ВІСНИК
КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

ISSN 2518-1378 (Print), ISSN 2708-6038 (Online)

ПСИХОЛОГІЯ **1(23)/2026**

Засновано 2014 року

УДК 159.9
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23)

Наведено результати теоретичних, прикладних і науково-експериментальних досліджень з актуальних питань психології.

Для науковців, викладачів, практичних психологів, студентів.

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР	**Данилюк Іван, д-р психол. наук, проф., чл.-кор. НАПН України** (Україна)
РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ	**Баранаускіне Інгріда, доктор філософії (Соціальні науки), проф.** (Литва); **Великодна Мар'яна, канд. психол. наук, доц.** (Україна); **Журавльова Лариса, д-р психол. наук, проф.** (Україна); **Крупельницька Людмила, д-р психол. наук, доц.** (Україна)**; Курапов Антон канд. психол. наук** (Україна)**; Пащенко Світлана, канд. пед. наук, доц.** (Україна)**; Сарі Тугба, д-р психол. наук, проф.** (Туреччина); **Сеник Оксана, канд. психол. наук, доц.** (Україна); **Сердюк Людмила, д-р психол. наук, проф.** (Україна); **Стазі Леандро Луіджі Ді, д-р психол. наук, проф.** (Іспанія)**; Харченко Наталія, д-р психол. наук, проф.** (Україна); **Шевцов Андрій, д-р пед. наук, проф.** (Україна); **Яблонська Тетяна, д-р психол. наук, проф.** (Україна)**; Ягіяєв Ілля, канд. психол. наук, доц.** (Україна)
;Адреса редколегії	**факультет психології** **просп. Академіка Глушкова, 2 а, м. Київ, 03680** **☎ (38044) 521 35 09, 522 16 48, 526 05 31** **e-mail: psychology.bulletin@knu.ua** **web: https://psy.knu.ua/**
Затверджено	**вченою радою факультету психології** **25.06.26 (протокол № 17)**
Зареєстровано	**Національною радою України з питань телебачення і радіомовлення** **Рішення № 1089 від 28.03.24** **Ідентифікатор друкованого медіа: R30-03795**
Атестовано	**Міністерством освіти і науки України (категорія Б)** **Наказ № 928 від 11.06.26**
Індексування	**Index Copernicus, OAJI, OUCI, Research Bib, DOAJ**
Засновник та видавець	**Київський національний університет імені Тараса Шевченка** **Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет"** **Свідоцтво про внесення до Державного реєстру** **ДК № 1103 від 31.10.02**
Адреса видавця	**ВПЦ "Київський університет"** **б-р Тараса Шевченка, 14, м. Київ, 01601** **☎ (38044) 239 32 22, 239 31 58, 239 31 28** **e-mail: vpc@knu.ua**

© Київський національний університет імені Тараса Шевченка,
Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет", 2026

BULLETIN

TARAS SHEVCHENKO NATIONAL UNIVERSITY OF KYIV

ISSN 2518-1378 (Print), ISSN 2708-6038 (Online)

PSYCHOLOGY **1(23)/2026**

Established in 2014 poky

UDC 159.9
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23)

The Bulletin highlights the results of theoretical, scientific, applied and scientific-experimental researches on the current issues of Psychology.

For scientists, researchers, lecturers, applied psychologists and students.

EDITOR-IN-CHIEF	**Danyliuk Ivan, DSc (Psychol.), Prof., Corresponding member in the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine** (Ukraine)
EDITORIAL BOARD	**Baranauskienė Ingrida, PhD (Social Sciences), Prof.** (Lithuania); **Velykodna Mariana, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.** (Ukraine); **Zhuravlova Larysa, DSc (Psychol.), Prof.** (Ukraine)**; Krupelnytska Liudmyla, DSc (Psychol.), Prof.** (Ukraine)**; Kurapov Anton, PhD (Psychol.)** (Ukraine)**; Paschenko Svitlana, PhD (Ped.), Assoc. Prof.** (Ukraine)**; Sarı Tuğba, PhD (Psychol.), Prof.** (Türkiye); **Senyk Oksana, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.** (Ukraine); **Serdiuk Liudmyla, DSc (Psychol.), Prof.** (Ukraine); **Stasi Leandro Luigi Di, PhD (Psychol.), Prof.** (Spain)**; Kharchenko Nataliia, DSc (Psychol.), Prof.** (Ukraine); **Andrii Shevtsov, DSc (Special Education), Prof.** (Ukraine); **Yablonska Tetyana, DSc (Psychol.), Prof.** (Ukraine)**; Yahiiaiev Illia, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.** (Ukraine)
Address	**Faculty of Psychology** **2a, Hlushkov ave., Kyiv, 03680** **☎ (38044) 521 35 09, 522 16 48, 526 05 31** **e-mail: psychology.bulletin@knu.ua** **web: https://psy.knu.ua/**
Approved by	**the Academic Council of the Faculty of Psychology** **25.06.26 (protocol № 17)**
Registered by	**the National Council of Television and Radio Broadcasting of Ukraine** **Decision № 1089 of 28.03.24** **Identifier of printed media: R30-03795**
Certified by	**the Ministry of Education and Science of Ukraine (category B)** **Order № 928 dated 11.06.26**
Indexing	**Index Copernicus, OAJI, OUCI, Research Bib, DOAJ**
Founder and publisher	**Taras Shevchenko National University of Kyiv** **Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University"** **Certificate of entry into the State Register** **ДК № 1103 dated 31.10.02**
Address	**PPC "Kyiv University"** **14, Taras Shevchenka blvd., Kyiv, 01601** **☎ (38044) 239 32 22, 239 31 58, 239 31 28** **e-mail: vpc@knu.ua**

© Taras Shevchenko National University of Kyiv,
Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University", 2026

ЗМІСТ

АБРАМОВ Володимир, ІВАНЕНКО Богдана
Роль роботи з контекстом психологічних явищ в методології когнітивно-поведінкової терапії 5

ВАСЬКІВСЬКА Світлана, ХРОМИХ Марія, ГАХ Світлана
Від лінійно- механістичноної моделі до динамічної предиктивної системи психіки:
трансформація парадигми у психології та психотерапії 12

ВЛАСОВА Олена, ЛАПТЄВА Галина
Чинники духовної самореалізації майбутніх психологів 19

ГРУЗИНОВА Ксенія
Теоретичний аналіз підходів до визначення феномену лицемірства 28

ДВОРЯКОВСЬКА Тата, САВЧЕНКО Олена
Опитувальник "Ретроспективна оцінка психологічного насильства в дитинстві"
та "Шкала досвіду психологічного насильства в дитинстві": результати розробки 34

ДУБЧАК Галина, КОРХ Віра, ЮРЧИШИН Христина
Взаємозв'язок психологічного благополуччя з готовністю молоді
до повернення в Україну в повоєнний період 45

ДЯДИЧЕНКО Наталія
Нейропсихологічно обґрунтована мультимодальна програма психосоціальної реабілітації підлітків
із військовою травмою: квазіекспериментальне дослідження з реплікацією ефекту 50

КЛИМЕНКО Ірина, ШУМСЬКА Вероніка
Особливості уявлень про роботу представників різних поколінь 56

**КРУПЕЛЬНИЦЬКА Людмила, ВАВІЛОВА Альона, ЯЦЕНКО Назар, МОРОЗОВА-ЛАРІНА Ольга,
МОЛОТОКАС Антоніна, БАРАТЮК Артем**
Концептуалізація репродуктивної поведінки жінок у гестаційний період
в умовах воєнного часу: наративний огляд 63

ЛОМАКІНА Аліса
Психологічні прояви мотиваційних факторів у представників різних типів DISC
в організаційному середовищі: авторська інтерпретаційна модель 69

**МАКСІМЄНКО Світлана, КАРПЕНКО Анастасія, ПІДДУБНА Дар'я,
БОРНЯКОВА Вікторія, ІГНАТОВСЬКА Анастасія**
"Я маю тримати обличчя": тематичний аналіз інтерв'ю партнерок військовослужбовців,
які переживають воєнну втрату 76

ОВЧАРЕНКО Олена
Взаємовідносини та прогнозуюча роль стійкості в соціально-психологічній адаптації
та стресу серед студентів 85

ОРЛОВ Олег
Потенціал штучного інтелекту у психологічному профайлінгу за суб'єктивними оцінками фахівців-психологів 91

ПАВЛЮК Оксана, КАРЄВА Дарина
Аналіз сформованості національної ідентичності та її взаємозв'язку
з психологічним благополуччям молоді в Україні 97

ПАРІНОВ Матвій, ДОВБИК Жанна
Дослідження зв'язку рівня тривожності та ефективності інвестицій українських інвесторів 103

РАЩЕНКО Анна
Шкали "довіра до себе" та "довіра до групи": пілотна апробація складових методики визначення
рівня довіри клієнтів до групової психотерапевтичної роботи 111

РОНЖЕС Олена
Індекс сенсовного життя: розробка та пілотна апробація методики 121

САЗОНОВА Тетяна
Психологічні предиктори особистісної готовності до творчої мистецької діяльності 131

ТЕРЛЕЦЬКА Лариса, ПІСКУНОВА Вікторія
Взаємозв'язок між тілесною усвідомленістю та емоційною регуляцією у жінок 139

ЯБЛОНСЬКА Тетяна, ГОРБАНЮК Юлія
Особливості вторинної травми спеціалістів сфери ментального здоров'я в умовах війни 144

CONTENTS

ABRAMOV Volodymyr, IVANENKO Bohdana
The role of psychological context in Cognitive Behavioral Therapy methodology 5

VASKIVSKA Svitlana, KHROMYKH Maria, GAKH Svitlana
From the linear-mechanistic model to the dynamic predictive system of the psyche: a paradigm transformation in psychology and psychotherapy 12

VLASOVA Olena, LAPTIEVA Halyna
Factors of spiritual self-realization of future psychologists 19

GRUZYNOVA Kseniya
Theoretical analysis of approaches to defining the phenomenon of hypocrisy 28

DVORIAKOVSKA Tata, SAVCHENKO Olena,
Questionnaire "Retrospective assessment of psychological violence in childhood" and "Scale of experience of psychological violence in childhood": results of development 34

DUBCZAK Halyna, KORKH Vira, YURCHYSHYN Khrystyna
The relationship between psychological well-being and youth's readiness to return to Ukraine in the post-war period 45

DYADYCHENKO Nataliia
Neuropsychologically oriented multimodal psychosocial rehabilitation program for adolescents with war trauma: a quasi-experimental study with effect replication 50

KLYMENKO Iryna, SHUMSKA Veronika
Generational differences in work representations 56

KRUPELNYTSKA Liudmyla, VAVILOVA Alona, YATSENKO Nazar, MOROZOVA-LARINA Olha, MOLOTOKAS Antonina, BARATIUK Artem
Conceptualization of women's reproductive behavior in gestation under wartime realities: narrative review 63

LOMAKINA Alisa
Psychological manifestations of motivational factors in representatives of different DISC types in the organizational environment: an author's interpretative model 69

MAKSIMIENKO Svitlana, KARPENKO Anastasiia, PIDDUBNA Daria, BORNYAKOVA Viktoriia, IHNATOVSKA Anastasiia
"I have to keep up appearances": a reflexive thematic analysis of interviews with partners of Ukrainian military service members experiencing war-related loss 76

OVCHARENKO Olena
Relationships and predictive role of hardiness in socio-psychological adaptation and stress among students 85

ORLOV Oleh
The potential of artificial intelligence in psychological profiling according to the subjective assessments of psychologists 91

PAVLIUK Oksana, KARIEVA Daryna
Analysis of the formation of national identity and its interconnection with the psychological well-being of youth in Ukraine 97

PARINOV Matviy, DOVBIK Zhanna
Research on the relationship between the level of anxiety and the efficiency of investments of Ukrainian investors 103

RASCHENKO Anna
The "Self-Trust" and "Trust in the Group" scales: pilot testing of components of a methodology for measuring the level of clients' trust in group psychotherapeutic work 111

RONZHES Olena
Meaningful Life Index: development and pilot testing of the methodology 121

SAZONOVA Tetiana
Psychological predictors of personal readiness for creative artistic activity 131

TERLETSKA Larisa, PISKUNOVA Victoriia
The relationship between body awareness and emotional regulation in women 139

YABLONSKA Tetiana, GORBANIUK Yulia
Features of secondary trauma of mental health professionals in war conditions 144

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.98
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).1

Володимир АБРАМОВ, канд. психол. наук
ORCID ID: 0000-0003-1186-5272
e-mail: volodymyrabramov@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Богдана ІВАНЕНКО, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000 0001 9211 6948
e-mail: bogdanaiv2018@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

РОЛЬ РОБОТИ З КОНТЕКСТОМ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЯВИЩ У МЕТОДОЛОГІЇ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ

В с т у п . ***Попри загальноприйняті погляди, що класична когнітивно-поведінкова терапія Аарона Бека (КПТ) та схема-терапія Джефрі Янга (СТ) фокусуються на змісті психологічних явищ, тоді як терапія прийняття та відповідальності Стівена Хейса (АСТ) здійснює перехід до роботи з їх контекстом, на рівні конкретних методів зазначених терапій спостерігається подібність у використанні в роботі контексту психологічних явищ.***

М е т о д и . ***З метою визначення ролі роботи з контекстом психологічних явищ у зазначених підходах було здійснено теоретичне дослідження з використанням системи загальнонаукових методів і прийомів наукового пізнання, що розв'язало низку поставлених завдань, а саме: проаналізувати теоретико-методологічні та філософські основи зазначених підходів; розкрити імпліцитно передбачені ними ідеали психологічного благополуччя; а також розглянути їх спільні механізми психотерапевтичної роботи, що ґрунтуються на управлінні контекстом психологічних явищ.***

Р е з у л ь т а т и . ***Виявлено фундаментальні суперечності між логічним позитивізмом, на якому базується класична модель КПТ та СТ, та функціональним контекстуалізмом, що є підґрунтям АСТ. Суперечності полягають у баченні внутрішніх подій, таких як думки, як причин поведінки та емоцій особи у логічному позитивізмі, та баченням їх як керованими контекстом у функціональному контекстуалізмі.***

Розглянуті суперечності зумовлюють відмінності у трактуванні ідеалу психологічного благополуччя. Крізь призму теорії реляційних фреймів (ТРФ) можна стверджувати, що КПТ та СТ орієнтовані на досягнення сутнісної когерентності – наближення внутрішніх структур, таких як схеми, переконання тощо до об'єктивної реальності. АСТ спрямована на функціональну когерентність, де пріоритетом є не істина, а втілення особою власних цінностей.

Робота з контекстом залучена в усіх розглянутих підходах. За допомогою поняття керованої правилами поведінки з ТРФ показано, що всі проаналізовані підходи тяжіють до стимулювання трекінгу, тобто зміни ригідних переконань, реакцій, поведінки, шляхом врахування ширшого контексту.

Як вербальні інтервенції в межах КПТ та АСТ, так і експериментальні методи також базуються на залученні контексту для модифікації переконань у КПТ та зміни функції психологічних явищ у АСТ. У СТ за допомогою стилю обмеженого повторного батьківства та імагінативної рескрипції відбувається зміна інтерперсонального контексту, що дозволяє проводити корекцію ранніх дезадаптивних схем.

В и с н о в к и . ***Залучення контексту є спільним чинником, що використовується в проаналізованих підходах.***

К л ю ч о в і с л о в а : ***теорія реляційних фреймів, функціональний контекстуалізм, схема-терапія, плаянс, трекінг, функціональна когерентність, терапія прийняття і відповідальності.***

Вступ

Постановка проблеми. Сучасна когнітивна поведінкова психотерапія – це низка підходів, які об'єднуються в умовні три хвилі (Hayes, 2016). Загальноприйнятим є твердження, що класична когнітивно-поведінкова терапія Аарона Бека (КПТ), яку відносять до другої хвилі, та її еволюційне продовження – схема-терапія Джефрі Янга (СТ), фокусуються на змісті психічних явищ таких як когнітивні схеми, переконання тощо. Тоді як терапія прийняття та відповідальності Стівена Хейса (АСТ), яку відносять до третьої хвилі, здійснює перехід до роботи з їх контекстом.

Але попри це у традиції А. Бека когнітивна реструктуризація у формі сократівського діалогу та поведінкових експериментів неможлива без створення специфічного логічного та емпіричного контексту, який змінює ставлення клієнта до власних думок. Схема-терапія, у свою чергу, трансформує ригідні структури через побудову унікального інтерперсонального контексту – "обмеженого повторного батьківства". Таким чином, робота з контекстом не є виключно прерогативою третьої хвилі.

Висвітлення специфіки роботи з контекстом психологічних явищ у другій та третій хвилях когнітивно-поведінкової терапії дозволяє виявити спільні механізми психотерапевтичної роботи і відкриває шлях до розуміння універсальних закономірностей психологічних змін клієнта, де залучення роботи з контекстом постає як умова успішної психотерапевтичної допомоги.

Метою статті є висвітлити роль роботи з контекстом психологічних явищ у провідних підходах другої та третьої хвилі когнітивно-поведінкової психотерапії: у когнітивно-поведінковій терапії Аарона Бека, терапії прийняття та відповідальності Стівена Хейса та схема-терапії Джефрі Янга.

Для досягнення цієї мети було поставлено низку завдань, а саме:

- порівняти теоретико-методологічні та філософські основи зазначених підходів;
- проаналізувати і порівняти ідеали психологічного благополуччя, які імпліцитно передбачаються даними підходами;
- визначити спільні механізми втручань у даних підходах, що базуються на роботі з контекстом психологічних явищ.

Методи

Для розв'язання поставлених завдань було використано систему загальнонаукових методів і прийомів

© Абрамов Володимир, Іваненко Богдана, 2026

наукового пізнання, зокрема: аналіз, синтез, порівняння, систематизацію.

Результати

Теоретико-методологічні та філософські основи когнітивно-поведінковій терапії Аарона Бека, терапії прийняття та відповідальності Стівена Хейса та схема-терапії Джефрі Янга. Когнітивно-поведінкова терапія Аарона Бека, основана на ній схема-терапія Джефрі Янга та терапія прийняття та відповідальності, засновником якої є Стівен Хейс, мають глибокі філософські коріння в різних гілках позитивізму, що визначає їхні підходи до розуміння психічних явищ та механізмів їх зміни. Фундаментом для КПТ є логічний позитивізм, який, хоча й уникає метафізичних пояснень, передбачає можливість вивчення не тільки безпосередньо спостережуваних явищ, а й таких, які можна чітко визначити та операціоналізувати (Waltz, & Hayes, 2010). Логічний позитивізм дозволив КПТ інтегрувати когнітивні конструкти в наукове дослідження, прирівнюючи неспостережувані явища, такі як думки чи схеми, до описів операцій, що використовуються для їх вивчення. Це позначилося на моделі "стимул–медіатор–реакція", де медіатори (когніції) розглядаються як проміжні змінні, що зумовлюють поведінкову відповідь на зовнішній стимул. Так логічний позитивізм запропонував поняття "схема", "стратегія обробки інформації", "автоматична думка", "глибинне переконання", увів їх у науковий дискурс та психотерапію.

Філософською основою АСТ є інша гілка позитивізму – радикальний позитивізм, розвинений фізиком Ернстом Махом, який стверджував, що повний опис явищ – це все, чого може вимагати наука, а будь-які спроби пояснення поза межами опису є метафізичними (Waltz, & Hayes, 2010). Мах відкидав необхідність логічних "заповнювачів" для часових або просторових розривів між сенсорним досвідом, натомість пропонував використовувати опис для виявлення повторюваних патернів, які він називав функціональними відносинами. Б. Ф. Скіннер застосував радикальний позитивізм до вивчення поведінки, що заклало основу радикального біхевіоризму, або, як називав його сам науковець, – "послідовного" біхевіоризму (Törneke, 2010), де мислення та почуття розглядаються не як причини дій або медіатори, якими вони є в КПТ, а як самі дії організму, що потребують пояснення через їхній історичний та ситуативний контекст.

Контекстуальний функціоналізм, що являє собою сучасне продовження ідей Маха та Скіннера, розглядає психологічні події, наприклад думки, як "дії-в-контексті" цілісних організмів (Sandoz, & Fogle, 2023). У цій парадигмі пошук "об'єктивної істини" замінюється прагматичним критерієм успішної дії: теорія чи думка вважаються "істинними" лише тією мірою, якою вони допомагають досягати аналітичних або життєвих цілей. Відповідно до контекстуального функціоналізму функція будь-якого явища визначається контекстом, у якому існує це явище. Наприклад, отримати подарунок під подушку у свято Святого Миколи – це не безумовно приємна подія, адже якщо ви отримали його, проживаючи на самоті, це стає тривожним фактом. Так само думки і поведінка можуть нести позитивну чи негативну функцію залежно від контексту, у якому вони існують.

Отже, принциповою відмінністю між цими підходами є бачення ролі внутрішніх утворень – автоматичних думок, схем, глибинних переконань як причин поведінки і, отже, необхідність роботи з ними в КПТ, та заперечення їх причинності і бачення їх як так само керованими контекстом і відповідно необхідності роботи лише з контекстом в АСТ.

Схема-терапія Джефрі Янга виникла як глибока модифікація та розширення класичної КПТ. Її було спеціально розроблено для допомоги клієнтам із розладами особистості (Rafaeli et al., 2011). У той час як Аарон Бек визначав схеми переважно як когнітивні структури, що містять кластери негативних переконань (Beck, & Freeman, 1990), Джеффрі Янг додав до цього значний еволюційно-біологічний та динамічний виміри, розглядаючи ранні дезадаптивні схеми як результат токсичного дитячого досвіду, пов'язаного з незадоволенням базових емоційних потреб дитини. Поняття схеми розуміється як широка загальна первазивна тема, або паттерн, що включає спогади, емоції, когніції і тілесні відчуття, стосується себе і своїх стосунків з іншими людьми, розвивається в дитячому і підлітковому віці та доопрацьовується продовж всього життя особи (Young et al., 2003).

Отже, поглиблюючи розуміння феномену схеми та відходячи від суто когнітивного його розуміння, можемо стверджувати, що схема-терапія Джефрі Янга працює з чітко операціоналізованими внутрішніми сутностями в руслі логічного позитивізму.

Розвиток СТ привів до появи так званої контекстуальної схема-терапії Екхарта Рьодінгера, який інтегрував класичну СТ з ідеями АСТ (Roediger et al., 2018). У цьому підході "режим здорового дорослого", який представлений і в класичній СТ, ототожнюється з конструктом *психологічної гнучкості*, що дозволяє клієнту усвідомлено відсторонюватися від дезадаптивних схем та діяти відповідно до власних цінностей. Таким чином, контекстуальна схема-терапія працює не над зміною змісту психологічних явищ, а над зміною контексту взаємодії з ними, що відповідає філософії контекстуального функціоналізму.

Ідеали психологічного благополуччя когнітивно-поведінкової терапії Аарона Бека, терапії прийняття та відповідальності Стівена Хейса та схема-терапії Джефрі Янга. Філософські основи розглянутих вище підходів передбачають різне бачення ідеалів психологічного благополуччя, до яких має прагнути особа. Вони будуть розглянуті нижче через поняття когерентності, представлене в теорії реляційних фреймів – поведінковій теорії мови і когніцій, у межах якої мова розглядається як вивчена поведінка, спрямована на побудову й реагування на відносини між об'єктами і подіями, основаними на соціальних контекстах (Hayes et al., 2001).

Когерентність або узгодженість визначається як внутрішня властивість мови та пізнання, що полягає у відносній послідовності реляційних реакцій всередині символічної мережі. Оскільки люди використовують мову для взаєморозуміння та впливу, слухачі мають виводити послідовні та очікувані взаємозв'язки всередині речень, щоб "сенс" мовця відповідав розумінню слухача. Ця глибока потреба в тому, щоб речі "мали сенс", стає потужним підкріпленням для мислення, оскільки вихід за межі узгодженості створює психологічний дискомфорт, що спонукає людину до формування різних видів когерентності, які будуть розглянуті далі.

Когерентність імпліцитно міститься в особистісному наративі, який розуміється у межах наративної психотерапії як структура, що пов'язує події життя в певній послідовності, у певному часовому проміжку згідно з обраним сюжетом чи темою (White, 2007). Принциповою характеристикою наративу є не його істинність, а його правдоподібність та несуперечність для особи. За допомогою особистісного наративу людина організовує свій досвід і будує сенс у житті, що безпосередньо впливає на її психологічне благополуччя. Як зазначає Джером

Брунер, наратив забезпечує основний "фрейм зрозумілості" для інтерпретації досвіду в повсякденному житті (Bruner, 1986). М. Вайт і Д. Епстон (2016) припустили, що причиною, чому люди звертаються по допомогу, є те, що їхній наративний репертуар недостатньо охоплює їхні повсякденні переживання. Метою наративної терапії є допомога клієнтам у розширенні їхнього репертуару, створенні нових і більш прийнятних для особи історій. Таким чином, метою наративної терапії є досягнення конгруентного, несуперечного наративу, який би пояснював особі її світ та її суб'єктивну роль у ньому.

В теорії реляційних фреймів виділяють кілька видів когерентності: соціальну, есенційну та функціональну.

Соціальна когерентність базується на встановленні відносин еквівалентності між символічними мережами особистості та тим, що очікується або схвалюється соціальною спільнотою (Villatte et al., 2016). На цьому рівні людина вважає свої ідеї узгодженими, якщо вони відповідають зовнішнім соціальним нормам. Оскільки з раннього віку особу вчать бути послідовною в спілкуванні з іншими, сама логічність понять стає генералізованим підкріпленням, що змушує її дотримуватися колективних правил "соціальної гри" в мовленні. Варто також зазначити, що соціальна когерентність є еволюційно доцільною для виживання, й особливо була такою на початках існування людства, оскільки виживання кожної окремої особи залежало від гарного ставлення до неї її племені. Проблема такого виду узгодженості полягає в тому, що людина може стати надмірно чутливою до чужих оцінок, втрачаючи контакт із *власними потребами та природними наслідками своїх вчинків* (Ramnerö, & Törneke, 2008).

Наступним видом є *есенційна* (*сутнісна) когерентність*, яка прагне встановити жорстку еквівалентність між символічними мережами та властивостями фізичного світу. У цьому стані людина починає сприймати свої думки та оцінки не як мовленнєві процеси, а як абсолютні істини, що призводить до когнітивного злиття. Наприклад, твердження "я невдаха" сприймається як об'єктивна характеристика особистості, подібна до фізичної ознаки, що змушує людину ігнорувати або викривляти значну частину свого досвіду, яка суперечить цій когніції, засвоєній як "істина".

Прагнення до такої внутрішньої послідовності часто змушує особу захищати свої переконання навіть тоді, коли вони завдають шкоди її життю, оскільки порушення цієї узгодженості сприймається як загроза стабільності "Я". Це можна порівняти з функцією організації досвіду особистісного наративу. Жорстка "сутнісна когерентність", за якої індивід намагається довести буквальну "істинність" своїх переконань, часто призводить до формування "проблемно-насичених" наративів (White, 2007). У такому стані людина ігнорує реальний контекст заради збереження внутрішньої логіки своєї історії, що в АСТ визначається як когнітивне злиття (Villatte et al., 2016). Когерентність підкріплюється вербальною спільнотою через вимогу послідовності та зрозумілості аргументації, а наративи спираються на культурно закріплені жанри та "бібліотеки сценаріїв", які визначають моделі, за якими будувати власне життя, і що таке "добре" і що таке "погано" (Harré, 1983).

У функціональній когерентності критерієм істинності стає не "об'єктивна правильність" думки, а її ефективність для досягнення обраних цінностей. Замість того щоб запитувати, чи є певна думка правдивою в есенційному сенсі, клієнт вчиться оцінювати, *чи допомагає віра в цю думку будувати життя, яке він хоче реалізувати*. Функціональна когерентність базується не на еквівалентності "думка дорівнює реальність", а на питанні собі: якщо я буду діяти згідно із цією ідеєю, чи наблизить це мене до моїх цінностей? Це узгоджується з ідеями постструктуралізму та ідеями зміни парадигматичного модусу на дискурсивний (Bruner, 1986), що є характерним для наративної психології та психотерапії, а отже, підкреслює відсутність метанаративу.

