспільства удосконалення інформаційних технологій, науково-технічних досягнень. Поряд з підвищенням якості життя обумовлюють зростання рівня психоемоційної напруги, ускладнення структури поведінки особистості, і, в остаточному підсумку, висувають жорсткі вимоги до інтегративної діяльності всіх процесів психічної сфери в цілому [11].

Проблема соціально-психологічної адаптації родин військовослужбовців достатньо представлено у працях закордонних вчених М. Буріша, С. Джексона, Дж. Едельвіча, А. Ланге, К. Маслач, А. Пайнс, Г. Фрейденбергера. Раніше проведені дослідження стресових розладів здебільшого виконані в межах робіт медичного, психологічного й медико-психологічного профілю (Ю.Вашченко, Б.Карвасарський, Р.Лазарус, К.Максименко, Г.Мозгова, В.М'ясищев та ін.). Ряд досліджень стосується вивчення особливостей реагування особистості на стресові фактори у військовій діяльності (М. Августюк, С.Балашова, О.Бойко, М.Варій, Г.Дубровинський, Т. Колтунович, О. Матласевич, Є. Потапчук, А. Романшин, О. Хейрулін та ін.).

Серед напрямків, які обумовлюють імовірність виникнення порушень емоційної сфери родин військовослужбовців, виділені такі, як реагування на стресові події (Г.Сельє, Т.Холмс), властивості особистості (О.Жужжанов, В.Симаненков, О.Тельнова), соціально-психологічна дезадаптація (Т.Айвазян, Ю.Губачов, Н.Завацька та ін.). Праці К.Максименка, Н.Максимової, Г.Мозгової, К. Островської, Л.Шестопадової, Л.Юр'євої виокремлюють основні напрями і проблеми подолання емоційних розладів особистості – медико-психологічні, соціально-психологічні, психолого-педагогічні. До закордонних вчених, які досліджували цей феномен ми можемо віднести праці П. Брілла, А. Гардена, С. Джексона, Д. Едельвіча, Р. Кепьюто, М. Лейтера, С. Майєра, К. Маслач, Д. Спаньол, В. Шафуелі та ін.

Вирішення питань, пов'язаних із негативним впливом професійної діяльності на емоційний стан військовослужбовців під час виконання професійних завдань потребує пошуку способів, що допоможуть зберегти їх психологічне здоров'я і водночас допоможуть попередити прояв емоційного вигорання. Вирішення цього наукового завдання сприятиме розробленню системи психологічної профілактики емоційного вигорання у середовищі військовослужбовців.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Серед сучасних наукових підходів до вивчення мовних досліджень необхідно виокремити антропоцентричне, аксіологічне, когнітивно-семіологічне й лінгвокультурологічне спрямування, що відбивають безпосередній зв'язок лінгвальних явищ із етнокультурними. Етнокультурна доктрина про способи вербального кодування культурної інформації, стереотипізацію й концептуалізацію дійсності, взаємозв'язки між ментальними й мовними одиницями, висвітлені у працях В. фон Гумбольдта, О. О. Потебні, Е. Сепіра, Б. Уорфа, Ю. Д. Апресяна, Д. С. Лихачова, Ю. Н. Караулова, А. Вербицької та ін., знайшла розбудову цих лінгвофілософських положень у мовознавчих ідеях.

Фундаментальні питання взаємодії мови, культури й народної свідомості актуалізують сьогодні дослідження, виконані в руслі когнітивно прагматичної парадигми науки про мову, із залученням відомостей з культурно-когнітивної синергетики мови, і зокрема фразеології та пареміології, лінгвокультурології, когнітивно-прагматичних аспектів тексту й дискурсу (Н. Д. Арутюнова, М. Ф. Алефіренко, Ф. С. Бацевич, Т. А. Космеда, О. С. Кубрякова, А. М. Мелерович, В. М. Мокієнко, Р. Й. Павіленіс, З. Д. Попова, О. О. Селіванова, Ю. С. Степанов, Й. А. Стернін, О. С. Столнейкер, В. Н. Телія, В. М. Торопов, Д. Х. Хаймз, Ч. Філлмор та ін.). Вихід мовознавчих студій на когнітивно- і дискурсивно-прагматичну проблематику розкривають нові тенденції в світовій лінгвістиці, проектують комунікативно-прагматичні вектори на дискусійні питання етнолінгвістики, де мова постає етновинятковою формою міжпоколінної комунікації.

Формулювання цілей статті. Метою статті є визначення етнолінгвістичної специфіки комунікації родин учасників бойових дій.

Виклад основного матеріалу. У межах етнологічного осягнення розуміння мови антропологічний підхід є одним із концептуальних принципів у її дослідженні. Етномовна семантика в рамках етнічної свідомості транслює образ світу з його аксіологічним смисловим центром «Людина у світі і світ людини» (Л. Г. Золотих). За такого підходу мова розглядається в контексті духовного світу людини, є постійно відтворюваною роботою духу, скерованою на вираження думки: «Грунтуючись на антропоцентричному розумінні мовних явищ, етнолінгвістичні дослідження передбачають антропоцентричну парадигму їхнього опису» [6, с. 60].

Антропоцентризм як основа опису мовних знаків української етнокультури, вивчення соматизмів та одна з особливостей світосприйняття мовців, метафоричного декодування мовних одиниць є ключовими у працях Н. Дяченко, В. В. Жайворонка, Н. В. Лобур, Т. М. Чайко та ін. Осмислюючи значення мови в житті етносу, В. В. Жайворонко зазначає: «Антропоцентризм світосприйняття передбачає передусім особистість як одиницю свідомості. Індивід можна розглядати як одну свідомість, або свідомість одного, і разом з тим як канал усвідомлення людиною свого часу, тобто оточення, в якому вона живе. Цим оточенням є звичайно етнос, колективна свідомість [5, с. 139].

Визнаючи мову за багатогранне й багатовимірне явище, лінгвісти акцентують: «Властивості мови настільки своєрідні, що можна, власне, говорити про наявність у мови не однієї, а декількох структур, кожна з яких могла б слугувати основою для виникнення цілісного мовознавства» [4, с. 59].

Мова є ваговою часткою національної культури, відбиває етнокультурні, народно-психологічні й міфологічні уявлення та переживання, тобто менталітет нації як етнічну специфіку людського світосприйняття. Нація, як і будь-яка інша спільнота, не може ні сформуватися, ні існувати без спілкування її членів, без збереження ними історичної пам'яті, надбань духовності, самоусвідомлення, без ідентифікації – відчуття належності до спільноти. Універсальним засобом здійснення «діалогу поколінь» є національна мова. Вона забезпечує єдність і розвиток нації у просторовому й часовому вимірах, виявляє ступінь національної свідомості й етнічну самосвідомість.

Національна мова – це засіб спілкування нації та засіб її самоідентифікації серед інших націй; важливий чинник консолідації конкретно-історичного соціуму [1, с. 60]. Поряд із територіальною, культурно-історичними ознаками вона постає найважливішою ознакою визначення народу, його самобутності, це засіб єднання поколінь та формування національної свідомості.

Мова формує образ реального чи уявного світу, яким його бачать її носії, та реалізує національну ідею – основоположну думку нації про щось. У кожному епоху цивілізація розвиненого суспільства має свої характерні особливості і провідні ідеї. Проте національна ідея не обмежується лише певною епохою, вона пов'язує всі епохи національного життя. Національна ідея передається від одного покоління до іншого у вигляді етнотекстів як усвідомлена традиція. Поза традицією національна ідея може набувати лише форми неусвідомленої інформації, що передається на несвідомому рівні як ідеальне прагнення.

В етнологічному й етнопсихолінгвістичному аспектах важливим є взаємозв'язок між мовою та національною ідентифікацією людини. Основою етнічного самоусвідомлення особистості постає материнська мова як первинна емоційна означеність.

Виокремлюють чотири системотворчі ознаки менталітету українського народу: інтровертованість вищих психічних функцій у сприйнятті навколишньої дійсності, що виявляється у зосередженості на фактах, проблемах внутрішнього, особистісно-індивідуального світу; кордоцентричність – сентименталізм, чутливість, емпатія, любов до природи, яскрава обрядовість, естетичність народного побуту; анархічний індивідуалізм, проявами якого виступають різноманітні форми опосередкованого прагнення до особистої свободи за умови відсутності організації, стійкості та дисципліни; перевага емоційного, почуттєвого над волею та інтелектом [12, с. 8]. Значущими «для українців є такі цінності: ставлення до землі як до Батьківщини-матері, до своїх культурно-історичних цінностей, толерантність щодо інших культур, релігій; волелюбність; перевага чуттєвого над раціональним.

Мова окремої людини, з одного боку, виступає онтологічно-комунікативним відбиттям особистісного стрижня буття, а з другого, – генеральною лінією розвитку колективного свідомості через протиставлення світу внутрішнього світові зовнішньому, суб'єктивного об'єктивному, духовного фізичному, нематеріального матеріальному. Відбуваються складні процеси формування особистісного та етнічного «я» [6, с. 68].

Етнологістика (грец. *ἔθνος* – народ і франц. *linguistique*, від лат. *lingua* – мова) – галузь мовознавства, яка вивчає зв'язки між мовою та різними сторонами матеріальної і духовної культури етносу – міфологією, релігією, звичаями, мистецтвом, етнопсихологією тощо [8, с. 164].

Важливим аспектом етнологістики, за В. Кононенком, є вивчення мови явищ традиційної народної культури, зафіксованої від її носіїв [7, с. 49]. Загалом у славістиці поширений погляд на те, що етнологістика є окремим напрямком мовознавства, окремою його галуззю, і навіть виходить за межі власне мовознавства. Загалом ключовою для етнологістичних студій є інтерпретація етномовних явищ у контексті теорії етносвідомості,

формування уявлень про самотність відтворення етнічної, національно-культурної картини світу та опис механізмів, які забезпечують розуміння культурних цінностей, ідеалів, стереотипів й установок певного етносу. Крім того, за мету сучасна етнологістика має «показати, як мова в різних формах її існування, на різних етапах її історії впливала і впливає на історію народу, на місце того чи того етносу в сучасному суспільстві [3, с. 65].

Вітчизняні й зарубіжні етнологісти акцентують на тому, що збирання й систематизація інформації про традиційну духовну культуру мають бути не фрагментарними, а містити достатній корпус свідчень про неї. В. Кононенко наголошує: «матеріал для етнологістичних студій має відповідати сучасним вимогам системності та зіставності, що може забезпечити... рівномірність охоплення етнологістичними дослідженнями всієї української етномовної території» [7, с. 66].

Таким чином, сучасна етнологістика – це не простий синтез мовознавства й етнології. Спираючись на відомості з антропології, культурології, соціології та етнопсихології, вона активно взаємодіє з іншими мовознавчими й гуманітарними дисциплінами та має свої мету, об'єкт, предмет, понятійний апарат, джерельну базу й методику вивчення. У центрі етнологістики як науки про національно-мовне життя знаходяться проблеми взаємодії мови і культури, вивчення впливу етнокультурних, етнопсихологічних чинників на функціонування мови.

Складовими частинами етнологістики деякі дослідники вважають етнопсихологію й лінгвокультурологію. Під етнопсихологією розуміють новий напрямок наукових досліджень, що розглядає мовну діяльність у контексті національно-культурної специфіки та з урахуванням національнокультурної складової дискурсу [9, с. 76].

Ця галузь досліджує етнопсихологічну детермінованість мовної свідомості й комунікації. Тому комплексною метою етнопсихологістики є опис: 1) особливостей функціонування національної мови як відображення і вияву національного ментальнолінгвального комплексу; 2) специфіки комунікативної та в першу чергу мовленнєвої поведінки представників певної національнолінгво-культурної спільноти; 3) характерних рис національного дискурсу і тих факторів, що визначають національно-лінгво культурну, етнопсихологічну детермінованість комунікативної діяльності, мовної свідомості, самого процесу спілкування.

До кола найактуальніших проблем етнопсихологістики, щільно пов'язаних з етнологічною проблематикою, мовознавці зараховують: 1) виявлення універсальних і національно-специфічних рис дискурсу; 2) дослідження його національно-культурних складників; 3) визначення й класифікація факторів, що зумовлюють національні особливості дискурсу; 4) розкриття, вивчення й опис феноменів, які відображають та визначають межі й ознаки національної картини світу; 5) виявлення й аналіз кодів та еталонів культури, окреслення культурнодетермінованої метрично-еталонної сфери; 6) вивчення й опис окультурених людиною сфер: просторової, часової, діяльнісної тощо; 7) виявлення й дослідження базових опозицій культури і найдавніших архетипних уявлень, що знайшли своє відображення в мові й дискурсі [7, с. 20].

Етнопсихологія – це самостійний науковий напрям, що розкриває важливі характеристики природи етносів. У центрі її уваги знаходяться проблеми, пов'язані з формуванням національного (етнічного) характеру, свідомості, стереотипів поведінки. Через вивчення особливостей психіки окремих народів етнопсихологія підходить до висвітлення загальних і специфічних рис їхнього світосприйняття. Пріоритетним завданням етнопсихології є національне відродження [8, с. 122]. Ця пріоритетність пов'язана з практичним значенням етнічної психології, яке полягає в активізації пасивної більшості населення, що допомагає політичній реакції одержати перемогу, усуненням перешкод, що запобігають

розвитку прагнення до свободи, яке виникає завдяки соціальнополітичній ситуації в певній державі. Етнопсихологія намагається глибоко проникнути в сутність етнічних процесів і явищ, аналізуючи їхній зміст. Вона покликана дати психологічну характеристику етносу.

Діяльність військовослужбовця пов'язана з напруженою психоемоційною діяльністю, зокрема з інтенсивним спілкуванням, що супроводжується емоціями, отриманням та опрацюванням великої кількості інформації, необхідністю швидкого прийняття відповідальних рішень. На емоційний стан військовослужбовця можуть також впливати – дестабілізуюча організація діяльності, не системність у виконанні завдань (перенавантаження), виснажлива психологічна атмосфера, нерівномірний розподіл обов'язків (перенавантаження), недостатність технічного та матеріального спорядження, бюрократичні труднощі, наявність конфліктів (горизонтальних і вертикальних) [10, с. 88].

Крім того, для військовослужбовця стійкість до впливу стресових чинників є однією з професійно важливих якостей, оскільки ймовірність їх психічного вигорання досить висока [13, с. 216, с.]. «Ці труднощі виникають у тих, чия робота супроводжується напруженою емоційною взаємодією з людьми». Серед симптомів емоційного вигорання у військовослужбовців виокремлюють байдужість, підвищення рівня негативізму, відчуття незадоволеності, деперсоналізації, зрештою істотне зниження якості життя, навіть на фоні фінансового та кар'єрного благополуччя. Синдром емоційного вигорання, як правило, виникає у комунікабельних, відкритих, емпатійних осіб. Внаслідок впливу негативних емоцій у них спрацьовує механізм психологічного захисту у формі часткового або повного обмеження емоцій у відповідь на психотравмуючі дії.

Вивчаючи основні види криз розвитку особистості, дослідниця Р. Грановська звертає увагу на ціннісну сферу особистості. Важливим чинником саморегуляції кризових станів професійної саморегуляції у дорослих є аксіологічний компонент, або ціннісна сфера особистості. Переживання кризових моментів є окремою проблемою, вирішення якої залежить від здатності дорослого до саморегуляції, переосмислення своєї ідентичності, яка приводить до нових форм діяльності, утворення компонентів самосвідомості, регуляторів діяльності особистості працівника [2, с. 167].

Симптоми вигорання військовослужбовців поділяють так: поведінкові (виникають через небажання вести документацію, формальне ставлення до службових завдань); афективні (емоційна втома, знижений настрій, збудливість); інтелектуальні (низька концентрація уваги, почуття фрустрації); фізіологічні (порушення сну, втома, головні болі, чутливість до інфекційних захворювань). Здатність особистості до самоконтролю є рисою емоційної стійкості та гнучкості. Вміння аналізувати, спостерігати реакції на стресову ситуацію допомагають віднайти сенс своєї професійної діяльності та виявити нові шляхи для самореалізації. Методами осмислення та профілактики емоційного вигорання у військовослужбовців можна вважати вправи, взаємопов'язані з аутогенним тренуванням як методом релаксації, контролю за емоційним станом, спостереженням за проявом власних емоцій.

Емоційна гнучкість є важливим чинником запобігання емоційному вигоранню. Військовослужбовець має бути гнучким, здатним змінювати ролі – з позиції учасника, залученого в емоційну ситуацію, на нейтральну зосередженість. Ця здатність є також способом професійного зростання, реалізованості особистості у професії та чинником її зрілості.

Отже, ознаками емоційного вигорання у військовослужбовців є байдужість, підвищення рівня негативізму, відчуття незадоволеності, деперсоналізації, зрештою істотне зниження якості життя, навіть на фоні фінансового та кар'єрного благополуччя. Симптоми вигорання військовослужбовців поділяють на: поведінкові (виникають через небажання

вести документацію, формальне ставлення до службових завдань); афективні (емоційна втома, знижений настрій, збудливість); інтелектуальні (низька концентрація уваги, почуття фрустрації); фізіологічні (порушення сну, втома, головні болі, чутливість до інфекційних захворювань). У складних проявах емоційне вигорання може супроводжуватись складними невротичними розладами і соматичними порушеннями.

Метами осмислення та профілактики емоційного вигорання у військовослужбовців можна вважати вправи, взаємопов'язані з аутогенним тренуванням як методом релаксації, контролю за емоційним станом, спостереженням за проявом емоцій. Психологічна підготовка і психологічний супровід є елементами психологічної роботи, в процесі яких формується така властивість особистості військового як психологічна стійкість, що сприяє утриманню напруження на прийнятному рівні. Таким чином, у здійсненні психологічної реабілітації учасників бойових дій велике значення має робота із соціумом, який готується до повернення ветеранів до мирного життя.

Тут ми безпосередньо впираємось у етнопсихолінгвістичну функціональність змісту психотерапевтичного впливу. Відомо, що етнопсихолінгвістика досліджує відмінності у мовленнєвій поведінці представників різних культур, чим тісно пов'язана з етнопсихологією і етнолінгвістикою. Закладачі основ вітчизняної етнопсихолінгвістики О. О. Потебня, а з 1970 року О. О. Леонтьєв визначали головним полем її аналізу з одного боку – співвідношення мови та національної культури, оскільки національні особливості мислення і поведінки фіксуються в знаках мови, а іншою базовою гранню досліджень названо вивчення функціональності мови як сутності, яка безпосередньо формує розуміння світу. Вивчення «мовних картин світу» автори вважали підвалинами світобачення, обумовленого культурою та менталітетом народу[11].

Застосування методів психотерапевтичної практики – системної, короткотермінової психотерапії допоможе подолати проблеми соціальної адаптації та емоційної сфери у військовослужбовців [14, с. 265]. Для цього необхідно об'єднувати зусилля різноманітних психологічних служб для проведення досліджень, спрямованих на уточнення психологічної реальності та психологічних наслідків війни, методів їх виявлення та корекції з метою організації допомоги ветеранам бойових дій.

Результати дослідження. У психологічному дослідженні брали участь 40 родин військовослужбовців. Серед них 20 жінок та 20 чоловіків. З родинами військовослужбовців була проведена психотерапевтична робота. З метою соціальної адаптації та стабілізації емоційних станів було використано такі методи: методику вивчення локусу контролю Дж. Роттера; методику диференційної діагностики депресивних станів В. Зунге; опитувальник ММРІ; багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» А. Маклакова, С. Чермяника; методика «Цілі життя» Дж. Крамбо; анкета опитування родин військовослужбовців.

За результатами методики «Цілі життя» Дж. Крамбо встановлено, що у 44,3% досліджуваних переважає високий рівень прояву цілей у житті, у 35,8% середній, а в 19,9% низький. Це свідчить про те, що у досліджуваних переважає високий рівень прояву цілей у житті, цілеспрямованість відіграє важливу роль у діяльності військовослужбовців. Також у 47,4% досліджуваних встановлено високий рівень вираження процесу життя, у 37,2% середній, а в 15,4% низький. Це означає, що у родин військовослужбовців домінує високий рівень вираження процесу життя, оскільки вони зосереджені на процесуальній стороні життя. У 48,4% опитаних переважає високий рівень прояву результату життя, у 34,6% середній, а в 17% низький. Це свідчить про те, що у родин військовослужбовців встановлено високий рівень вираження результату життя, вони прагнуть досягнути високих результатів у професійній діяльності. У 45,7% досліджених встановлено високий

рівень вираження локусу контролю Я, у 36,2% середній, а в 18,1% низький. Це свідчить про те, що у родин військовослужбовців виявлено високий рівень прояву локусу контролю Я, що виражається у прагненні особистості до самоконтролю та самоменеджменту у власній діяльності. Також у 47,6% родин військовослужбовців домінує високий рівень вираження локусу контролю життя та загальний показник осмисленості життя, у 34,3% середній, а в 18,1% низький. У родин військовослужбовців переважає високий рівень прояву локусу контролю життя та загальний показник осмисленості життя, що виражається у схильності до переосмислення світоглядних цінностей, рефлексії у щоденній діяльності (рис. 1).

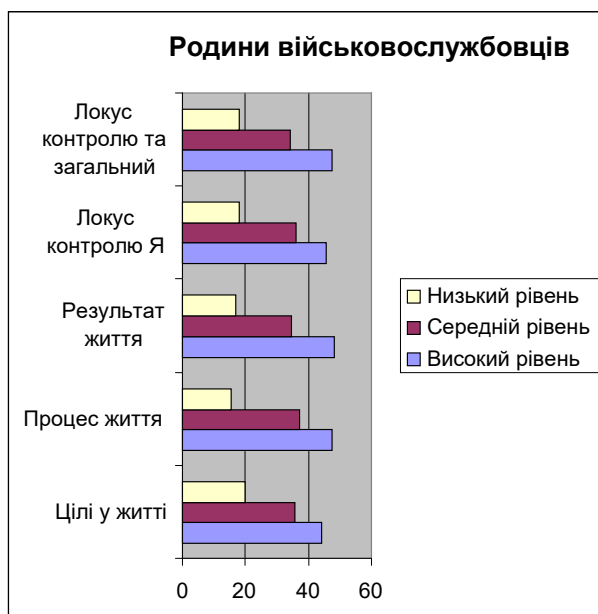


Рис. 1. Результати, отримані за методикою «Цілі життя» Дж. Крамбо

Згідно із результатами анкетування встановлено, що на запитання анкети «Які цінності відіграють важливу роль у житті Вашої родини?» 44,2% родин військовослужбовців відповіли, що патріотичні та 37,6% осіб відповіли, що духовні цінності відіграють важливу роль у їхньому житті, а 18,2% респондентів відповіли, що соціальні цінності відіграють важливу роль у житті родини. Див. Рис. 2.

На наступне запитання анкети «Що додає психологічної підтримки Вашій родині?» 73,4% респондентів відповіли, що підтримку надає віра в Бога, 20,3% відповіли, що підтримку надає спілкування з рідними, 6,3% опитаних відповіли, що підтримку додає спілкування з друзями. Див. Рис. 3.

На запитання анкети «Які ідеали згуртовують Вашу родину?» 55,4% респондентів відповіли, що родину згуртовує патріотизм, взаємна підтримка, 40,2% відповіли, що підтримку надають духовні цінності, віра у Бога, 4,4% родин військовослужбовців відповіли, що усвідомлення сенсу життя та любов до дітей згуртовують родину. Згідно із результатами анкетування встановлено, що для більшості родин військовослужбовців підтримкою є віра в Бога та духовні та патріотичні цінності, родину згуртовує взаємна підтримка, усвідомлення сенсу життя та любов до дітей. Більшість опитаних відповіли, що підтримують

один одного через похвалу та емоційну підтримку, родини військовослужбовців відвідують групи психотерапевтичної підтримки.



Рис. 2. Результати анкетування серед родин військовослужбовців



Рис. 3. Результати анкетування серед родин військовослужбовців

Висновки. За результатами якісного аналізу встановлено, у родин військовослужбовців переважає високий рівень інтернальності у сфері досягнень, у сфері професійних, сімейних відносин, інтернальності у ставленні до здоров'я, середній рівень інтернальності у сфері невдач. Також у родин військовослужбовців переважає високий рівень, цілей у житті, вираження процесу, результату життя, локусу контролю Я, осмисленості життя, адаптивності, нервово-психічної стійкості. У військовослужбовців переважає високий рівень латентної депресії, екстраверсії, прийняття відповідальності, маскулітності, афективної ригідності, середній рівень пошуку соціальної підтримки, емоційної лабільності, соціальної дезадаптації, тривоги.

Важливо проводити соціально-психологічну адаптацію учасників бойових дій, сутність якої складають когнітивно-сміслова переробка травматичної інформації та досвіду, відреагування травматичного матеріалу в умовах емоційної підтримки, вирішення особистісних проблем ветеранів.

Підсумовуючи досвід спостережень маємо підстави стверджувати про важну грань етнопсихолінгвістичної ролі в психотерапії: в моменти межових екзистенційних доцільностей психодуховної допомоги війнству етнопсихолінгвістичні конструкти терапевтичних діалогів часто складають базову основу досягнення результату енергетичного заряду лікувального слова.

Список використаної літератури

1. Грабовська І. Проблема засад дослідження українського менталітету та національного характеру. Київ. 2001. № 5. С. 58–69.
2. Грановська Р. М. Психологічний захист. Видавництво: Мова, 2007. 476 с.
3. Єрмоленко С. С. Мовне моделювання дійсності і знакова структура мовних одиниць : [монографія]. К. : Вид. дім Дмитра Бураго, 2006. 384 с.
4. Жайворонок В. В. Мовні знаки української етнокультури в антропоцентричному висвітленні. Мовознавство. 2012. № 2. С. 58–64.
5. Жайворонок В. В. Символіка народного та авторського (крилатого) слова й виразу. Мовознавство. 2005. № 3–4. С. 138–147.
6. Кісь Р. Мова, думка і cultural реальність (від Олександра Потебні до гіпотези мовного релятивізму). Л. : Літопис, 2002. 304 с.
7. Кононенко В. Концепти в етнолінгвістичному аспекті. Етнолінгвістичні студії 1 : зб. наук. праць / відп. ред. Г. Грищенко, В. Конобродська. Житомир : Полісся, 2006. С. 48–55.
8. Савицька О. В., Співак Л. М. Етнопсихологія : [навч. посіб.]. К. : Каравела, 2011. 264 с.
9. Семенов О. М. Етнолінгводидактична культура педагога. Практикум : [навч. посіб.]. К., Глухів, 2006. 251 с.
10. Соколовський С. І. Професійне емоційне вигорання державних службовців: діагностика проблеми [Електронний ресурс]. Публічне адміністрування: теорія та практика. 2010. № 10. С. 234–246. URL: dridu.dp.ua
11. Сулятицький І. В. Етнолінгвістичні аспекти психотерапевтичної практики. Матеріали звітних наукових конференцій факультету педагогічної освіти. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2023. Вип. 8. С. 83–86.
12. Явір В. В. Мова і духовність нації. Культура – духовність – мистецтво. К., 1995. С. 7–12.
13. Sulyatsky I. V., Saiko H. Ya. Sociopsychological mechanisms of overcoming traumatic stress by military personnel. Visnyk of Lviv University. Series Psychological Sciences. 2018. Issue 33. P. 215–225.
14. Sulyatytsky I., Ostrovska K., Sajko K., Chorna I., Khrushch O. Parameters of creativity in modern psychotherapeutic practice. Creativity Studies. 2022. Vol. 15, no. 1. P. 263–277.

ETNOLINGUISTIC SPECIFICITY OF COMMUNICATION BETWEEN FAMILIES OF COMBATANTS

Ivan Sulyatytsky

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000,
<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>
e-mail: sulo@ukr.net*

Khrystyna Saiko

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000,
<https://orcid.org/0000-0002-4397-6930>
e-mail: xristina.sayko@ukr.net*

Marta Opria

*Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska Str., Lviv, Ukraine, 79000,
<https://orcid.org/0009-0005-5435-1775>
e-mail: martaopria@gmail.com*

Ethnological and ethnopsycholinguistic aspects, the relationship between language and national identification of a person is important. The basis of the ethnic self-awareness of the individual is the mother tongue as a primary emotional meaning. Among the four system-forming features of the mentality of the Ukrainian people, namely: introversion of higher mental functions in the perception of the surrounding reality; sensitivity, empathy, love for nature, vivid ritualism; the advantages of the emotional, sensory – the main psychotypological function is given to speech identification.

The activity of a military serviceman is associated with intense psycho-emotional activity, in particular with intensive communication, often language affinity becomes dominantly significant for optimal decision-making. The emotional state of a serviceman can also be affected by a destabilizing organization of activities, non-systematic performance of tasks (overload), exhausting psychological atmosphere. Speech identifiers "soften" the intensity of emotional Symptoms of burnout of servicemen are divided as follows: behavioral (caused by reluctance to keep documentation, formal attitude to official tasks); affective (emotional fatigue, low mood, excitability); intellectual (low concentration of attention, feelings of frustration). Exercises, the explanations of which fall into the plane of the archetypal meaning-making construct, which is interconnected with inner speech as a method of relaxation, balancing the emotional state, can be considered methods of understanding and prevention of emotional burnout in military personal.

One of the basic functions of the socio-psychological adaptation of combatants is the cognitive and semantic processing of traumatic information and traumatic experiences, as well as the processing of traumatic circumstances in conditions of emotional support, when the circumstances of personal growth are optimally created, including the sensitive field of the combatant's family.

Observational experience gives grounds to assert an important aspect of the ethnopsycholinguistic role in psychotherapy: in moments of borderline existential expediency of psychospiritual assistance to the military, ethnopsycholinguistic constructs of therapeutic dialogues often constitute the basic basis for achieving the result of the energetic charge of the healing word.