Функціональна когерентність дає змогу людині утримувати у свідомості навіть суперечливі переживання, інтегруючи їх у гнучкі мережі через усвідомлення себе як контексту для власного досвіду. В АСТ пропонується розрізнення трьох позицій: "Я наратив" – ототожнення себе із власною історією, "Я процес" – ототожнення себе із власним поточним станом і "Я контекст" – позиція спостерігача за власним станом і тим, що відбувається навколо з метою вибору поведінки на основі власних цінностей. "Я-як-контекст" виступає стабільним "контейнером" для будь-якого досвіду та звільняє від необхідності боротися з "неправильними" думками, що дозволяє зосередитися на цілеспрямованих діях, які дають тривале задоволення незалежно від тимчасових емоційних станів. Психологічна гнучкість у цьому контексті означає здатність інтегрувати суперечливі переживання у гнучку мережу.

Таким чином, ідеал психологічного благополуччя в АСТ та наративній психотерапії полягає у переході до функціональної гнучкості. В АСТ це означає досягнення функціональної когерентності, де критерієм істинності є не логічна правильність думки, а її ефективність у просуванні до цінностей. Віллатт та ін. (2016) пояснюють, що функціональна когерентність базується на умовних відносинах: замість пошуку доказів "істинності" переконання, клієнт вчиться помічати, чи допомагає віра в цю думку будувати бажане життя. Це цілком відповідає наративному процесу "переписування" життя, де клієнт за допомогою терапевта знаходить "унікальні епізоди" або винятки з домінуючої історії, щоб побудувати новий наратив, який краще підтримує його життєві прагнення або цінності (White, 2007). Стверджуючи рівноправність усіх наративів та неможливість існування метанаративу, теоретики наративної психотерапії надають перевагу історіям, у яких яскраво виражена авторська позиція особи, яка виключає позицію жертви.

З іншого боку, можна побачити, що ідеал психологічного благополуччя у класичній КПТ та у спорідненому підході другої хвилі – раціонально-емотивній психотерапії Альберта Елліса (Ellis, 1994) – базується на досягненні сутнісної когерентності, що передбачає встановлення *жорсткої еквівалентності між внутрішніми думками людини та об'єктивною реальністю*. Психологічне здоров'я тут залежить від якомога більш реалістичного погляду на дійсність, де механізмом змін є когнітивна реструктуризація – виправлення викривлень у сприйнятті інформації та наближення автоматичних думок і глибинних переконань до "об'єктивної істини". Бек (2011) підкреслює, що, коли особа вчиться оцінювати своє мислення реалістично та адаптивно, вона відчуває полегшення симптомів, оскільки дисфункціональні переконання втрачають свою силу через невідповідність реальним фактам.

Схема-терапія Джефрі Янга, базуючись на КПТ, робить акцент на розвитку в особи адаптивних схем замість неадаптивних, сформованих травматичним дитинством. Отже, класична схема-терапія спрямована на корекцію внутрішніх структур та досягнення сутнісної когерентності через задоволення потреб. Сучасна модифікація класичної схема-терапії – контекстуальна схема-терапія Екхарта Рьодінгера – акцентує увагу на розвитку

функціональної гнучкості та здатності бути усвідомленим "диригентом" власного життя, зміщуючи фокус зі змісту мислення на контекст і фактичні ефекти поведінки, що дозволяє діяти ефективно навіть за наявності болючих або "нереалістичних" думок та переживань.

Механізми втручань когнітивно-поведінковій терапії Аарона Бека, терапії прийняття та відповідальності Стівена Хейса та схема-терапії Джефрі Янга. Розглянуті нами філософські основи та уявлення про ідеали психологічного благополуччя закономірно трансформуються у конкретні механізми втручань у безпосередній роботі психотерапевта, які попри свою відмінність мають спільні риси, а саме – залучення роботи з контекстом життя особи та контекстом психологічних явищ. Спочатку, користуючись поняттям керованої правилами поведінки з теорії реляційних фреймів, ми висвітлимо загальні принципи роботи психотерапевта в усіх напрямках, на яких будуються конкретні техніки роботи.

У контекстуальній поведінковій науці та теорії реляційних фреймів виділяють три основні види керованої правилами поведінки, які визначають, як людина взаємодіє з навколишнім світом через мову та когнітивні процеси. Нас будуть цікавити два з них: плаянс (pliance) та трекінг (tracking).

Плаянс визначається як поведінка, підкріплена історією соціальних наслідків за відповідність дій особи вербальним стимулам, які вона отримує. Найпростішим прикладом цього є повторювана поведінка дитини, за яку вона отримувала схвалення. У випадку плаянсу *особа слідує правилу не через його практичну ефективність у фізичному світі, а заради отримання схвалення або уникнення покарання з боку соціального оточення*. Основною характеристикою плаянсу є те, що підкріплення залежить від авторитету того, хто запровадив правило. Хоча плаянс є критично важливим для раннього розвитку та соціалізації дитини, його домінування в дорослому віці часто призводить до надмірної чутливості до чужих думок та ігнорування власних потреб, що стає основою для багатьох психологічних проблем (Villatte et al., 2016). У випадку плаянсу особа втрачає чутливість до контексту й відповідно до наслідків своїх дій поза їх оцінкою суспільством, спільнотою чи авторитетними для неї людьми. Відповідно, плаянс пов'язаний із соціальною когерентністю.

Іншим типом керованої правилами поведінки є трекінг, який полягає у слідуванні правилу заради контакту з природними наслідками, що безпосередньо випливають із самої ситуації. На відміну від плаянсу, успішність трекінгу залежить виключно від того, наскільки точно правило відображає реальний устрій світу. Наприклад, якщо особа використовує рецепт для приготування страви або карту для пошуку дороги, вона практикуєте трекінг, оскільки смачна їжа або прибуття до пункту призначення є природними наслідками, незалежними від схвалення іншої людини. Цей вид поведінки дозволяє людям ефективно вчитися на чужому досвіді без потреби проходити через небезпечний метод спроб і помилок. Проте трекінг може перетворитися на пастку, коли людина слідує неточним або застарілим правилам, оскільки короткострокове полегшення підкріплює правило, навіть якщо в довгостроковій перспективі воно руйнує якість життя (Ramnerö, & Törneke, 2008). Прикладом цього може бути уникання соціальних контактів для зменшення тривоги, що обмежує особу й відсторонює її від того, щоб контактувати з чимось для неї важливим.

Аналіз зазначених видів керованої правилами поведінки засвідчує, що основним принципом роботи як КПТ, так і АСТ є стимулювання трекінгу. Процес змін має базуватися не на авторитеті терапевта, тобто плаянсі, а на усвідомленому виборі клієнта, що ґрунтується на аналізі фактів та наслідків власних дій. У класичній КПТ це реалізується через самостійне формування особою більш реалістичних когніцій, у які вона вірить. Зміна відбувається лише тоді, коли нове переконання стає результатом власного емпіричного досвіду, а не навіювання авторитетним терапевтом "правильних" думок. Подібно до цього, в АСТ клієнт має безпосередньо відчути зміну функції явища в новому контексті за допомогою вербальних та досвідних, емоційноо фокусованих технік. Основним інструментом реалізації цього принципу в обох хвилях КПТ виступає сократівський діалог, який перетворює терапію на процес спільного дослідження, де не передбачається директивного навчання.

Стиль сократівського діалогу або керованого відкриття в КПТ має стимулювати особу до врахування непомітних для неї обставин, об'єктивних подій, доказів, що спростовують її погляди та сприяють зміні автоматичних думок чи глибинних переконань. Пропонуючи запитання, терапевт допомагає особі дистанціюватися від своїх автоматичних думок (Beck, 2011). Це переводить когніцію з категорії "абсолютної істини" в категорію "гіпотези", яка підлягає перевірці. З погляду функціонального контекстуалізму це змінює "контекст буквального значення" символічних подій. Новий контекст життєвих обставин, об'єктивних доказів "за" чи "проти" допомагає переглянути власне переконання чи автоматичну думку.

Використання сократівського діалогу АСТ-терапевтом має сприяти встановленню нових контекстуальних зв'язків між явищами задля зміни їх функції. Наприклад – проговорювати негативне переконання про себе "ти невдаха" "нудним гнусавим голосом зануди сусідки" задля зміни ставлення до змісту цих слів.

Варто розглянути поведінковий експеримент (ПЕ) як спосіб радикальної зміни контексту. У традиції Аарона Бека це – чітко визначений метод, який є одним із найбільш потужних інструментів КПТ. Також наголошується, що ПЕ є власне не поведінковою, а когнітивною технікою, спрямованою на зміну переконань. Замість того, щоб лише дискутувати про "істинність" думки, використовуючи сократівські питання у формалізованих техніках, терапевт і клієнт спільно створюють безпечне середовище для практичної перевірки переконань (Bennett-Levy et al.,2004). Новий контекст умов експерименту, яких клієнт попередньо уникав, створює новий досвід, який безпосередньо суперечить та спростовує викривлені прогнози клієнта, похідні від його переконань. Коли клієнт безпосередньо контактує з реальністю і бачить, що його негативні очікування не справджуються, він змушений переглядати свої базові переконання, що веде до заміни неточної "сутнісної істини" на більш адаптивні та об'єктивні переконання та правила поведінки.

Крім поведінкових експериментів, спрямованих на зміну переконань, у межах КПТ використовується поведінкова техніка експозиції, що торкається, наприклад, формування досвіду того, що переживання тривоги не триває нескінченно. Таким чином, ефект втручання полягає не лише в раціональній корекції, а й у формуванні нового емоційно-поведінкового патерну реагування через зміну зовнішніх обставин – занурення клієнта у новий контекст, якого він уникав.

Ілюстрацією неможливості відходу від роботи з контекстом є існування в сучасних протоколах КПТ роботи з депресією суто поведінкової техніки – поведінкової активації. Поведінкова активація виступає як метод прямої

ISSN 1728-3817

маніпуляції контекстом середовища клієнта. Особи з депресією часто перебувають у контексті, де відсутнє підкріплення або переважає аверсивний контроль. Планування активності та ведення графіку активності дозволяє особі контактувати з новими наслідками своїх дій. Коли клієнт фіксує рівні задоволення та досягнення, він фактично збирає дані про те, як зміна його поведінкового контексту впливає на його настрій. Це руйнує цикл пасивності, замінюючи його новими джерелами впливу, що підтримують адаптивне функціонування.

Отже, поведінкові експерименти та поведінкова активація є техніками, що широко залучають безпосередній контекст поведінки. Але попри відсутність чітко прописаної інструкції, поведінкові експерименти та експозиція імпліцитно містяться в техніках АСТ, однак слугують меті переключення уваги клієнта із сутнісної на функціональну когерентність.

Техніки класичної схема-терапії, розробленої Джеффрі Янгом, функціонують шляхом трансформації міжособистісного, експерієнційного та когнітивного контекстів, які підтримують ранні дезадаптивні схеми.

У межах цього підходу експерієнтальні техніки, такі як імагінативна рескрипція та обмежене повторне батьківство, відіграють роль ключових інструментів, які працюють із контекстом досвіду особистості (Farrell et al., 2014). На відміну від "холодних" когнітивних методів, експерієнтальні втручання спрямовані на "гарячі когніції" – емоційно насичені стани, де схеми є найбільш активними (Rafaeli et al., 2011). Обмежене повторне батьківство виступає центральною терапевтичною позицією, яка надає клієнту новий міжособистісний контекст, що є антидотом до токсичного досвіду дитинства. Терапевт у межах професійних кордонів стає "надійним об'єктом", який валідує, захищає та піклується про режим вразливої дитини, забезпечуючи клієнту корективний емоційний досвід, що є критично важливим для клієнтів із хронічною травматизацією та розладами особистості. Цей новий контекст безпеки та прийняття стає фундаментом, на якому можуть формуватися здорові схеми та зміцнюватися режим здорового дорослого, який поступово перебирає на себе функції саморегуляції та турботи про себе.

Імагінативна рескрипція як техніка переписування спогадів клієнта, у яких формувалися дезадаптивні схеми, посилює цей процес, дозволяючи клієнту знову прожити травматичні сцени минулого, але вже в новому контексті, де терапевт або згодом сам клієнт як здоровий дорослий входять в образ для захисту та задоволення потреб дитини. З погляду функціонального контекстуалізму ці техніки не лише намагаються змінити зміст думок, а й змінюють сам контекст, у якому виникають емоції та спогади, що нівелює вплив старих схем на поведінку особи. В контекстуальній схема-терапії стверджується, що, таким чином СТ використовує емоційний зв'язок і візуалізацію для побудови гнучкого "Я", здатного діяти відповідно до власних цінностей навіть за наявності болючого минулого. Психотерапія фактично переписує внутрішній наратив клієнта через реальне проживання нових стосунків у ній (Roediger et al., 2018).

Дискусія і висновки

У статті було запропоновано погляд на КПТ, СТ та АСТ крізь призму їх роботи з контекстом психологічних явищ.

Традиційно в літературі прийнято наголошувати на фундаментальному розриві між другою та третьою хвилями когнітивно-поведінкової терапії. Цей погляд є яскраво вираженим у працях Стівена Хейса, де стверджувалося, що традиційна КПТ спрямована на зміну змісту когніцій, тоді як методи третьої хвилі фокусуються виключно на зміні психологічного контексту та функції цих когніцій (Hayes, 2004). Відповідно до цього погляду робота з контекстом розглядалася як прерогатива лише контекстуально-поведінкових підходів.

Результати нашого аналізу узгоджуються з позицією дослідників, які піддають сумніву таку жорстку дихотомію. Зокрема, критики концепції "трьох хвиль" зазначали, що класична КПТ завжди імпліцитно залучала контекст для досягнення терапевтичних змін (Hofmann, & Asmundson, 2008). В нашій роботі ми також намагалися підкреслити, що поведінкові експерименти та сократівський діалог за своєю суттю є методами, які виводять особу за межі внутрішніх когнітивних патернів у реальний життєвий контекст для перевірки гіпотез. Таким чином концепт "чутливості до контексту»", запропонований у ТРФ, на нашу думку, є так само актуальним для класичного КПТ. Також визначальним для обох хвиль є, використовуючи поняття керованої правилами поведінки з ТРФ, спонукання особи до виходу з плаянсу та переходу до трекінгу.

На нашу думку, це також характерне для СТ. Використання імагінативної рескрипції та стилю обмеженого батьківства є трансформацією інтерперсонального та емоційного контексту. Екхарт Рьодінгер робить наступний крок, інтегруючи СТ з контекстуально-поведінковими науками та створюючи контекстуальну СТ (Roediger et al., 2018).

У нашому аналізі ми показали, що класична СТ та контекстуальна СТ відрізняються з огляду на кінцеву мету застосування контексту. Ми зробили спробу розглянути цю відмінність через концептуальний апарат ТРФ: у класичній КПТ та СТ як терапіях другої хвилі, що базуються на логічному позитивізмі, цією метою є коригування сутнісної когерентності – доведення "внутрішніх структур", таких як схеми, правила життя тощо до максимальної відповідності реальності, тоді як у АСТ, що ґрунтується на радикальному позитивізмі та функціональному контекстуалізмі та відкидає необхідність відповідності внутрішніх подій будь-якій абсолютній істині, цією метою є досягнення особою функціональної когерентності – життя відповідно до власних цінностей.

Ця свідома відмова від пошуку "об'єктивної істини" на користь прагматичної гнучкості узгоджує АСТ з ідеями постструктуралізму та постмодернізму. У цьому сенсі фокус АСТ на функціональній когерентності концептуально та філософськи зближує її з наративною психотерапією Майкла Уайта. Механізм побудови функціональної когерентності в АСТ має пряму паралель з авторською позицією в наративному підході. В цьому аспекті можна сказати, що АСТ є більш "сучасною" терапією, ніж КПТ, що відображає радше ідеї модерну.

Викладені положення набувають значущості у світлі сучасного парадигмального зсуву від вузькоспеціалізованих протоколів, орієнтованих на конкретні нозології, до процесуально-орієнтованих підходів (Barlow et al., 2017; Hayes, & Hofmann, 2018). На противагу традиційній діагностичній моделі, яка фокусується на класифікації симптомів, процесуальний підхід виокремлює трансдіагностичні механізми, притаманні різним спектрам психічних розладів.

Внесок авторів: Володимир Абрамов – концептуалізація, методологія, написання (оригінальна чернетка); Богдана Іваненко – методологія, валідація даних, написання (перегляд і редагування).

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Barlow, D. H., Farchione, T. J., Sauer-Zavala, S., Latin, H. M., Ellard, K. K., Bullis, J. R., Bentley, K. H., Boettcher, H. T., & Cassiello-Robbins, C. (2017). *Unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders: Therapist guide (2nd ed.).* Oxford University Press.

Beck, J. S. (2011) *Cognitive behavior therapy: basics and beyond.* Guilford Press.

Beck, A. T., & Freeman, A. M. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders.* Guilford Press.

Bennett-Levy, J., Butler, G., Fennell, M., Hackman, A., Mueller, M., & Westbrook, D. (Eds.). (2004). *Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy.* Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/med:psych/9780198529163.001.0001

Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible worlds.* Harvard University Press.

Ellis, A. (1994). Reason and emotion in psychotherapy: A comprehensive method of treating human problems (Revised and updated ed.). Birch Lane Press.

Epston, D. (2016) Re-imagining Narrative Therapy: A History for the Future. *Journal of Systemic Therapies,* 35, 79–87. https://doi.org/10.1521/jsyt.2016.35.1.79

Farrell, J. M., Reiss, N., & Shaw, I. A. (2014). *The Schema Therapy Clinician's Guide: A Complete Resource for Building and Delivering Individual, Group and Integrated Schema Mode Treatment Programs*. Wiley-Blackwell.

Harré, R. (1984). Personal being: A theory for individual psychology. Harvard University Press.

Hayes, S. C. (2016). Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies – Republished Article. *Behavior therapy,* 47 6, 869–885. https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.11.006

Hayes, S. C., Barnes-Holmes, D., & Roche, B. (2001). *Relational Frame Theory: A Post-Skinnerian Account of Human Language and Cognition*. Plenum Press

Hayes, S. C., & Hofmann, S. G. (Eds.). (2018). *Process-based CBT: The science and core clinical competencies of cognitive behavioral therapy*. New Harbinger Publications.

Hofmann, S. G., & Asmundson, G. J. G. (2008). Acceptance and mindfulness-based therapy: New wave or old hat? *Clinical Psychology Review*, 28(1), 1–16. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2007.09.003

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. (2011). *Schema Therapy: Distinctive Features*. Routledge.

Ramnerö, J., & Törneke, N. (2008). *The ABCs of human behavior: An introduction to behavioral psychology for clinicians.* New Harbinger Publications.

Roediger, E., Stevens, B. A., & Brockman, R. (2018). *Contextual Schema Therapy: An Integrative Approach to Personality Disorders, Emotional Dysregulation, and Interpersonal Functioning*. New Harbinger Publications.

Sandoz, E. K., & Fogle, C. (2023). Implementing ACT as Contextual Behavioral Science. In M. P. Twohig, M. E. Levin, & J. M. Petersen (Eds.), *The Oxford Handbook of Acceptance and Commitment Therapy*. Oxford University Press.

Törneke, N. (2010). *Learning RFT: An introduction to relational frame theory and its clinical application.* Context Press/New Harbinger Publications.

Villatte, M., Villatte, J. L., & Hayes, S. C. (2016). *Mastering the Clinical Conversation: Language as Intervention.* Guilford Press.

Waltz, T. J., & Hayes, S. C. (2010). Acceptance and Commitment Therapy. In N. Kazantzis, M. A. Reinecke, & A. Freeman (Eds.), *Cognitive and Behavioral Theories in Clinical Practice* (pp. 148–192). Guilford Press.

White, M. (2007) *Maps of narrative practice.* W.W. Norton & Company.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide.* Guilford Press.

References

Barlow, D. H., Farchione, T. J., Sauer-Zavala, S., Latin, H. M., Ellard, K. K., Bullis, J. R., Bentley, K. H., Boettcher, H. T., & Cassiello-Robbins, C. (2017). *Unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders: Therapist guide (2nd ed.).* Oxford University Press.

Beck, J. S. (2011) *Cognitive behavior therapy: basics and beyond.* Guilford Press.

Beck, A. T., & Freeman, A. M. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders.* Guilford Press.

Bennett-Levy, J., Butler, G., Fennell, M., Hackman, A., Mueller, M., & Westbrook, D. (Eds.). (2004). *Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy.* Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/med:psych/9780198529163.001.0001

Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible worlds.* Harvard University Press.

Ellis, A. (1994). Reason and emotion in psychotherapy: A comprehensive method of treating human problems (Revised and updated ed.). Birch Lane Press.

Epston, D. (2016) Re-imagining Narrative Therapy: A History for the Future. *Journal of Systemic Therapies,* 35, 79–87. https://doi.org/10.1521/jsyt.2016.35.1.79

Farrell, J. M., Reiss, N., & Shaw, I. A. (2014). *The Schema Therapy Clinician's Guide: A Complete Resource for Building and Delivering Individual, Group and Integrated Schema Mode Treatment Programs*. Wiley-Blackwell.

Harré, R. (1984). Personal being: A theory for individual psychology. Harvard University Press.

Hayes, S. C. (2016). Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies – Republished Article. *Behavior therapy,* 47 6, 869–885. https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.11.006

Hayes, S. C., Barnes-Holmes, D., & Roche, B. (2001). *Relational Frame Theory: A Post-Skinnerian Account of Human Language and Cognition*. Plenum Press

Hayes, S. C., & Hofmann, S. G. (Eds.). (2018). *Process-based CBT: The science and core clinical competencies of cognitive behavioral therapy*. New Harbinger Publications.

Hofmann, S. G., & Asmundson, G. J. G. (2008). Acceptance and mindfulness-based therapy: New wave or old hat? *Clinical Psychology Review*, 28(1), 1–16. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2007.09.003

Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. (2011). *Schema Therapy: Distinctive Features*. Routledge.

Ramnerö, J., & Törneke, N. (2008). *The ABCs of human behavior: An introduction to behavioral psychology for clinicians.* New Harbinger Publications.

Roediger, E., Stevens, B. A., & Brockman, R. (2018). *Contextual Schema Therapy: An Integrative Approach to Personality Disorders, Emotional Dysregulation, and Interpersonal Functioning*. New Harbinger Publications.

Sandoz, E. K., & Fogle, C. (2023). Implementing ACT as Contextual Behavioral Science. In M. P. Twohig, M. E. Levin, & J. M. Petersen (Eds.), *The Oxford Handbook of Acceptance and Commitment Therapy*. Oxford University Press.

Törneke, N. (2010). *Learning RFT: An introduction to relational frame theory and its clinical application.* Context Press/New Harbinger Publications.

Villatte, M., Villatte, J. L., & Hayes, S. C. (2016). *Mastering the Clinical Conversation: Language as Intervention.* Guilford Press.

Waltz, T. J., & Hayes, S. C. (2010). Acceptance and Commitment Therapy. In N. Kazantzis, M. A. Reinecke, & A. Freeman (Eds.), *Cognitive and Behavioral Theories in Clinical Practice* (pp. 148–192). Guilford Press.

White, M. (2007) *Maps of narrative practice.* W.W. Norton & Company.

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide.* Guilford Press.

Отримано редакцією журналу / Received: 07.02.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Volodymyr ABRAMOV, Ph.D. (Psychol)
ORCID ID: 0000-0003-1186-5272
e-mail: volodymyrabramov@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Bohdana IVANENKO, Ph.D. (Psychol)
ORCID ID: 0000 0001 9211 6948
e-mail: bogdanaiv2018@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

THE ROLE OF PSYCHOLOGICAL CONTEXT IN COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY METHODOLOGY

Background. ***Contrary to the conventional view that Aaron Beck's classical Cognitive Behavioral Therapy (CBT) and Jeffrey Young's Schema Therapy (ST) focus on the content of psychological phenomena, whereas Steven Hayes' Acceptance and Commitment Therapy (ACT) shifts toward their context, a closer examination of their specific methods reveals significant similarities in how context is utilized across all three approaches.***

Methods. ***To clarify the role of context in these modalities, this theoretical study employs a comprehensive system of scientific methods to address several key objectives: analyzing the theoretical, methodological, and philosophical foundations of these approaches; uncovering their implicit ideals of psychological well-being; and examining their shared therapeutic mechanisms grounded in context management.***

ISSN 1728-3817

Results. *The study identifies fundamental contradictions between logical positivism, which underlies classical CBT and ST, and functional contextualism, the foundation of ACT. Specifically, logical positivism views internal events, such as thoughts, as causes of human behavior and emotion, whereas functional contextualism conceptualizes them as context-driven.*

These philosophical discrepancies result in divergent definitions of psychological well-being. Viewed through Relational Frame Theory (RFT), CBT and ST aim for essential coherence - aligning internal structures (e.g., schemas, beliefs) with objective reality. Conversely, ACT focuses on functional coherence, prioritizing the expression of personal values over objective truth.

Nevertheless, contextual interventions are vital to all three approaches. Applying the RFT concept of rule-governed behavior, this paper demonstrates that all examined modalities foster tracking – modifying rigid beliefs, responses, and behaviors by integrating a broader context. Both verbal interventions and experiential methods rely on context to alter cognitive beliefs in CBT or change the function of psychological phenomena in ACT. Similarly, ST utilizes limited reparenting and imagery rescripting to reshape the interpersonal context, facilitating the correction of early maladaptive schemas.

Conclusions. *Context engagement serves as a common factor and a shared therapeutic mechanism across all analyzed psychotherapeutic approaches.*

Keywords: *Relational Frame Theory (RFT), functional contextualism, Schema Therapy (ST), pliance, tracking, functional coherence, Acceptance and Commitment Therapy (ACT).*

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автор не використовував інструменти штучного інтелекту.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the author did not use artificial intelligence tools.

Етична декларація. Дослідження є теоретичним аналізом відкритих джерел і не передбачає безпосередньої взаємодії з людьми чи тваринами. Відповідно, отримання спеціального етичного висновку для такого типу дослідження не потрібно.