Key words: ethnolinguistics, families of combatants, psychotherapy, emotional burnout, socio-psychological adaptation, life goals.

*Дата першого надходження статті до видання: 05.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

УДК 159.9, 316.6

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.29>

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ

Надія Терлецька

Львівський національний університет імені Івана Франка,

вул. Університетська, 1, м. Львів, Україна, 79000

<https://orcid.org/0009-0005-4691-8292>

e-mail: nad.terletska@gmail.com

У статті здійснено комплексний теоретичний аналіз феномену емоційного вигорання студентів закладів вищої освіти в умовах повномасштабної війни в Україні. Обґрунтовано актуальність дослідження, зумовлену поєднанням традиційного академічного навантаження та екстремальних чинників воєнного часу, які суттєво впливають на психоемоційний стан і навчальну діяльність здобувачів освіти. Розглянуто еволюцію наукових підходів до розуміння синдрому емоційного вигорання – від теорії стресу Г. Сельє до сучасних концепцій Г. Фрейденберґера, К. Маслач та інших зарубіжних і вітчизняних дослідників. Проаналізовано специфіку проявів емоційного виснаження, академічного цинізму та редукції особистих досягнень у студентської молоді в умовах хронічного воєнного стресу. Визначено основні екзогенні та ендогенні чинники формування емоційного вигорання, серед яких особливе місце посідають постійна загроза життю, повітряні тривоги, порушення режиму сну, інформаційне перевантаження, соціальна ізоляція, інфраструктурні труднощі, зниження навчальної мотивації та невизначеність майбутнього. Доведено, що поєднання зазначених факторів спричиняє погіршення когнітивних функцій, емоційне виснаження, втрату професійної мотивації та зниження ефективності навчальної діяльності. Зроблено висновок, що емоційне вигорання студентів під час війни є складним багатофакторним психологічним явищем, яке потребує комплексного міждисциплінарного вивчення та впровадження ефективних психолого-педагогічних заходів профілактики й психологічної підтримки студентської молоді.

Ключові слова: емоційне вигорання, студенти, заклади вищої освіти, воєнний стан, психоемоційне виснаження, академічний стрес, когнітивне виснаження, навчальна діяльність, психологічна адаптація, психічне здоров'я.

Актуальність теми Сучасний етап розвитку української системи освіти характеризується тривалим функціонуванням в умовах повномасштабної військової агресії Росії – країни агресорки, в основі якої лежить ідеологія людиноненавистництва та загарбання чужих територій. Цей чинник докорінно змінив традиційне освітнє середовище в Україні і перетворив навчально-виховний процес на специфічний вид інтелектуальної діяльності, що реалізується в екстремальних та кризових ситуаціях. Екстремальність навчання під час війни обумовлена постійним поєднанням двох деструктивних груп, до яких відносять, по-перше, *групу безпеки, яка включає в себе:* загрозу життю людини, регулярні повітряні тривоги, вимушене переміщення населення, руйнування енергетичної інфраструктури України, і, по-друге, *групу побутово-інфраструктурну:* тривалі блекаути, дефіцит стабільного зв'язку та необхідність адаптації до навчання в укриттях.

Беручи до уваги психологію освітньої навчальної діяльності студентів, навчання за таких умов втрачає ознаки стабільності та ефективності. Воно вимагає від здобувачів

вищої освіти надмірної мобілізації когнітивних і вольових ресурсів на тлі хронічної депривації базової потреби в безпеці (згідно з ієрархією потреб А. Маслоу). Постійна необхідність концентрувати увагу на складних теоретичних завданнях у моменти потенційної загрози життю, створює ситуацію глибокого навчального дистресу, відтак когнітивно-вольова сфера студентів зазнає виснаження значно швидше, ніж у мирний час, що робить проблему емоційного вигорання (ЕВ) принципово важливою для аналізу життєстійкості сучасної студентської молоді.

Емоційне вигорання серед студентів має свої особливості. Воно часто виражається тривожністю або апатією, а іноді проявляється емоційною нестійкістю, що ускладнює ефективне засвоєння знань та формування професійних умінь та навичок, з одного боку, а з другого – високі вимоги освітніх програм у поєднанні з необхідністю самостійно опановувати великий обсяг інформації створюють передумови для поступового розвитку емоційного вигорання. Це явище проявляється у зниженні мотивації до навчання та погіршенні психоемоційного стану, що безпосередньо негативно впливає на результати навчальної діяльності та соціальну адаптацію молодих людей.

Метою статті є теоретичне обґрунтування, систематизація та комплексний аналіз психологічних особливостей емоційного вигорання у студенті під час навчання, що формується під впливом нормативного навчального навантаження та екстремальних чинників тривалого воєнного стану.

Виклад основного матеріалу. Наукові передумови концепції емоційного вигорання безпосередньо пов'язані з теорією стресу Г. Сельє[30]. У 1936 році вчений увів поняття «загальний адаптаційний синдром», описавши універсальну реакцію організму на тривале напруження. Він виділив три його основні стадії: тривогу, резистентність та виснаження. Стадія виснаження стала теоретичним підґрунтям для подальшого осмислення феномену вигорання [30].

Ідеї Г. Сельє були розвинені у психологічних моделях стресу, зокрема у когнітивній теорії оцінки стресу, яку запропонував американський психолог Лазарус[27]. Вчений стверджував, що вирішальне значення для розуміння поняття вигорання має суб'єктивна оцінка реальної ситуації та власних ресурсів для подолання вигорання. Отже, вигорання почали розглядати як результат тривалого дисбалансу між вимогами середовища та особистісними ресурсами.

Безпосереднє введення терміну вигорання «burnout» пов'язують з ім'ям американського психіатра Г. Фрейденберґера. У 1974 році він опублікував статтю, в якій описав стан емоційного виснаження у працівників соціальних служб і волонтерів. Г. Фрейденберґер визначив вигорання як стан фізичного та емоційного виснаження, що виникає внаслідок надмірної відданості роботі, ідеалам або людям, які не приносять очікуваної винагороди [26].

Його підхід мав клінічний характер і базувався на спостереженнях за пацієнтами. Вчений підкреслював поступовість процесу виснаження: від ентузіазму до розчарування, від надмірної самовіддачі до цинізму та втрати сенсу. Г. Фрейденберґер одним із перших звернув увагу на парадокс: вигорають не байдужі, а надмірно мотивовані працівники.

Треба також зазначити, що системне наукове осмислення цього феномену здійснила американська дослідниця К. Маслоу. У 1980-х роках вона сформулювала класичну тривимірну модель вигорання: емоційне виснаження, деперсоналізація / академічний цинізм, редукція особистих досягнень[28].

У студентському середовищі під час війни емоційне виснаження (**Emotional Exhaustion**) перестає бути просто втомою від сесії, яка минає після відпочинку. Воно сприймається як тотальний брак енергетичного ресурсу, хронічна психофізична спустошеність

та емоційна інверсія. Сучасні здобувачі вищої освіти стикаються з феноменом «психічного оніміння» (psychic numbing), коли через надмірну кількість стресогенних стимулів (новини про загибель, руйнування, обстріли) психіка блокує гострі емоційні реакції для самозахисту. Студенти описують цей стан як «внутрішню порожнечу» та відсутність сил для прояву будь-яких емоцій — як негативних, так і позитивних. Оскільки навчальний процес вимагає від студентів залученості та інтересу, виснажений студент неспроможний накопичувати базовий вольовий ресурс для роботи як в онлайн, так і в оф-лайн режимі. Окрім цього, накладається втома від співчуття, коли тривале емпатування загальнонаціональній біді виснажує емоції, а відтак унеможливорює адекватне реагування студентів на академічні вимоги викладачів. Деперсоналізацію вчена трактує як формування негативного, бездушного або надто цинічного ставлення до викладачів, однокурсників чи самого процесу навчання. В умовах війни цей компонент трансформується у глибокий академічний та екзистенційний цинізм. Для студентства захисним психологічним механізмом стає тотальне знецінення освітньої діяльності. Перед обличчям перманентної загрози смерті чи каліцтва здобувачі висувують внутрішні контраргументи: *«Який сенс вчити формули чи складати заліки, якщо будівлю мого університету завтра може зруйнувати ракета?»*. Ця реакція є спробою захистити своє внутрішнє «я» від фрустрації через неконтрольованість майбутнього [28]. К. Маслач зазначає, що деперсоналізація проявляється також у відчуженні від академічної спільноти: викладачі починають сприйматися як «носії нереалістичних вимог», які не зважають на контекст війни, а взаємодія з однокурсниками зводиться до сухого формального обміну інформацією в месенджерах, що посилює його(студента) соціальний вакуум.

Отже, синдром емоційного вигорання, як підкреслює К. Маслач, характеризується падінням академічної самооцінки, виникненням стійкого почуття власної неспроможності та інтелектуального регресу, що, своєю чергою, призводить до редукції особистих досягнень. Під впливом хронічного воєнного стресу відбувається функціональне пригнічення префронтальної кори головного мозку. Це спричиняє погіршення вищих психічних функцій індивіда:

- Різко знижується обсяг оперативної пам'яті.
- Погіршується концентрація та стійкість уваги (складність довго сосереджуватися на тексті).
- Уповільнюються процеси аналізу та синтезу інформації.

Коли студент стикається з тим, що завдання, які раніше виконувалися легко, тепер викликають тривалу затримку та інтелектуальний ступор, що призводить до когнітивного паралічу. Замість розуміння того, що зниження когнітивних функцій — це природна реакція організму на хронічний дистрес, студенти схильні інтерпретувати цей стан як ознаку власних лінощів чи втрати професійної придатності. Формується стійке відчуття академічної провини та меншовартості, що повністю блокує пізнавальний інтерес та ініціативу студента.

Отже, К. Маслач розглядала вигорання як відповідь на хронічні міжособистісні стресори як в професійній, так і в навчальній діяльності. Спочатку концепція стосувалася «допомагаючих професій» (лікарі, соціальні працівники, вчителі), однак згодом її поширили на широкий спектр інших видів діяльності.

Європейські дослідники розширили розуміння цього феномену, розглядали вигорання як багатостадійний процес, що включає ентузіазм, стагнацію, фрустрацію, апатію та повне виснаження. Він підкреслював роль особистісних установок — перфекціонізму, завищених очікувань та ідеалізації професії.

Подальші дослідження запропонували альтернативні моделі. Однією з найвідоміших є модель вимог і ресурсів роботи, розроблена А. Баккером. Вона пояснює вигорання

як наслідок дисбалансу між високими професійними вимогами (навантаження, емоційна напруга, рольова невизначеність) і недостатніми ресурсами (підтримка, автономія, зворотний зв'язок).[25]

Особливу увагу у європейській традиції приділено організаційним чинникам: стилю керівництва, структурі навантаження, соціальній підтримці в колективі. Таким чином, фокус поступово змістився від індивідуальних рис до соціально-економічних умов праці.

Проте, аналіз вітчизняного наукового дискурсу засвідчує, що класичні західні моделі, які базувалися на суто операційному та дефіциті часу(навчальному навантаженні, складності навчальних програм, перевантаженні завданнями, конкуренції серед студентів), є недостатніми для опису стану сучасного українського юнацтва. Специфіка навчання студентської молоді під час повномасштабного воєнного стану вимагала залучення нових теоретико-прикладних підходів.

Відтак, особливе місце в аналізі ослаблення та знесилення під час навчального процесу посідають праці таких вітчизняних вчених, як О. Прокопенко, Л. Карамуш В. Шкраб'юк, Д. Білик, Л. Водянка, Д. Суховерха, А. Занюк, В. Наумова Н. Савелюк. Їхні праці присвячені безпосередньо феномену емоційного виснаження студентів в умовах війни. Вони доводять, що поєднання хронічної тривоги,, з одного боку, а з другого – інформаційного перенасичення та перманентної невизначеності майбутнього, радикально посилює когнітивний ступор на молодь, перетворюючи звичайну втому на клінічно виражене виснаження.

Так,наприклад,питання суб'єктивного сприйняття та переживання під час воєнного стану студентською молоддю ґрунтовно досліджено [24] Авторка фіксує зміщення фокусу наукового інтересу від загальних фізіологічних адаптаційних проявів до унікальних індивідуально-психологічних реакцій особистості в ситуаціях хронічної суспільної нестабільності.

У працях, професорки Л. Карамуш, кінець 1990-х початок 2000-х років, яка працювала в руслі психології праці та педагогічної психології, вигорання розглядалося як наслідок професійного стресу в організаціях, особливо в освітній сфері. Вона підкреслювала зв'язок вигорання з організаційною культурою, стилем керівництва та психологічним кліматом у колективі. Науковиця однією з перших адаптувала зарубіжні підходи до українських реалій та інтегрувала цю проблему у систему підготовки керівників освітніх установ [6].

Таким чином, на сучасному етапі вигорання розглядається як специфічний професійний синдром, що має психологічні, поведінкові й соматичні прояви і визначається як:

- хронічний психоемоційний стан, спричинений тривалим впливом професійного стресу (Л. Водянка, Д. Суховерха, А. Занюк) [3];
- процес поступової втрати енергії, мотивації та залученості до роботи (В. Наумова) [13];
- синдром, що включає емоційне виснаження, цинізм і зниження ефективності (В. Шкраб'юк, Д. Білик) [23].

Деякі автори підкреслюють процесуальний характер явища: вигорання не виникає раптово, воно розгортається як накопичення невирішених стресових ситуацій (М. Павлюк, Д. Журавська, Н. Клімишина) [15]. Інші наголошують на його екзистенційному вимірі – втраті сенсу професійної діяльності (М. Лаврова) [8].

Отже, розвиток синдрому емоційного вигорання (СЕВ) у здобувачів вищої освіти за умов мирного часу традиційно розглядався крізь призму дисбалансу між когнітивними зусиллями та дефіцитом часу. Проте детермінація СЕВ під час повномасштабної війни в Україні набула біфокального характеру, де на класичні внутрішньоакадемічні стресори

накладаються екстремальні макросоціальні чинники. Систематизація цих чинників дозволяє розділити їх на дві взаємопов'язані групи: екзогенні (зовнішні, середовищні) та ендогенні (внутрішні, психологічні).