Ethical Statement. This study is a theoretical analysis of public sources and does not involve direct interaction with humans or animals. Accordingly, formal ethical approval was not required for this type of research.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.9: 001.891:159.964.2
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).2

Світлана ВАСЬКІВСЬКА, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0003-3639-3371
e-mail: vasswet@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Марія ХРОМИХ, студ.
ORCID ID: 0009-0009-8259-4941
e-mail: hromyhmaria0@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Світлана ГАХ, студ.
ORCID ID: 0009-0009-0380-7591
e-mail: s.gakh9@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ВІД ЛІНІЙНО-МЕХАНІСТИЧНОЇ МОДЕЛІ ДО ДИНАМІЧНОЇ ПРЕДИКТИВНОЇ СИСТЕМИ ПСИХІКИ: ТРАНСФОРМАЦІЯ ПАРАДИГМИ У ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ

В с т у п . ***Обґрунтовано необхідність переходу від лінійно-механістичної моделі психіки до розуміння її як динамічної предиктивної системи. Показано методологічні та прикладні перспективи такої трансформації для психології і психотерапії. Розглянуто сучасні концепції у філософії свідомості, психології та нейронауці, що трактують психіку як самоорганізовану систему на засадах предиктивного кодування й алостатичної регуляції. Теоретичну основу становлять енактивне сприйняття (А. Ноє) та теорія передбачення (К. Фрістон). Акцент зроблено на зміні уявлень про свідомість (Д. Чалмерс), суб'єктність та принципи психотерапевтичної допомоги у випадку "помилки передбачення" при плануванні життєвих подій. Мета дослідження систематизувати положення парадигми динамічної предиктивної системи психіки та проілюструвати її дієвість емпіричними даними.***

М е т о д и . ***Проведено два емпіричних дослідження ранніх дезадаптивних схем особистості (за Д. Янгом), що визначають "помилки передбачення" у плануванні майбутнього студентами-випускниками. Використано: YSQ-S3 (адапт. С. Сардаржадéх), ACE (адапт. О. Власової), Brief COPE (адапт. Т. Яблонської), PSS-10, IUS-12 (адапт. Г. Громової), Шкалу психологічного благополуччя К. Ріфф (адапт. С. Карсканової) та авторські анкети. Вибірка: дві групи студентів (50 і 40 осіб).***

Р е з у л ь т а т и . ***Доведено, що ранні дезадаптивні схеми формують передумови для зниження стресостійкості, інтолерантності до невизначеності, зменшення рівня психологічного благополуччя та впевненості у собі як суб'єкті прийняття рішень та конструювання майбутнього. Отримані результати засвідчують, що сформовані в ранньому дитинстві схеми та установки є значущими предикторами психологічного благополуччя та здатності студентської молоді до конструктивного формування траєкторії майбутнього.***

В и с н о в к и . ***Теоретичний аналіз і результати емпіричного дослідження підтверджують доцільність переходу від лінійно-механістичної до динамічної предиктивної парадигми як у психології, так і в психотерапії.***

К л ю ч о в і с л о в а : ***парадигмальна трансформація; енактивне сприйняття; предиктивне кодування; ранні дезадаптивні схеми; інтолерантність до невизначеності.***

Вступ

Потреба в новій парадигмі. Протягом десятиліть психологія розвивалася в межах парадигм, які трактували людину як об'єкта, який реагує на стимули (біхевіоризм), або як суб'єкта, що має специфічні риси та характеристики (рисовий підхід), або як інформаційний процесор, що опрацьовує сигнали (когнітивна психологія). Людина постає в них як пасивний спостерігач, а психічні процеси – як лінійні причинно-наслідкові ланцюги. Однак така модель не пояснює: 1) суб'єктивність сприйняття, 2) творчі та передбачальні аспекти мислення, 3) здатність психіки до адаптації у невизначеності. Відкриття сучасної фізики, теорії інформаційних систем вимагають нового бачення людини: не як пасивного реєстратора реальності, а як активного творця внутрішніх моделей, які постійно оновлюються у відповідь на непередбачуваність середовища. Бурхливий розвиток нейронауки (Friston, 2010; Clark, 2016) засвідчує, що актуальна досі модель не враховує контекстуальну взаємодію між мозком і середовищем, не звертає увагу на факти, що суперечать прийнятим уявленням. Тому перед психологією постало завдання розробити нову парадигму, у якій психіка є динамічною системою, що активно творить буття.

Метою нашого теоретичного та емпіричного дослідження є спроба систематизувати основні положення нової парадигми – парадигми динамічної предиктивної системи психіки та проілюструвати її дієвість відповідними дослідженнями.

Методологічне обґрунтування. Конфлікт парадигм, що виникає в періоди наукових революцій, – це насамперед конфлікт різних систем цінностей, різних способів вирішення завдань, різних способів вимірювання і спостереження явищ, різних практик. У процесі інформаційної революції, пов'язаної з появою штучного інтелекту, мають змінитися не тільки політика, економіка, виробництво, але й філософія та психологія як основа нової картини світу. Тобто має змінитися спосіб постановки проблем та їх практичних рішень у науковій психологічній спільноті. Для здійснення цього переходу необхідна сучасна концептуальна модель, яка об'єднує міждисциплінарні уявлення про функціонування психіки як складної, самоорганізованої та адаптивної системи. Моделі механічного пошуку зв'язків мають поступитися моделям, які враховують динаміку впливу, "тут і тепер" організацію, емерджентність результату.

© Васьківська Світлана, Хромих Марія, Гах Світлана, 2026

ISSN 1728-3817

Потрібно здійснити стрибок від лінійно-механістичного аналізу проблеми до динамічно-системного її бачення, перейти від уявлення про людину як реактивну істоту до розуміння її як активного суб'єкта, який конструює і прогнозує власну дійсність.

Класична психологічна наука та доказова психотерапія історично ґрунтувалися на моделі, відповідно до якої психіка трактується як система внутрішніх ментальних репрезентацій, що відображають зовнішню реальність і коригуються шляхом когнітивної перебудови. У цій логіці: сприйняття це обробка сенсорних сигналів, пам'ять – збереження інформації, симптом – мисленнєвий збій, терапія – корекція уявлень. Однак ця модель дедалі більше виявляється онтологічно обмеженою, оскільки: 1) не пояснює втіленість і контекстуальність досвіду; 2) редукує психіку до нейронної обробки; 3) погано описує нелінійні, травматичні та екзистенційні процеси; 4) не пояснює стабільність картини світу за умов мінливого сенсорного потоку. Ці обмеження створюють потребу в новій парадигмі, здатній інтегрувати психіку, динаміку, невизначеність, тілесність і досвід.

Класичні механістичні моделі психіки, витоки яких сягають уявлення про психіку як рефлекторну машину (Сєченов, Бехтерєв, біхевіоризм), ґрунтувалися на принципах детермінізму, лінійності та відповідності стимулу реакції. У межах цієї парадигми психіка розглядалася як відносно стабільна структура з фіксованими елементами – процесами та станами, – а свідомість трактувалася як вторинний або епіфеноменальний процес. Такий підхід виявився продуктивним для пояснення базових механізмів навчання й поведінкової регуляції, однак він не зміг адекватно пояснити складність емоційної, соціальної та суб'єктивної динаміки людського досвіду. Саме ця обмеженість призвела до формулювання так званої *важкої проблеми свідомості* Девіда Чалмерса (Chalmers, 1995), яка поставила питання про походження феноменологічного досвіду з фізичних процесів мозку.

Криза репрезентаціоністського підходу відкрила шлях до альтернативних моделей, що відмовляються від уявлення про психіку як пасивний механізм відображення реальності. Одним із ключових кроків у цьому напрямі стала теорія енактивного сприйняття Альви Ноє (Noë, 2004), яка пропонує радикально інший онтологічний зсув. У межах енактивізму сприйняття перестає розглядатися як внутрішнє представлення світу й постає як форма активної, втіленої взаємодії з ним. Воно описується не як стан, а як практика; не як репрезентація, а як навичка; не як внутрішній процес, а як відношення "організм–світ".

Центральним поняттям цієї теорії є сенсомоторні контингенції – закономірні залежності між можливими діями суб'єкта та систематичними змінами сенсорного досвіду. Знання світу, у такому розумінні, полягає не у збереженні внутрішніх образів, а у володінні цими закономірностями. Сприймати означає знати, як зміниться досвід залежно від дії. У сучасному теоретичному контексті сенсомоторні контингенції можуть бути інтерпретовані як структури очікувань щодо того, яким чином світ реагує на активність суб'єкта. Це положення має принципове значення для психотерапії, оскільки досвід у такій перспективі не "локалізується в голові", а щоразу відтворюється у взаємодії із середовищем.

Енактивізм створює концептуальний міст до розуміння психіки як динамічної предиктивної системи, розробленої у працях Карла Фрістона (active inference; Friston, 2010) та його колег (Friston, 2005; Clark, 2016; Hohwy, 2020) . Вони розглядають психіку як ієрархічну систему гіпотез, що постійно передбачає сенсорні події. Енді Кларк зауважує, що мозок – це не детектор реальності, а генератор гіпотез про те, що реальність існує (Clark, 2016). Згідно з Фрістоном (Friston, 2010), мозок мінімізує "вільну енергію" (free energy) – різницю між очікуваним і реальним сигналом, між очікуваним і отриманим досвідом. Він не просто сприймає інформацію, а активно прогнозує, що має відбутися, і коригує свої передбачення помилкою передбачення (prediction error). Таким чином, мислення, емоції та поведінка – це механізми мінімізації невизначеності, або ж прагнення системи до зниження "вільної енергії", як це описує Фрістон. У такій трактовці акт психічного відображення є не дзеркалом, а скоріше реконструкцією реальності з урахуванням досвіду, несвідомих інтенцій, цілей і контексту. Спільними онтологічними положеннями описаних підходів є уявлення про психіку як відкриту, саморегульовану систему, про те, що суб'єкт не відображає світ, а передбачає його, про те, що досвід є результатом взаємодії очікувань і дії, а також про помилку передбачення (prediction error) як рушійну силу змін.

У цьому контексті радикально переосмислюється й роль пам'яті. Припущення про те, що пам'ять не є точним збереженням минулого, а завжди його реконструкцією в теперішньому, було сформульоване ще у працях Деніела Шактера (Schacter, 1996). Згідно з предиктивною моделлю Фрістона, кожен акт згадування водночас є актом передбачення: минулий досвід активується як гіпотеза щодо майбутнього. Якщо помилка передбачення коригується через новий досвід або терапевтичне втручання, змінюється не лише актуальне переживання, а й сама структура спогаду. Таким чином, пам'ять постає не архівом подій, а інструментом прогнозування.

Аналогічного переосмислення зазнає і феномен емоцій. У межах предиктивного підходу (Clark, 2016; Barrett, 2017) емоції розглядаються не як побічні продукти реагування, а як сигнали невідповідності між очікуваним і фактичним досвідом. Це не просто енергія для лобіювання перепон. Вони презентують оперативну незгоду з тим, як розгортається ситуація, змушують багаторазово переглядати відповідність бажаному, інформують систему про порушення передбачень і запускають процес їхнього перегляду. Під таким кутом зору поведінка людини це не реакція на стимул, а акт на основі аналізу ймовірних варіантів досягнення консенсусу між досвідом і актуальним моментом.

У межах динамічної предиктивної системи моделі ймовірностей не є абстрактними: вони "заземлені" (grounded) у поточний стан тіла (Barsalou, 2008; Seth, 2013). Тілесні відчуття виступають як апріорні дані (priors) – вони задають контекст, у якому інтерпретується будь-яка інформація (Seth, & Tsakiris, 2018). Тіло – не просто "транспорт для голови", а генератор контексту. Думки – це прогнози, які намагаються узгодити внутрішні відчуття тіла із зовнішніми стимулами. Якщо тіло відчуває важкість, холод або жорсткість, мозок з високою ймовірністю "передбачить" серйозність, відчуженість або конфліктність у соціальному середовищі (Jostmann, Lakens, & Schubert, 2009; Williams, & Bargh, 2008; Ackerman, Nocera, & Bargh, 2010). Сьогодні втілене пізнання часто описують через модель 4E Cognition (Gallagher, 2017): 1E-Embodied (Втілене): Мислення залежить від морфології тіла (якби ми мали 8 рук, наша математика і логіка були б іншими); 2E-Embedded (Вбудоване): Розум функціонує лише в контексті реального фізичного середовища; 3E-Enacted (Дієве): Людина пізнає світ, взаємодіючи з ним (сприйняття – це спосіб дії);

4E-Extended (Розширене): Розум виходить за межі черепної коробки, включаючи зовнішні пристрої та соціум.

Зміна уявлень про сприйняття, пам'ять і емоції неминуче веде до перегляду розуміння свідомості (Clark, & Chalmers, 1998). Сучасні теорії трактують її не як субстанцію або "екран" для відображення реальності (Locke, 1690; James, 1890), а як процес інтеграції інформації та передбачення. У теорії інтегрованої інформації Джуліо Тононі (Tononi, 2008) свідомість пов'язується з рівнем інтегрованості системи, тоді як Анil Сет (Seth, 2021) описує її як "контрольовану галюцинацію" – модель світу, яку мозок постійно прогнозує. Розробка динамічних моделей (Seth, 2015; Hohwy, 2013) підводить до розуміння того, що свідомість – це інференційний процес, у якому мозок не чекає сигналів, щоб їх відобразити, а формує гіпотези про сенсорний потік. Свідомість безперервно продукує припущення та переглядає гіпотези. Гіпотеза, яка наразі найкраще пояснює сенсорний потік, стає досвідом. Тобто людина не спочатку сприймає, а потім інтерпретує світ, а сприймає його через уже наявні інтерпретації, таким чином оновлюючи власну модель реальності. Інакше кажучи, свідомість – це інтерфейс між предикцією і дійсністю, який утримує баланс між очікуванням і невизначеністю. Це принципово інша онтологія: не світ визначає досвід, а модель світу визначає спосіб його переживання.

Отже, сучасна динамічна предиктивна парадигма ґрунтується на таких засадах: картина світу не є статичною репрезентацією, вона постійно оновлюється; вона залежить від контексту; вона включає тіло (interoception); вона модулюється precision (вагою довіри до гіпотез, ступенем впевненості у вхідних даних або прогнозах). Підхід формується на перетині нейронауки, філософії свідомості, психології та математичних моделей байєсівської статистики (Friston, 2010; Clark, 2016; Solms, 2021). Він не має одного автора в класичному сенсі. Подібні постулати знаходимо: 1) у динамічній системній теорії (Thelen, & Smith, 1994), яка трактує психіку як систему, що постійно узгоджує внутрішні моделі з непередбачуваними змінами середовища; 2) у динамічній моделі (Varela, Thompson, & Rosch, 1991), що розглядає психіку як відкриту систему, де динамічне поле взаємодій самоорганізується у контакті із середовищем; 3) у Анді Кларка (Clark, 2016), що розвиває ідею мозку як машини передбачення, здатної моделювати світ наперед і "співналаштовуватись" із середовищем; 4) у Лізи Барретт Фельдман (Barrett, 2017), яка запропонувала теорію конструктивних емоцій, де емоції розглядаються як предиктивні процеси, зумовлені попереднім досвідом і культурними схемами; 5) у Антоніо Дамазіо (Damasio, 2018), який підкреслює роль тілесних сигналів (інтероцепції) в проживанні емоційного досвіду, які також передбачаються мозком за аналогією до зовнішніх сенсорних сигналів та у багатьох інших авторів. У ширшому теоретичному полі спроби подолати розрив між механістичними та нелінійними самоорганізаційними моделями охоплюють інформаційні підходи (Neisser, 1967), редукціоністські теорії (Wiener, 1948; Dennett, 1991), квантові гіпотези свідомості (Penrose, & Hameroff, 1996), а також концепції, що спираються на нелінійну динаміку, самоорганізацію та ентропійну стабільність (Kelso, 1995; Varela, 1999 та ін.). У цих підходах психіка дедалі частіше розглядається як активний конструктор реальності, який формує передбачення, оцінює їхню вірогідність і змінюється у відповідь на розбіжність між очікуваним і фактичним досвідом, а свідомість виступає емерджентним процесом, що розгортається в часі через взаємодію складних систем.

Наслідки для психотерапії. Нова парадигма психічного змушує переглянути багато усталених уявлень, зокремай у психотерапії. Якщо сприйняття і досвід є енактивними та предиктивними, то психотерапія не може зводитися до когнітивної корекції змістів або редукції симптомів. У новій парадигмі симптом – це стабілізований спосіб взаємодії зі світом, травма – жорстка, негнучка модель прогнозування, а страждання – застрягання системи у високій помилці передбачення. Відповідно психотерапія – це процес зміни функціональних процесів, оновлення сенсомоторних і предиктивних патернів, що народжуються завдяки новому досвіду взаємодії. Підсумовуючи, порівняємо попередню і сучасну модель системи психічного та вкажемо на суттєві моменти, що прямо стосуються проблем терапевтичної практики (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняння моделей механістичної та динамічно-предиктивної системи психічного (сформовано за допомогою ШІ)

Критерій	Механістична модель	Динамічна предиктивна система психіки
Основна метафора	Людина-машина	Людина як саморегульована динамічна система
Тип причинності	Лінійна, детерміністична	Нелінійна, імовірнісна, контекстуальна
Мета терапії	Усунення симптомів	Адаптивне оновлення передбачень, саморегуляція
Роль суб'єктивного досвіду	Ігнорується або мінімізується	Центральна, динамічно конструюється
Ставлення до тіла	Розділене з психікою	Інтегроване (embodiment), джерело інтероцепції
Робота з минулим	Ретроспективна реконструкція	Фокус на реактивації й оновленні прогнозних моделей
Використання контексту	Знеособлення, контроль змінних	Інтеграція середовища, стосунків і соціального досвіду
Психотерапевтичні методи (приклади)	Класичний психоаналіз, КБТ	ACT, IFS, Predictive Processing Therapy, SE, Coherence

Сьогодні, коли психологія виходить на новий рівень трактовки свідомості, попередня модель гальмує не тільки дослідницьку психологічну науку, але й психотерапевтичну практику, адже ми раз-по-раз натрапляємо на феномени, які виходять за рамки класичних уявлень про психіку як функцію мозку. Втрачають силу й психотерапевтичні метафори, оскільки терапія, націлена на симптом, не веде до прогресу, доки не викорінено справжню причину його виникнення – деформації у системі сприйняття та первинної обробки життєвої ситуації. Неврози та розлади особистості триватимуть роками, якщо не відбудуться зміни в системі первинного відображення травмувальної інформації. Причому ключовим є не зміст інформації, а спосіб її обробки, внесення коректив у трактовки для моменту прийняття рішення. Тільки у такому форматі людина перестає бути пасивним об'єктом впливу – вона стає автономною системою, що передбачає, інтегрує та оновлює власний досвід. Психотерапевтична робота в цій парадигмі – це процес спільного передбачення терапевта і клієнта, спрямований на оновлення внутрішніх моделей реальності, яке веде до відновлення психічної цілісності.

Відповідно, парадигмальний зсув від лінійних, протокольних моделей до процесно-орієнтованих, динамічних

систем у психотерапії змінює саму природу психологічного втручання. Якщо раніше психіка трактувалася як механізм, який треба "полагодити", то сьогодні – це жива, мінлива, самоорганізована система, що постійно вибудовує новий сенс і рівновагу. Ця зміна відкриває шлях до нових форм психотерапії – не як "корекції" того, що сталося, а як перегляду типових способів сприйняття та ставлення в моменті взаємодії зі світом. Трансформація процесуальної моделі світу зменшує ентропію, адекватно інтегрує минуле в теперішнє і майбутнє та підвищує толерантність до невизначеності. Солмс зауважує, що сучасна психотерапія – це процес реконфігурації передбачень, що дає змогу людині інакше бачити й відчувати світ (Solms, 2021). У психотерапевтичному контексті ці ідеї знаходять відображення в процесуальних та системних підходах, де зміни покликані перебудувати атрактори психічної системи, а не "усунути" симптоми (Hayes et al., 2020; Schiepek et al., 2017).

В результаті новий ракурс дозволяє розглядати кризи, тривоги та травматичні стани як збої у предиктивній самоорганізації: внутрішня модель не здатна інтегрувати новий досвід і підтримувати когерентність. Проблеми стосунків та сексуальності виглядають як нереалістичні очікування чи порушення уявлень у сфері близькості та сексуальної поведінки. Тіло варто сприймати як досвідне джерело прогнозів, а симптом – як функцію стабілізованого захисного прогнозу. Психологічна травма, відповідно, це автономне автоматизоване переживання, що не інтегрується в потік свідомості, а продовжує функціонувати окремо як "іде афіксація" (Janet, 1925), або як компенсаторна частина досвіду, яка виникає в результаті дисоціації та тисне на прийняття рішень через викривлення уявлень про реальність та власні можливості (Руперт, 2014). Внаслідок розщеплення травматичного досвіду помилка у передбаченні майбутнього стає відчутним атрактором подальшої дезадаптаці. Таким чином, замість виправлення "дефекту" терапевт повинен допомогти клієнту оновити внутрішню картину світу, зменшуючи передбачувану "помилку" (prediction error) у прийнятті рішень про майбутнє.

Результати

У межах емпіричного обґрунтування психіки як динамічної предиктивної системи на кафедрі психодіагностики та клінічної психології КНУ імені Тараса Шевченка було проведено два послідовні дослідження, що виконували різні методологічні функції та мали різний рівень пояснювальної сили щодо перевірюваної моделі. В дослідженні брали участь студенти випускних курсів закладів вищої освіти віком від 20 до 25 років.

Основне дослідження (N = 40) було спрямоване на аналіз зв'язків між ранніми дезадаптивними схемами, інтолерантністю до невизначеності та суб'єктивним психологічним благополуччям у студентів випускних курсів. Додаткове пілотажне дослідження (N = 50) зосереджувалося на впливі негативного дитячого досвіду на вибір копінг-стратегій в умовах тривалого стресу війни та виконувало пілотажну та уточнювальну функцію, забезпечуючи емпіричне підсилення окремих компонентів моделі. Пілотажне дослідження мало на меті апробацію теоретичної моделі, уточнення та операціоналізацію змінних та перевірку припущень щодо зв'язків між раннім дитячим досвідом психологічним благополуччям особистості. Отримані результати стали підґрунтям для побудови дизайну основного дослідження.

Застосовано опитувальник Янга YSQ-S3 для діагностики ранніх дезадаптивних схем в адаптації Сооре́ни Сардарзаде́ха; ОНДД (ACE) – опитувальник негативного дитячого досвіду в адаптації О. Власової та співавторів; Brief COPE Inventory – оцінка стратегій копінгу в адаптації Т. Яблонської та співавторів; PSS-10 – рівень суб'єктивно сприйнятого стресу; IUS-12 – шкала інтолерантності до невизначеності Н. Карлетона в адаптації Ганни Громової; шкала психологічного благополуччя К. Ріфф в адаптації С. Карсканової та авторські анкети для дослідження особливостей і прогнозування майбутнього студентами-випускниками. Обробка даних здійснювалася з використанням описових статистик, кореляційного аналізу Пірсона та лінійної регресії у програмному пакеті jamovi.

Пілотажне дослідження було зосереджене на аналізі негативного дитячого досвіду та особливостей копінг-стратегій у контексті тривалого стресу. У 42 % респондентів зафіксовано показники негативного дитячого досвіду, що перевищують нормативні значення. Найбільш значущими компонентами виступили деструктивне ставлення оточення (36 %), дисфункціональна родина (26 %) та соціально-емоційна занедбаність (20 %). Доведено, що негативний дитячий досвід має високий пояснювальний потенціал щодо рівня суб'єктивного стресу та вибору копінг-стратегій, які в межах нової парадигми можуть бути інтерпретовані як форми активності, спрямованої на зниження невизначеності та підтвердження вже наявних прогнозів, сформованих у ранньому досвіді. Особливої уваги заслуговує характер адаптаційних стратегій у групі з високим рівнем негативного дитячого досвіду. Встановлено, що уникаючий копінг виступає домінантною стратегією реагування на стресові ситуації. З позицій механістичної моделі такі результати часто інтерпретуються як прояв дезадаптації або дефіциту регуляції. Проте в межах концепції динамічної предиктивної системи уникаючий копінг може бути осмислений як форма активної інференції, спрямованої на мінімізацію помилки передбачення. За умов, коли внутрішні моделі ґрунтуються на очікуванні загрози або втрати контролю, уникання стає ефективним способом зниження невизначеності та підтвердження вже наявних прогнозів. Таким чином, копінг-стратегії постають не як ізольовані поведінкові реакції, а як елементи цілісної динамічної системи, що підтримує стабільність психіки за рахунок збереження усталених моделей інтерпретації досвіду.

Результати основного дослідження засвідчили, що ранні дезадаптивні схеми (РДС) функціонують як високорівневі предиктивні гіпотези, які визначають спосіб інтерпретації невизначених соціальних ситуацій та конструювання уявлень про майбутнє. Дослідження показало, що всі ранні дезадаптивні схеми (РДС) мають статистично значущі негативні кореляції із загальним показником психологічного благополуччя та його окремими компонентами (діапазон r = −0,251 … −0,732; усі p < 0,05). Найсильніші зв'язки було зафіксовано для схем *Соціальна ізоляція* та *Невдача*. На рівні доменів найбільш виражені негативні кореляції із загальним рівнем психологічного благополуччя спостерігалися для доменів *Порушена автономія та здатність досягати успіху* (середній r = −0,594) і *Відокремлення та відкинення* (середній r = −0,590). Серед компонентів психологічного благополуччя найсильніші середні негативні зв'язки з РДС зафіксовано для *Самосприйняття* (середній r = −0,582) та *Загального показника психологічного благополуччя* (середній r = −0,570), тоді як *Автономія* продемонструвала найслабший, хоча й статистично значущий, зв'язок (середній r = −0,417).

П'ятнадцять із вісімнадцяти ранніх дезадаптивних схем мали статистично значущі позитивні кореляції з інтолерантністю до невизначеності. Найсильніші зв'язки (r > 0,50; p < 0,001) виявлено для схем Песимізм/стурбованість, Злиття/нерозвинена індивідуальність, Залежність/

некомпетентність, Емоційна інгібіція, Дефективність і Вразливість до шкоди. На рівні доменів найвищий середній коефіцієнт кореляції з інтолерантністю до невизначеності зафіксовано для домену *Порушена автономія та здатність досягати успіху* (середній r = 0,533), другим за силою виявився домен *Відокремлення та відкинення* (середній r = 0,486). Домени *Спрямованість на інших* та *Порушені межі* продемонстрували слабші та менш стабільні зв'язки з інтолерантністю до невизначеності.

Результати лінійного регресійного аналізу засвідчили, що інтолерантність до невизначеності є статистично значущим предиктором зниження впевненості у власному соціальному та кар'єрному майбутньому ($\beta = -0,348$; $B = -0,036$; $R^2 = 0,121$; $F(1,37) = 5,11$; $p = 0,030$). Інтолерантність до невизначеності пояснює 12,1 % дисперсії показника впевненості в майбутньому. Адаптивність до змін виявилася позитивно пов'язаною з такими компонентами психологічного благополуччя, як *Управління середовищем* ($r = 0,397$; $p < 0,01$), *Позитивні стосунки* ($r = 0,346$; $p < 0,05$), *Самосприйняття* ($r = 0,319$; $p < 0,05$), *Ціль у житті* ($r = 0,314$; $p < 0,05$), а також із загальним показником психологічного благополуччя ($r = 0,360$; $p < 0,05$). Статистично значущих зв'язків між показниками психологічного благополуччя та кількістю усвідомлюваних варіантів майбутніх кар'єрних траєкторій виявлено не було. Це дозволяє інтерпретувати РДС як стабілізовані фільтри сприйняття, які знижують чутливість психіки до нової інформації та обмежують можливість оновлення внутрішніх моделей.

Узагальнюючи результати двох емпіричних досліджень, можна стверджувати, що ранній дитячий досвід формує архітектуру предиктивної системи психіки, визначаючи: характер базових очікувань щодо безпеки світу; спосіб мінімізації невизначеності; вибір копінг-стратегій як форм активної інференції; здатність до конструювання майбутнього. Ранні дезадаптивні схеми та уникаючі стратегії не є випадковими або патологічними утвореннями, а виконують функцію стабілізації системи в умовах суб'єктивно переживаної загрози. Водночас їх надмірна фіксація призводить до формування жорстких атракторів, що обмежують адаптивність психіки та підвищують вразливість до стресу.

Дискусія і висновки

Насамкінець зауважимо, що ми не протиставляємо механістичну та предиктивну моделі психіки як взаємовиключні парадигми. Ми розглядаємо їх радше як різні рівні опису психічних процесів, а не як несумісні концепції. На цьому етапі дослідження центральний конструкт – "динамічна предиктивна система психіки" – подано скоріше як пояснювальний принцип та психотерапевтична установка. Отже, висловлені ідеї та поняття потребують більш чіткої операціоналізації та подальшого теоретичного і емпіричного обґрунтування.

Отримані результати дають змогу розглядати ранні дезадаптивні схеми не лише як когнітивно-емоційні утворення, представлені у схемотерапії Д. Янга, але й як високорівневі предиктивні моделі, що організовують сприйняття, інтерпретацію досвіду та прогнозування майбутнього. Виявлені негативні зв'язки між ранніми дезадаптивними схемами та психологічним благополуччям, а також позитивні кореляції між схемами та інтолерантністю до невизначеності, перегукуються з положеннями теорії предиктивного кодування та принципом вільної енергії К. Фрістона, відповідно до яких психіка прагне слідувати внутрішнім моделям та очікуванням навіть тоді, коли ці моделі є дезадаптивними (Friston, 2010).

На особливу увагу заслуговує той факт, що найбільш виражені зв'язки із психологічним благополуччям продемонстрували схеми доменів "Відокремлення та відкинення" та "Порушена автономія та здатність досягати успіху". Ці результати свідчать, що саме порушення базових очікувань щодо безпеки, прийняття, компетентності та ефективності є центральними механізмами, через які ранній досвід впливає на якість життя та здатність особистості конструювати майбутнє. У термінах предиктивної моделі такі схеми можна розглядати як жорсткі апріорні припущення (priors), які визначають інтерпретацію нової інформації та знижують відкритість до альтернативних сценаріїв розвитку подій.

Отримані результати також розширюють сучасне розуміння інтолерантності до невизначеності. Традиційно вона розглядається як особистісна характеристика або когнітивний стиль, пов'язаний із тривожністю. Проте у контексті концепції динамічної предиктивної системи інтолерантність до невизначеності може інтерпретуватися як наслідок функціонування предиктивних моделей, сформованих на основі раннього негативного досвіду. За таких умов невизначеність сприймається не як простір можливостей, а як потенційне джерело загрози, що активує потребу у збереженні вже існуючих прогнозів. Дезадаптивні схеми можуть «працювати» протягом тривалого часу, бо вони забезпечують суб'єктивне відчуття передбачуваності світу. Виявлені тенденції до використання уникальних стратегій подолання труднощів можна інтерпретувати як форму активної інференції, спрямованої на зниження очікуваної помилки передбачення та збереження усталених моделей світу. Тобто поведінкові реакції постають не ізольованими механізмами адаптації, а складовими єдиної системи підтримання передбачуваності.

Теоретичне значення отриманих результатів полягає в можливості інтеграції схемотерапії, теорії прив'язаності, сучасної нейронауки та концепції предиктивного кодування в межах єдиної пояснювальної моделі. У такому підході ранні дезадаптивні схеми можуть розглядатися як психологічний еквівалент предиктивних моделей, а психотерапевтичні зміни – як процес оновлення цих моделей через новий емоційний та міжособистісний досвід.

Практичне значення дослідження полягає в обґрунтуванні нового погляду на психотерапевтичний процес. Якщо психологічні труднощі підтримуються не окремими симптомами, а системою прогнозів щодо себе, інших людей і майбутнього, то основним завданням психотерапії стає не усунення симптомів як таких, а створення умов для перегляду та реконструкції внутрішніх моделей передбачення. У цьому контексті психотерапія може бути визначена як процес безпечного переживання нового досвіду, який поступово модифікує жорсткі дезадаптивні очікування та розширює репертуар можливих інтерпретацій реальності.

Водночас результати дослідження слід інтерпретувати з урахуванням певних обмежень. Насамперед вибірка є недостатньою для більш серйозних узагальнень. Здебільшого кореляційний характер дослідження не дозволяє робити остаточні висновки щодо причинно-наслідкових зв'язків між досліджуваними змінними. Перспективними напрямами подальших досліджень є лонгітюдне вивчення трансформації предиктивних моделей у процесі психотерапії, дослідження механізмів зміни ранніх дезадаптивних схем через корекцію помилок передбачення.

У кінцевому підсумку емпірично отримані результати підтверджують тезу про те, що психіка функціонує як динамічна система прогнозування, ранній досвід формує архітектуру сприйняття актуального та передбачуваного, а дезадаптивні реакції є адаптивними в межах застарілої конфігурації моделі світу. Тому психотерапія

має працювати не з "симптомом", а з трансформацією предиктивних уявлень. Загалом, результати теоретичного та емпіричного дослідження підтверджують наукову продуктивність і практичну доцільність переходу від лінійно-механістичної до динамічної предиктивної парадигми в психології та психотерапії, відкриваючи перспективи для подальшої інтеграції психологічних, нейронаукових і психотерапевтичних підходів.

Відкрита наука. Дані емпіричних досліджень, використані при написанні статті, доступні у репозитарії Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Бакалаврська робота Хромих Марії Максимівни: "Вплив раннього досвіду на вибір стратегії адаптації до тривалого стресу в умовах війни" (2024.) Магістерська робота Гах Світлани Олександрівни "Ранні дисфункціональні схеми як індикатор "помилок передбачення" майбутнього випускниками закладу вищої освіти" (2025). Роботи підготовані на кафедрі психодіагностики та клінічної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Науковий керівник Васьківська С.В.

Внесок авторів: Світлана Васьківська – ідея, концептуалізація; методологія; підготування теоретичних засад дослідження, огляд літератури, метааналіз емпіричних даних, написання тексту статті. Марія Хромих, Світлана Гах – збір та обробка даних.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Ackerman, J. M., Nocera, C. C., & Bargh, J. A. (2010). Incidental haptic sensations influence social judgments and decisions. *Science,* 328(5986), 1712–1715. https://doi.org/10.1126/science.1189993

Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.

Barsalou, L. W. (2008). Grounded cognition. *Annual Review of Psychology,* 59, 617–645. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093639

Clark, A. (2016). *Surfing uncertainty: Prediction, action, and the embodied mind*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780190217013.001.0001

Clark, A., & Chalmers, D. (1998). The extended mind. *Analysis, 58*(1), 7–19. https://doi.org/10.1093/analys/58.1.7

Damasio, A. R. (2018). *The strange order of things: Life, feeling, and the making of cultures*. Pantheon. https://doi.org/10.1111/j.1748-0361.2018.00014.x

Friston, K. (2010). The free-energy principle: A unified brain theory? *Nature Reviews Neuroscience,* 11(2), 127–138. https://doi.org/10.1038/nrn2787

Friston, K. (2019). A free energy principle for a particular physics. *arXiv*. https://doi.org/10.48550/arXiv.1906.10184

Gallagher, S. (2017). *Enactivist interventions: Rethinking the mind*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oso/9780198794325.001.0001

Hayes, S. C., Hofmann, S. G., & Stanton, C. E. (2020). Process-based therapy: The scientific foundations of a unified psychotherapy. *Clinical Psychology: Science and Practice,* 27(1), e12349. https://doi.org/10.1111/cpsp.12349

Hohwy, J. (2013). *The predictive mind*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199682737.001.0001

Jostmann, N. B., Lakens, D., & Schubert, T. W. (2009). Weight as an embodiment of importance. *Psychological Science,* 20(9), 1169–1174. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02426.x

Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by*. University of Chicago Press.

Noë, A. (2004). *Action in perception*. MIT Press. https://doi.org/10.7551/mitpress/1131.001.0001

Ruppert, F. (2014). *Early trauma: Hidden wounds in adults*. Klett-Cotta.

Schiepek, G., Eckert, H., Aas, B., Wallot, S., & Wallot, A. (2017). Complexity and nonlinear dynamics in psychotherapy. *Frontiers in Psychology,* 8, Article 151. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00151

Seth, A. K. (2013). Interoceptive inference, emotion, and the embodied self. *Trends in Cognitive Sciences,* 17(11), 565–573. https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.09.007

Seth, A. K., & Tsakiris, M. (2018). Being a beast machine: The somatic basis of selfhood. *Trends in Cognitive Sciences,* 22(11), 969–981. https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.08.008

Seth, A. (2021). *Being you: A new science of consciousness*. Dutton.

Solms, M. (2021). *The hidden spring: A journey to the source of consciousness*. W. W. Norton & Company.

Sterling, P., & Eyer, J. (1988). Allostasis: A new paradigm to explain arousal pathology. In S. Fisher & J. Reason (Eds.), *Handbook of life stress, cognition and health* (pp. 629–649). Wiley.

Thelen, E., & Smith, L. B. (1994). *A dynamic systems approach to the development of cognition and action*. MIT Press. https://doi.org/10.7551/mitpress/2529.001.0001

Thompson, E. (2007). *Mind in life: Biology, phenomenology, and the sciences of mind*. Harvard University Press. https://doi.org/10.2307/j.ctv1pnc647

Tononi, G. (2008). Consciousness as integrated information: A provisional manifesto. *The Biological Bulletin,* 215(3), 216–242. https://doi.org/10.2307/25470707

Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The embodied mind: Cognitive science and human experience*. MIT Press. https://doi.org/10.7551/mitpress/6730.001.0001

Williams, L. E., & Bargh, J. A. (2008). Experiencing physical warmth promotes interpersonal warmth. *Science,* 322(5901), 606–607. https://doi.org/ 10.1126/science.1162548

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.

References

Ackerman, J. M., Nocera, C. C., & Bargh, J. A. (2010). Incidental haptic sensations influence social judgments and decisions. *Science,* 328(5986), 1712–1715. https://doi.org/10.1126/science.1189993

Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.

Barsalou, L. W. (2008). Grounded cognition. *Annual Review of Psychology,* 59, 617–645. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093639

Clark, A. (2016). *Surfing uncertainty: Prediction, action, and the embodied mind*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780190217013.001.0001

Clark, A., & Chalmers, D. (1998). The extended mind. *Analysis, 58*(1), 7–19. https://doi.org/10.1093/analys/58.1.7

Damasio, A. R. (2018). *The strange order of things: Life, feeling, and the making of cultures*. Pantheon. https://doi.org/10.1111/j.1748-0361.2018.00014.x

Friston, K. (2010). The free-energy principle: A unified brain theory? *Nature Reviews Neuroscience,* 11(2), 127–138. https://doi.org/10.1038/nrn2787

Friston, K. (2019). A free energy principle for a particular physics. *arXiv*. https://doi.org/10.48550/arXiv.1906.10184

Gallagher, S. (2017). *Enactivist interventions: Rethinking the mind*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oso/9780198794325.001.0001

Hayes, S. C., Hofmann, S. G., & Stanton, C. E. (2020). Process-based therapy: The scientific foundations of a unified psychotherapy. *Clinical Psychology: Science and Practice,* 27(1), e12349. https://doi.org/10.1111/cpsp.12349

Hohwy, J. (2013). *The predictive mind*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199682737.001.0001

Jostmann, N. B., Lakens, D., & Schubert, T. W. (2009). Weight as an embodiment of importance. *Psychological Science,* 20(9), 1169–1174. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02426.x

Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors we live by*. University of Chicago Press.

Noë, A. (2004). *Action in perception*. MIT Press. https://doi.org/10.7551/mitpress/1131.001.0001

Ruppert, F. (2014). *Early trauma: Hidden wounds in adults*. Klett-Cotta.

Schiepek, G., Eckert, H., Aas, B., Wallot, S., & Wallot, A. (2017). Complexity and nonlinear dynamics in psychotherapy. *Frontiers in Psychology,* 8, Article 151. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00151

Seth, A. K. (2013). Interoceptive inference, emotion, and the embodied self. *Trends in Cognitive Sciences,* 17(11), 565–573. https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.09.007

Seth, A. K., & Tsakiris, M. (2018). Being a beast machine: The somatic basis of selfhood. *Trends in Cognitive Sciences,* 22(11), 969–981. https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.08.008

Seth, A. (2021). *Being you: A new science of consciousness*. Dutton.

Solms, M. (2021). *The hidden spring: A journey to the source of consciousness*. W. W. Norton & Company.

Sterling, P., & Eyer, J. (1988). Allostasis: A new paradigm to explain arousal pathology. In S. Fisher & J. Reason (Eds.), *Handbook of life stress, cognition and health* (pp. 629–649). Wiley.

Thelen, E., & Smith, L. B. (1994). *A dynamic systems approach to the development of cognition and action*. MIT Press. https://doi.org/10.7551/mitpress/2529.001.0001

Thompson, E. (2007). *Mind in life: Biology, phenomenology, and the sciences of mind*. Harvard University Press. https://doi.org/10.2307/j.ctv1pnc647

Tononi, G. (2008). Consciousness as integrated information: A provisional manifesto. *The Biological Bulletin,* 215(3), 216–242. https://doi.org/10.2307/25470707

Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The embodied mind: Cognitive science and human experience*. MIT Press. https://doi.org/10.7551/mitpress/6730.001.0001

Williams, L. E., & Bargh, J. A. (2008). Experiencing physical warmth promotes interpersonal warmth. *Science,* 322(5901), 606–607. https://doi.org/ 10.1126/science.1162548

Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.

Отримано редакцією журналу / Received: 15.02.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Svitlana VASKIVSKA, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0003-3639-3371
e-mail: vasswet@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Maria KHROMYKH, Student
ORCID ID: 0009-0009-8259-4941
e-mail: hromyhmaria0@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Svitlana GAKH, Student
ORCID ID: 0009-0009-0380-7591
e-mail: s.gakh9@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

FROM THE LINEAR-MECHANISTIC MODEL TO THE DYNAMIC PREDICTIVE SYSTEM OF THE PSYCHE: A PARADIGM TRANSFORMATION IN PSYCHOLOGY AND PSYCHOTHERAPY

B a c k g r o u n d . ***The necessity of transitioning from a linear-mechanistic model of the psyche to understanding it as a dynamic predictive system is substantiated. The methodological and applied prospects of such a transformation for psychology and psychotherapy are demonstrated. Modern concepts in the philosophy of mind, psychology, and neuroscience that treat the psyche as a self-organizing system based on predictive coding and allostatic regulation are reviewed. The theoretical foundation comprises enactive perception (A. Noë) and the predictive processing theory (K. Friston). Emphasis is placed on the shift in concepts regarding consciousness (D. Chalmers), agency, and the principles of psychotherapeutic assistance in cases of "prediction errors" when planning life events. The study aims to systematize the principles of the dynamic predictive system paradigm of the psyche and illustrate its efficacy with empirical data.***

M e t h o d s . ***Two empirical studies were conducted to investigate early maladaptive personality schemas (according to J. Young) that determine "prediction errors" in future planning among graduating students. The following instruments were utilized: YSQ-S3 (adapted by S. Sardarzadeh), ACE (adapted by O. Vlasova), Brief COPE (adapted by T. Yablonska), PSS-10, IUS-12 (adapted by H. Hromova), Carol Ryff's Scales of Psychological Well-being (adapted by S. Karskanova), and author-developed questionnaires. The sample consisted of two groups of students (50 and 40 individuals).***

R e s u l t s . ***It has been proven that early maladaptive schemas create preconditions for reduced stress resilience, intolerance of uncertainty, and a decreased level of psychological well-being and self-confidence as an agent of decision-making and future construction. The results obtained indicate that schemas and mindsets formed in early childhood are significant predictors of psychological well-being and the ability of student youth to constructively shape their future trajectories.***

C o n c l u s i o n s . ***Theoretical analysis and the results of the empirical study confirm the viability of the transition from a linear-mechanistic to a dynamic predictive paradigm in both psychology and psychotherapy.***

K e y w o r d s : ***paradigmatic transformation; enactive perception; predictive coding; early maladaptive schemas; intolerance of uncertainty.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автор використовував ChatGPT-4o для пошуку наукових джерел. Після використання цього інструмента автор перевірив та проаналізував запропоновані джерела.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors used ChatGPT-4o to search for scientific literature. Following the use of this tool, the authors reviewed, verified, and analyzed the suggested sources.

Етична декларація. Дослідження схвалено Комітетом з біоетики Київського національного університету імені Тараса Шевченка (протокол № 5 від 29.05.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethics statement. The study was approved by the Bioethics Committee of Taras Shevchenko National University of Kyiv (Protocol No. 5, dated May 29, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

ISSN 1728-3817

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.923.2:130.122]:378.091:159-051
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).3

Олена ВЛАСОВА, д-р психол. наук, проф.
ORCID ID: 0000-0002-9894-0038
e-mail: olenavlasova@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Галина ЛАПТЄВА, магістр
ORCID ID: 0000-0002-5045-6909
e-mail: halyna.laptieva@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ЧИННИКИ ДУХОВНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Вступ. *Дослідження чинників духовної самореалізації майбутніх психологів є важливим для розуміння зовнішніх та внутрішніх ресурсів, які можуть підсилювати рівень духовної самореалізації та відображають позитивний потенціал особистості. Метою роботи є емпіричне виявлення чинників, що визначають особливості духовної самореалізації майбутніх психологів.*

Методи. *У роботі застосовано комплекс психодіагностичних методик: інструменти для оцінки соціально-демографічних характеристик; "Опитувальник для дослідження процесу духовної самореалізації студентської молоді" (Е. Помиткін); Методика "Духовний потенціал особистості" (Е. Помиткін); "Тест сенсожиттєві орієнтації" (С. Мадді); "Тест емоційного інтелекту" (Н. Холл); Опитувальник "Шкали психологічного благополуччя" (К. Ріфф, адаптація С. Карсканової); "Опитувальник типу спрямованості особистості практичного психолога" (Т. Данилова), Опитувальник "Цінності в дії: інвентаризація сильних сторін / Values in Action Inventory of Strengths)" (К. Петерсон, М. Селігман, адаптація О. Власової, Г. Лаптєвої) та "Шкала диспозиційної надії" (Ч. Снайдер, адаптація О. Власової, Г. Лаптєвої). Для статистичної обробки використано кореляційний аналіз Пірсона, критерій χ^2 та множинну регресію.*

Емпіричну базу дослідження склали 217 осіб віком від 16 до 25 років. Вибірку було сформовано зі студентів спеціальності "Психологія" та "Практична психологія", які навчаються у закладах вищої освіти міст Києва та Тернополя.

Результати. *Виявлено статистично значущий зв'язок між віком і рівнем духовної самореалізації майбутніх психологів ($\chi^2 = 217{,}550$, $p < 0{,}001$), а також між спеціальністю/умовами освітньо-професійної соціалізації ($\chi^2 = 54{,}083$, $p < 0{,}001$), що є соціально-демографічними чинниками. На духовну самореалізацію впливають смислові чинники: факт замислення над духовною діяльністю ($\chi^2 = 107{,}879$, $p < 0{,}001$), стан її реалізації ($\chi^2 = 45{,}714$, $p < 0{,}005$) і напрями духовно-спрямованої діяльності ($\chi^2 = 223{,}619$, $p < 0{,}001$). Серед ціннісних чинників виокремлено: надію (0,360), винахідливість (0,284), справедливість (0,277) та любов до знань (0,193). Загалом ціннісні чинники пояснюють 59 % варіативності духовної самореалізації майбутніх психологів.*

Висновки. *Обґрунтовано необхідність системної інтеграції духовно-ціннісної компетентності в освітній процес шляхом розробки та впровадження програми психолого-педагогічного супроводу для розвитку смислових ресурсів і сильних рис характеру майбутніх фахівців.*

Ключові слова: *духовна самореалізація, сильні сторони, сильні риси характеру, соціально-демографічні чинники, смислові чинники, ціннісні чинники, майбутні психологи.*

Вступ

Актуальність дослідження внутрішнього духовного світу особистості нині є надзвичайно актуальним для психології та суміжних гуманітарних наук. Особливе значення це набуває в контексті позитивної психології, яка спрямована на вивчення сильних сторін особистості, її моральних цінностей, ресурсів і потенціалу для самореалізації та психологічного благополуччя. У психологічній науці актуальність проблеми детермінована потребою інтеграції феномену духовної самореалізації до категоріально-понятійного апарату та емпіричного поля, що дозволяє досліджувати його не через дефіцити або патології, а як ресурс особистості для розвитку та ціннісного самовдосконалення.

Сучасні дослідження позитивної психології демонструють багатогранність і структурну складність духовної самореалізації, що ускладнює її емпіричне вивчення та підтвердження. Відсутність чітко визначеного понятійного апарату й нестійкість змістового наповнення терміна "духовна самореалізація" підкреслюють необхідність системного емпіричного підходу, орієнтованого на оцінку ресурсів, цінностей і сильних сторін особистості, що відповідає методології позитивної психології та сприяє розвитку практичних рекомендацій для освітньо-професійної підготовки студентів. Позитивно-психологічний підхід дає змогу оцінювати духовну самореалізацію не як дефіцитну проблему, а як потенціал особистості, який може бути розкритий через освітньо-професійну діяльність і рефлексію над власним розвитком.

Соціально-економічні та культурні трансформації України підкреслюють необхідність розвитку психологів, які володіють не лише високим рівнем професійної компетентності, а й багатим духовним світом. Духовно зрілі особистості здатні ефективно протидіяти кризам, управляти конфліктами та ініціювати розвиток на основі пріоритетних духовних цінностей. У цьому контексті позитивна психологія пропонує інструменти для оцінки ресурсів особистості та механізмів їхнього розвитку.

Перманентна трансформація соціокультурного середовища визначає потребу в актуалізації духовних ресурсів і продуктивній інтроспекції, що передбачає застосування рефлексивних механізмів для усвідомлення сильних рис характеру, перегляду духовних цінностей та життєвих позицій у разі їхньої непродуктивності для подальшої самореалізації. Саме тому дослідження духовної самореалізації майбутніх психологів у рамках позитивної психології є актуальним для розвитку освітньої практики та психологічного благополуччя молодих людей.

Історично питання духовності та самореалізації розглядали у працях філософів і психологів різних епох, зокрема Сократа, Платона, А. Августина, М. Бердяєва,

© Власова Олена, Лаптєва Галина, 2026

Г. Челпанова, В. Зеньковського, а також у сучасних закордонних дослідженнях – А. Адлера, Х Гарднера, М. Селігмана, В. Франкла та ін. В українській науці значний внесок у вивчення духовності особистості зробили С. Максименко, М. Боришевський, Е. Помиткін, В. Моргун та ін. Питання сутності самореалізації особистості, її механізмів і зв'язків із віковою та гендерною динамікою досліджували Є. Вахромова, Т. Вівчарик, В. Гупаловська, Л. Коростильова, а поняття духовної самореалізації розробляли Е. Помиткін та К. Фоменко.

У межах позитивної психології, яку розвиває М. Селігман (Seligman, 2002), духовну самореалізацію можна розглядати як реалізацію внутрішніх сильних рис характеру, зокрема сильну сторону трансцендентності, що веде людину до життя, наповненого сенсом, гармонією та внутрішнім зростанням. Її можна інтерпретувати як реалізацію особистістю складових трансцендентості: почуття прекрасного, вдячності, прощення, сенсу життя, оптимізму, гумору та захопливості через активне вираження їх в житті, навчанні та професії.

М. Селігман підкреслює, що реалізація сильних сторін людини – це шлях до процвітання (flourishing), яке охоплює не лише емоційне благополуччя, а й етичний і духовний ріст. Це прямо відображає зміст духовної самореалізації, яка передбачає реалізацію себе як особистості в дусі вищих моральних і духовних цінностей.

Незважаючи на наявні дослідження, проблема духовної самореалізації майбутніх психологів недостатньо розроблена. Відсутність чіткого визначення поняття, обмежена кількість емпіричних досліджень щодо шляхів і сфер духовної самореалізації молоді, а також необхідність виявлення психологічних ресурсів і сильних рис характеру особистості визначають актуальність нашого дослідження.

Метою роботи є емпіричне виявлення чинників, що визначають особливості духовної самореалізації майбутніх психологів.

Гіпотези дослідження. Духовна самореалізація майбутніх психологів залежить від соціально-демографічних та психологічних (смислових та ціннісних) чинників, які її зумовлюють.

Методи

У роботі застосовано комплекс психодіагностичних і математичних методів для всебічного аналізу духовної самореалізації майбутніх психологів та пов'язаних з нею соціально-демографічних та психологічних характеристик.

Психодіагностичні методи: анкета соціально-демографічних характеристик студентства – для збору даних про вік, стать, етап навчання, професійні орієнтації та інші соціально-демографічні параметри; "Опитувальник для дослідження процесу духовної самореалізації студентської молоді" (Е. Помиткін) – для виявлення рівня духовної активності та залученості студентів у духовні практики; Методика "Духовний потенціал особистості" (Е. Помиткін) – для оцінки структурних компонентів духовного розвитку особистості; "Тест сенсожиттєві орієнтації" (С. Мадді) – для оцінки смислового ставлення до життя, який вимірює, наскільки особистість сприймає життя як зрозуміле, кероване та осмислене, здатна знаходити сенс у подіях та адаптуватися до стресових ситуаці; "Тест емоційного інтелекту" (Н. Холл) – для визначення здатності розпізнавати, оцінювати та регулювати власні емоції та емоції інших людей; Опитувальник "Шкали психологічного благополуччя" (К. Ріфф, адаптація С. Карсканової) – для комплексного вимірювання рівня психологічного благополуччя, включаючи самоприйняття, цілеспрямованість, автономію, міжособистісні стосунки та особистісне зростання; "Опитувальник типу спрямованості особистості практичного психолога" (Т. Данилова) – для виявлення професійно значущих психологічних характеристик студентів-психологів; Опитувальник "Цінності в дії: інвентаризація сильних сторін / Values in Action Inventory of Strengths)" (К. Петерсон, М. Селігман, адаптація О. Власової, Г. Лаптєвої) – для дослідження структури та проявів морально-ціннісних чеснот (сильних сторін) у студентів; "Шкала диспозиційної надії" (Ч. Снайдер, адаптація О. Власової, Г. Лаптєвої) – для визначення рівня надії як особистісної характеристики, що сприяє цілеспрямованій діяльності.

Математико-статистичні методи: для обробки отриманих даних використано: кореляційний аналіз Піросна (R) – для виявлення ступеня взаємозв'язку між змінними; критерій хі-квадрата (χ^2) – для перевірки статистичної значущості розподілу частот у категоріальних даних; множинний регресійний аналіз – для оцінки впливу комплексу психологічних факторів на рівень духовної самореалізації студентів. Усі математичні дії виконано із застосуванням комп'ютерної програми IBM SPSS Statistics (версія 23.0).

Такий комплекс методів дає змогу всебічно оцінити як структурні характеристики духовної самореалізації, так і їх взаємозв'язки із психологічними чинниками та соціально-демографічними особливостями майбутніх психологів.

Емпіричну базу дослідження склали 217 осіб віком від 16 до 25 років. Вибірку було сформовано зі студентів спеціальності "Психологія" та "Практична психологія", які навчаються у закладах вищої освіти міст Києва та Тернополя. Серед досліджуваних 14,7 % (чоловіки), 85,3 % (жінки) віком від 16 до 25 років, середній вік 19,35. Розглядаючи інші соціально-демографічні параметри досліджуваних, варто зазначити, що 35,5 % осіб навчаються у великому місті, 64,5 % – у місті-мільйоннику; 78,8 % здобувають освітню кваліфікацію бакалавра, 10,6 % – кваліфікацію спеціаліста, 10,6 % – кваліфікацію магістра; за напрямом спеціальності 19,4 % навчаються на спеціальності "Практична психологія", 80,6 % – "Психологія".

Результати

Навчання у закладі вищої освіти є важливим етапом освітньо-професійної соціалізації молодої людини. Воно тісно корелює з духовною самореалізацією, адже особистість інтегрована в систему освіти, де духовна самореалізація може виступати аксіологічною домінантою на шляху до процвітання та психологічного благополуччя. У контексті позитивної психології та сучасних міжнародних досліджень духовність, смислотворення та розвиток сильних сторін особистості розглядаються як фундаментальні предиктори благополуччя (Peterson, & Seligman, 2004).

Сенситивність студентського віку до реалізації духовної сфери підсилює значущість цього періоду, що узгоджується з концепціями позитивної психології про розвиток смислів, сильних сторін та психологічного благополуччя в юності (Seligman, 2011; Csikszentmihalyi, 1990). Якість організації підготовки майбутніх фахівців у закладі вищої освіти суттєво детермінує характер і траєкторію духовної самореалізації молодої людини як особистості та як майбутнього психолога.

Це відповідає теоретичним положенням про роль освітнього середовища у формуванні сильних сторін і ціннісних орієнтацій (Peterson, & Seligman, 2004), а також

ISSN 1728-3817

сучасним дослідженням розвитку духовності й смислотворення (Diener, & Biswas-Diener, 2008; Snyder, 2002; Emmons, 2000).

Додатково, відповідно до підходів С. Сіск та Б. Сіск, духовна та ціннісно-мотиваційна сфери студента визначають його академічну залученість, здатність до саморегуляції та особистісного зростання (Sisk, & Sisk, 2017).