Екзогенна складова вигорання сучасної студентської молоді обумовлена тотальною деструкцією звичного життєвого простору та інфраструктурними викликами, серед яких найбільш руйнівними є, з одного боку, деструкція безпекового контуру та хронічна депривація сну, а з другого – інфраструктурний дискомфорт та вимушена адаптація до блекаутів. Деструкція безпекового контуру та хронічна депривація сну, тобто перманентна загроза ракетних та дронівих обстрілів, що супроводжується регулярними нічними повітряними тривогами, призводить до формування синдрому фрагментарного сну. Беручи до уваги особливості нейрофізіології людини, постійне переривання нічного відпочинку блокує фазу швидкого сну (REM-фазу), яка відповідає за психологічну переробку стресогенної інформації, стабілізацію емоційного фону та консолідацію довготривалої пам'яті. Виснаження сну призводить до акумулятивного ефекту: нервова система втрачає здатність до самовідновлення, що знижує когнітивний поріг сприйняття стандартного навчального навантаження. Здобувачі починають навчальний день у стані фізіологічного та психічного виснаження ще до моменту включення в навчальну діяльність. Інфраструктурний дискомфорт та вимушена адаптація до блекаутів, хронічні відключення електроенергії, нестабільність інтернет-з'в'язку та необхідність перебування в непристосованих підвальних приміщеннях (укриттях), під час повітряних тривог, створюють ситуацію постійного побутового дискомфорту. Навчання в таких умовах вимагає від юнаків додаткових зусиль для розв'язання суто технічних і логістичних завдань (пошук локацій зі світлом, підзарядка гаджетів, підлаштування під графіки вимкнень). Це зумовлює виникнення феномену «техностресу», який накладається на класичний академічний стрес і прискорює виснаження вольових ресурсів, що, своєю чергою, призводить до руйнування соціалізації особистості, а відтак його ізоляції. Відомо, що юнацький вік вимагає інтенсивного особистісного спілкування з однолітками як провідної діяльності та ключової умови успішної соціалізації. Вимушена цифровізація освіти та тривалий онлайн-формат ізолюють молоду людину у чотирьох стінах. Відсутність живого неформального контакту, спільного дозвілля та групової підтримки позбавляє юнацтво природного буферу проти стресу. Соціальна ізоляція підсилює почуття самотності та безпорадності, що є прямим тригером апатичних проявів СЕВ.

Якщо екзогенна складова вигорання студентів тісно пов'язана з деструкцією їхнього звичного навчального простору, то ендогенні чинники формування СЕВ, тобто внутрішня, психологічна площина формування вигорання тісно пов'язана зі специфікою сприйняття воєнної дійсності та перебудовою когнітивної сфери молоді, яке призводить до звуження горизонту планування синдром «відкладеного життя». Відомо, що центральним новоутворенням юнацького віку є життєве самовизначення та побудова довгострокової часової перспективи. Перманентна безпекова та економічна нестабільність руйнує цю перспективу, звужуючи горизонт планування до кількох днів або тижнів. Неможливість передбачити, чи відбудеться завтрашнє заняття, чи вдасться закінчити семестр або отримати диплом, викликає екзистенційну кризу. Студенти починають сприймати тривалі інвестиції часу в освіту як ірраціональні («*Навіщо вчити це зараз, якщо завтра все може змінитися?*»), що, своєю чергою, призводить до стрімкої втрати навчальної мотивації та формування академічної апатії. Отже, когнітивне перевантаження, прагнення контролювати ситуацію в умовах реальної небезпеки змушує студентів перебувати у стані постійної інформаційної гіперпильності. Нав'язливе гортання новинних стрічок у соціальних мережах (думскролінг), підсилене страхом пропустити критично важливе повідомлення (FOMO-ефект щодо безпекових пабліків), створює безперервний потік

негативних стимулів. Це виснажує увагу особистості. Коли студент сідає за виконання навчальних завдань, його префронтальна кора вже перебуває у стані когнітивного перевантаження, викликаного обробкою воєнної хроніки.

Таким чином, поєднання депривації сну, інфраструктурного стресу, соціальної відірваності, втрати майбутнього та інформаційного пресингу створює специфічний акумулятивний механізм формування СЕВ під час війни. Цей комплекс чинників перетворює класичне академічне вигорання на глибинне психоемоційне виснаження особистості.

Висновки. Поняття емоційного вигорання пройшло шлях від клінічних спостережень до багатовимірної теоретичної конструкції. Його витoki пов'язані з теоріями стресу. Сучасні підходи щодо вирішення цієї проблеми інтегрують індивідуальні, міжособистісні та організаційні чинники, розглядаючи вигорання як результат тривалого дисбалансу між вимогами навчальної діяльності та ресурсами особистості. А в умовах воєнного стану та тривалого академічного дистресу прояви цих симптомів у студентської молоді зазнають суттєвих деструктивних змін, а відтак набувають специфічного патопсихологічного та екзистенційного характеру.

Список використаної літератури

1. Бальбуза О. М. Використання методів арт-терапії у подоланні «синдрому емоційного вигорання». *Арт-терапія в роботі психолога: інноваційні підходи*. 2021.– С. 17-21.
2. Берегова Н., Подлюк Я. Прояви негативних психічних станів у юнацькому віці: причини, особливості та шляхи подолання. *Psychology Travelogs*. 2025. №2.– С. 115-122.
3. Водянка Л. Д., Суховерхівка Д.А., Занюк А.А. Поняття емоційного вигорання та його профілактика. *Інвестиції: практика та досвід*. 2022. №3. С.9-53.
4. Грицук О. В. Основні принципи та підходи в дослідженні синдрому емоційного вигорання у зарубіжній психології. *Актуальні проблеми психології*. 2012. Вип. 35.– С. 30-33.
5. Івасюк А. Генеза емоційного вигорання особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. С. 71-80.
6. Карамушка Л.М., Гнускіна Г.В. Психологія професійного вигорання підприємців : монографія. Київ : Логос,– 2018 с.
7. Каряка І. В. Психокорекція емоційного вигорання особистості засобами психодрами. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. №2. 2019.– С. 23-28.
8. Лаврова М. Теоретичний аналіз сучасних поглядів на поняття «емоційне вигорання». *Вісник Одеського національного університету. Психологія*. 2014. – №19.2 (32).
9. Льошенко О., Кондратьєва В. Діагностика, профілактика, корекція синдрому «емоційного вигорання». *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. №10. С. 105-112.
10. Максименко С., Деркач Л., Кіричевська Е., Касинець М. Психологія когнітивних процесів: науковий посібник. Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ: 2022. – 420 с.
11. Міщенко М. С. Профілактика та корекція емоційного вигорання у практичних психологів. *Вісник Харківського національного університету імені ВН Каразіна. Серія: Психологія*. 2015. №15. – С. 30-33.
12. Морочило Н. Дослідження та профілактика емоційного вигорання у студентів університету. *Вісник студентського наукового товариства ДонНУ імені Василя Стуса*. 2020. –№1.12. С. 237-241.
13. Наумова В. Ю. Феномен емоційного вигорання. *Освіта дорослих: енциклопедичний словник*.– 2014. С.
14. Павлеєв В. О., Дем'яненко Б. Т. Психодіагностика та психокорекція синдрому емоційного вигорання у юнаків. *Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя (НДУ імені Миколи Гоголя)*–. 2022. С. 121.

15. Павлюк М., Журавська Д., Клімишина Н. Психологічні чинники емоційного вигорання у професійній діяльності. *Актуальні проблеми психології. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості*. 2018.– №18.11 С. 226-244.
16. Первий В., Перепелюк Т. Психодіагностика та психокорекція професійного вигорання педагогів. *Психологічний журнал*. 2025.– №15. С. 122-128
17. Прокопенко О.А. Емоційне виснаження студентів та втома під час війни. *Проблеми сучасних трансформацій. Серія: педагогіка та психологія*. 2025. – №7. С. 1-6.
18. Сергєєнкова О., Столярчук О. Криза фахового навчання як підґрунтя емоційного вигорання студентів. *Педагогічна освіта: Теорія і практика. Психологія. Педагогіка*. 2017. – №27. С. 1-5.
19. Скорич С. Психологічні особливості адаптації юнаків до навчання в освітньому середовищі під час війни. *Збірник наукових праць кафедри психології та соціальної роботи «Сучасні тенденції психологічної 2 самоздійснення особистості»*. 2025. Вип. 15(II). С. 212-214.
20. Стаднюк Л. А. Синдром емоційного вигорання: фактори, що сприяють його виникненню і попередженню. *Вісник наукових досліджень*. 2017. №1. С. 145-149.
21. Теслик Н. М., Самофал А. О. Емоційне вигорання студентів з різними мотивами навчальної діяльності в умовах воєнного стану. *Психологічний журнал*. 2023. №12.2. С. 262-265.
22. Цюприк А., Федорович С. Профілактика емоційного вигорання. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2019. № 1. С. 160-170.
23. Шкраб'юк В., Білик Д. Емоційне вигорання особистості: психологічний аналіз проблеми. *Молодий вчений*. 2020. №10 (86). С. 293-296.
24. Савелюк Н. Переживання стресу в умовах війни: досвід українського студентства // *Психологія: реальність і перспективи : збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету*. 2022. Вип. 18. С. 141–152.
25. Bakker A. B., Demerouti E. The Job Demands–Resources Model: State of the Art. *Journal of Managerial Psychology*. 2007. Vol. 22(3). P. 309–328.
26. Freudenberger H. J. Staff Burn-Out. *Journal of Social Issues*. 1974. Vol. 30(1). P. 159–165.
27. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York : Springer Publishing Company, 1984. 445 p.
28. Maslach C., Jackson S. E. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Occupational Behavior*. 1981. Vol. 2(2). P. 99–113.
29. Maslow A. H. A Theory of Human Motivation. *Psychological Review*. 1943. Vol. 50, No. 4. P. 370–396.
30. Selye H. A Syndrome Produced by Diverse Nocuous Agents. *Nature*. 1936. Vol. 138. P. 32.
31. Selye H. *Stress without Distress*. Philadelphia : J. B. Lippincott, 1974. 171 p.

FEATURES OF EMOTIONAL BURNOUT AMONG HIGHER EDUCATION STUDENTS DURING LEARNING UNDER WARTIME CONDITIONS

Nadija Terlezka

Ivan Franko National University of Lviv,
1, Universytetska str., Lviv, Ukraine, 79000
<https://orcid.org/0009-0005-4691-8292>
e-mail: nad.terletska@gmail.com

The article presents a comprehensive theoretical analysis of emotional burnout among higher education students under the conditions of the full-scale war in Ukraine. The relevance of the study is determined by the combination of traditional academic workload and extreme wartime factors that

significantly affect students' psychological well-being and learning performance. The paper reviews the evolution of scientific approaches to the concept of burnout, beginning with H. Selye's stress theory and continuing through the models proposed by H. Freudenberger, C. Maslach, and other international and Ukrainian scholars. Particular attention is paid to the specific manifestations of emotional exhaustion, academic cynicism, and reduced academic effectiveness experienced by students under prolonged military stress. The study identifies the main exogenous and endogenous factors contributing to burnout, including constant threats to personal safety, air raid alarms, sleep deprivation, information overload, social isolation, infrastructure disruptions, declining academic motivation, and uncertainty about the future. It is demonstrated that the cumulative impact of these stressors leads to impaired cognitive functioning, emotional exhaustion, decreased educational engagement, and reduced academic performance. The findings suggest that emotional burnout among university students during wartime represents a complex multidimensional psychological phenomenon requiring further interdisciplinary research and the implementation of effective psychological and pedagogical strategies aimed at prevention, resilience development, and mental health support within higher education institutions.

Key words: emotional burnout, university students, higher education, martial law, emotional exhaustion, academic stress, cognitive exhaustion, learning activity, psychological adaptation, mental health.

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

УДК 159.923.2.

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.30>

НЕВЕРБАЛЬНА КОМУНІКАЦІЯ У ДІЛОВИХ ПЕРЕГОВОРАХ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІР

Дмитро Швець

*Львівський державний університет внутрішніх справ,
вул. Городоцька, 26, м. Львів, Україна, 79007
<https://orcid.org/0000-0002-1999-9956>
e-mail: shvetc@ukr.net*

Зоряна Кісіль

*Львівський державний університет внутрішніх справ,
вул. Городоцька, 26, м. Львів, Україна, 79007
<https://orcid.org/0000-0003-1405-4547>
e-mail: zoriana-kisil@ukr.net*

Роман-Володимир Кісіль

*Львівський державний університет внутрішніх справ,
вул. Городоцька, 26, м. Львів, Україна, 79007
<https://orcid.org/0000-0003-2276-5250>
e-mail: roman-kisil@ukr.net*

У статті висвітлено психологічні аспекти невербальної комунікації у контексті ділових переговорів. Актуальність дослідження зумовлена значущістю розвитку невербальної сфери особистості, оскільки рівень її емоційного та соціального інтелекту безпосередньо визначає успішність міжособистісної взаємодії. Встановлено, що у професійній діяльності управлінця близько 80% комунікативного потоку реалізується за допомогою невербальних засобів. Ефективність встановлення ділового контакту вирішальною мірою залежить не лише від змістового наповнення вербального повідомлення, а й від володіння навичками самопрезентації та самоконтролю суб'єкта комунікації. У зв'язку з цим виникає необхідність глибинного розуміння та інтерпретації сигналів тілесної мови. Розкрито сутність невербальної комунікації та обґрунтовано доцільність ідентифікації невербальних маркерів, що дає змогу діловому партнеру своєчасно виявляти та нейтралізувати деструктивні чинники на рівні міжособистісних взаємин, корегувати тактику ведення бесіди, а також верифікувати правильність сприйняття вербальної інформації шляхом зіставлення її з невербальними проявами. Проаналізовано кінетичні засоби невербальної комунікації та сформульовано базові вимоги до жестикуляції сучасного керівника. Доведено, що під час ділових переговорів ключове значення для встановлення та збереження конструктивного контакту належить саморегуляції поведінки, яка полягає у здатності суб'єкта гармонізувати власні жести, міміку й пантоміміку відповідно до комунікативних інтенцій. Акцентовано, що цілеспрямована регуляція експресивних рухів має підсилювати й конкретизувати основну думку мовця. З'ясовано, що розвинута спроможність інтерпретувати невербальну поведінку є обов'язковою умовою успішної професійної діяльності менеджера, оскільки дає змогу сформувати об'єктивне уявлення про партнера, клієнта чи підлеглого ще до початку словесного обміну інформацією.

Ключові слова: невербальна комунікація, міжвідомча/ділова взаємодія, менеджер, переговорний процес, кінетичні засоби.

© Дмитро Швець, Зоряна Кісіль, Роман-Володимир Кісіль, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

Постановка проблеми. У сучасних умовах мімічні прояви, жестикуляція, пантоміміка та просодичні характеристики мовлення постають потужними інструментами комунікативної взаємодії. У психологічній науці зазначені компоненти визначаються як невербальні сигнали або мова тіла. Попри загальне усвідомлення функціонального значення окремих експресивних проявів, сутнісне розуміння тілесної поведінки як відображення життєвого шляху особистості, її характерологічних особливостей, ціннісних орієнтацій та суб'єктивного ставлення до професійної діяльності залишається недостатньо висвітленим. Хоча базовою передумовою успішності як у приватній, так і в професійній сферах традиційно вважається високий рівень вербальної вправності, першорядне інформаційне навантаження несуть саме невербальні маркери. Мова тіла реалізується через фізичну поведінку, експресивні вирази та манеру комунікації, які нерідко функціонують на неусвідомлюваному, інстинктивному рівні. У процесі міжособистісної взаємодії суб'єкт безперервно продукує та реєструє безсловесні імпульси незалежно від ступеня їх усвідомлення. Сукупність невербальних дій, кінетичних засобів, особливості поведінки, паралінгвістичні параметри голосу та візуальний контакт формують високоінформативні повідомлення, здатні як нівелювати напругу, сприяти формуванню довірливих взаємин і фасилітувати комунікацію, так і провокувати деструктивні явища, дезорієнтувати співрозмовника чи нівелювати зміст вербального посилання. Прикметою даної категорії повідомлень є їхня безперервність, оскільки навіть за умов повної відсутності мовленнєвої активності суб'єкт продовжує здійснювати невербальне трансляцію комунікативних сигналів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретико-методологічні та прикладні засади окресленої проблематики перебувають у фокусі уваги багатьох вітчизняних науковців, зокрема Ф. Бацевича, А. Вінницької, К. Гірняк, П. Горностая, В. Грищенко, Л. Комарницької, А. Корнієнка, Р. Кравця, О. Мельник, Г. Приходько, Л. Харченко, Т. Шинкаренко та інших.

Метою статті є з'ясування та концептуалізація психологічних аспектів природної сутності невербальної комунікації у контексті ділових переговорів.

Виклад основного матеріалу. Невербальна комунікація виступає одним із ключових інструментів ефективної організації та проведення ділових перемовин. Вона охоплює динамічні зміни просторово-тілесної експресії (жестикуляцію, міміку, пантоміміку), а також вегетативні та психофізіологічні прояви емоційних станів (зокрема, гіперемію, блідість шкірних покривів, модифікацію частоти та глибини дихання), які слугують засобами інформаційного обміну між суб'єктами взаємодії. У науковому дискурсі послуговуються також поняттям «невербальна поведінка», під яким розуміють види поведінкової активності, позбавлені безпосереднього зв'язку з мовленнєвими кодами, проте наділені вираженою комунікативною функцією (наприклад, проксемічне розташування особи в просторі, специфіка маніпулювання предметами тощо). Дослідженнями встановлено, що у професійній діяльності управління орієнтовно 80% комунікативного обсягу реалізується за допомогою саме невербальних каналів. Результативність встановлення ділового контакту керівником суттєво залежить не лише від вербального змісту повідомлення, а й від рівня його самопрезентації та тілесної саморегуляції, що підкреслює критичну необхідність глибокої інтерпретації сигналів тілесної мови.

Ділове спілкування в системі управління персоналом виступає фундаментальною формою міжсуб'єктних взаємин, що реалізується через розмаїття комунікативних моделей. Поряд із вербальними кодами, вагому роль у структурі ділової взаємодії відіграють невербальні засоби. Володіння мовою жестів, міміки та тілесної експресії є суттєвою передумовою забезпечення високої ефективності партнерської комунікації, оптимізації взаєморозуміння та гармонізації міжособистісних стосунків у колективі. Професійна

репутація керівника та успішність його діяльності безпосередньо корелюють із умінням грамотно організовувати й проводити персональні бесіди, ділові прийоми та переговори. Належна психологічна й підготовча робота дає змогу досягати поставлених комунікативних цілей, зберігаючи конструктивний тон взаємодії та формуючи позитивний імідж управління. Задля реалізації окреслених завдань виникає необхідність ще на початкових етапах взаємодії розробити гнучку стратегію поведінки з урахуванням індивідуально-психологічних властивостей партнерів.

Важливим інструментом у цьому контексті постає невербальна (несловесна) комунікація, що спирається на розуміння психологічних закономірностей тілесної поведінки, жестово-мімічних проявів, окульорної активності (виразу очей), а також просодичних характеристик мовлення (висоти, тембру та тональності голосу), що в сукупності дає змогу прогнозувати поведінкові реакції співрозмовника. За своєю сутністю невербальна комунікація є системою позамовних знаків, які забезпечують інформаційний та емоційний обмін між суб'єктами.

Слід підкреслити, що невербальним повідомленням притаманна низка специфічних рисованих характеристик:

- *неструктурованість* – неможливість чіткого членування на окремі дискретні елементи;
- *ситуативність* – жорстка прив'язаність до контексту й умов комунікативного акту;
- *неінтенціональність та спонтанність* – переважно неусвідомлюваний характер продукування;
- *домінування вроджених механізмів* над набутими формами поведінки;
- *нейрофізіологічна детермінованість* – генерування під переважним впливом правої півкулі головного мозку [1].

Ділова комунікація суттєво визначається здатністю суб'єкта коректно декодувати візуальну інформацію, зокрема інтерпретувати специфіку зорового контакту, міміку, жестикуляцію, а також паралінгвістичні параметри мовлення (тембр, темп, тональність). Своєчасна ідентифікація невербальних сигналів дає змогу діловій особі виявляти комунікативні бар'єри ще на етапі їх виникнення, нейтралізувати деструктивні чинники, гнучко коригувати тактику та ритм ведення бесіди, а також верифікувати правильність власних інтерпретацій і перевіряти довірливість словесної інформації. Для управління, який приймає рішення, володіння методиками читання невербальної поведінки є критично важливим, оскільки це дає можливість ефективно впливати на поведінку інших, ідентифікувати індивідуально-психологічні особливості партнерів і враховувати їх для оптимізації управлінського впливу.

Комунікативна компетентність виступає базовою властивістю особистості, через яку реалізується трансляція думок, почуттів та ідей. Ефективно побудований комунікативний процес безпосередньо визначає результативність переговорів, ділових зустрічей і нарад, забезпечує задоволеність персоналу працею, формує сприятливий соціально-психологічний клімат у колективі та високий рівень взаєморозуміння з партнерами.

У процесі взаємодії суб'єкти застосовують знакові системи. Засвоєння значень і правил їх комбінування забезпечує функціонування мови як основного засобу комунікації. У діловій сфері традиційно виокремлюють два взаємодоповнюючі види комунікації – вербальну та невербальну. Вербальна комунікація здійснюється за допомогою словесних кодів: точність формулювань, логічність та впевненість мовця забезпечують адекватне сприйняття повідомлення реципієнтом (за умови спільності знаково-лінгвістичного поля). Водночас значний масив інформації передається за допомогою позамовних засобів: просодики, жестикуляції, пантоміміки та мімічної експресії.

Емпірично доведено, що у процесі міжособистісної взаємодії від 60% до 80% комунікативного обсягу реалізується саме через невербальні канали, тоді як на вербальну складову припадає лише 20–40%. Розуміння мови тіла дає змогу глибше осягнути справжню позицію співрозмовника та його характерні риси. Водночас слід ураховувати, що вербальні та невербальні мови мають різну природу, тому використання й інтерпретація невербальних впливів вимагає обережності та врахування етнокультурного контексту, оскільки ідентичні жести в різних культурах можуть мати діаметрально протилежне семантичне значення [2].

Результати досліджень засвідчують, що невербальна комунікація нерідко слугує джерелом значно об'ємнішої інформації порівнювати з вербальними повідомленнями. Невербальна активність особистості перебуває у нерозривному системному зв'язку з її психічним станом і виступає формою його безпосереднього відображення. У комунікативному процесі поведінкові прояви виступають не лише як самостійний об'єкт інтерпретації, а й як індикатор прихованих від прямого спостереження індивідуально-психологічних властивостей людини. Саме на їхній основі розкривається внутрішній світ особистості, а також здійснюється формування психологічного змісту комунікації та спільної діяльності.

Особливе значення в цій системі належить кінетичним засобам, під якими розуміють зорове сприйняття рухів іншої особи, що виконують виражену комунікативну функцію. До кінетичної системи зараховують міміку, позу, динаміку зорового контакту та ходу. Ключова роль при цьому належить міміці – координованим рухам м'язів обличчя, які виступають одним із найдетермінованіших інформаційних каналів у передачі емоційних станів [3].

Центральною категорією кінесики постає поняття жесту. У семіотичному вимірі жест визначається як знакова одиниця спілкування та повідомлення, що має мануальну, мімічну чи пантомімічну форму вираження, виконує комунікативну функцію і характеризується відтворюваністю та смисловою виразністю для представників певної соціокультурної чи національної спільноти. Як і будь-який знак, жест володіє формою (вираженням) та змістом (позначуванням), зв'язок між якими переважно має конвенційний (умовний) характер. Для багатьох жестів їхнє смислове значення безпосередньо зумовлюється формою та характером виконання самого руху. Специфічною відмінністю жестових знаків від незнакових фізіологічних дій є їхня варіативність у часі, а також у географічному та культурному просторі, що зумовлює існування географічних, соціальних і культурних варіантів жестів [4].

За функціональним спрямуванням виокремлюють два базові типи жестів – комунікативні та симптоматичні, які додатково диференціюють на:

- *емблематичні жести (емблеми)* – жестові еквіваленти слів чи фраз;
- *ілюстративні жести (ілюстратори)* – засоби, що підкреслюють, описують та конкретизують мовленнєвий потік (ілюструють форму, розмір, швидкість чи хід думки);
- *регулятивні жести (регулятори)* – маркери, що підтримують, коригують або завершують комунікативний акт.

Жестикуляція та інтонаційно-просодичні параметри мовлення відображають ступінь щирості й відкритості інтенцій мовця. Особливу роль відіграють психологічні жести, що експресивно виражають емоції та почуття (наприклад, підняття кисті руки долонею догори при висловленні прохання, розведення рук під час подиву чи притискання вказівного пальця до губ як застереження).

1. *Органічність та стриманість*: Жестикуляція має бути природною, позбавленою різкості й штучності, із плавною амплітудою рухів ліктями.

2. *Ситуативність*: Жести мусять виступати ситуативним підсилювачем мовлення, а не перманентним супроводом усієї промови.

3. *Варіативність*: Доцільно урізноманітнювати жестову експресію, оскільки монотонне повторення одного й того самого руху викликає роздратування та знижує увагу аудиторії.

4. *Відкритість*: Рекомендовано віддавати перевагу відкритим жестам (зокрема розкритим долоням, спрямованим вгору), що демонструє доброзичливість, щирість намірів та готовність до конструктивного діалогу.

5. *Уникання нав'язливих маніпуляцій*: Варто утримуватися від імпульсивного перебирання прикрас, аксесуарів чи поправлення елементів одягу, оскільки подібні дії відволікають слухачів і маркують управлінця як невпевненого в собі.

6. *Висота жестикуляції*: Недопустимою є жестикуляція нижче рівня пояса, яка зазвичай інтерпретується як прояв розгубленості, пасивності чи браку самоконтролю.

7. *Завершеність*: Кожен розпочатий жест повинен мати цілісний і завершений характер; його раптове переривання справляє враження недовомовленості або сумніву.

8. *Симетричність та збалансованість*: Бажано залучати до жестикуляції обидві руки для створення гармонійного та переконливого зорового образу.

9. *Корпоральна дистанція ліктів*: Не слід щільно притискати лікті до тулуба (що свідчить про скутість і внутрішній захист); оптимально утримувати їх на відстані не менше трьох сантиметрів від тіла.

10. *Риторична амплітуда*: Доцільно використовувати риторичні жести – плавні підйоми, опускання, зближення та розведення рук у такт висловлюваним думкам [5].

Водночас необхідно вкрай обачно інтерпретувати жестові прояви, оскільки той самий жест може мати різне семантичне наповнення залежно від конкретного комунікативного контексту та умов ситуації. За результатами соціологічного опитування, проведеного О. В. Мельник, А. В. Корнієнко та В. Ф. Грищенко серед студентів-випускників спеціальностей «Менеджмент організацій», «Адміністративний менеджмент» і «Управління проєктами», більшість респондентів (75%) вважає, що жест, коли партнер на переговорах підпирає щоку рукою, демонструє втрату інтересу та нудьгу. Водночас 25% опитаних трактують цей жест як прояв скептицизму чи критичної оцінки інформації, а окремі учасники вказали на сполучення цих варіантів або зазначили, що оцінка залежить від специфіки виконання жесту. Серед альтернативних відповідей фігурувало й трактування жесту як прояву зацікавленості, що трапляється рідше за вищезазначені значення. Дослідження також засвідчило, що позитивні елементи невербальної комунікації сприймаються не лише як культурна норма поведінки (20% опитаних), а й як вагомий чинник згуртування трудового колективу (65%) та підвищення авторитету керівника (12,5%), що зрештою опосередковано впливає на продуктивність праці й фінансові результати організації. У контексті первинного контакту більшість респондентів надає перевагу партнерові з рівноправною позицією за рукостисканням (52,2%) або привітною манерою вітання (22,5%), а 10% опитаних поєднують ці вимоги. Цікаво, що 10% учасників свідомо віддають перевагу партнерові зі слабшою позицією (коли рука подається долонею догори, що сигналізує про передачу ініціативи), вбачаючи в цьому тактичну вигоду для окремих аспектів співпраці [6].

Історично й психологічно демонстрація відкритих долонь слугує універсальним маркером мирних намірів, щирості та готовності до відкритого діалогу. Водночас динаміка й характер жестових проявів здатні транслювати як високий рівень зацікавленості й упевненості, так і байдужість, прагнення приховати інформацію або психологічну дистанційованість від партнера.

Надзвичайно інформативним елементом кінесики виступає рукостискання, яке дозволяє реципієнту дедукувати наміри та характер суб'єкта комунікації. Дотичні тактильні жести, зокрема поплескування по плечу, є прийнятними виключно за умов близьких міжособистісних взаємин та паритетного соціального статусу партнерів. Разом із тим, ритуальні жести (як-от поцілунок руки жінці під час вітання чи знайомства) віддзеркалюють не лише рівень етикетної культури та вияв поваги, а й детермінуються традиціями конкретного соціокультурного середовища.

Фундаментальною характеристикою мімічної експресії є її цілісність і динамічність. Під час експресивного відображення базових емоційних станів (гніву, радості, страху, подиву, страждання, презирства) скоординована робота лицевих м'язів формує чіткі мімічні коди:

1. *Гнів*: відкритий рот із опущеними кутиками губ, звужені або широко розплющені очі, зсунуті до перенісся брови з наявністю вертикальних складок на чолі.

2. *Страх*: відкритий рот із піднятими кутиками губ, широко розплющені очі, підняті брови та виражені горизонтальні складки на чолі.

3. *Презирство*: закритий рот із опущеними кутиками губ, звужені очі, брови зі зсунутими до перенісся та піднятими вгору зовнішніми кутиками.

4. *Подив*: відкритий рот, підняті брови та внутрішні кутики брів, горизонтальні складки на чолі за відносної статичності інших зон обличчя.

5. *Радість*: припідняті кутики губ, примружені чи розплющені очі з характерним блиском, підняті брови та загальна динамічність обличчя.