Концепція потоку (flow) (Csikszentmihalyi, 1990) розкриває механізми занурення особистості в діяльність, що забезпечує оптимальний розвиток, внутрішню мотивацію та відчуття повноти життя. Поняття потоку дозволяє пояснити, як активне залучення у смислотворчу діяльність, інтеграція ціннісних та психологічних ресурсів, а також переживання гармонії між здібностями та завданнями сприяє зміцненню духовних і особистісних рис. Положення М. Чіксентміхайі підкреслюють, що усвідомлена, цілеспрямована діяльність не лише підтримує психічне благополуччя, але й формує стійкі внутрішні структури для реалізації духовного потенціалу.

Дослідження суб'єктивного благополуччя Е. Дінера висвітлює взаємозв'язок між оцінкою власного життя, емоційними станами та загальною якістю життя (Diener, 1984). Підхід автора дозволяє підкреслити значення внутрішніх оцінок і позитивного емоційного досвіду для розвитку ціннісної та смислової сфери особистості. Розвиток суб'єктивного благополуччя може стимулювати формування позитивних рис характеру, зміцнювати внутрішні ресурси та сприяти усвідомленому вибору напрямів духовної самореалізації, що є важливим чинником професійного й особистісного зростання.

Е. Еммонс акцентує увагу на взаємозв'язку між особистісними цілями, сенсом життя та моральними чеснотами як джерелами позитивного розвитку особистості (Emmons, 2003). Ці положення демонструють, що усвідомлене визначення цілей, орієнтація на моральні та ціннісні пріоритети сприяє формуванню стійких внутрішніх ресурсів і підтримує психологічне благополуччя. Інтеграція смислотворчих процесів із системою життєвих цінностей дає змогу студентам більш ефективно реалізовувати власний потенціал, розвивати сильні риси характеру та досягати гармонії між особистісним і професійним зростанням.

Теорія надії Ч. Снайдера підкреслює значення цілеспрямованої мотивації та віри у власні ресурси для досягнення бажаних результатів (Snyder, 2002). Концепція надії пояснює, як усвідомлене планування життєвих шляхів, здатність визначати альтернативні стратегії та віра у власні можливості сприяють розвитку смислотворчих і ціннісних компонентів особистості.

Р. Німець, П. Руссо-Нетцер і К. Парґамент наголошують, що духовність і сильні сторони взаємодіють як два ключові ресурси особистості, сприяючи її цілісності та самореалізації (Niemiec, Russo-Netzer, & Pargament, 2020). У контексті майбутніх психологів це означає, що розвиток сильних сторін може підсилювати їхню здатність до усвідомленої духовної самореалізації. Автори також відзначають дві інтегративні траєкторії: коли сильні сторони конкретизують духовні цінності, та коли духовні практики (рефлексія, медитація, сенсотворчі дії) підсилюють прояв сильних сторін. Це підтверджує необхідність комплексного підходу до розвитку духовної самореалізації майбутніх психологів, де соціально-психологічні ресурси поєднуються із ціннісними та смисловими характеристиками особистості.

Т. Форд, Дж. Ліпсон та Л. Міллер у своєму дослідженні доводять, що духовно обґрунтовані профілі сильних сторін формують стійкі психологічні структури, які підтримують адаптивну та смислоспрямовану поведінку (Ford, Lipson, & Miller, 2023). Для майбутніх психологів це може означати, що розвиток ціннісних рис сприятиме усвідомленому духовному становленню та підвищуватиме рівень психологічного благополуччя в навчальному процесі.

У роботі (Chérif, Niemiec, & Wood, 2022) показано, що сильні риси характеру, такі як надія, вдячність, сенс життя і прощення, корелюють із відчуттям внутрішнього спокою. Це підтверджує важливість ціннісно-орієнтованого підходу у розвитку психологічних ресурсів студентів та їхньої духовної самореалізації.

Дослідження С. Гайнц та В. Рух виявило вікові відмінності у 24 сильних рисах характеру за даними п'яти метааналізів від ранньої юності до пізньої дорослості (Heintz, & Ruch, 2022). Результати демонструють, що розвиток сильних рис характеру змінюється протягом життя, що підкреслює важливість їхнього врахування при підтримці духовної самореалізації та психологічного благополуччя у різних вікових групах.

Б. Фредріксон, аналізуючи роль позитивних емоцій у межах своєї теорії, доводить, що позитивні емоції розширюють когнітивні та поведінкові можливості людини, а з часом сприяють накопиченню особистісних ресурсів: психологічних, соціальних, інтелектуальних і духовних (Fredrickson, 2001). У контексті духовної самореалізації студентів ця теорія є надзвичайно релевантною: позитивні емоційні стани, які виникають у процесі навчання, взаємодії та професійного зростання, посилюють здатність до рефлексії, формування смислів, розвитку морально-ціннісної сфери та прояву сильних рис характеру. Отже, позитивні емоції виступають як важливий механізм, що підтримує духовне зростання та сприяє становленню внутрішньої цілісності майбутніх психологів.

С. Любомирські підкреслює, що стале щастя формується завдяки свідомим діям, розвитку внутрішніх ресурсів і практикам, пов'язаним із вдячністю, оптимізмом та замученістю (Lyubomirsky, 2007). У контексті духовної самореалізації майбутніх психологів ці ідеї важливі тим, що акцентують активну роль особистості у зміцненні власного благополуччя та професійному розвитку.

Дослідження Коваленко та Власової (2023) вказує на значний взаємозв'язок між типом прив'язаності та сильними рисами характеру молодих жінок, що має пряме відношення до формування внутрішніх ресурсів особистості. У контексті духовної самореалізації майбутніх психологів результати демонструють, що стиль міжособистісної прив'язаності може впливати на розвиток ціннісних орієнтацій, надії та здатності до смислотворчої діяльності. Таким чином, соціально-психологічні та міжособистісні чинники, зокрема тип прив'язаності, виступають важливими детермінантами активізації внутрішніх ресурсів, що підтримують духовне зростання та реалізацію потенціалу майбутніх фахівців психології.

Сердюк та ін. (2021) узагальнюють сучасні підходи до розуміння психологічного благополуччя та механізмів його становлення, підкреслюють роль самодетермінації, ціннісних орієнтацій та особистісних ресурсів у формуванні благополуччя. Ці висновки мають безпосереднє значення для дослідження духовної самореалізації майбутніх психологів, оскільки показують, що розвиток смислових та ціннісних чинників, можуть сприяти підвищенню рівня духовної самореалізації та психологічного благополуччя.

Помиткін та Помиткіна (2021) наголошують, що духовна самореалізація виступає ключовим фактором цілісного розвитку особистості й виділяють взаємозв'язок

між усвідомленою духовною діяльністю, формуванням ціннісних орієнтацій та внутрішньою мотивацією, що підтримує психологічне благополуччя. У контексті майбутніх психологів це означає, що активна робота над духовним самовдосконаленням та розвиток сильних рис характеру сприятимуть зростанню рівня духовної самореалізації і формуванню стійких смислоспрямованих стратегій поведінки.

Проаналізуємо послідовно дані дослідження, отримані завдяки кореляційному аналізу та таблицям взаємної зв'язності, хі-квадрату (χ2 – критерій для номінальних величин, що прогнозує їх зв'язок та вплив чинників на духовну самореалізацію майбутніх психологів).

В роботі виявлено, що чинниками духовної самореалізації та її компонентів у майбутніх психологів є: 1) для духовної самореалізації – напрями духовно-спрямованої діяльності ($\chi2 = 223{,}619$, $p = 0{,}000$), а саме на духовну самореалізацію має вплив гармонійний (інтегрований) напрям самореалізації; екологічний; естетичний (Краса); інтелектуально-творчий (Істина) та морально-гуманістичний (Добро), і спостерігаємо статистичну значущість між групами студентів, що встановлена завдяки Хі-квадрату Пірсона, які спрямовані на той чи інший напрям самореалізації духовно-спрямованої поведінки або ж його відсутність (див. табл. 1).

Таблиця 1

Зв'язок чинника напрям духовно-спрямованої діяльності із показником духовної самореалізації

Чинники	Духовна характеристики	Хі-квадрат	p-рівень
Напрям духовно-спрямованої діяльності	Духовна самореалізація	223,619	0,00

Для глибшого аналізу впливу чинників було здійснено статистичне дослідження, яке показало зв'язок між духовною самореалізацією майбутніх психологів і категоріями замислювався/не замислювався над реалізацією духовно-спрямованої діяльності (див. табл. 2). Також це підтверджується достатньо великим значенням критерію χ^2 та високим рівнем статистичної значущості отриманих результатів на рівні $p<0{,}05$, що свідчить про наявність впливу чинника замислювався/не замислювався над духовно-спрямованою діяльністю на духовну самореалізацію. Такий результат дозволяє зробити висновок, що процес професійного становлення майбутніх психологів супроводжується певними трансформаціями у смисловій та мотиваційній сфері особистості, які позначаються на глибині усвідомлення власних життєвих і професійних цілей.

Таблиця 2

Зв'язок духовної самореалізації з чинниками замислювався/не замислювався над реалізацією духовно-спрямованої діяльності

Чинники	Духовні характеристики	Хі-квадрат	p-рівень
Замислювався/не замислювався над реалізацією духовно-спрямованої діяльності	Духовна самореалізація	45,714	0,05

Виявлено статистично значущий зв'язок між духовною самореалізацією та досвідом духовно-спрямованої діяльності студентів ($\chi^2 = 107{,}879$, $p < 0{,}001$). Це свідчить, що залученість до духовних практик або активностей є вагомим чинником, пов'язаним із вищим рівнем духовної самореалізації. Особи, які вже реалізували або перебувають у процесі реалізації духовно-спрямованої діяльності, значно частіше демонструють високі показники духовної самореалізації, тоді як студенти без такого досвіду переважно характеризуються нижчими її рівнями (див. табл. 3).

Таблиця 3

Зв'язок показників духовної самореалізації студентів з їхніми відповідями реалізував/у процесі реалізації/не реалізовував духовно-спрямовану діяльність

Чинники	Духовні характеристики	Хі-квадрат	p-рівень
Реалізував/у процесі реалізації/ не реалізував у духовно-спрямованій діяльності	Духовна самореалізація	107,879	0,000

Досить велике значення $\chi^2 = 54{,}083$ свідчить, що розподіл рівнів духовної самореалізації істотно відрізняється між студентами різних спеціальностей (психологія та практична психологія). Значення $p = < 0{,}001$ вказує на високу статистичну значущість зв'язку. Студенти спеціальності "Психологія" значно частіше демонструють вищі рівні духовної самореалізації ніж студенти, які навчаються за спеціальністю "Практична психологія" (див. табл. 4). Вищі показники духовної самореалізації у студентів спеціальності "Психологія" можуть бути зумовлені змістовими особливостями їхньої освітньої програми, яка включає більше дисциплін, спрямованих на вивчення особистісного розвитку, екзистенційної проблематики та внутрішніх ціннісно-смислових процесів. Це сприяє формуванню рефлексивності та смислотворення, що є ключовими компонентами духовної самореалізації. Натомість навчання за спеціальністю "Практична психологія" має більш прикладний характер, орієнтований на розвиток практичних навичок, що може зменшувати увагу студентів до власного духовного розвитку.

Таблиця 4

Зв'язок духовної самореалізації з освітньо-професійними чинниками

Чинники	Духовні характеристики	Хі-квадрат	p-рівень
Спеціальність (психологія, практична психологія)	Духовна самореалізація	54,083	0,000

ISSN 1728-3817

Виявлено статистично значущий зв'язок між віком та рівнем духовної самореалізації майбутніх психологів (χ^2 = 217,550, p < 0,001). Аналіз розподілів показує, що вік (16–22 роки) виступає важливим соціально-демографічним чинником, який впливає на рівень духовної самореалізації. Зі зростанням віку спостерігається тенденція до підвищення показників духовного розвитку, що узгоджується з уявленням про поступове формування рефлексивності, смислотворення та особистісної зрілості в ранній дорослості.

У віці 17–19 років спостерігаються найчисельніші випадки середнього та вище середнього рівнів духовної самореалізації (у діапазонах 33–41 бал). Це означає, що саме у пізньому підлітковому та ранньому юнацькому віці показники духовної самореалізації є найбільш стабільними й однорідними.

Загалом дані вказують на відсутність різко вираженого вікового ефекту у структурі рівнів духовної самореалізації. Це може свідчити про те, що духовний розвиток у студентської молоді йде відносно рівномірно, без суттєвих вікових зрушень у межах 16–22 років (див. табл. 5).

Таблиця 5

Зв'язок духовної самореалізації із соціально-демографічними чинниками

Чинники	Духовні характеристики	Хі-квадрат	p-рівень
Вік	Духовна самореалізація	217,550	0,000

Отже, в результаті цього етапу дослідження підтверджено одну із гіпотез дослідження, де духовна самореалізація майбутніх психологів залежить від соціально-демографічних і смислових чинників. А саме показано взаємозв'язок духовної самореалізації майбутніх психологів та предикторів, які її зумовлюють: вік, спеціальність/умови освітньо-професійної соціалізації та замислювався/не замислювався над реалізацією духовно-спрямованої діяльності, реалізувався/в процесі реалізації/не реалізувався в духовно-спрямованій діяльності, напрями духовно-спрямованої діяльності.

Особливості впливу різних психологічних показників на прояви у досліджуваних духовної самореалізації вивчались за результатами *регресійного аналізу*, а саме – методу лінійної регресії. Для регресійного аналізу було обрано залежну змінну – духовна самореалізація.

Для залежної змінної *духовна самореалізація* незалежними змінними визначили: загальний показник духовного потенціалу, гуманістичні цінності, екологічні цінності, естетичні цінності, пізнання та самопізнання, самовдосконалення, самореалізація, відповідальність, спілкування, спрямованість, характер, самосвідомість, досвід, інтелект, психофізіологічні особливості, загальний показник осмисленості життя, життєві цілі, особливості процесу життя, результативність життя, локус контролю я та життя, інтегративний показник емоційного інтелекту, емоційна обізнаність, управління емоціями, саморегуляція, емпатія, розпізнавання емоцій інших людей, загальний показник психологічного благополуччя, позитивні відносини з іншими людьми, автономія, управління середовищем, особистісне зростання, цілі життя, самоприйняття, самооцінка, типи професійної спрямованості студентів: гуманістичний, екзистенціальний, прагматичний та егоцентричний, сильні сторони особистості: допитливість, любов до знань, здатність до суджень, винахідливість, уміння спілкуватися, уміння бачити перспективу, шкала *мудрість і знання, хоробрість, завзятість, цілісність натури*, шкала *мужність, доброта, здатність любити*, шкала *гуманізм і любов, колективізм*, *справедливість, лідерські якості*, шкала *справедливість, самоконтроль, розсудливість*, шкала *поміркість*, шкала *надія*, шкала *здатність знаходити шляхи* та шкала *сила волі*.

У кожному випадку за наявності значної кількості потенційних предикторів було застосовано покроковий регресійний аналіз, який забезпечує автоматизоване виключення з моделі змінних, внесок яких у пояснення залежної змінної є статистично незначущим.

До процедури аналізу було включено низку статистичних методів, а саме матрицю коваріацій, яка використовується для перевірки статистичної адекватності побудованої лінійної моделі, а також оцінки колінеарності, що дають змогу виявити тісні взаємозв'язки між незалежними змінними, що наближені до 1 та, відповідно, визначити ті з них, які підлягають виключенню з моделі.

У результаті здійсненого регресійного аналізу чинників, що зумовлюють рівень духовної самореалізації майбутніх психологів, було сформовано 19 потенційних регресійних моделей, кожна з яких відповідає критеріям статистичної прийнятності та значущості. Результати моделювання, наведені в табл. 6, представлені 10 моделями, які мають найбільш значущі показники для дослідження, що дає змогу комплексно оцінити конфігурацію предикторів духовної самореалізації та їхній внесок у пояснення варіативності відповідного показника.

Таблиця 6

Моделі регресійного аналізу для показника духовної самореалізації майбутніх психологів

Модель	R	R^2	Підкоригований R^2	Стандартна помилка оцінки
1	,628[a]	,394	,392	4,859
2	,694[b]	,482	,477	4,505
3	,745[c]	,556	,549	4,181
4	,769[d]	,591	,583	4,023
5	,786[e]	,618	,609	3,894
6	,786[f]	,618	,610	3,889
7	,796[g]	,634	,626	3,812
8	,812[h]	,659	,649	3,690
9	,821[i]	,674	,663	3,619
10	,828[j]	,686	,674	3,559

Примітка: a. Шкала надії; b. Шкала надії, Винахідливість; c. Шкала надії, Винахідливість, Шкала: Справедливість; d. Шкала надії, Винахідливість, Шкала: Справедливість, Любов до знань; e. Шкала надії, Винахідливість, Шкала: Справедливість, Любов до знань, Шкала Сила волі; f. Винахідливість, Шкала: Справедливість, Любов до знань, Шкала Сила волі; g. Винахідливість, Шкала: Справедливість, Любов до знань, Шкала Сила волі, Прагматичний тип; h. Винахідливість, Шкала: Справедливість, Любов до знань, Шкала Сила волі, Прагматичний тип, Процес життя; i. Винахідливість, Шкала: Справедливість, Любов до знань, Шкала Сила волі, Прагматичний тип, Процес життя, Здатність до суджень; j. Винахідливість, Шкала: Справедливість, Любов до знань, Шкала Сила волі, Прагматичний тип, Процес життя, Здатність до суджень, Шкала: Мудрість і знання; Залежна змінна: Шкала: Духовна самореалізація.

Кожна з отриманих регресійних моделей відображає поетапне включення предикторів, які демонструють статистично значущий внесок у пояснення варіації показника духовної самореалізації: надія, винахідливість, справедливість та любов до знань. На основі проведених статистичних розрахунків можна зробити висновок, що саме ці змінні виступають ключовими чинниками, які безпосередньо впливають на рівень духовної самореалізації майбутніх психологів.

Один із найвищих коефіцієнтів детермінації продемонструвала четверта модель (R^2 = 0,59), до якої увійшли всі зазначені предиктори. Це означає, що сукупний вплив обраних психологічних характеристик пояснює 59 % дисперсії показника духовної самореалізації майбутніх психологів, тоді як решта 41 % може бути зумовлена іншими чинниками, не включеними до цієї моделі, що відкриває перспективи для подальших емпіричних досліджень.

Аналіз стандартизованих коефіцієнтів регресії свідчить, що найбільш вагомий внесок у пояснення залежної змінної має надія (β = 0,36; p < 0,01). Дещо менший, але також статистично значущий вплив спостерігається у змінних винахідливість (β = 0,28; p < 0,01) та справедливість (β = 0,28; p < 0,01); любов до знань демонструє помірний внесок (β = 0,19; p < 0,01), однак цей предиктор також є значущим у формуванні духовної самореалізації.

Показники коефіцієнтів діагностики регресії (КДР), зокрема фактор інфляції дисперсії (VIF), для обраної моделі не перевищують 5, що свідчить про відсутність суттєвої мультиколінеарності між незалежними змінними та підтверджує надійність оцінених параметрів моделі (див. табл. 7).

Таблиця 7

Предиктори, які здійснюють вплив на духовну самореалізацію

Предиктори	R^2	β	p	КДР
Надія	0,59	,360	,000**	1,411
Винахідливість		,284	,000**	1,158
Справедливість		,277	,000**	1,305
Любов до знань		,193	,000**	1,070

Примітка: **p<0,01; *p<0,05.

Як наслідок розрахунків випливає таке рівняння залежності:

духовна самореалізація (прогноз) = 9,456 + 0,360 (надія) + 0,284 (винахідливість) + 0,277 (справедливість) + 0,193 (любов до знань). Відповідно обґрунтовується прогнозування, що, розвиваючи у майбутніх психологів такі сильні риси характеру, як надія, винахідливість, справедливість та любов до знань, можна сприяти духовній самореалізації.

Це рівняння описує, як чотири змінні позитивно впливають на рівень духовної самореалізації майбутніх психологів.

Константа (9,456) – це базовий рівень духовної самореалізації за відсутності впливу досліджуваних змінних (умовно теоретичне значення, коли всі інші предиктори дорівнюють нулю).

Надія (0,360) – найпотужніший предиктор: кожне збільшення на 1 одиницю за шкалою надії передбачає зростання духовної самореалізації на 0,360 одиниці. Надія, згідно з моделлю Ч. Снайдера, сприяє активному подоланню труднощів та руху до життєвих цілей, включно з духовними.

Винахідливість (0,284) – здатність знаходити нові рішення, адаптуватися, мислити гнучко. Вона підтримує особистісну та духовну гнучкість як ключову в умовах невизначеності чи кризи сенсів.

Справедливість (0,277) сильна сторона моральної відповідальності, орієнтована на рівновагу між власним розвитком і служінням іншим. Духовна самореалізація не може бути егоцентричною, і справедливість допомагає підтримувати цю рівновагу.

Любов до знань (0,193) – пізнавальний інтерес, інтелектуальна допитливість. Така відкритість до нового сприяє глибшому розумінню майбутніми психологами себе, світу та духовних практик.

Формула регресійного аналізу, отримана в дослідженні, відкриває можливість розробки цільової програми розвитку особистісних сильних рис характеру студентів, що сприяють їх гармонійній професійній і духовній самореалізації.

Синтез даних, отриманих у межах регресійного, кореляційного та χ^2 аналізу, дозволив виокремити та систематизувати комплекс чинників, що визначають особливості становлення духовної самореалізації майбутніх психологів (рис. 1).

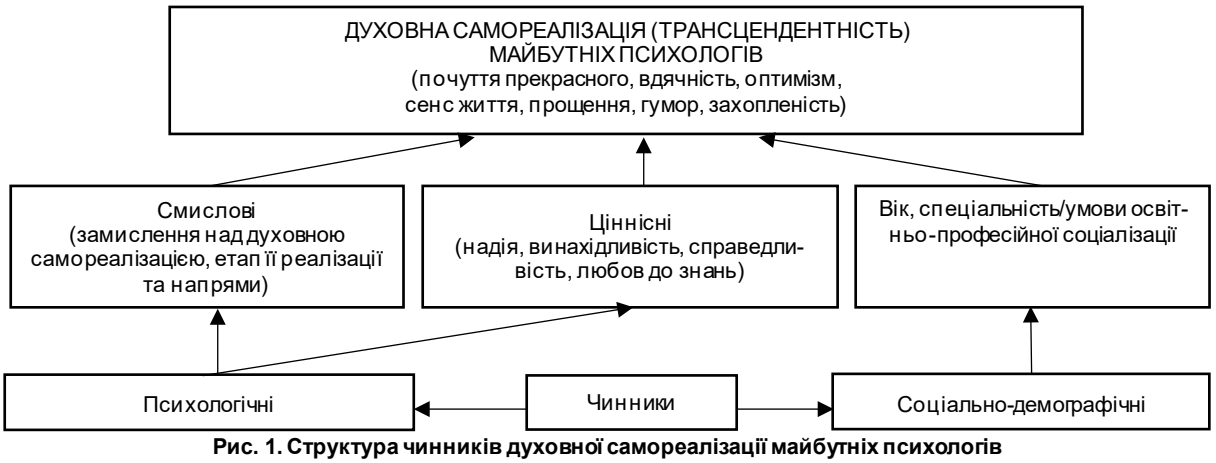


Рис. 1. Структура чинників духовної самореалізації майбутніх психологів

Якісний аналіз результатів емпіричного дослідження показав, що загальний рівень духовної самореалізації майбутніх психологів варіює від середнього до високого, що свідчить про індивідуальні відмінності та різнорівневу вираженість цього феномену. Високий відсоток впливу психологічних (ціннісних) чинників – 59 % – на прояви духовної самореалізації підкреслює, що, окрім ціннісних ресурсів, існують додаткові змінні, які можуть модулювати цей процес. Це відкриває перспективу для подальших досліджень з метою виявлення додаткових детермінантів духовної самореалізації майбутніх психологів. Синтез даних регресійного, кореляційного та χ^2 аналізу дав змогу виділити комплекс чинників, що визначають особливості духовної самореалізації майбутніх психологів. Отримана структура підтверджує гіпотезу емпіричного дослідження про те, що духовна самореалізація формується під впливом соціально-демографічних і психологічних (смислових і ціннісних) чинників. Соціально-демографічні чинники, такі як вік та умови освітньої соціалізації, виявилися статистично значущими, що узгоджується з даними попередніх досліджень про роль вікової та освітньої динаміки у становленні особистості. Ціннісні чинники, зокрема надія, винахідливість, справедливість і любов до знань, виступають ключовими предикторами духовної самореалізації, підкреслюючи значення ціннісно-орієнтованого підходу до розвитку майбутніх фахівців психології. Смислові характеристики, такі як усвідомленість духовно-спрямованої діяльності, вибір напрямів духовної самореалізації та етапи її реалізації, підтверджують, що процес духовного становлення особистості має інтегративний характер і поєднує внутрішні цінності та конкретні дії, спрямовані на реалізацію цих цінностей. Це узгоджується з концепціями позитивної психології, де духовна самореалізація розглядається як прояв сильних рис характеру і смислотворчих ресурсів особистості. Таким чином, отримані дані демонструють комплексність формування духовної самореалізації майбутніх психологів і підкреслюють необхідність інтегративного підходу до розвитку цього феномену у вищій освіті, поєднуючи соціально-демографічні чинники та внутрішні психологічні ресурси особистості.

Дискусія і висновки

Результати дослідження підтверджують основні положення позитивної психології щодо того, що духовна самореалізація є багатовимірним явищем, що формується під впливом ціннісних орієнтацій, внутрішньої мотивації, смислотворчих процесів та розвитку сильних сторін особистості. Виявлені статистично значущі зв'язки між духовною самореалізацією майбутніх психологів та їхньою духовно-спрямованою діяльністю корелюють із теоретичними підходами (Peterson, & Seligman, 2004) та сучасними дослідженнями взаємозв'язку духовності та сильних рис характеру (Niemiec, Russo-Netzer, & Pargament, 2020). Це дозволяє розглядати духовну самореалізацію не лише як індивідуальний процес, але й як інтегральний результат розвитку сильних рис характеру, смислотворчих компетенцій та внутрішньої рефлексивності.

Найбільш значущі ефекти спостерігаються у сфері духовної активності студентів ($\chi^2 = 223{,}619$, $p < 0{,}001$), що підтверджує гіпотезу про важливість смислових чинників. Залучення студентів до естетичних, інтелектуально-творчих, екологічних та гуманістичних практик створює середовище, яке активізує духовні риси та сприяє формуванню сенсу життя. Результати узгоджуються з позицією Еммонса (2003), який підкреслював, що духовно орієнтовані цілі та життєві проєкти є фундаментом для розвитку моральних рис і внутрішніх ресурсів особистості.

Категорія замислювався/не замислювався також виявилася статистично значущою ($\chi^2 = 45{,}714$, $p < 0{,}05$), що вказує на роль рефлексії як значущого конструкта духовної самореалізації майбутніх психологів. Цей результат узгоджується з концепцією Чіксентміхайі (1990), що підкреслює важливість усвідомленої участі особистості у діяльності для переживання сенсу та внутрішньої гармонії.

Високе значення $\chi^2 = 107{,}879$ ($p < 0{,}001$) свідчить, що практичний досвід духовних практик забезпечує якісно новий рівень внутрішнього розвитку студентів. Це корелює з теорією надії Снайдера (2002), згідно з якою цілеспрямовані дії, спрямовані на реалізацію особистісних цінностей, формують стабільні смислотворчі структури, а також з концепцією свідомого щастя Любомирські (2007), де акцентується роль активних духовних і рефлексивних практик у підтриманні тривалого психологічного благополуччя.