Важливим регулятором комунікації постає візуальний контакт (окулярна поведінка). Динаміка погляду залежить від складності обговорюваної проблеми: під час опрацювання складних питань інтенсивність зорового контакту знижується, а на етапі прийняття рішення – зростає. Мовець зазвичай рідше фіксує погляд на співрозмовникові, використовуючи його переважно для верифікації зворотного зв'язку. Натомість слухач частіше спрямовує погляд на мовця, транслюючи сигнали уваги та зацікавленості. Очі виступають найточнішим індикатором психофізіологічного стану, оскільки вегетативні реакції зіниць не піддаються довільному самоконтролю. За стабільного освітлення реакція зіниць детермінується емоційним фоном: стан зацікавленості, збудження чи піднесення викликає розширення зіниць (іноді до чотирьох разів щодо норми), тоді як негативні емоції, гнів або скепсис провокують їхнє звуження [7].

А. Вінницька зазначає, що важливим складником невербальної комунікації виступає погляд особистості. Незалежно від природи походження (навмисної чи мимовільної), цей невербальний знак зберігає високий комунікативний потенціал, який вимагає вміння правильного декодування. Серед усіх тілесних засобів трансляції інформації очі є найзначущішим і найчутливішим індикатором найтонших нюансів емоційних станів та переживань.

Окулярна поведінка (зоровий контакт) є фундаментальним каналом міжсуб'єктної взаємодії. Вона відіграє вирішальну роль ще на первинних етапах онтогенезу, зокрема у встановленні емоційного зв'язку між матір'ю та дитиною. Емпірично доведено, що образ двох очей виступає мінімальним візуальним стимулом, здатним викликати усмішку в немовляти. У дорослих фіксація зорового контакту підсилює реакцію активації на електроенцефалограмі та зумовлює збільшення частоти серцевих скорочень. Попри те, що очне яблуко як анатомічна структура позбавлене власної експресії, комунікативні можливості погляду є практично необмеженими [8].

За допомогою погляду здійснюється як психологічна підтримка співрозмовника, так і здійснення деструктивного чи пригнічувального впливу на його психіку. Це реалізується

через варіації розміру зіниць, тривалість фіксації погляду, динаміку повік, мікроруки навколоочних м'язів та шкірних покривів. Як і інші невербальні коди, мову очей недоцільно аналізувати ізольовано; вона потребує комплексного міждисциплінарного дослідження із залученням здобутків психології, антропології, культурології та лінгвістики. Результати експериментальних досліджень британських науковців засвідчують, що для формування партнерських взаємин та атмосфери довіри зоровий контакт має утримуватися від 30% до 60% (за даними американських дослідників – до 70%) загального часу комунікативного акту. При цьому контакт очей повинен мати дискретний, періодичний характер із тривалістю окремого фіксування від 1 до 7 секунд. Якщо суб'єкт дивиться в очі співрозмовникові менше третини часу розмови, це знижує рівень довіри до нього, а відведення погляду вбік або донизу часом інтерпретується як вияв недовіри, нещирості чи намагання приховати інформацію [9].

У стані піднесення, підвищеної зацікавленості чи емоційного збудження менеджера його зіниці здатні розширюватися до чотирьох разів щодо норми. Натомість негативний, похмурий або сердитий настрій зумовлює їхнє звуження. Попри високу інформативність очей та міміки обличчя, у контексті діагностики психоемоційного стану людини вони часом поступаються за об'єктивністю іншим тілесним проявам. Це пояснюється тим, що міміка краще піддається свідомому контролю та довільній саморегуляції. У процесі взаємодії з керівництвом або персоналом більш вірогідну інформацію можна отримати шляхом зміщення фокусу спостереження з обличчя на пантоміміку: загальну позу, розташування тіла у просторі та жестикуляцію. Прагнення до конструктивного контакту виражається у проксемічній орієнтації на співрозмовника – нахилі тулуба в його бік, тоді як дистанціювання, відхилення назад або відхід свідчать про втрату інтересу чи наявність комунікативного бар'єру. Домінантна позиція та бажання заявити про власну винятковість транслюються через напружену, пряму поставу (іноді з фіксацією рук на стегнах). Натомість стан упевненості й психологічного комфорту проявляється у розслабленій, невимушеній позі.

Важливе значення мають також паралінгвістичні та екстралінгвістичні характеристики мовлення:

- *Емоційні стани й висота голосу*: радість, недовіра та ентузіазм зазвичай транслуються пов'язані з підвищеним тоном; гнів і страх також виражаються у високому регістрі, однак у ширшому динамічному діапазоні (іноді з переходами на приглушений тон).
- *Темп мовлення*: прискорений темп свідчить про високу тривожність, хвилювання або емоційну напругу; сповільнений – маркує пригніченість, утому, апатію або підкреслену зверхність [10].

Просторові та часові параметри комунікативного акту (проксеміка та хронеміка) постають як специфічна знакова система, наділена вираженням семантичним навантаженням. Обирана під час бесіди дистанція детермінується характером взаємин між суб'єктами, їхніми індивідуально-психологічними властивостями та етнокультурними традиціями.

У науковій класифікації заведено розрізняти проксемічні зони, межі яких суттєво варіюються залежно від національної належності співрозмовників:

- *Особиста (інтимно-особистісна) зона*: становить від 15 см до 1,2 м. Такої межпросторової відстані під час ділового й повсякденного спілкування зазвичай дотримуються представники араномовних культур, мешканці Південної Америки, а також французи, греки, іспанці й італійці.
- *Соціальна зона*: коливається в межах від 1,2 м до 3 м. Відповідна дистанція є нормою під час діалогової взаємодії серед мешканців Австралії та Нової Зеландії.

Важливим складником невербальної системи виступає напрямок і частота зорового контакту. Завдяки центральному розташуванню очей у зоні обличчя окульорні сигнали

виступають найточнішими індикаторами внутрішнього стану особистості. При цьому вегетативні реакції зіниць функціонують автономно від свідомого контролю: стан емоційного піднесення та зацікавленості викликає збільшення зіниць до чотирьох разів, тоді як афекти гніву й роздратування зумовлюють їхнє звуження. Оскільки більшість інших невербальних проявів піддаються довільному самоконтролю, саме реакція зіниць слугує маркером прихованих інтенцій співрозмовника.

Суттєвий вплив на сприйняття й результативність комунікації справляє зовнішній вигляд та харизматичний потенціал суб'єкта. Харизматична особистість, яка володіє авторитетом, викликає підвищений рівень зацікавленості й довіри, а високий рівень її сугестивного впливу забезпечує тривале збереження інформаційного слід у пам'яті співрозмовника. Фундаментальною запорукою досягнення взаєморозуміння у діловій сфері постає поєднання професіоналізму, правдивості, аргументованості й доступності викладу з належним зовнішнім виглядом та переконливою самопрезентацією [11].

Важливим кінетичним показником є хода людини (манера пересування), яка виступає виразним індикатором її поточного психоемоційного стану. У психологічних дослідженнях респонденти з високою точністю ідентифікували за ходом такі емоції, як гнів, страждання, гордість і радість. При цьому встановлено чітку кореляцію між фізичними параметрами ходи та характерними емоційними станами:

1. *Гнів*: характеризується найважчою, напруженою ходом;
2. *Радість*: проявляється у найлегшій, динамічній манері пересування;
3. *Страждання та пригніченість*: маркуються млявою, сповільненою ходом зі зменшеною амплітудою рухів;
4. *Гордість та впевненість*: виражаються максимальною довжиною кроку та прямою поставою.

Визначення зв'язку між ходом та сталими властивостями особистості є складнішим завданням, що реалізується шляхом зіставлення фізичних характеристик пересування із психічними якостями, виявленими за допомогою психодіагностичних тестів. Загалом такі невербальні засоби ділового спілкування, як погляд, поза та жестикуляція, здатні транслювати моральні почуття (стриманість, толерантність, готовність до прийняття позиції співрозмовника, доброзичливість) та емоційні стани (схвалення, радість, гнів тощо). Доповнюють цю систему просодичні й екстралінгвістичні характеристики голосу, які формують цілісний комунікативний образ особистості, сприяють ідентифікації її психічних станів та індивідуальних особливостей [12].

Узагальнюючи викладений матеріал, слід підкреслити, що хоча невербальні засоби відіграють виняткове значення у трансляції емоційних станів, формуванні довіри та міжособистісних взаємин у колективі, ділова комунікація за своєю сутністю є насамперед процесом передачі змістової інформації. Передача змісту реалізується через вербальну (словесну) систему знаків. У практичній площині запорукою ефективної ділової взаємодії постає гармонійне поєднання високої культури поведінки, володіння навичками вербального переконування та здатності до активного слухання, де невербальні сигнали слугують надійним інструментом верифікації та підсилення мовленнєвого повідомлення.

Ефективність будь-яких комунікативних заходів суттєво знижується в разі недотримання норм і правил мовного етикету, який тісно пов'язаний зі словниковим запасом мовця та стильовими особливостями, прийнятими в конкретному професійному середовищі. Особливої уваги культура мовлення вимагає під час суб'єкт-суб'єктної взаємодії з діловими партнерами або в процесі управління персоналом.

У контексті міжнародних контактів та управлінської практики слід дотримуватися таких принципів:

- *Мовний регламент переговорів*: Спілкування з іноземними партнерами зазвичай здійснюється мовою гостей або англійською мовою (що заздалегідь узгоджується до початку зустрічі). Володіння англійською мовою постає індикатором високого професіоналізму фахівця у сфері міжнародних відносин.

- *Стилістична точність і грамотність*: Незалежно від обраної мови, висловлювання мають бути простими, точними та зрозумілими. Дотримання літературного стилю мовлення формує повагу до співрозмовника та підвищує авторитет промовця, тоді як мовні огріхи гальмують переговорний процес.

- *Врахування етнокультурного контексту*: У взаємодії із зарубіжними партнерами критично важливим є дотримання не лише загальноприйнятого ділового етикету, а й національних звичаїв та традицій країни гостей [13].

Важким чинником успішності ділових переговорів є саморегуляція поведінки, що полягає у здатності суб'єкта свідомо узгоджувати власну моторику (жести, міміку, пантоміміку) із цільовими намірами. Оскільки невербальні прояви тісно пов'язані з підсвідомою та управлінською сферою [14], суб'єкт має контролювати свої рухи, аби вони не дисонували з контекстом, а підсилювали й конкретизували основну думку.

Окремого значення набуває самоконтроль психоемоційного стану. Регуляція негативних емоцій (недопущення роздратування, підвищення тону, образ чи прискіпливості) та демонстрування стриманості, терплячості й привітності оптимізують комунікативний простір. Для керівника чи менеджера вміння зчитувати невербальні сигнали співрозмовника є базовою професійною компетенцією, яка дозволяє отримати об'єктивну інформацію про партнера чи клієнта ще до початку вербального контакту.

Ось декілька варіантів перефразування залежно від того, де саме використовуватиметься текст.

Висновки. Таким чином, у результаті дослідження визначено такі ключові психологічні аспекти невербальної комунікації у діловому середовищі:

- *Діагностична функція*: здатність зчитувати невербальні сигнали дає змогу вчасно виявляти міжособистісні бар'єри, нейтралізувати негативні реакції співрозмовника та гнучко корегувати тактику й темп перемовин.

- *Верифікаційна функція*: читування невербаліки необхідне для перевірки точності власних інтерпретацій, а також для підтвердження або спростування вербальної інформації.

- *Кінесичний потенціал*: жестикуляція є одним із провідних інструментів невербального впливу сучасного керівника.

Перспективи подальших розробок полягають у детальному вивченні психосемантичного підґрунтя ключових жестових комплексів, які управлінці застосовують у професійній діяльності.

Отже, отримані результати підтверджують високу значущість дослідження невербальної комунікації. Навички ефективного зчитування та використання невербальних сигналів є універсальними й суттєво підвищують результативність ділової особи як у професійній сфері, так і в особистому спілкуванні.

Список використаної літератури

1. Бацевич Ф.С. Основи комунікативної лінгвістики : підручник. Київ: Академія, 2004. 342 с.
2. Комарніцька Л.М. Спілкування як соціально-психологічна проблема. URL: https://www.researchgate.net/profile/Maia-Gogaladze/publication/361416541_Use_of_Oligophos_concentrate_in_vermiculture/links/62b0322a938bee3e3f438b81/Use-of-Oligophos-concentrate-in-vermiculture.pdf#page=242.

3. Горноста́й П.П. Групова динаміка у рольовій парадигмі. Наукові студії із соціальної та політичної психології. 2008. Вип. 19(22). С. 37-45.
4. Приходько Г.І. Невербальні засоби вираження емоцій. *Науковий вісник ДДПУ імені І. Франка*. 2015. № 4. С. 150-153.
5. Кравець Р. Сутність педагогічної техніки викладача іноземної мови. Витоки педагогічної майстерності. 2023. Випуск 31. С. 111-119
6. Мельник О.В., Корнієнко А.В., Грищенко В.Ф. Особливості використання невербальних засобів комунікації в менеджменті. URL: <https://me.fem.sumdu.edu.ua/docs/d065.pdf>
7. Харченко Л.П. Особливості застосування невербальних засобів ділового спілкування методологія й методи соціальної роботи. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2013. № 4. С. 58-65.
8. Вінницька А.О. Невербальне спілкування: погляд людини. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/index.php/all-hum/all-hum-2016/paper/download/925/509&hl=uk&gl=ua>
9. Шинкаренко Т. “Комфортна дистанція”, щира усмішка і о’кей? URL: <http://www.viche.info/journal/133/>
10. Гірняк К.М. Невербальні засоби ділового спілкування в управлінні персоналом. *Науковий вісник Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького*. 2018. № 86. С. 48-52.
11. Комарницька Л.М. Спілкування як соціально-психологічна проблема. URL: https://www.researchgate.net/profile/Maia-Gogaladze/publication/361416541_Use_of_Oligophos_concentrate_in_vermiculture/links/62b0322a938bee3e3f438b81/Use-of-Oligophos-concentrate-in-vermiculture.pdf#page=242
12. Харченко Л.П. Особливості застосування невербальних засобів ділового спілкування методологія й методи соціальної роботи. *Соціальна педагогіка: теорія та практика*. 2013. № 4. С. 58-65.
13. Гірняк К.М. Невербальні засоби ділового спілкування в управлінні персоналом. *Науковий вісник Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького*. 2018. № 86. С. 48-52.
14. Дробот О.В. Професійна свідомість керівника: навчальний посібник. К.: Талком, 2016. 339 с

NON-VERBAL COMMUNICATION IN BUSINESS NEGOTIATIONS: PSYCHOLOGICAL DIMENSION

Dmytro Shvets

*Lviv State University of Internal Affairs,
26, Horodotska St., Lviv, Ukraine, 79007
<https://orcid.org/0000-0002-1999-9956>
e-mail: shvets@ukr.net*

Zoriana Kisil

*Lviv State University of Internal Affairs,
26, Horodotska St., Lviv, Ukraine, 79007
<https://orcid.org/0000-0003-1405-4547>
e-mail: zoriana-kisil@ukr.net*

Roman-Volodymyr Kisil

*Lviv State University of Internal Affairs,
26, Horodotska St., Lviv, Ukraine, 79007
<https://orcid.org/0000-0003-2276-5250>
e-mail: roman-kisil@ukr.net*

The article highlights the psychological aspects of non-verbal communication in the context of business negotiations. The relevance of the study is driven by the significance of developing the non-verbal sphere of an individual, as the level of their emotional and social intelligence directly determines the success of interpersonal interaction. It has been established that in a manager's professional activity, about 80% of the communicative flow is implemented through non-verbal means. The effectiveness of establishing business contact crucially depends not only on the content of the verbal message, but also on the subject's mastery of self-presentation and self-control skills. In this regard, there is a need for a deep understanding and interpretation of body language signals. The essence of non-verbal communication is revealed, and the expediency of identifying non-verbal markers is substantiated, which enables a business partner to timely detect and neutralize destructive factors at the level of interpersonal relationships, adjust conversation tactics, and verify the correctness of verbal information perception by comparing it with non-verbal manifestations. Kinetic means of non-verbal communication are analyzed, and basic requirements for the gestures of a modern manager are formulated. It is proved that during business negotiations, key importance for establishing and maintaining constructive contact belongs to behavioral self-regulation, which consists in the subject's ability to harmonize their own gestures, facial expressions, and pantomimes in accordance with communicative intentions. It is emphasized that purposeful regulation of expressive movements should reinforce and specify the speaker's main idea. It has been found that a developed ability to interpret non-verbal behavior is a mandatory condition for a manager's successful professional activity, as it allows forming an objective impression of a partner, client, or subordinate even before the verbal exchange of information begins.