Виявлені відмінності між студентами спеціальностей "Психологія" та "Практична психологія" ($\chi^2 = 54{,}083$, $p < 0{,}001$) свідчать про вплив специфіки освітніх програм на рівень духовної самореалізації. Студенти класичної психології демонструють вищий рівень духовної самореалізації, що пояснюється акцентом їх навчання на рефлексивності, особистісному розвитку та екзистенційному аналізі. Цей висновок узгоджується з даними Сердюк та ін. (2021), які підкреслюють роль самоусвідомлення та ціннісної автономії у формуванні психологічного благополуччя.

Результати також вказують на необхідність посилення рефлексивного компоненту та ціннісно-орієнтованих дисциплін у підготовці практичних психологів, що сприятиме збалансуванню технічних компетенцій та духовно-особистісного розвитку.

Зв'язок віку зі зростанням духовних показників ($\chi^2 = 217{,}550$, $p < 0{,}001$) виявився частково лінійним, що підтверджує, що духовна самореалізація в юності має переважно рівномірний характер. Це узгоджується з висновками (Heintz, & Ruch, 2022), які показали, що сильні риси характеру у підлітків і молодих дорослих є відносно стабільними та починають істотно диференціюватися лише після 22–23 років. Отже, вік 17–19 років можна вважати критичним періодом для становлення духовності, що відповідає даним про сенситивність студентського віку до розвитку смислотворчих процесів (Diener, & Biswas-Diener, 2008).

Кореляційний аналіз у поєднанні з теоретичними моделями (Fredrickson, 2001; Seligman, 2011) свідчить, що духовна самореалізація формується як інтегроване явище, яке включає: позитивні емоції та емоційну регуляцію; сильні сторони особистості (зокрема, трансцендентності); смислові орієнтації та життєві цілі; досвід духовно-спрямованої діяльності; рефлексію та усвідомлення цінностей.

Таке бачення підтримується дослідженням (Ford, Lipson, & Miller, 2023), яке демонструє, що духовно орієнтовані профілі сильних сторін створюють стабільну основу для внутрішньої цілісності та адаптивності.

Результати підкреслюють необхідність системного формування духовно-ціннісної компетентності майбутніх психологів через дисципліни, що сприяють розвитку сенсотворення та саморефлексії; практики позитивної психології (щоденники вдячності, рефлексивні есе, медитативні техніки); програми розвитку сильних сторін особистості (модель VIA); інтеграцію духовно-етичних питань у професійну підготовку.

Духовна самореалізація майбутніх психологів є багатовимірним феноменом, що формується під впливом

ціннісних чинників, внутрішньої мотивації, смислотворчих процесів та сильних сторін особистості, і виступає інтегральним результатом морального, когнітивного та рефлексивного розвитку.

Залученість до духовно-спрямованої діяльності істотно сприяє духовній самореалізації. Естетичні, інтелектуально-творчі, екологічні та гуманістичні практики активізують сильні риси характеру, сприяють усвідомленості та формуванню життєвого сенсу.

Освітньо-професійні моделі навчання впливають на рівень духовної самореалізації: студенти класичної психології демонструють вищий рівень духовної самореалізації, що зумовлено фокусом навчальних програм на рефлексивності, особистісному розвитку та екзистенційному аналізі.

Вікові особливості свідчать, що період 17–19 років є найбільш сенситивним для формування духовності, коли залучення до сенсотворчих практик є найбільш ефективним.

Інтеграція духовності та благополуччя демонструє, що духовна самореалізація пов'язана з позитивними емоціями, сильними рисами характеру трансцендентності, смисловими орієнтаціями та рефлексивними практиками, формуючи основу адаптивності та внутрішньої цілісності.

Практичні імплікації передбачають необхідність системного впровадження духовно-ціннісної компетентності у навчальні програми: розвиток смислотворення та саморефлексії, практики позитивної психології, формування сильних сторін особистості за моделлю VIA, інтеграція духовно-етичних питань у професійну підготовку.

На основі отриманих результатів передбачено розробку освітньої програми психолого-педагогічного супроводу духовної самореалізації майбутніх психологів, яка включатиме онлайн-вебінари та навчальні заходи, спрямовані на розвиток ціннісних, смислових ресурсів і сильних рис характеру. Це створює науково обґрунтовану основу для підвищення рівня духовної самореалізації майбутніх психологів у процесі їх освітньої підготовки.

Перспективи подальших досліджень включають лонгітюдне вивчення духовної самореалізації особистості, аналіз культурних і сімейних чинників, дослідження феномену у представників інших професійних груп та застосування якісних методів (інтерв'ю, феноменологічний аналіз та ін.).

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у відповідального автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу halyna.laptieva@knu.ua

Внесок авторів: Олена Власова – концептуалізація; методологія; аналіз джерел, підготування огляду літератури або теоретичних засад дослідження; Галина Лаптєва – збір емпіричних даних та їх валідація; емпіричне дослідження.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Власова, О., & Коваленко, В. (2024). Взаємозв'язок між типом прив'язаності та сильними рисами характеру молодих українських жінок. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Соціальна робота*, 1(9). https://doi.org/10.17721/2616-7786.2023/9-1/8

Карсканова, С. В. (2011). Опитувальник "Шкали психологічного благополуччя" К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*, 1, 1–10.

Помиткін, Е., & Помиткіна, Л. (2021). Духовне пробудження як вершинна потреба особистості. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*, 1(2), 137–148. https://doi.org/10.33216/2220-6310-2021-101-2_1-137-148

Сердюк, Л. З., Данилюк, І. В., Турбан, В. В., Пенькова, О. І., & Володарська, Н. Д. (2021). *Самодетермінація психологічного благополуччя особистості* (Л. З. Сердюк, ред.). Видавець Вікторія Кундельська.

Chérif, L., Niemiec, R., & Wood, V. (2022). Character strengths and inner peace. *International Journal of Wellbeing*, 12(3), 16–34. https://doi.org/10.5502/ijw.v12i3.2195

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Wiley/Blackwell. https://doi.org/10.1002/9781444305159

Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 105–128). American Psychological Association.

Ford, T., Lipson, J., & Miller, L. (2023). Spiritually grounded character: A latent profile analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 1061416. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1061416

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218

Heintz, S., & Ruch, W. (2022). Cross-sectional age differences in 24 character strengths: Five meta-analyses from early adolescence to late adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 17(3), 356–374. https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1871938

Laptieva, H. (2025). Spiritual self-realisation of psychologists: Strong personality traits and developmental features. *Scientific Journal of Polonia University*, 70(3), 212–218. https://doi.org/10.23856/7027

Laptieva, H., & Vlasova, O. (2022). Psychological factors of spiritual development and self realization of psychology students. *Socialization & Human Development: International Scientific Journal*, 4(1), 44–59. https://doi.org/10.37096/SHDISJ-22-1.1-0004

Lyubomirsky, S. (2007). *The how of happiness: A new approach to getting the life you want*. Penguin Press.

Niemiec, R. M., Russo-Netzer, P., & Pargament, K. I. (2020). The decoding of the human spirit: A synergy of spirituality and character strengths toward wholeness. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 2040. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02040

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press; American Psychological Association.

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Sisk, D. A. (2015). Spiritual intelligence: Developing higher consciousness revisited. *Gifted Education International*, 32(3), 194–208. https://doi.org/10.1177/0261429415602567

Snyder, C. R. (2002). Target article: Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249–275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01

References

Chérif, L., Niemiec, R., & Wood, V. (2022). Character strengths and inner peace. *International Journal of Wellbeing*, 12(3), 16–34. https://doi.org/10.5502/ijw.v12i3.2195

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper.

Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542

Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. Wiley/Blackwell. https://doi.org/10.1002/9781444305159

Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 105–128). American Psychological Association.

Ford, T., Lipson, J., & Miller, L. (2023). Spiritually grounded character: A latent profile analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 1061416. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1061416

Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218

Heintz, S., & Ruch, W. (2022). Cross-sectional age differences in 24 character strengths: Five meta-analyses from early adolescence to late adulthood. *The Journal of Positive Psychology*, 17(3), 356–374. https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1871938

Karskanova, S. V. (2011). Questionnaire "Scales of psychological well-being" by C. Ryff: Process and results of adaptation. *Applied Psychology and Social Work*, 1, 1–10 [in Ukrainian].

Laptieva, H. (2025). Spiritual self-realisation of psychologists: Strong personality traits and developmental features. *Scientific Journal of Polonia University*, 70(3), 212–218. https://doi.org/10.23856/7027

Laptieva, H., & Vlasova, O. (2022). Psychological factors of spiritual development and self realization of psychology students. *Socialization & Human Development: International Scientific Journal*, 4(1), 44–59. https://doi.org/10.37096/SHDISJ-22-1.1-0004

Lyubomirsky, S. (2007). *The how of happiness: A new approach to getting the life you want*. Penguin Press.

Niemiec, R. M., Russo-Netzer, P., & Pargament, K. I. (2020). The decoding of the human spirit: A synergy of spirituality and character strengths toward wholeness. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 2040. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02040

Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press; American Psychological Association.

Pomytkin, E., & Pomytkina, L. (2021). Dukhovne probudzhennia yak vershynna potreba osobystosti [Spiritual awakening as a peak need of a personality]. *Dukhovnist Osobystosti: Metodolohiia, Teoriia i Praktyka*, 1(2), 137–148 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.33216/2220-6310-2021-101-2_1-137-148

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.

Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.

Serdiuk, L. Z., Danyliuk, I. V., Turban, V. V., Penkova, O. I., & Volodarska, N. D. (2021Self-determination of psychological well-being of personality (L. Z. Serdiuk, Ed.). Viktoria Kundelska Publisher [in Ukrainian].

Sisk, D. A. (2015). Spiritual intelligence: Developing higher consciousness revisited. *Gifted Education International*, 32(3), 194–208. https://doi.org/10.1177/0261429415602567

Snyder, C. R. (2002). Target article: Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249–275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01

Vlasova, O., & Kovalenko, V. (2024). The relationship between attachment type and signature character strengths of young Ukrainian women. *Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. Social Work,* 1(9) [in Ukrainian]. https://doi.org/10.17721/ 2616-7786.2023/9-1/8

Отримано редакцією журналу / Received: 25.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Olena VLASOVA, DSc (Psychol.), Prof.
ORCID ID: 0000-0002-9894-0038
e-mail: olenavlasova@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Halyna LAPTIEVA, Master of Arts, Assist.
ORCID ID: 0000-0002-5045-6909
e-mail: halyna.laptieva@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

FACTORS OF SPIRITUAL SELF-REALIZATION OF FUTURE PSYCHOLOGISTS

Background. ***The study of factors of spiritual self-realization of future psychologists is important for understanding external and internal resources that can enhance the level of spiritual self-realization and reflect the positive potential of the individual. The purpose of the work is to empirically identify factors that determine the features of spiritual self-realization of future psychologists.***

Methods. ***The work uses a complex of psychodiagnostic methods: tools for assessing socio-demographic characteristics; "Questionnaire for studying the process of spiritual self-realization of student youth" (E. Pomytkin); Methodology "Spiritual potential of the individual" (E. Pomytkin); "Test of meaning-life orientations" (S. Maddi); "Test of emotional intelligence" (N. Hall); Questionnaire "Psychological Well-Being Scale" (K. Ryff, adaptation of S. Karskanova); "Questionnaire of the Type of Orientation of the Personality of a Practical Psychologist" (T. Danilova), Questionnaire "Values in Action Inventory of Strengths" (C. Peterson, M. Seligman, adaptation of O. Vlasova, H. Laptieva) and "Dispositional Hope Scale" (C. Snyder, adaptation of O. Vlasova, H. Laptieva). For statistical processing, Pearson's correlation analysis, χ^2 criterion and multiple regression were used.***

The empirical base of the study was 217 people aged 16 to 25 years. The sample was formed from students of the specialty "Psychology" and "Practical Psychology" studying in higher education institutions in the cities of Kyiv and Ternopil.

Results. ***A statistically significant relationship was found between age and the level of spiritual self-realization of future psychologists ($\chi^2 = 217.550$, $p < 0.001$), as well as between the specialty/conditions of educational and professional socialization ($\chi^2 = 54.083$, $p < 0.001$), which are socio-demographic factors. Spiritual self-realization is influenced by semantic factors: the fact of reflection on spiritual activity ($\chi^2 = 107.879$, $p < 0.001$), the state of its implementation ($\chi^2 = 45.714$, $p < 0.005$) and the directions of spiritually-oriented activity ($\chi^2 = 223.619$, $p < 0.001$). Among the value factors, the following were identified: hope (0,360), resourcefulness (0,284), justice (0,277) and love of knowledge (0,193). In general, value factors explain 59% of the variability in spiritual self-realization of future psychologists.***

Conclusions. ***The paper justifies the need for the systematic integration of spiritual and values-based competence into the educational process by developing and implementing a program of psychological and pedagogical support aimed at fostering meaningful resources and strong character traits in future professionals.***

Keywords: ***spiritual self-realization, strengths, strong character traits, socio-demographic factors, semantic factors, value factors, future psychologists.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори використовували GPT-5.4 для пошуку наукових джерел. Після використання цього інструмента автори перевірили та проаналізували запропоновані джерела.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies During the preparation of this work, the authors used GPT-5.4 to search for scientific literature. Following the use of this tool, the authors reviewed, verified, and analyzed the suggested sources.

Етична декларація. Дослідження схвалено Етичною комісією ГО "Українська асоціація психології освіти та розвитку" (протокол № 1 від 30.04.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement The study was approved by the Ethics Committee of the Public Organization "Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology" (Protocol № 1 dated April 30, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.923.2:159.923.33
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).4

Ксенія ГРУЗИНОВА, д-р філософії, асист.
ORCID ID: 0000-0002-7800-1375
e-mail: kseniyagruzinova@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПІДХОДІВ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ФЕНОМЕНУ ЛИЦЕМІРСТВА

В с т у п . *Феномен лицемірства є багатовимірним психологічним явищем, яке активно досліджується в сучасній науці, однак не отримало єдиного узгодженого визначення й потребує подальшого комплексного теоретичного осмислення. Метою було виділення та теоретичний аналіз основних підходів до визначення феномену лицемірства в психології.*

М е т о д и . *У дослідженні використано теоретичні методи: аналіз, узагальнення та систематизацію наукових досліджень з проблеми лицемірства; порівняльний аналіз підходів до його розуміння; концептуальне моделювання структури феномену в контексті індивідуального світогляду.*

Р е з у л ь т а т и . *Проаналізовано основні підходи до трактування феномену лицемірства в сучасному науковому дискурсі. Розкрито суть ключових компонентів лицемірної поведінки: неузгодженість між словами (позицією) і подальшою поведінкою, наявність мотивації отримання особистої вигоди від лицемірної поведінки, почуття переваги і наявність системи подвійних стандартів – для себе та інших. Описано деякі критерії розрізнення лицемірної поведінки: наявність наміру обдурити оточення, слабкість волі та ймовірність самообману з боку суб'єкта, прояви більшої критичності при оцінці чужих вчинків та засудження інших за порушення норм, критерій післядії лицемірства (чи було нанесено шкоду оточенню тощо). Встановлено, що лицемірство може виконувати адаптивну функцію, зокрема як механізм підтримки позитивного Я-образу та соціального статусу.*

Запропоновано авторське бачення лицемірства крізь призму структурних компонентів індивідуального світогляду особистості – світопереконання, світоцінності та світоставлення. Визначено ключові елементи, задіяні в динаміці лицемірної поведінки: когнітивний (наявність переконань, суперечливість позицій), емоційно-ціннісний (переживання та оцінка), поведінковий (сам вчинок лицемірства, невідповідність між словами і діями).

В и с н о в к и . *Лицемірство є полікомпонентним психологічним феноменом, що виникає внаслідок невідповідності між постульованими переконаннями, позиціями та поведінкою особистості. Лицемірна поведінка може виступати не лише як прояв моральної суперечливості, але й як механізм регуляції самооцінки та соціальної взаємодії.*

К л ю ч о в і с л о в а : *лицемірство, моральна поведінка, світогляд, Я-образ, подвійні стандарти, соціальна взаємодія.*

Вступ

Сам феномен, а також особливості прояву лицемірства як психологічного явища недостатньо досліджені й навіть не були до кінця визначені на теоретичному рівні. Однак актуальність таких досліджень видається незаперечною: такі явища, як когнітивний дисонанс, більшою мірою апелюють до сфери когніцій, тоді як лицемірство має передбачати також неузгодженість на рівні моральних переконань і цінностей, зумовлюючи загальну організацію особистості та її світогляду. Окрім цього, визначення лицемірства як явища, протилежного цілісності, особистісній узгодженості, може бути корисним у контексті розуміння благополуччя і психологічного здоров'я. У такому випадку відсутність лицемірства можливо розглядати як маркер цілісної конгруентної благополучної особистості.

Метою цієї статті є здійснення аналізу теоретичних та емпіричних досліджень феномену лицемірства та узагальнення основних підходів до визначення лицемірства в психології.

Огляд літератури. Теоретичний аналіз доцільно розпочати зі спроби визначення лицемірства як психологічної категорії. У філософсько-етичному дискурсі найбільш загальне визначення поняття "лицемірство" передбачає невідповідність реальної поведінки висловленій раніше позиції, оголошеним переконанням і цінностям особистості. Також підкреслюється опозиція лицемірства і таких особистісних якостей, як щирість та чесність. Тобто "лицемірством" прийнято називати таку стратегію дій, за якої людина усвідомлено приховує істинні мотиви своїх вчинків (Тофтул, 2014).

У психологічному дискурсі аналіз літературних джерел дозволяє констатувати, що дефініція "лицемірство" не отримала єдиного узгодженого чіткого визначення. Більшість джерел визначають лицемірство як таку стратегію поведінки, за якої суб'єкт декларує високі моральні стандарти, але не дотримується їх у власній поведінці. Моральна лицемірність розглядається як багатокомпонентний конструкт, який включає: дихотомію стандартів і моральних норм або наявність дуальної моделі моральних суджень (відмінність стандартів для себе та інших, причому люди більш суворі в оцінці порушення норм з боку оточення порівняно з оцінкою власних ідентичних дій) (Valdesolo, & DeSteno, 2007); неузгодженість між мотивом та дією (вербально індивід маніфестує високі моральні стандарти, але в реальній поведінці він робить вибір на користь своїх егоїстичних інтересів); намагання створити позитивний моральний образ себе в очах оточення (незважаючи на реальну аморальну поведінку) (Gu, 2023; Batson, 2008).

Також лицемірство проявляється в умовах інтрагрупової лояльності, коли при оцінці вчинків членів власної групи люди схильні виявляти більшу поблажливість, ніж при оцінці аналогічних дій членів сторонніх груп. Але цей феномен проявляється за умови повноцінної ідентифікації індивіда із групою (Robertson, Akles, & Van Bavel, 2024; Zhang, et al., 2020). З іншого боку, зміна моральних позицій лідерами (особливо – політичними лідерами), які не виконують свої попередньо продекламовані зобов'язання, суворо засуджується як прояв лицемірства, оскільки, згідно із переконанням пересічних людей, моральні погляди повинні бути стабільними та не змінюватися залежно від нових обставин (Kreps, Laurin, & Merritt, 2017). Частоту зміни моральних позицій при отриманні владного положення лідерами можна пояснити тим, що відчуття влади значно підвищує моральну лицемірність. Отримуючи владне положення, людина виявляє схильність жорсткіше оцінювати порушення моралі

© Грузинова Ксенія, 2026

ISSN 1728-3817

з боку інших за одночасного виправдання власних аналогічних вчинків (Lammers, Stapel, & Galinsky, 2010).

Сучасні дослідження також дозволяють пояснити, як завдяки механізмам "мотивованого контрфактичного мислення" та "морального очищення" індивід виявляє здатність уникнути або нівелювати когнітивний дисонанс при реалізації лицемірної поведінки. Контрфактичне мислення передбачає порівняння реальності з уявними альтернативами (що могло б бути) з метою виправдання власних лицемірних дій і переконань (Effron, Epstude, & Roese, 2024). Моральне ж очищення передбачає реалізацію людиною добрих справ, моральних вчинків, благодійності заради самовиправдання публічного лицемірства (O'Connor, Effron, & Lucas, 2020).

На особистісному рівні було підтверджено кореляцію темних рис та лицемірства. Такі темні риси особистості, як макіавеллізм, психопатія та нарцисизм, значною мірою пов'язані із проявом міжособистісного та внутрішньоособистісного лицемірства. Опосередковуючим чинником між темними рисами особистості та лицемірством є моральна ізоляція (Yu, & Zhang, 2024).

Методи

Було застосовано такі методи дослідження, як аналіз наукових джерел, присвячених явищу лицемірства в рамках психології, філософії та соціальних наук; узагальнення психологічних даних з теми зазначеного дослідження й систематизація основних ідей у рамках різних підходів до визначення досліджуваного феномену.

Результати

Умовно можна виділити деякі з підходів трактування лицемірства як психологічного явища. Ці підходи часто не суперечать один одному, однак ставлять різні акценти при дослідженні лицемірства.

1. • Лицемірство розглядається як ***поведінкова та оцінна невідповідність***, тобто як розходження між словами, позицією та реальними діями (та їх принципова невідповідність одне одному). Зазначається, що саме таке розуміння лицемірства найбільш наближене до побутового пояснення цього поняття. Відповідно до такого психологічного трактування при реалізації лицемірної поведінки певний індивід прикидається, що вірить у щось, що є протилежним до його реальних вчинків або слів в інший час. Поведінкове вираження лицемірства тут передбачає дві складові: попередній акт проголошення певної позиції, обіцянки, моральних правил або принципів, і подальший акт недотримання цих принципів і слів у своїй поведінці. Окрім власне поведінкової складової, лицемірство в межах цього підходу обов'язково включає ***наявність особистого інтересу і вигоди*** з боку актора. Тобто суперечність між поведінкою індивіда та проголошеними ним принципами пояснюється просуванням власних інтересів, намаганням отримати незаслужену моральну вигоду (Effron, O'Connor, Leroy, & Lucas, 2018). Саме наявність особистої вигоди слід вважати критерієм розрізнення лицемірства й інших психологічних явищ (Alicke, Gordon, & Rose, 2013).

Цей фундаментальний підхід через поєднання філософської логіки з емпіричною психологією пропонує доволі комплексне визначення морального лицемірства з виділенням його компонентів і критичним осмисленням ряду критеріїв лицемірства. Автори підходу пропонують таку структуру компонентів лицемірства (Alicke, Gordon, & Rose, 2013):

• Фундаментальною основою лицемірства є наявність ***непослідовності***, суперечності між постульованими принципами (переконаннями, позиціями, ідеалами) і реальною поведінкою.

• Наявність ***особистого інтересу*** для суб'єкта від непослідовності принципів і поведінки становить мотиваційний компонент лицемірства. Так, лицемірна поведінка, вигідна індивіду, дозволяє просувати його інтереси (Effron, O'Connor, Leroy, & Lucas, 2018).

• Переживання "вищості", "переваги", зверхності, яка проявляється в наявності ***подвійних стандартів***, переконанні лицеміра в тому, що необхідність дотримання норм і принципів, які він постулює, поширюється на інших людей, але не на нього самого.

Також коротко опишемо ймовірні критерії відмінностей лицемірної поведінки і нелицемірної невідповідності принципів та поведінки (Alicke, Gordon, & Rose, 2013):

1) Наявність наміру ввести в оману, обманути. Емпірично було доведено, що на буденному рівні розуміння лицемірства наявність цього наміру не є обов'язковим критерієм лицемірства, тоді як у філософському дискурсі він є значущим.

2) Слабкість волі. Варто окремо підкреслити, що в цьому підході розглядається можливість порушення власних принципів та норм через слабкість волі або під впливом ситуативних факторів і це не слід вважати проявом лицемірства – за умови, якщо таке порушення було "одноразовим". Однак, коли така поведінка повторюється або якщо соціальна роль актора вимагає суворої відповідності нормам (наприклад, священник, вчитель, лікар, політик), то вона вже визнається проявом лицемірства.

3) Критерій самообману при визначенні лицемірства також є контекстуальним: іноді щира переконаність суб'єкта в тому, що він дотримується певних принципів (у реальності порушуючи їх), може бути пом'якшувальним фактором. Але коли самообман поєднується з поведінкою активного засудження і звинувачення інших у порушенні цих принципів, це вже сприймається як лицемірство.

4) Прояви критичності й засудження інших за порушення норм. Так, лицемірною вважається поведінка, коли актор не тільки порушує попередньо маніфестовані ним норми і принципи, але й агресивно звинувачує оточення в невідповідності цим нормам.

5) Результат або післядія лицемірної поведінки. Слід зазначити, що навіть позитивні наслідки дій можуть не позбавити суб'єкта від звинувачень у лицемірстві. Винятком можуть бути ситуації, коли лицемірна поведінка була реалізована в інтересах близьких.

2. Згідно із другим підходом, феномен лицемірства пояснюють ***наявністю подвійних стандартів та фундаментальних упереджень особистості***. Порівняно з попереднім підходом основний акцент тут зсувається з поведінкової складової лицемірства на оцінний (як індивід оцінює себе порівняно з іншими). Лицемірство інтерпретується як психологічний феномен, за якого власні моральні порушення оцінюються як менш осудні або більш "справедливі", ніж аналогічні дії, вчинені іншими людьми. Лицемірство також розглядається як форма вираження фундаментального упередження, коли суб'єкт має подвійні стандарти при оцінці власних дій та поведінки інших людей, водночас застосовуючи більш суворі стандарти до оточення, ніж до самого себе. Відносно себе невідповідність проголошених принципів і реальної поведінки знаходить певне виправдання, раціональне пояснення, тоді як подібна невідповідність у інших може викликати безапеляційний осуд. Слід визнати, що такий підхід ніяк не суперечить наявності "відчуття вищості", зверхності як одного з компонентів лицемірства (Valdesolo, & DeSteno, 2008; Gu, 2023).

3. Третій підхід визначає лицемірство як негативну моральну якість, вияв якої спрямований на фальсифікацію намірів, тобто прикриття справжніх мотивів та інтенцій з метою отримання особистої вигоди. Лицемірство в цьому випадку розглядається як суто маніпулятивна стратегія, при застосуванні якої лицемір використовує "маску" доброчесності, приховуючи справжні мотиви, думки і переживання задля досягнення егоїстичних або відверто зловмисних цілей (Monin, & Merritt, 2012). Людина, що діє лицемірно, може мати бажання виглядати моральною на публіці (мотив самопіднесення), але не відчуває щирого бажання справді відповідати моральним принципам (Dong, van Prooijen, & van Lange, 2019). Хоча лицемірство й розглядається як властивість особистості, вона завжди має поведінковий прояв через нещирість у спілкуванні та діях. Інтереси і благополуччя інших людей при реалізації цієї маніпулятивної поведінки не враховуються (Кондрук, 2018).

4. Окремий інтерес становить підхід, який виділяє феномен **"*епістемічного лицемірства*"**. Епістемічне лицемірство передбачає наявність таких елементів: 1) факт недотримання суб'єктом лицемірної поведінки певної норми або морального принципу; 2) відсутність почуття провини та відмова від критики; 3) факт звинувачення суб'єктом лицемірної поведінки іншої особи в порушенні тієї ж норми за аналогічних обставин. Наявність усіх трьох компонентів трактується як порушення епістемічної норми послідовності, оскільки лицемір звинувачує інших у недотриманні тих норм, яких він і сам не вважає за потрібне дотримуватися (Cunningham, 2025).

Особливо автори цього підходу акцентують увагу на ролі поваги при виникненні епістемічного лицемірства. Відсутність поваги до певної норми виникає лише тоді, коли людина, порушуючи цю норму, одночасно відмовляється визнавати власну провину; натомість, якщо суб'єкт після порушення певної норми або морального принципу спокутував або принаймні визнав свою провину, тим самим він підтверджує відданість відповідній нормі (Friedman, 2013). Через спокуту і визнання недотримання певної норми людина підтверджує власну суб'єктність як носія моралі й відповідального діяча. Таким чином, у випадку здійснення епістемічного лицемірства суб'єкт проявляє неповагу до моральних норм, оскільки не просто порушує проголошену норму й вимагає її дотримання від інших, але й заперечує будь-яку провину зі свого боку через порушення цього морального принципу або норми.