Key words: non-verbal communication, interdepartmental/business interaction, manager, negotiation process, kinetic means.

*Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026*

УДК 159.9:378.015.3

DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2026.28.31>

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ЧИННИК АКАДЕМІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Наталія Світлична

*Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця,
просп. Науки, 9-А, м. Харків, Україна, 61166
<https://orcid.org/0000-0001-7891-6295>
e-mail: maestro_sna@ukr.net*

Ігор Віденєєв

*Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця,
просп. Науки, 9-А, м. Харків, Україна, 61166
<https://orcid.org/0000-0003-3270-5403>
e-mail: ihor.videnieiev@hneu.net*

Валерія Ситникова

*Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця,
просп. Науки, 9-А, м. Харків, Україна, 61166
e-mail: lsitnikova607@gmail.com*

У статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження взаємозв'язку стресостійкості та академічної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану. Актуальність теми зумовлена зростанням психоемоційного навантаження на студентську молодь унаслідок соціальної нестабільності, безпекових загроз та трансформації освітнього середовища. В умовах воєнного часу навчальна діяльність супроводжується поєднанням академічних та екзогенних стресорів, що підвищує ризик дезадаптації та зниження навчальної ефективності.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування та емпірична перевірка взаємозв'язку між рівнем стресостійкості та показниками академічної адаптації студентів. У роботі використано комплекс психодіагностичних методик: шкалу сприйнятого стресу PSS-10, шкалу стресостійкості CD-RISC-10 та опитувальник академічної адаптації SACQ. Вибірку склали 50 здобувачів вищої освіти віком 18–23 роки.

У ході дослідження встановлено, що значна частина студентів демонструє середній та високий рівень сприйнятого стресу, що пов'язано з впливом воєнних факторів та нестабільністю освітнього середовища. Виявлено, що студенти з вищим рівнем стресостійкості характеризуються кращими показниками академічної адаптації, зокрема вищим рівнем навчальної мотивації, ефективнішою організацією навчальної діяльності та більшою здатністю до подолання труднощів. Результати кореляційного аналізу засвідчили наявність статистично значущого прямого зв'язку між рівнем стресостійкості та академічною адаптацією ($r \approx 0,42$; $p \leq 0,05$).

Отримані дані підтверджують, що стресостійкість виступає важливим внутрішнім ресурсом особистості, який забезпечує ефективне функціонування студентів в умовах підвищеного психоемоційного навантаження. Практична значущість дослідження полягає у можливості використання результатів для розроблення програм психологічної підтримки студентів, спрямованих на розвиток стресостійкості та підвищення рівня їх академічної адаптації.

© Наталія Світлична, Ігор Віденєєв, Валерія Ситникова, 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)



ISSN 2522-1876 (Print), ISSN 2663-4465 (Online)

Наукова новизна дослідження полягає в уточненні ролі стресостійкості як предиктора академічної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану. Отримані результати можуть бути використані в діяльності психологічних служб закладів вищої освіти для оптимізації процесу адаптації студентів до навчання в умовах соціальної нестабільності.

Ключові слова: стрес, стресостійкість, академічна адаптація, здобувачі вищої освіти, воєнний стан, психологічна стійкість, навчальна діяльність, резильєнтність.

Актуальність проблеми. Сучасні умови функціонування українського суспільства характеризуються високим рівнем соціальної напруженості, зумовленої воєнним станом, що суттєво впливає на психічне здоров'я та життєдіяльність молоді. Особливо вразливою групою в цьому контексті є здобувачі вищої освіти, для яких період навчання поєднується з процесами професійного становлення, формування ідентичності та визначення життєвих перспектив.

Освітній процес в умовах війни відбувається за наявності постійних стресогенних факторів, серед яких безпекова загроза, вимушене переміщення, інформаційне перевантаження, нестабільність соціального середовища та трансформація формату навчання. Поєднання цих факторів із традиційними академічними вимогами (навчальне навантаження, контроль знань, дедлайни) призводить до зростання психоемоційного напруження, що може негативно впливати на навчальну мотивацію, когнітивні процеси та загальну результативність навчальної діяльності.

У таких умовах особливого значення набувають внутрішні психологічні ресурси особистості, серед яких провідне місце займає стресостійкість. Вона забезпечує здатність особистості ефективно функціонувати в умовах тривалого стресу, регулювати емоційні стани, підтримувати активність та зберігати продуктивність діяльності. Водночас успішність навчання значною мірою залежить від рівня академічної адаптації, що відображає здатність студента пристосовуватися до вимог освітнього середовища, підтримувати мотивацію та ефективно організовувати навчальну діяльність.

Таким чином, дослідження взаємозв'язку стресостійкості та академічної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану є актуальним як з теоретичної, так і з практичної точки зору, оскільки дозволяє визначити психологічні чинники підтримання навчальної ефективності та окреслити напрями психологічної допомоги студентській молоді.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема стресу та його впливу на функціонування особистості є однією з центральних у сучасній психологічній науці. Класичні підходи до розуміння стресу були закладені у працях Г. Сельє, який визначав його як неспецифічну реакцію організму на будь-які вимоги середовища. Подальший розвиток цієї проблематики пов'язаний із транзакційною теорією стресу Р. Лазаруса та С. Фолкман, відповідно до якої стрес розглядається як результат когнітивної оцінки ситуації та ресурсів її подолання [1; 2].

У межах сучасних досліджень стресостійкість трактується як інтегративна властивість особистості, що забезпечує збереження ефективності діяльності в умовах інтенсивного або тривалого стресу. Вона включає здатність до емоційної регуляції, когнітивної гнучкості, використання ефективних копінг-стратегій та мобілізації внутрішніх і зовнішніх ресурсів [3]. У науковій літературі цей феномен часто співвідноситься з поняттям резильєнтності, що підкреслює здатність особистості відновлювати психологічну рівновагу після впливу стресогенних факторів [4].

Значний внесок у дослідження психологічних ресурсів особистості зроблено А. Бандурою, який обґрунтував роль самоефективності як чинника подолання труднощів та підтримання активності в складних умовах [5]. Саме віра у власні можливості визначає здатність особистості ефективно реагувати на виклики середовища та зберігати продуктивність діяльності.

Важливим напрямом сучасних психологічних досліджень є вивчення академічної адаптації студентів. У класичній моделі Р. Бейкера та Б. Сірика академічна адаптація розглядається як багатовимірний процес, що включає академічну, соціальну, особистісно-емоційну адаптацію та інституційну прив'язаність [6]. Такий підхід дозволяє аналізувати адаптацію не лише як результат навчальної діяльності, а як комплексний показник інтеграції особистості в освітнє середовище.

Сучасні дослідження свідчать, що ефективність академічної адаптації значною мірою залежить від індивідуально-психологічних характеристик особистості, зокрема рівня стресостійкості, саморегуляції, мотивації та соціальної підтримки [7; 8; 9]. Здатність студента долати навчальні труднощі, підтримувати навчальну активність та ефективно організовувати власну діяльність безпосередньо пов'язана з рівнем його психологічної стійкості.

Особливої актуальності проблема стресостійкості та академічної адаптації набуває в умовах воєнного стану. Сучасні дослідження українських і зарубіжних науковців засвідчують, що тривалий вплив воєнних стресорів супроводжується зростанням рівня тривожності, емоційного виснаження та зниженням когнітивної продуктивності студентів, що негативно позначається на їх навчальній діяльності [10; 11]. Водночас високий рівень стресостійкості виступає фактором, який сприяє збереженню психологічного благополуччя та підтриманню академічної активності. Це підтверджується результатами сучасних досліджень, у яких підкреслюється зростання рівня психологічного напруження серед студентської молоді та необхідність розвитку їхніх адаптаційних ресурсів в умовах соціальної нестабільності.

Попри значну кількість досліджень, проблема взаємозв'язку стресостійкості та академічної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану потребує подальшого емпіричного вивчення. Недостатньо дослідженими залишаються питання впливу індивідуальних психологічних ресурсів на адаптаційні можливості студентів у ситуації тривалого соціального стресу, що й зумовлює актуальність даного дослідження. Зокрема, за даними міжнародних організацій, воєнні події суттєво впливають на освітній процес, психоемоційний стан молоді та доступ до навчання, що актуалізує проблему психологічної підтримки студентів [12].

Виклад основного матеріалу дослідження з обґрунтуванням отриманих результатів. З метою дослідження взаємозв'язку стресостійкості та академічної адаптації здобувачів вищої освіти було проведено емпіричне дослідження на базі закладу вищої освіти економічного профілю.

У дослідженні взяли участь 50 студентів віком від 18 до 23 років. Вибірка була однорідною за освітнім середовищем та умовами навчання, що дозволило мінімізувати вплив зовнішніх факторів. Дослідження проводилося в умовах змішаного формату навчання в період воєнного стану.

Для досягнення поставленої мети було використано комплекс психодіагностичних методик:

- шкалу сприйнятого стресу PSS-10;
- шкалу стресостійкості CD-RISC-10;
- опитувальник академічної адаптації SACQ.

Обробка результатів здійснювалася з використанням методів описової статистики, кореляційного аналізу (r Спірмена) та критерію ϕ Фішера.

Рівень сприйнятого стресу

Аналіз результатів за шкалою PSS-10 показав, що:
високий рівень стресу виявлено у 28% студентів,
середній – у 52%,
низький – у 20%.

Отримані дані свідчать про переважання середнього та високого рівнів стресу, що можна пояснити впливом воєнних факторів, інформаційним перевантаженням та нестабільністю освітнього процесу.

Рівень стресостійкості

Дослідження за шкалою CD-RISC-10 показало:

високий рівень стресостійкості – у 32% студентів,

середній – у 46%,

низький – у 22%.

Це свідчить про наявність індивідуальних відмінностей у здатності студентів протистояти стресу та зберігати ефективність діяльності в складних умовах.

Академічна адаптація

За результатами опитувальника SACQ встановлено:

високий рівень адаптації – у 30% студентів,

середній – у 50%,

низький – у 20%.

Студенти з високим рівнем адаптації характеризуються більшою навчальною активністю, стабільною мотивацією та кращою організацією навчальної діяльності.

Результати кореляційного аналізу (r Спірмена) показали:

між стресостійкістю та академічною адаптацією:

$r = 0,42$ ($p \leq 0,05$) – помірний позитивний зв'язок

між рівнем стресу та адаптацією:

$r = -0,38$ ($p \leq 0,05$) – зворотний зв'язок

між стресом і стресостійкістю:

$r = -0,41$ ($p \leq 0,05$)

Це означає:

чим вищий рівень стресостійкості, тим вищий рівень академічної адаптації

чим вищий рівень сприйнятого стресу, тим нижчий рівень академічної адаптації.

Отримані результати свідчать про важливу роль стресостійкості як психологічного ресурсу, що забезпечує ефективну адаптацію студентів до умов навчання в період воєнного стану. Високий рівень стресостійкості сприяє зниженню негативного впливу стресових факторів та підвищенню здатності до саморегуляції і контролю емоційних станів. Це, у свою чергу, позитивно позначається на загальній успішності навчальної діяльності та психологічному благополуччі здобувачів вищої освіти.

Для перевірки відмінностей між групами з високим і низьким рівнем стресостійкості було застосовано критерій ϕ Фішера.

Встановлено статистично значущі відмінності:

за високим рівнем стресу: $\phi = 1,94$ ($p \leq 0,05$)

за низьким рівнем стресу: $\phi = 2,18$ ($p \leq 0,05$)

Студенти з високою стресостійкістю значно рідше демонструють високий рівень стресу та частіше – низький, що підтверджує її роль як захисного психологічного ресурсу.

Для наочнішого представлення результатів порівняльного аналізу використано критерій ϕ Фішера. Результати порівняльного аналізу представлені в таблиці 1.

Як видно з таблиці 1, студенти з високим рівнем стресостійкості значно рідше демонструють високий рівень стресу та частіше – низький рівень.

Отримані результати узгоджуються з сучасними психологічними підходами, відповідно до яких стресостійкість виступає ключовим фактором ефективної адаптації особистості до складних умов середовища. Високий рівень стресостійкості забезпечує здатність студентів до емоційної регуляції, підтримання навчальної мотивації та ефективної організації діяльності навіть в умовах підвищеного психоемоційного навантаження.

Таблиця 1

Розподіл рівнів сприйнятого стресу у студентів з різним рівнем стресостійкості

Рівень стресу	Висока стресостійкість (%)	Низька стресостійкість (%)	Ф	р
Високий	12,5	33,3	1,94	≤0,05
Середній	54,2	58,3	0,28	–
Низький	33,3	8,4	2,18	≤0,05

Таким чином, емпірично підтверджено, що стресостійкість є значущим предиктором академічної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану.

Висновки. У результаті проведеного теоретико-емпіричного дослідження було встановлено особливості взаємозв'язку стресостійкості та академічної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану.

По-перше, визначено, що сучасні умови навчання супроводжуються підвищеним рівнем психоемоційного навантаження на студентів, що зумовлено впливом воєнних факторів, соціальної нестабільності та трансформації освітнього середовища. Переважання середнього та високого рівнів сприйнятого стресу свідчить про актуальність проблеми психологічного благополуччя студентської молоді.

По-друге, встановлено, що стресостійкість є важливим внутрішнім ресурсом особистості, який забезпечує здатність студентів ефективно функціонувати в умовах тривалого стресу. Вона сприяє регуляції емоційних станів, підтриманню навчальної мотивації та збереженню продуктивності діяльності.

По-третє, результати емпіричного дослідження підтвердили наявність статистично значущого взаємозв'язку між рівнем стресостійкості та академічною адаптацією здобувачів вищої освіти. Встановлено, що студенти з вищим рівнем стресостійкості демонструють кращі показники адаптації, зокрема більш ефективну організацію навчальної діяльності, вищу мотивацію та здатність до подолання труднощів.

Крім того, виявлено зворотний зв'язок між рівнем сприйнятого стресу та академічною адаптацією, що підтверджує негативний вплив високого рівня стресу на навчальну діяльність студентів.

Таким чином, стресостійкість виступає одним із ключових психологічних чинників, що забезпечують успішну академічну адаптацію здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів для розроблення програм психологічної підтримки студентів, спрямованих на розвиток стресостійкості, формування ефективних копінг-стратегій та підвищення рівня академічної адаптації.

Перспективи подальших досліджень доцільно пов'язати з вивченням впливу інших психологічних чинників (саморегуляції, мотивації, емоційного інтелекту) на академічну адаптацію студентів, а також із розробленням і апробацією психокорекційних програм у закладах вищої освіти.

Список використаної літератури

1. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York : Springer, 1984.
2. Cohen S., Kamarck T., Mermelstein R. A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior. 1983. Vol. 24, No. 4. P. 385–396. DOI: <https://doi.org/10.2307/2136404>
3. Connor K. M., Davidson J. R. Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Depression and Anxiety. 2003. Vol. 18, No. 2. P. 76–82. DOI: <https://doi.org/10.1002/da.10113>

4. Southwick S. M. et al. Resilience definitions, theory, and challenges. *European Journal of Psychotraumatology*. 2018. Vol. 9. DOI: <https://doi.org/10.1080/20008198.2018.1500864>
5. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York : Freeman, 1997. 604 p.
6. Baker R. W., Siryk B. Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*. 1984. Vol. 31, No. 2. P. 179–189. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
7. Варій М. Й. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 592 с.
8. Карамушка Л. М. Психологія стресу та стресостійкості особистості. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2015. 280 с.
9. Максименко С. Д. Загальна психологія. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 272 с.
10. Blynova O. et al. Psychological resilience of students in conditions of social instability. *Psychological Journal*. 2023.
11. Ostapchuk V., Hrytsenko O. Mental health of students during wartime: challenges and resources. *Journal of Psychology*. 2023.
12. UNDP. The impact of war on youth and education in Ukraine. 2023. URL: <https://www.undp.org> (дата звернення: 2026).

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS RESILIENCE AND ACADEMIC ADAPTATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS UNDER MARTIAL LAW CONDITIONS

Nataliia Svitlychna

*Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics,
9-A Nauky Ave., Kharkiv, Ukraine, 61166
<https://orcid.org/0000-0001-7891-6295>
e-mail: maestro_sna@ukr.net*

Igor Videnieiev

*Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics,
9-A Nauky Ave., Kharkiv, Ukraine, 61166
<https://orcid.org/0000-0003-3270-5403>
e-mail: ihor.videnieiev@hneu.net*

Valeriia Sytnykova

*Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics,
9-A Nauky Ave., Kharkiv, Ukraine, 61166
e-mail: lsitnikova607@gmail.com*

The article presents the results of a theoretical and empirical study of the relationship between stress resistance and academic adaptation of higher education students under martial law conditions. The relevance of the topic is due to the increased psycho-emotional burden on students caused by social instability, security threats, and the transformation of the educational environment. Under wartime conditions, academic activity is accompanied by a combination of academic and exogenous stressors, which increases the risk of maladaptation and reduced academic performance.

The purpose of the study is to theoretically substantiate and empirically verify the relationship between the level of stress resistance and indicators of students' academic adaptation. A set of psychodiagnostic methods was used, including the Perceived Stress Scale (PSS-10), the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10), and the Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ). The sample consisted of 50 higher education students aged 18–23.

The findings indicate that a significant proportion of students demonstrate moderate and high levels of perceived stress, which is associated with the influence of wartime factors and the instability of the educational environment. It was found that students with higher levels of stress resistance demonstrate better indicators of academic adaptation, including higher learning motivation, more effective organization of academic activities, and a greater ability to overcome difficulties. The results of the correlation analysis revealed a statistically significant positive relationship between stress resistance and academic adaptation ($r \approx 0.42$; $p \leq 0.05$).

The obtained results confirm that stress resistance acts as an important internal personal resource that ensures effective functioning of students under conditions of increased psycho-emotional load. The practical significance of the study lies in the possibility of using the results for the development of psychological support programs aimed at enhancing students' stress resistance and improving their level of academic adaptation.

The scientific novelty of the study lies in clarifying the role of stress resistance as a predictor of academic adaptation of higher education students under martial law conditions. The results can be used in the work of psychological services of higher education institutions to optimize students' adaptation to learning in conditions of social instability.

Keywords: stress, stress resilience, academic adaptation, higher education students, martial law, psychological resilience, learning activity, resilience.

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.10.2026

ЗМІСТ

<i>Іванна Андрійчук. Психологічні детермінанти конкурентноспроможності особистості у контексті конфліктної взаємодії в організації.....</i>	<i>3</i>
<i>Світлана Байда, Владислав Мажаренко. Толерантність до невизначеності як психологічний ресурс ефективної управлінської діяльності керівника</i>	<i>11</i>
<i>Вікторія Бедан, Олексій Василенко. Життєтворчі здібності як психологічний ресурс посттравматичного зростання особистості.....</i>	<i>18</i>
<i>Hanna Varina, Svitlana Shevchenko. Ontogenetic characteristics of self-regulation development in adolescence.....</i>	<i>28</i>
<i>Руслан Ганущак, Уляна Базар. Психоделічно-асистована терапія: ретроспективний огляд і сучасні перспективи.....</i>	<i>36</i>
<i>Володимир Гнилко, Інна Галецька. Критерії оцінки часової перспективи у наративній ідентичності.....</i>	<i>47</i>
<i>Софія Грабовська, Наталія Гребінь, Михайло Матковський. Вчинок як ініціація: від індивідуальної свободи до соціально-психологічної суб'єктності.....</i>	<i>59</i>
<i>Ольга Джежжик, Марина Боделан, Олена Азаркіна. Етико-правові засади кризового психологічного консультування осіб різного віку.....</i>	<i>70</i>
<i>Олександр Дроздов. Психологічна специфіка ставлення до штучного інтелекту серед вітчизняних ІТ-фахівців і психологів.....</i>	<i>80</i>
<i>Марина Дроздова. Образи В. Зеленського та В. Залужного у масовій політичній свідомості вітчизняної молоді.....</i>	<i>90</i>
<i>Ія Еверс. Ризики порушення ментального здоров'я психологів в умовах війни: специфіка професійної діяльності як джерело вразливості.....</i>	<i>98</i>
<i>Наталія Жигайло, Михайло Цимбалюк. Духовність як ресурс психологічної абілітації українського суспільства.....</i>	<i>106</i>
<i>Світлана Забаровська. Сучасні дослідження та теоретичні моделі психологічного процвітання особистості.....</i>	<i>113</i>
<i>Максим Казначеев, Денис Покровський. Психометричні властивості україномовної версії Connor–Davidson Resilience Scale-10 (CD-RISC-10) у вибірці дорослих українців.....</i>	<i>120</i>
<i>Роксолана Карпінська. Ментальне здоров'я особистості в умовах воєнних і соціальних трансформацій.....</i>	<i>129</i>
<i>Олена Котух. Громадянсько-мілітарна ідентичність студентської молоді: теоретико-концептуальний аналіз.....</i>	<i>136</i>
<i>Оксана Лацук, Людмила Іванюк. Ментальне здоров'я як запорука успішності здобувачів вищої освіти.....</i>	<i>144</i>

<i>Юрій Максимець, Володимир Жигайло, Андрій Каналош. Психологія когнітивних упереджень за концепцією Данієла Канемана.....</i>	<i>150</i>
<i>Христина Мельник, Діана Логвінова. Психологічний дистрес дорослого населення України: соціально-демографічні та психологічні чинники.....</i>	<i>159</i>
<i>Олена Мусаковська. Роль критичного мислення в сучасній медіакомунікації: від інформаційної грамотності до III-грамотності.....</i>	<i>168</i>
<i>Тетяна Острянко. Раннє терапевтичне втручання як складова комплексного супроводу дітей із розладами аутистичного спектра</i>	<i>177</i>
<i>Тетяна Партико, Уляна Кіященко. Роль захисних механізмів психіки у переживанні моральної травми в студентської молоді під час російсько-української війни</i>	<i>185</i>
<i>Роман Попелюшко, Анастасія Ковальовська. Психологічні чинники виникнення суїцидальних думок у студентів в умовах воєнного стану.....</i>	<i>198</i>
<i>Юлія Примак, Ірина Мунасипова-Моташ. Особливості прояву довіри особистості в сучасних безпечних умовах: статевий аспект.....</i>	<i>205</i>
<i>Володимир Приходько, Олексій Шевяков, Олександр Алфьоров. Непрофесійна фізкультурна освіта здобувачів або психологічна грамотність з питань здоров'я: концептуальна дискусія.....</i>	<i>214</i>
<i>Олександр Просветін. Гендерні особливості залежності від психоактивних речовин серед ветеранів та військовослужбовців.....</i>	<i>220</i>
<i>Віталій Сайфутдінов. Психологічні ресурси особистості правоохоронця: чинники розвитку та збереження.....</i>	<i>227</i>
<i>Іван Сулятицький, Христина Сайко, Марта Опря. Етнолінгвістична специфіка комунікації родин учасників бойових дій.....</i>	<i>236</i>
<i>Надія Терлецька. Особливості емоційного вигорання у студентів під час навчання в умовах війни.....</i>	<i>247</i>
<i>Дмитро Швець, Зоряна Кісіль, Роман-Володимир Кісіль. Невербальна комунікація у ділових переговорах: психологічний вимір.....</i>	<i>255</i>
<i>Наталія Світлична, Ігор Віденєєв, Валерія Ситникова. Стресостійкість як чинник академічної адаптації здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану.....</i>	<i>266</i>

CONTENTS

<i>Ivanna Andriychuk</i> . Psychological determinants of personal competitiveness in the context of conflict interaction within an organization.....	3
<i>Svitlana Baida, Vladyslav Mazharenko</i> . Tolerance to uncertainty as a psychological resource for effective managerial activity of a manager.....	11
<i>Viktoriia Bedan, Oleksii Vasylenko</i> . Life-creating abilities as an psychological resource for personal posttraumatic growth.....	18
<i>Hanna Varina, Svitlana Shevchenko</i> . Ontogenetic characteristics of self-regulation development in adolescence.....	28
<i>Ruslan Hanushchak, Uliana Bazar</i> . Psychedelic-assisted therapy: a retrospective review and current perspectives	36
<i>Volodymyr Hnylko, Inna Haletska</i> . Criteria for assessing temporal perspective in narrative identity.....	47
<i>Sofiia Hrabovska, Nataliia Hrebin, Mykhailo Matkovskyi</i> . Action as initiation: from individual freedom to socio-psychological agency.....	59
<i>Olha Dzhezhyk, Maryna Bodelan, Olena Azarkina</i> . Ethical and legal principles of crisis psychological counseling for individuals of different age groups.....	70
<i>Oleksandr Drozdov</i> . Psychological characteristics of attitudes toward artificial intelligence among Ukrainian IT specialists and psychologists.....	80
<i>Maryna Drozdova</i> . Images of Volodymyr Zelensky and Valerii Zaluzhnyi in the mass political consciousness of Ukrainian youth.....	90
<i>Iia Evers</i> . Risks of mental health impairment in psychologists under wartime conditions: the specificity of professional activity as a source of vulnerability.....	98
<i>Nataliya Zhyhaylo, Mykhailo Tymbaliuk</i> . Spirituality as a resource for the psychological habilitation of ukrainian society.....	106
<i>Svitlana Zabarovska</i> . Modern research and theoretical models of psychological flourishing of personality.....	113
<i>Maxim Kaznacheev, Denys Pokrovskyi</i> . Psychometric properties of the ukrainian-language version of the Connor–Davidson Resilience Scale-10 (CD-RISC-10) in a sample of ukrainian adults.....	120
<i>Roksolana Karpinska</i> . Mental health of the individual in the conditions of military and social transformations.....	129
<i>Olena Kotukh</i> . Civil-military identity of student youth: a theoretical and conceptual analysis.....	136
<i>Oksana Lashchuk, Lyudmyla Ivanyuk</i> . Mental health as a key to success for higher education students.....	144
<i>Yurii Maksymets, Volodymyr Zhyhaylo, Andrii Kanalosh</i> . Psychology of cognitive bias based on Daniel Kahneman's concept.....	150

<i>Khrystyna Melnyk, Diana Lohvinova. Psychological Distress of the Adult Population of Ukraine: Socio-Demographic and Psychological Factors.....</i>	<i>159</i>
<i>Olena Musakovska. The role of critical thinking in contemporary media communication: from information literacy to ai literacy.....</i>	<i>168</i>
<i>Tetiana Ostriancko. Early therapeutic intervention as a component of comprehensive support for children with autism spectrum disorders.....</i>	<i>177</i>
<i>Tetyana Partyko, Uliana Kiiashchenko. The role of psychological defense mechanisms in the experience of moral injury among university students during the russian-ukrainian war.....</i>	<i>185</i>
<i>Roman Popeliushko, Anastasia Kovalovska. Psychological factors contributing to suicidal ideation among university students under martial law.....</i>	<i>198</i>
<i>Yuliia Prymak, Iryna Munasypova-Motyash. Specifics of personal trust manifestation in modern security contexts: the sex aspect.....</i>	<i>205</i>
<i>Volodymyr Prykhodko, Oleksiy Sheviakov, Oleksandr Alforov. Non-professional physical education of learners or psychological health literacy: a conceptual discussion.....</i>	<i>214</i>
<i>Oleksandr Prosvietin. Gender-specific features of substance use disorder among veterans and military personnel.....</i>	<i>220</i>
<i>Vitalii Saifutdinov. Psychological resources of a law enforcement officer's personality: factors of development and preservation.....</i>	<i>227</i>
<i>Ivan Sulyatytskyy, Khrystyna Saiko, Marta Opria. Etnolinguistic specificity of communication between families of combatants.....</i>	<i>236</i>
<i>Nadija Terlezka. Features of Emotional Burnout Among Higher Education Students During Learning Under Wartime Conditions.....</i>	<i>247</i>
<i>Dmytro Shvets, Zoriana Kisil , Roman-Volodymyr Kisil. Non-verbal communication in business negotiations: psychological dimension.....</i>	<i>255</i>
<i>Nataliia Svitlychna, Igor Videnieiev, Valeriia Sytnykova. The relationship between stress resilience and academic adaptation of higher education students under martial law conditions.....</i>	<i>266</i>

НОТАТКИ

ВІСНИК ЛЬВІВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Серія психологічні науки

Випуск 28

Львівський національний
університет імені Івана Франка
2026