Прибічники зазначеного підходу також зауважують, що лицемірство слід розглядати не лише як моральну ваду й непослідовність заявлених переконань і дій, але і як форму епістемічної несправедливості стосовно оточення (Carey, 2024). Так, лицемірство визначається як певна "вистава", у якій суб'єкт удає дотримання моральних стандартів, за реального їх недотримання, з метою отримання соціальних переваг або як прояв "захисного лицемірства" – з метою уникнення соціального осуду. Окрім самого акту лицемірної поведінки, ми можемо констатувати "післядію" лицемірства – вплив на сприйняття оточенням особливостей дотримання моральних норм. Подібна позиція передбачає інтеграцію теорії лицемірства з концепцією епістемічної несправедливості Міранди Фрікер. Епістемічна несправедливість лицемірства проявляється в двох аспектах:

1) лицемірство призводить до викривлення вимогливості (лицемірна поведінка вводить в оману щодо того, наскільки важко дотримуватися певних моральних норм і принципів). Так, якщо індивід лицемірно вдає, що легко дотримується у власній поведінці "високих" норм, інші можуть помилково вважати, що відповідність поведінки цим нормам є обов'язковою, а їх особисті складності з відповідністю цим принципам і правилам є лише проявом слабкості волі;

2) лицемірство призводить до герменевтичної несправедливості, якщо людина втрачає здатність коректно інтерпретувати власний моральний досвід через хибні сигнали оточення. Наприклад, у індивіда може сформуватися хибний образ себе як не "високоморальної" (або навіть "морально неповноцінної") особи, не усвідомлюючи, що оточення часто лише лицемірно удає "праведність", не підтверджуючи свою моральність у реальній поведінці (Fricker, 2007).

5. Наступним є економіко-психологічний підхід, який визначає лицемірство як стратегічне маскування з метою збереження ***рівноваги в соціальних взаємодіях***. Лицемірство виникає в ситуаціях, коли індивіди вдають свою повну відповідність прийнятим соціальним нормам та образу "шановного" члена соціуму, маскуючи власну реальну невідповідність цим нормам заради отримання ***соціальної поваги***. Прикладом є цілий ряд соціальних аномалій: священники-педофіли, феміністи, що чинять сексуальні злочини тощо (Hallman, & Spiro, 2023).

Сам феномен лицемірства розглядається не як відхилення від "норми", а як механізм збереження позитивної Я-концепції та соціального статусу в групі. Моральна поведінка часто мотивована не світоглядними переконаннями й цінностями особистості, а необхідністю підтримки позитивного морального Я-образу. Лицемірство тоді може розглядатися як прояв потреби в позитивній самооцінці і механізм захисту Я-образу (Laurent, Lönnqvist, & Ruttan, 2014). За умови ж наявності самообману суб'єкт навіть не буде відчувати провини від власного прояву лицемірства (Batson, 2008).

Цінність цього підходу полягає у врахуванні того, що іноді нещира поведінка може узгоджуватися з комунікативними нормами й навіть вважатися соціально схвальним проявом толерантності. В деяких ситуаціях висловлювання, протилежне реальним думкам, може бути спрямоване на підтримку іншої людини або уникнення соціального дискомфорту у спілкуванні (наприклад, коли суб'єкт запевняє знайому людину, що вона чудово виглядає, тоді як насправді про себе відзначає її хворобливий вигляд). Навіть більше – часто прояв абсолютної щирості, прямого висловлення думок і позицій може розглядатися соціумом як форма соціальної дезадаптації особистості.

Також було встановлено, що в деяких умовах лицемірство може не руйнувати довіру оточення, як би парадоксально це не було. Так, за умови отримання певним індивідом матеріальної вигоди від лицемірних вчинків іншої людини, він не тільки буде виправдовувати дії цієї людини, але й демонструватиме високий рівень довіри до лицеміра. В цій ситуації оцінка чужих аморальних дій опосередковуються позитивною афективною реакцією (бо лицемірні дії іншого принесли користь), що призводить до "відбілювання" морального образу лицеміра (Bocian, Baryla, & Wojciszke, 2016). "Легітимізувати" подальшу неморальну поведінку може попередня високоморальна поведінка. Тобто суб'єкти, які попередньо сформували позитивний моральний Я-образ і публічний образ себе як доброчесної людини, можуть бути деякою мірою виправдані за подальші лицемірні або егоїстичні вчинки (Monin, & Miller, 2001).

6. Ще один підхід розглядає феномен лицемірства з позицій теорії "***незаслуженої моральної вигоди***".

ISSN 1728-3817

Лицемірство інтерпретується як спроба отримати "винагороду" за свої дії у вигляді соціальної або психологічної вигоди (підкріпити образ себе як доброчесної людини, "отримати" моральне право судити інших, заслужити довіру з боку оточення тощо), не сплачуючи при цьому реальної ціни у вигляді дотримання жорстких норм моральної поведінки. Навіть якщо людина таємно робить добрі вчинки (наприклад, є анонімним благодійником), це може вважатися лицемірством, якщо подібні добрі справи реалізуються заради втіхи власного его, почуття себе високоморальною людиною, кимось "кращим, ніж є насправді" (Effron, O'Connor, Leroy, & Lucas, 2018; Dong, 2021). Слід зауважити, що цей підхід ніяк не суперечить першому означеному нами погляду на визначення лицемірства, а скоріше є доповненням до нього.

Дискусія і висновки

У рамках цієї роботи представляємо також авторське бачення лицемірства в контексті концепції індивідуального світогляду особистості. Як ми вже визначали на основі наведених вище підходів і досліджень, лицемірство є складним психологічним феноменом, що включає переконання, цінності, мотиваційну складову, власне сам поведінковий акт, саме тому доцільно проаналізувати причини прояву лицемірства крізь призму структури світогляду "лицеміра".

У попередніх дослідженнях було визначено полікомпонентну структуру світогляду, яка включає три основні компоненти або рівні (Грузинова, 2024): світопереконання (представлене такими елементами, як уявлення, переконання,); світоцінність (включає цінності та ідеали особистості), світоставлення (передбачає сформовані ставлення і внаслідок цього наявність готовності до діяльності, реалізації вчинку).

Якщо розглядати лицемірство крізь призму індивідуального світогляду особистості, тоді лицемірство передбачатиме ряд елементів:

1. Наявність певного переконання або позиції, яка усвідомлюється самою особистістю, а також була раніше представлена оточенню (наприклад, людина сама публічно висловлювала прихильність певним принципам або цінностям). Інша ситуація – існування двох або більше антагоністичних переконань або відсутність світоглядної стійкості, внаслідок чого динаміка переконань і цінностей особистості є занадто лабільною та залежною від ряду чинників, у тому числі – зовнішнього впливу з боку значущих інших, авторитетів, слабкості волі тощо. Ймовірною є також інша ситуація: заявлена позиція ніколи не відповідала реальним світоглядним переконанням особистості (маніпулятивна поведінка із самого початку).

2. Емоційно-ціннісне переживання власного лицемірства особистістю; відмінності оцінки себе порівняно з оцінкою іншого (внаслідок існування системи подвійних стандартів). Значущість цього елемента лицемірства була позначена в ряді досліджень як наявність подвійних стандартів при оцінці себе порівняно з іншими. Лицемірна поведінка інших на емоційно-ціннісному рівні поєднана з осудом, тоді як власне лицемірство виправдовується (Valdesolo, & DeSteno, 2008; Gu, 2023).

3. Власне сам вчинок лицемірства – реалізація розбіжності між переконаннями, позиціями, словами і діями. Окрім того, за умови усвідомлення людиною власної поведінки як лицемірної, вчинок лицемірства є формою вияву світоставлення, за якого виражається допустимість невідповідності між переконаннями, висловленими позиціями та діями з боку певної особистості до оточення. Основним мотивом суперечності переконань і реальних вчинків є отримання особистої вигоди. Ключова роль поведінкового (або вчинкового) елементу лицемірства описана в більшості досліджень лицемірної поведінки (Alicke, Gordon, & Rose, 2013; Cunningham, 2025; Carey, 2024).

Додатково можна виділити компонент післядії лицемірної поведінки – через зміну ставлення оточення до самого лицеміра, через зміну самоставленння та оцінки моральності своєї поведінки (Fricker, 2007) або до переоцінки самих норм моралі.

Схематично феномен лицемірства тоді виглядатиме таким чином (рис. 1).



Рис. 1. Психологічна динаміка лицемірної поведінки

Окрім зазначених структурних компонент, індивідуальний світогляд характеризується за параметрами його цілісності і пластичності. Водночас цілісність світогляду може включати існування множинних картин світу, якщо вони є взаємоузгодженими й не порушують загальну гармонійність елементів світогляду – переконань і позицій у різних сферах життєдіяльності. З іншого боку, світоглядний конфлікт і когнітивний дисонанс можуть порушувати світоглядну цілісність. Ця характеристика світогляду важлива для аналізу феномену лицемірства, оскільки за умови узгодженості переконань, позицій і вчинків виключається сама можливість лицемірства; проте визначення лицемірства в різних підходах передбачає наявність суперечності між висловленими позиціями і реальними діями. Тобто лицемірна поведінка стає можливою в кількох ситуаціях:

1) якщо існує розбіжність між світоглядом і втіленням світоглядних позицій у поведінці (людина щиро вірила в істинність певної позиції, однак під впливом контекстуальних чинників або слабкості волі проявила поведінку, яка не відповідає заявленим переконанням);

2) коли людина реалізує відверто маніпулятивну поведінку при заяві хибних переконань і позицій, які насправді не відповідають світогляду лицеміра (із самого початку актор свідомо вводить оточення в оману стосовно своїх переконань і мотивації власних дій); означена

ситуація доволі точно збігається з визначенням лицемірства як суто маніпулятивної стратегії, спрямованої на отримання особистої вигоди (Кондрук, 2018);

3) у ситуації самообману, коли суб'єкт не усвідомлює суперечність між своїми словами і діями, що є очевидним для соціального оточення;

4) за умови наявності подвійних стандартів, коли апріорі у світогляді особистості співіснують різні системи переконань, цінностей і принципів – "для себе" і "для інших".

З іншого боку, навіть цілісній світогляд за умови своєї ригідності втрачатиме стійкість до внутрішньої несуперечності через відсутність здатності до постійного розвитку внаслідок отримання життєвого досвіду. Водночас прояв світоглядної пластичності не обов'язково призводитиме до поведінки, яка може бути маркована як "лицемірна", як зрада своїх попередніх переконань. Пластичність реалізується не тільки через зміну світоглядних позицій унаслідок отримання нового досвіду, але й через переоцінку певних позицій, надання нового значення і місця в індивідуальній світоглядній ієрархії певним переконанням (Гуляєва, 2017). У цьому випадку актором буде чесно визнано факт недотримання старих принципів і пояснено невідповідність попередніх висловлювань і дій щирою зміною позиції.

Таким чином, ключовим критерієм лицемірства як психологічного явища є факт невідповідності. Залежно від підходу це може бути невідповідність: між словами та діями; оцінкою себе і власної поведінки порівняно з оцінкою іншого; світоглядна невідповідність між переконаннями і стандартами, нормами. Позиції науковців з приводу обов'язкової наявності усвідомленості, цілеспрямованої інтенції при лицемірній поведінці різняться: одні виділяють свідомий намір обманути як важливий елемент лицемірства, тоді як інші підкреслюють роль самообману, коли лицемір щиро переконаний у власній правдивості. Функціональне призначення лицемірної поведінки в основному полягає в отриманні вигоди (матеріальної вигоди, соціального визнання тощо) без витрат на дійсне неухильне дотримання норм і моральних стандартів у своєму житті. Можна підсумувати, що лицемірство як психологічний феномен не пояснюється лише браком моралі, а часто розглядається як стратегія уникнення соціального осуду, збереження соціального статусу і підтримки позитивного Я-образу через викривлення механізмів сприйняття та моральної оцінки себе і оточення.

Джерела фінансування. Автор заявляє про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Грузинова, К. М. (2024). Індивідуальний світогляд як чинник психологічного благополуччя особистості. *Габітус*, 68, 124–130. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.68.21

Гуляєва, А. С. (2017). Роль системи переконань у житті особистості. *Проблеми сучасної психології*, 36, 31–40.

Кондрук, А. Ю. (2018). Поняття "нещирість" та "лицемірство". *Наукові записки Острозької академії,* 4(72), 120–123.

Тофтул, М. Г. (2014). *Сучасний словник з етики.* ЖДУ ім. І. Франка.

Alicke, M. D., & Davis, T. L. (1989). The role of a posteriori victim information in judgments of blame and sanction. *Journal of Experimental Social Psychology*, 25(4), 362–377. https://doi.org/10.1016/0022-1031(89)90028-0

Alicke, M., Gordon, E., & Rose, D. (2013). Hypocrisy: What counts? Philosophical Psychology, 26(5), 673–701. https://doi.org/10.1080/09515089.2012.677397

Batson, C. D. (2008). Moral hypocrisy: Appearing moral without being so. *Social Justice Research,* 21(2), 133–150. https://doi.org/10.1007/s11211-008-0068-8

Bocian, K., Baryla, W., & Wojciszke, B. (2016). When dishonesty leads to trust: Moral judgments biased by self-interest are truly believed. *Polish Psychological Bulletin,* 47(3), 366–372. https://doi.org/10.1515/ppb-2016-0043

Carey, B. (2024). Hypocrisy and epistemic injustice. *Ethical Theory and Moral Practice,* 27(3), 353–370. https://doi.org/10.1007/s10677-024-10442-3

Crockett, M. J., Kim, J. S., & Shin, Y. S. (2024). Intuitive theories and the cultural evolution of morality. *Current Directions in Psychological Science,* 33(4), 211–219. https://doi.org/10.1177/09637214241245412

Cunningham, A. (2025). Epistemically hypocritical blame. *Episteme*, 22, 541–559. https://doi.org/10.1017/epi.2024.12

Dong, M. (2021). *Understanding moral hypocrisy: Behavioral antecedents and social consequences* [Doctoral dissertation, Vrije Universiteit Amsterdam]. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0219382

Dong, M., van Prooijen, J.-W., & van Lange, P. A. M. (2019). Self-enhancement in moral hypocrisy: Moral superiority and moral identity are about better appearances. *PLoS ONE,* 14(7), e0219382. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0219382

Effron, D. A., Epstude, K., & Roese, N. J. (2024). Motivated counterfactual thinking and moral inconsistency. *Current Directions in Psychological Science,* 33(3), 146–152. https://doi.org/10.1177/09637214241242458

Effron, D. A., O'Connor, K., Leroy, H., & Lucas, B. J. (2018). From inconsistency to hypocrisy. *Research in Organizational Behavior*, 38, 61–75. https://doi.org/10.1016/j.riob.2018.10.003

Fricker, M. (2007). *Epistemic injustice: Power and the ethics of knowing.* Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198237907.001.0001

Friedman, M. (2013). How to blame people responsibly. The Journal of Value Inquiry, 47, 271–284. https://doi.org/10.1007/s10790-013-9377-x

Gu, D. (2023). Moral hypocrisy: The antecedents and outcomes. *Communications in Humanities Research,* 9(1), 51–57. https://doi.org/10.54254/2753-7064/9/20231110

Hallman, A., & Spiro, D. (2023). A theory of hypocrisy. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 211, 401–410. https://doi.org/10.1016/j.jebo.2023.05.007

Kreps, T. A., Laurin, K., & Merritt, A. C. (2017). Hypocritical flip-flop. *Journal of Personality and Social Psychology,* 113(5), 730–752. https://doi.org/10.1037/pspi0000103

Ladak, A., Loughnan, S., & Wilks, M. (2024). The moral psychology of artificial intelligence. *Current Directions in Psychological Science,* 33(1), 27–34. https://doi.org/10.1177/09637214231205866

Lammers, J., Stapel, D. A., & Galinsky, A. D. (2010). Power increases hypocrisy. *Psychological Science,* 21(5), 737–744. https://doi.org/10.1177/0956797610368810

Laurent, S. M., Lönnqvist, J.-E., & Ruttan, R. L. (2014). Moral hypocrisy and self-image maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology,* 107(4), 703–722.

Monin, B., & Merritt, A. (2012). Moral hypocrisy, moral inconsistency, and the struggle for moral integrity. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *The social psychology of morality: Exploring the causes of good and evil*, 167–184. https://doi.org/10.1037/13091-009

Monin, B., & Miller, D. T. (2001). Moral credentials and the expression of prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology,* 81(1), 33–43. https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.1.33

O'Connor, K., Effron, D. A., & Lucas, B. J. (2020). Moral cleansing as hypocrisy. *Journal of Personality and Social Psychology,* 119(3), 540–559. https://doi.org/10.1037/pspa0000195

Robertson, C. E., Akles, M., & Van Bavel, J. J. (2024). Preregistered replication and extension. *Psychological Science,* 35(7), 798–813. https://doi.org/10.1177/09567976241246552

Valdesolo, P., & DeSteno, D. (2007). Moral hypocrisy. *Psychological Science, 18*(8), 689–690. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01961.x

Valdesolo, P., & DeSteno, D. (2008). The duality of virtue. *Journal of Experimental Social Psychology,* 44(5), 1334–1338. https://doi.org/10.1016/j.jesp.2008.03.010

Yu, Y., & Zhang, Y. (2025). The relationship between dark personality traits and moral hypocrisy. *Psychology Research and Behavior Management*, 551–561. https://doi.org/10.2147/PRBM.S484993

Zhang, H., et al. (2020). Effects of in-group and out-group presence on moral hypocrisy. *Frontiers in Psychology*, 11, 551625. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.551625

References

Alicke, M. D., & Davis, T. L. (1989). The role of a posteriori victim information in judgments of blame and sanction. *Journal of Experimental Social Psychology*, 25(4), 362–377. https://doi.org/10.1016/0022-1031(89)90028-0

Alicke, M., Gordon, E., & Rose, D. (2013). Hypocrisy: What counts? Philosophical Psychology, 26(5), 673–701. https://doi.org/10.1080/09515089.2012.677397

Batson, C. D. (2008). Moral hypocrisy: Appearing moral without being so. *Social Justice Research, 21*(2), 133–150. https://doi.org/10.1007/s11211-008-0068-8

Bocian, K., Baryla, W., & Wojciszke, B. (2016). When dishonesty leads to trust: Moral judgments biased by self-interest are truly believed. *Polish Psychological Bulletin,* 47(3), 366–372. https://doi.org/10.1515/ppb-2016-0043

Carey, B. (2024). Hypocrisy and epistemic injustice. *Ethical Theory and Moral Practice, 27*(3), 353–370. https://doi.org/10.1007/s10677-024-10442-3

Crockett, M. J., Kim, J. S., & Shin, Y. S. (2024). Intuitive theories and the cultural evolution of morality. *Current Directions in Psychological Science,* 33(4), 211–219. https://doi.org/10.1177/09637214241245412

Cunningham, A. (2025). Epistemically hypocritical blame. *Episteme*, 22, 541–559. https://doi.org/10.1017/epi.2024.12

Dong, M. (2021). *Understanding moral hypocrisy: Behavioral antecedents and social consequences* [Doctoral dissertation, Vrije Universiteit Amsterdam]. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0219382

Dong, M., van Prooijen, J.-W., & van Lange, P. A. M. (2019). Self-enhancement in moral hypocrisy: Moral superiority and moral identity are about better appearances. *PLoS ONE,* 14(7), e0219382. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0219382

Effron, D. A., Epstude, K., & Roese, N. J. (2024). Motivated counterfactual thinking and moral inconsistency. *Current Directions in Psychological Science, 33*(3), 146–152. https://doi.org/10.1177/09637214241242458

Effron, D. A., O'Connor, K., Leroy, H., & Lucas, B. J. (2018). From inconsistency to hypocrisy. *Research in Organizational Behavior*, 38, 61–75. https://doi.org/10.1016/j.riob.2018.10.003

Fricker, M. (2007). *Epistemic injustice: Power and the ethics of knowing*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780198237907.001.0001

Friedman, M. (2013). How to blame people responsibly. The Journal of Value Inquiry, 47, 271–284. https://doi.org/10.1007/s10790-013-9377-x

Gu, D. (2023). Moral hypocrisy: The antecedents and outcomes. *Communications in Humanities Research,* 9(1), 51–57. https://doi.org/10.54254/2753-7064/9/20231110

Hallman, A., & Spiro, D. (2023). A theory of hypocrisy. *Journal of Economic Behavior & Organization*, 211, 401–410. https://doi.org/10.1016/j.jebo.2023.05.007

Hruzynova, K. M. (2024). Individual worldview as a factor of psychological well-being. Habitus, 68, 124–130 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.68.21

Huliaieva, A. S. (2017). The role of belief systems in a person's life. Problemy suchasnoi psykholohii, 36, 31–40 [in Ukrainian].

Kondruk, A. Yu. (2018). The concept of insincerity and hypocrisy in interpersonal communication. Scientific Notes of Ostroh Academy, 4(72), 120–123 [in Ukrainian].

Kreps, T. A., Laurin, K., & Merritt, A. C. (2017). Hypocritical flip-flop. *Journal of Personality and Social Psychology,* 113(5), 730–752. https://doi.org/10.1037/pspi0000103

Ladak, A., Loughnan, S., & Wilks, M. (2024). The moral psychology of artificial intelligence. *Current Directions in Psychological Science,* 33(1), 27–34. https://doi.org/10.1177/09637214231205866

Lammers, J., Stapel, D. A., & Galinsky, A. D. (2010). Power increases hypocrisy. *Psychological Science,* 21(5), 737–744. https://doi.org/10.1177/0956797610368810

Laurent, S. M., Lönnqvist, J.-E., & Ruttan, R. L. (2014). Moral hypocrisy and self-image maintenance. *Journal of Personality and Social Psychology,* 107(4), 703–722.

Monin, B., & Merritt, A. (2012). Moral hypocrisy, moral inconsistency, and the struggle for moral integrity. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *The social psychology of morality: Exploring the causes of good and evil*, 167–184. https://doi.org/10.1037/13091-009

Monin, B., & Miller, D. T. (2001). Moral credentials and the expression of prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology,* 81(1), 33–43. https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.1.33

O'Connor, K., Effron, D. A., & Lucas, B. J. (2020). Moral cleansing as hypocrisy. *Journal of Personality and Social Psychology,* 119(3), 540–559. https://doi.org/10.1037/pspa0000195

Robertson, C. E., Akles, M., & Van Bavel, J. J. (2024). Preregistered replication and extension. *Psychological Science,* 35(7), 798–813. https://doi.org/10.1177/09567976241246552

Toftul, M. H. (2014). Modern dictionary of ethics. Zhytomyr State University [in Ukrainian].

Valdesolo, P., & DeSteno, D. (2007). Moral hypocrisy. *Psychological Science, 18*(8), 689–690. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2007.01961.x

Valdesolo, P., & DeSteno, D. (2008). The duality of virtue. *Journal of Experimental Social Psychology,* 44(5), 1334–1338. https://doi.org/10.1016/j.jesp.2008.03.010

Yu, Y., & Zhang, Y. (2025). The relationship between dark personality traits and moral hypocrisy. *Psychology Research and Behavior Management*, 551–561. https://doi.org/10.2147/PRBM.S484993

Zhang, H., et al. (2020). Effects of in-group and out-group presence on moral hypocrisy. *Frontiers in Psychology*, 11, 551625. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.551625

Отримано редакцією журналу / Received: 25.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Kseniya GRUZYNOVA, PhD, Assist.
ORCID ID: 0000-0002-7800-1375
e-mail: kseniyagruzinova@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

THEORETICAL ANALYSIS OF APPROACHES TO DEFINING THE PHENOMENON OF HYPOCRISY

Background. ***The phenomenon of hypocrisy is a multidimensional psychological phenomenon that is actively studied in modern science, but has not received a single agreed definition and requires further comprehensive theoretical understanding. The aim was to identify and theoretically analyze the main approaches to defining the phenomenon of hypocrisy in psychology.***

Methods. ***The study used theoretical methods: analysis, generalization and systematization of scientific research on the problem of hypocrisy; comparative analysis of approaches to its understanding; conceptual modeling of the structure of the phenomenon in the context of an individual worldview.***

Results. ***The main approaches to interpreting the phenomenon of hypocrisy in modern scientific discourse were analyzed. The essence of the key components of hypocritical behavior is revealed: inconsistency between words (position) and subsequent behavior, the presence of motivation to obtain personal benefit from hypocritical behavior, a sense of superiority and the presence of a system of double standards - for oneself and others. Some criteria for distinguishing hypocritical behavior are described: the presence of an intention to deceive others, the likelihood of weak will and self-deception on the part of the subject, the manifestation of greater criticality in assessing other people's actions and condemning others for violating norms, the criterion of the aftereffects of hypocrisy (whether harm was caused to others, etc.). It is established that hypocrisy can perform an adaptive function, in particular as a mechanism for maintaining a positive self-image and social status.***

The author's vision of hypocrisy is proposed through the prism of the structural components of the individual worldview of the individual - world beliefs, world values, and worldview. The key elements involved in the dynamics of hypocritical behavior are identified: cognitive (the presence of beliefs, contradictory positions), emotional-value (experiences and evaluation), behavioral (the act of hypocrisy itself, inconsistency between words and actions).

Conclusions. ***Hypocrisy is a multicomponent psychological phenomenon that arises as a result of the discrepancy between the postulated beliefs, positions and behavior of the individual. Hypocritical behavior can act not only as a manifestation of moral inconsistency, but also as a mechanism for regulating self-esteem and social interaction.***

Keywords: ***hypocrisy, moral behavior, worldview, self-image, double standards, social interaction.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори використовували GPT-5.4 для пошуку наукових джерел. Після використання цього інструмента автори перевірили та проаналізували запропоновані джерела.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors used ChatGPT-5.4 to search for scientific literature. Following the use of this tool, the authors reviewed, verified, and analyzed the suggested sources.

Етична декларація. Дослідження є теоретичним аналізом відкритих джерел і не передбачає безпосередньої взаємодії з людьми чи тваринами. Відповідно, отримання спеціального етичного висновку для такого типу дослідження не потрібно.

Ethical Statement. This study is a theoretical analysis of public sources and does not involve direct interaction with humans or animals. Accordingly, formal ethical approval was not required for this type of research.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.9.072.5:316.485.26
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).5

Тата ДВОРЯКОВСЬКА, магістр
ORCID ID: 0009-0006-6241-055X
e-mail: tatadvoriakovska@gmail.com
Приватна психологічна практика, Київ, Україна

Олена САВЧЕНКО, д-р психол. наук, проф.
ORCID ID: 0000-0002-7069-7419
e-mail: elena.savchenko@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ОПИТУВАЛЬНИК "РЕТРОСПЕКТИВНА ОЦІНКА ПСИХОЛОГІЧНОГО НАСИЛЬСТВА В ДИТИНСТВІ" ТА "ШКАЛА ДОСВІДУ ПСИХОЛОГІЧНОГО НАСИЛЬСТВА В ДИТИНСТВІ": РЕЗУЛЬТАТИ РОЗРОБКИ

В с т у п . *Дослідження присвячене розробці нового психодіагностичного інструментарію для ретроспективної оцінки дитячого досвіду психологічного насильства. Актуальність роботи зумовлена методологічним дефіцитом сучасних українських і адаптованих іноземних інструментів. Мета дослідження полягає у розробці двох взаємодоповнювальних інструментів: для диференційованої оцінки джерел психологічного насильства та для швидкого скринінгу досвіду пережитого насильства.*

М е т о д и . *Висвітлено основні психометричні властивості двох методик: "Ретроспективна оцінка психологічного насильства в дитинстві" (РОПНД) та "Шкала досвіду психологічного насильства в дитинстві" (ШДПНД). Дослідження проводилося на вибірці 200 респондентів (20 учасників претестингу та 180 учасників основного дослідження). Статистична обробка даних здійснювалася у програмному середовищі Jamovi 2.7. Для оптимізації інструментів та перевірки їхньої структурної валідності застосовувалися експлораторний та конфірматорний факторні аналізи. Внутрішня узгодженість шкал перевірялася за допомогою коефіцієнтів альфа Кронбаха та омега Макдональда. Критеріальна валідність оцінювалася через процедуру однофакторного дисперсійного аналізу за непараметричним критерієм Краскела–Волліса.*

Р е з у л ь т а т и . *Визначено структуру двох нових інструментів. Методика "Ретроспективна оцінка психологічного насильства в дитинстві" продемонструвала двофакторну структуру ("Методи насильницького впливу у сім'ї" та "Методи насильницького впливу у соціумі"), що дозволяє оцінювати одночасно два джерела віктимізації респондентів (CFI=0,972, TLI=0,966, RMSEA=0,041). "Шкала досвіду психологічного насильства в дитинстві" була концептуалізована як однофакторний інструментарій для швидкого скринінгу частоти епізодів психологічного насильства в дитинстві (CFI=0,970, TLI=0,964, RMSEA=0,046). Обидва інструменти продемонстрували високі показники надійності (α та ω>0.80). Критеріальна валідність продемонструвала чутливість інструментів до вікових особливостей, складу батьківської родини, порушень когнітивної сфери, досвіду отримання психотерапевтичної допомоги та ін.*

В и с н о в к и . *Розроблені нові авторські інструменти (РОПНД та ШДПНД) спрямовані на ретроспективну оцінку психологічного насильства в дитинстві, можуть бути використані для диференційованої діагностики джерел абʼюзу та оперативного експрес-скринінгу частоти пережитих епізодів. Математико-статистична перевірка підтвердила високу надійність і валідність створених інструментів, що засвідчує їхній значний потенціал для практичного консультування дорослих та подальших наукових розвідок.*

К л ю ч о в і с л о в а : *психологічне насильство, дитяча травма, досвід психологічного насильства, віктимізація, негативні дитячі переживання, ретроспективна оцінка, психометрична валідизація, експрес-скринінг.*

Вступ

Психологічне насильство в міжособистісній взаємодії залишається одним із найменш концептуально опрацьованих і суспільно видимих феноменів. Ізоляція суспільства від розуміння суті, причин і форм прояву психологічного насильства призводить до знецінення його наслідків, які часто пов'язані зі зниженням психологічного благополуччя та порушеннями психічного здоров'я (Orellana et al., 2024) (Bellis et al., 2025). Значний вплив на "непомітність" проблеми психологічного насильства в Україні, як і в багатьох пострадянських країнах, мали радянська політика, культура та ідеологія: спадщина замовчування, "приватизація" насильства, патріархальні норми, відсутність знань про психологічну травму, колективна вивчена безпорадність. Брак інфраструктури допомоги й просвітницьких програм і досі негативно позначаються на тому, як тема репрезентується державними інституціями та медіа. Унаслідок цього психологічне насильство й надалі залишається для суспільства радше фоновою, ніж чітко окресленою проблемою.

Фокус цього дослідження спрямований на психологічне насильство, пережите в дитинстві. У дитячому віці такі впливи особливо значущі, оскільки відбуваються в умовах залежності від дорослих, які мали б забезпечити умови безпеки та захисту, своєрідну "буферну зону" для більш небезпечних форм взаємодії з іншими (Bronfenbrenner, 1994). Низка лонгітюдних і метааналітичних досліджень показує, що саме досвід психологічного/емоційного насильства й занедбання в дитинстві суттєво впливає на формування вразливості до певних розладів і самоушкоджувальної поведінки (Xiao et al., 2024; Serebriakova et al., 2025). Це підкреслює критичну важливість психологічної оцінки ретроспективного досвіду психологічного насильства в дитинстві, особливо в дорослих, які звертаються по психологічну допомогу.

Сучасні дослідження дитячої травми здебільшого спираються на ретроспективні самоопитувальники дорослих щодо пережитого в дитинстві насильства. Одним із найопрацьованіших прикладів є опитувальник "Childhood Trauma Questionnaire – Short Form" (CTQ-SF), у якому підшкали емоційного насильства та емоційного занедбання забезпечують методологічно вивірений, надійний і статистично підтверджений спосіб ретроспективного вимірювання психологічного насильства в дитинстві (Liebschutz

© Дворяковська Тата, Савченко Олена, 2026

ISSN 1728-3817

et al., 2018). Одним із найновіших інструментів є опитувальник "The Rating of Emotional Abuse in Childhood" (REACH),що пропонує деталізоване вимірювання емоційного насильства через шість груп батьківських дій і демонструє хороші психометричні показники на дорослих вибірках (Goodall, & Sawrikar, 2023). В україномовній модифікації анкети негативного дитячого досвіду (ACE) психологічне насильство не виокремлюється як самостійна шкала, а інтегрується в ширший блок негативних дитячих досвідів поруч з іншими формами жорстокого поводження та занедбання (Власова та ін., 2022). Україномовна версія анкети зберігає загальну логіку й структуру оригінального ACE-опитувальника, розробленого в рамках дослідження, що пов'язало дитячий досвід насильства й сімейної дисфункції з провідними причинами смертності в дорослому віці (Felitti et al., 1998).

Отже, в Україні нині використовуються модифікація ACE та перекладений варіант CTQ, однак спеціалізованих локальних шкал саме психологічного насильства, подібних до REACH, немає, що створює запит на розроблення нових авторських інструментів для ретроспективного вимірювання досвіду психологічного насильства в дитинстві.

Мета дослідження – розробка та валідизації нового психодіагностичного комплексу шкал для ретроспективної оцінки дитячого досвіду психологічного насильства. Дослідження спрямоване на створення двох взаємодоповнювальних інструментів: методики для диференційованої діагностики джерел психологічного аб'юзу (сімейна дисфункція та соціальна віктимізація) та оптимізованої одновимірної шкали для експрес-скринінгу частоти пережитого досвіду психологічного насильства.

Методи

Для перевірки психометричних показників розроблених методик було здійснено такі психометричні процедури: аналіз надійності-узгодженості складових окремих субшкал та шкал, валідності та дискримінативності окремих тверджень, експлораторний і конфірматорний факторні аналізи для перевірки структурної валідності, однофакторний дисперсійний аналіз за непараметричним критерієм Краскела–Волліса для перевірки критеріальної валідності, аналіз описових статистик та характеру розподілу даних. Всі розрахунки проводилися у пакеті Jamovi 2.7.

Результати

Робота над створенням методик відбувалася в кілька етапів. На першому етапі було проведено теоретичний аналіз українських і зарубіжних джерел щодо теми психологічного насильства: поняття, різновиди, методики. В українському дискурсі психологічне насильство досі розглядається фрагментарно – переважно як частина домашнього насильства (Кримінальний кодекс України, 2001) (Міністерство охорони здоров'я України [МОЗ], б. д.) (Центр громадського здоров'я МОЗ України [ЦГЗ], 2024). Такий односторонній підхід виключає з поля зору психологічне насильство в робочому, освітньому, онлайн-середовищі та інших формах стосунків. Міжнародний підхід часто зводить психологічне насильство до коерсивного контролю або пропонує термінологічну поліваріантність (*psychological / emotional / verbal abuse*) і приділяє недостатньо уваги до епізодичних актів (Day et al., 2025), (Lynch et al., 2025). Проведений аналіз дозволив запропонувати авторське визначення, яке виокремлює психологічне насильство як самостійний вид насильства і задає єдину рамку, що інтегрує три обов'язкові компоненти: механізм здійснення, мотиваційне ядро агресора та руйнівні наслідки. Також додатково введено поняття "ситуативного" та "системного" психологічного насильства, що дає змогу вирішити одразу два завдання. По-перше, це припиняє нормалізацію поодиноких насильницьких актів і визнає їх шкоду для психіки. По-друге, це дозволяє кваліфікувати системне психологічне насильство як явище підвищеної небезпеки, що потребує специфічних протоколів. Запропонована "Шкала досвіду психологічного насильства в дитинстві" дає можливість фіксувати частоту актів психологічного насильства та оцінювати доцільність подальшої діагностики його наслідків, зокрема комплексного ПТСР (кПТСР). Високі показники за цією шкалою свідчать про системний характер віктимізації, що є індикатором для впровадження протоколів для коморбідних розладів. Отже, психологічне насильство – вид насильства, який свідомо або несвідомо проявляється через насильницький психологічний вплив на емоційну, когнітивну та поведінкову сфери психіки людини з метою встановлення домінантної позиції, що призводить до психічних або психофізичних страждань особи, на яку спрямований такий вплив. Ситуативне психологічне насильство – різновид психологічного насильства, який проявляється через поодинокі чи нерегулярні акти насильницького психологічного впливу і зазвичай спричиняє психічні або психофізичні страждання в моменті або протягом відносно короткого часу. Системне психологічне насильство – різновид психологічного насильства, який реалізується через структуровано повторювані та взаємопов'язані акти психологічного впливу, інтегровані в усталений стиль взаємодії, з метою встановлення й підтримання стійкої домінантної позиції, що призводить до тривалих психічних або психофізичних страждань.

Основними завданнями наступного етапу дослідження було генерування тверджень та перевірка зрозумілості формулювань, усунення двозначних чи складних для сприйняття/розуміння пунктів. Попередні формулювання тверджень пройшли експертну оцінку філолога, а також процедуру претестінгу. У пілотній апробації взяли участь 20 респондентів, які надали відгуки як про методику загалом, так і про окремі її запитання. На основі отриманих коментарів було внесено незначні корективи у формулювання кількох пунктів. Проведений етап дав змогу підтвердити високу актуальність створеного інструментарію та його готовність до масштабного емпіричного застосування.

Етап онлайн-збирання відповідей за допомогою гугл-форми тривав із серпня по грудень 2025 р. На другому етапі дослідження вибірку становили 180 респондентів. Дослідження проводилося із суворим дотриманням етичних норм: участь була добровільною, а збір даних відбувався дистанційно із застосуванням виключно засобів психологічного оцінювання. Протокол дослідження та його відповідність етичним стандартам були схвалені Етичною комісією Українського психометричного товариства (УПМТ) (протокол № 02-2025 (доповнення) від 15.07.2025). Детальні соціально-демографічні характеристики вибірки наведено в табл. 1.

Аналіз соціально-демографічного профілю демонструє, що абсолютну більшість опитаних становлять жінки (91 %). Віковий розподіл вказує на домінування осіб активного працездатного віку: ядро вибірки формують респонденти віком від 25 до 54 років, серед яких найбільшою є група 35–44 роки (33 %). Досліджувана група характеризується високим рівнем освіченості – понад 77 % учасників мають ступінь магістра, науковий ступінь або кілька вищих освіт. Більшість респондентів перебувають в офіційному або цивільному шлюбі (72 %),

а також відзначають відносно високий рівень фінансового забезпечення (29 % мають дохід понад 50 000 грн, водночас чверть опитаних утрималася від відповіді). Щодо ретроспективних умов виховання, то 76 % учасників зростали в повних сім'ях. На момент проведення опитування більшість респондентів (79 %) проживали на території України, тоді як 18 % перебували за кордоном.

Таблиця 1

Соціально-демографічні характеристики вибірки (N=180)

Демографічна характеристика		Кількість	%
Вік	18–24	22	12,22
	25–34 роки	39	21,67
	35–44 роки	60	33,33
	45–54 роки	39	21,67
	55+ років	10	5,56
Біологічна стать	Жінка	163	90,56
	Чоловік	17	9,44
Сімейний стан	Одружений / заміжня	99	55,00
	У незареєстрованому шлюбі / тривалому партнерстві	31	17,22
	Не перебуваю в тривалих стосунках	31	17,22
	Втрата партнерства (розлучений/а, вдівець/вдова)	19	10,56
Рівень освіти	Середня	8	4,44
	Бакалавр	34	18,89
	Магістр / спеціаліст	74	41,11
	Декілька вищих освіт	54	30,00
	Кандидат наук / доктор філософії (PhD) / доктор наук	10	5,56
Структура батьківської сім'ї	Повна (мати й батько разом у шлюбі)	137	76,11
	Неповна (один із батьків)	33	18,33
	Повна, але один із батьків нерідний (вітчим / мачуха)	8	4,44
	Прийомна / опікунська	2	1,11
Середньомісячний особистий (після сплати податків)	До 10 000 грн	17	9,44
	10 001–20 000 грн	21	11,67
	20 001–30 000 грн	18	10,00
	30 001–50 000 грн	28	15,56
	50 001 грн і більше	52	28,89
	Не хочу повідомляти	44	24,44
Місцезнаходження	На території України	142	78,89
	За кордоном	32	17,78
	Утримались від відповіді	6	3,33

Методика "Ретроспективна оцінка психологічного насильства в дитинстві" (РОПНД)

Перший варіант опитувальника, в основу якого покладено теоретичну модель, містив 34 твердження і розподіляв їх між чотирма субшкалами: прямі методи впливу в сім'ї, приховані методи впливу в сім'ї, прямі методи впливу у соціумі та приховані методи впливу у соціумі. Таким чином, чотири шкали повинні були чітко розподілити типові форми нефізичного насильства як з боку членів сім'ї (батьки, опікуни, близькі родичі), так і з боку ширшого соціального оточення (однолітки, вчителі, інші значущі дорослі). На першому етапі для перевірки теоретичної структури опитувальника було застосовано експлораторний факторний аналіз (EFA). Емпіричні дані не підтвердили початкову теоретичну модель: замість очікуваних чотирьох шкал, аналіз виділив 2 домінантні фактори. Зокрема, більшість питань із теоретичних блоків 1 та 2 об'єдналися в єдиний емпіричний фактор "прямі та приховані методи насильницького впливу в сім'ї", а більшість питань з блоків 3 та 4 об'єднались фактором "прямі та приховані методи насильницького впливу у соціумі". Це вказує на те, що в реальному досвіді респондентів ці акти насильницького психологічного впливу сприймаються нерозривно. Проте оцінка придатності моделі (Model Fit Measures) засвідчила, що отримана структура не є оптимальною і потребує подальшої модифікації. Зокрема, індекс Такера–Льюїса (TLI) виявився значно нижчим за рекомендований психометричний поріг (> 0,90) і становив 0,799, що вказує на недостатню узгодженість моделі з даними. Показник RMSEA перебував на посередньому рівні і дорівнював 0,0714. Додатково критерій Хі-квадрат продемонстрував статистичну значущість відхилень (χ^2= 1001, df = 494, p < 0,001). Зважаючи на ці незадовільні індекси відповідності моделі, а також на те, що первинні результати перевірки внутрішньої надійності та дискримінативності не досягли цільових значень, виникла обґрунтована необхідність у подальшій "чистці" опитувальника для покращення загального прилягання моделі. У результаті серії ітеративних модифікацій та послідовного вилучення пунктів із незадовільними психометричними характеристиками було знайдено оптимальне рішення (див. табл. 2). Така структура зберігає ідею, що психологічне насильство може мати різні джерела і дає змогу компактно виміряти як інтенсивність, так і контекст цих переживань.

Оцінка придатності оновленої двофакторної моделі продемонструвала такі результати. Хоча критерій хі-квадрат виявився статистично значущим (χ^2= 101, df = 76, p = 0,029), що є очікуваним для достатньо великих вибірок, альтернативні індекси прилягання підтвердили високу якість структури. Порівняльний індекс фіту (CFI) становив 0,972, а індекс Такера–Льюїса (TLI) – 0,966, що перевищує поріг у 0,95. Показник середньоквадратичної похибки апроксимації (RMSEA) становив 0,041, що свідчить про відповідність моделі емпіричним даним. Аналіз внутрішньої узгодженості також підтвердив надійність нового інструменту. Субшкала "Рівень насильницького впливу у сім'ї" продемонструвала високу надійність: коефіцієнт альфа Кронбаха становив 0,833, а омега Макдональда – 0,839. Для субшкали "Рівень насильницького впливу у соціумі" показники також були на достатньому рівні: 0,798 та 0,799 відповідно. Аналіз статистики вилучення пунктів (Item Reliability Statistics) показав, що видалення будь-якого з пунктів не приведе до суттєвого підвищення показників надійності. Це підтверджує, що поточний набір індикаторів є оптимальним та не потребує подальшого скорочення. Експлораторний факторний аналіз (методом максимальної правдоподібності, з

ротацією облімін, оснований на паралельному аналізі) розподілив питання А24 до субшкали "Рівень насильницького впливу у сім'ї", зі значенням факторного навантаження 0,342. Але було прийнято рішення віднести його до субшкали "Рівень насильницького впливу у соціумі" для збереження логіки розподілу питань за контекстом. Також, на думку авторів, це забезпечило захист від розмивання теоретичних меж шкали та порушення змістовної валідності. Доречність віднесення А24 до складу другого фактора "Рівень насильницького впливу у соціумі" було підтверджено значущим показником оцінки за CFI (<0,001).

Таблиця 2

Результати КФА двофакторної структури методики "Ретроспективна оцінка психологічного насильства в дитинстві"

Конфіматорний факторний аналіз					Експлораторний факторний аналіз		
Фактор	**Оцінка**	**Стандартна похибка (SE)**	**Z-значення**	**p-рівень**	**Фактор 1**	**Фактор 2**	**Унікальність**
Рівень насильницького впливу у сім'ї							
A2	0,941	0,0765	12,29	<0,001	**0,720**	0,063	0,416
A1	0,812	0,0714	11,38	<0,001	**0,671**	0,080	0,471
A10	0,810	0,0750	10,79	<0,001	**0,741**	-0,031	0,480
A6	0,733	0,0691	10,61	<0,001	**0,774**	-0,090	0,487
A22	0,671	0,0850	7,89	<0,001	**0,359**	0,253	0,685
A29	0,655	0,0746	8,77	<0,001	**0,496**	0,134	0,646
A13	0,627	0,0858	7,31	<0,001	**0,501**	0,023	0,733
Рівень насильницького впливу у соціумі							
A27	0,761	0,0641	11,88	<0,001	0,1384	**0,657**	0,427
A3	0,634	0,0707	8,97	<0,001	-0,0740	**0,715**	0,555
A12	0,619	0,0690	8,97	<0,001	0,1391	**0,508**	0,627
A20	0,583	0,0674	8,64	<0,001	0,0446	**0,562**	0,648
A28	0,567	0,0646	8,78	<0,001	0,0964	**0,532**	0,638
A4	0,529	0,0717	7,37	<0,001	-0,1063	**0,637**	0,674
A24	0,387	0,0607	6,37	<0,001	0,3416	**0,181**	0,767

Отже, фінальна версія опитувальника складається з 14 питань, що розподіляються між двома субшкалами. Перша субшкала отримала назву "Рівень насильницького впливу у сім'ї". До її складу увійшли питання: 1, 2, 5, 6, 8, 10, 14. Шкала спрямована на ретроспективну оцінку інтенсивності та регулярності застосування деструктивних виховних стратегій і психологічного тиску з боку батьків або інших значущих дорослих, що входили до кола сім'ї. Цей фактор вимірює широкий спектр насильницьких методів впливу, перенесених у дитинстві, зокрема: емоційне відторгнення, знецінення, газлайтинг, маніпулювання відчуттям провини, тиск по праву місця в сімейній ієрархії. Високі показники за цією шкалою диференціюють як окремі епізоди батьківської некомпетентності, так і систематичний психологічний терор, вказуючи на травматичне сімейне середовище, що руйнує базове відчуття безпеки та автономії дитини.

Друга субшкала "Рівень насильницького впливу у соціумі", до якої увійшли питання: 3, 4, 7, 9, 11, 12, 13, спрямована на ретроспективну оцінку досвіду психологічного насильства з боку зовнішнього соціального оточення (однолітків, вчителів, вихователів, тренерів). Цей фактор вимірює специфічні соціальні інструменти психологічного аб'юзу, зокрема: публічне приниження, цькування, соціальну ізоляцію, стигматизацію, несправедливе оцінювання та зловживання владою з боку авторитетних фігур. Високі показники за цією шкалою вказують на те, що позасімейне середовище не було для дитини безпечним простором, а навпаки – виступало додатковим джерелом хронічного стресу, руйнуючи базову довіру до соціуму та провокуючи розвиток соціальної тривожності.

Шкала досвіду психологічного насильства в дитинстві (ШДПНД)

Початкова теоретична структура другої методики передбачала створення багатовимірного інструменту. Гіпотетично модель мала складатися з п'яти окремих шкал, що диференціюють насильницький вплив за сферами: поведінковою, емоційною, когнітивною, особистісно-мотиваційною та соціальною. Однак результати експлораторного факторного аналізу не підтвердили п'ятифакторну конфігурацію, продемонструвавши злиття більшості питань в один фактор, з яким і велась подальша робота. На погляд авторів, найбільш обґрунтованим поясненням цього емпіричного факту є синкретичність сприйняття травматичного досвіду в дитячому віці. Психологічне насильство з боку дорослих переживається дитиною як єдиний стресор, де емоції, думки та поведінкові реакції є нерозривно пов'язаними елементами одного механізму.

Внаслідок оптимізації внутрішньої структури опитувальника з початкових 35 пунктів для подальшої роботи було відібрано 20, які за результатами експлораторного факторного аналізу об'єдналися в єдиний фактор. На наступному етапі відібрані пункти було проаналізовано на предмет їхньої надійності та дискримінативності. Твердження, які не відповідали стандартним психометричним критеріям, було вилучено.

Шляхом тривалого пошуку та послідовного тестування альтернативних версій було визначено оптимальну конфігурацію інструменту. В результаті автори знайшли варіант із 13 пунктів, який став фінальною версією опитувальника.

Оцінка придатності цієї фінальної моделі засвідчила її відмінну узгодженість з емпіричними даними. Хоча і в цій методиці показник χ^2 виявився статистично значущим (χ^2= 91,9, df = 65, p = .016), інші індекси прилягання перевищили строгі психометричні стандарти. Порівняльний індекс (CFI) становив 0,970, а індекс Такера–Льюїса (TLI) досяг 0,964. Показник середньоквадратичної похибки апроксимації (RMSEA) становив 0,0455, що свідчить про високу точність обраної 13-пунктової структури.

Експлораторний аналіз підтвердив, що всі пункти мають достатні факторні навантаження, а специфічність пунктів перебуває в прийнятних межах. Аналіз внутрішньої узгодженості довів високу надійність фінальної шкали: коефіцієнт альфа Кронбаха досяг 0,894, а омега Макдональда – 0,896. Додаткова перевірка статистики вилучення пунктів показала, що видалення будь-якого з 13 затверджених тверджень не призводить до підвищення загальної надійності.

У межах перевірки критеріальної валідності методик РОПНД та ШДПНД за допомогою непараметричного критерію Краскела–Волліса було встановлено статистично значущі відмінності між різними категоріями осіб, визначених за певними критеріями (див. табл. 4).

Таблиця 3

Результати за конфіматорним та експлораторним факторним аналізом фінальної версії Шкали досвіду психологічного насильства в дитинстві (13 тверджень)

Пункт	Конфіматорний факторний аналіз				Експлораторний факторний аналіз	
	Оцінка	Стандартна похибка (SE)	Z-значення	p-рівень	Факторні навантаження	Унікальність
Q13	0,973	0,0873	11,15	< 0,001	0,710	0,496
Q33	0,951	0,0945	10,06	< 0,001	0,658	0,567
Q16	0,908	0,0845	10,74	< 0,001	0,690	0,524
Q3	0,874	0,0849	10,30	< 0,001	0,668	0,554
Q8	0,871	0,0822	10,60	< 0,001	0,684	0,532
Q23	0,870	0,0847	10,26	< 0,001	0,668	0,553
Q31	0,841	0,0985	8,54	< 0,001	0,582	0,661
Q20	0,825	0,0872	9,45	< 0,001	0,630	0,603
Q12	0,819	0,1041	7,87	< 0,001	0,542	0,706
Q1	0,800	0,0843	9,49	< 0,001	0,628	0,605
Q24	0,776	0,0915	8,48	< 0,001	0,576	0,668
Q27	0,738	0,0871	8,47	< 0,001	0,582	0,662
Q6	0,675	0,0801	8,43	< 0,001	0,570	0,675

Таблиця 4

Результати дисперсійного аналізу за категоріями осіб з різним рівнем досвіду психологічного насильства

Показники насильницького досвіду	χ^2	df	p	ε^2
Вік				
Рівень насильницького впливу у сім'ї	10,23	3	0,017	0,057
Рівень насильницького впливу у соціумі	8,59	3	0,035	0,048
Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	10,94	3	0,012	0,061
Досвід психологічного насильства в дитинстві	8,25	3	0,041	0,046
Склад батьківської родини				
Рівень насильницького впливу у сім'ї	7,79	2	0,020	0,044
Рівень насильницького впливу у соціумі	9,60	2	0,008	0,054
Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	9,62	2	0,008	0,054
Проблеми когнітивної сфери (концентрації уваги, запам'ятовування та ін.)				
Рівень насильницького впливу у сім'ї	7,74	2	0,021	0,043
Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	7,59	2	0,022	0,042
Досвід психологічного насильства в дитинстві	9,75	2	0,008	0,055
Підозрілість щодо щирості інших				
Рівень насильницького впливу у сім'ї	7,11	2	0,029	0,040
Рівень насильницького впливу у соціумі	8,78	2	0,012	0,049
Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	9,22	2	0,010	0,052
Досвід психологічного насильства в дитинстві	10,37	2	0,006	0,058
Розлади сну				
Рівень насильницького впливу у сім'ї	9,75	3	0,021	0,054
Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	8,16	3	0,043	0,046
Досвід психотерапії				
Рівень насильницького впливу у сім'ї	13,2	3	0,004	0,074
Рівень насильницького впливу у соціумі	15,0	3	0,002	0,084
Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	16,2	3	0,001	0,090
Досвід психологічного насильства в дитинстві	16,0	3	0,001	0,089

Примітка: X^2 – емпіричне значення Хі-квадрата, df – кількість ступенів свободи, p – рівень значущості, ε^2 – розмір ефекту.

У нашому дослідженні основними критеріями виступали: вік, стать, сімейний стан, економічний статус, рівень освіти, склад батьківської родини, місце перебування під час війни та певні психологічні труднощі (зі сном, процесами обробки інформації, формуванням довірливих стосунків з іншими). Зазначимо, що показники обох методик виявилися не чутливими до статевих, освітніх відмінностей. Не були отримані значущі результати і за критеріями "рівень освіти", "місце перебування" та "економічний статус".

Звернемо увагу на ті критерії, які продемонстрували значущі розбіжності за різними категоріями досліджуваних. Зокрема, за критерієм віку респондентів виявлено достовірні розбіжності за показниками РОПНД ($p < 0,05$), при цьому для субшкал сімейного та соціумного впливу зафіксовано малий розмір ефекту, тоді як для інтегративного показника загального рівня психологічного насильства в дитинстві сила зв'язку сягає помірного рівня. Оцінка розбіжностей за чинником складу батьківської родини засвідчила високий рівень значущості для соціумної субшкали та інтегративного показника РОПНД ($p < 0,01$) та дещо менший для сімейного складника ($p < 0,05$), проте в усіх випадках сила виявленого ефекту оцінюється як мала. Найбільш виражену диференційну здатність методика продемонструвала щодо критерію досвіду психотерапії. Зафіксовано високу статистичну значущість відмінностей для всіх субшкал та загального показника психологічного насильства в дитинстві ($p \leq 0,004$), що супроводжується помірним розміром ефекту. Додатково підтверджено чутливість показників РОПНД до наявності у респондентів когнітивних проблем, розладів сну та підозрілості щодо інших ($p < 0,05$), хоча внесок цих психологічних маркерів характеризується переважно малим розміром ефекту.

Аналогічний аналіз критеріальної валідності одношкальної методики ШДПНД також підтвердив її високу диференційну спроможність за більшістю аналізованих ознак. Статистично значущі відмінності за основним показником досвіду насильства зафіксовано щодо віку респондентів ($p < 0,05$), що супроводжується малим

розміром ефекту. Водночас за критерієм наявності досвіду психотерапії виявлено високий рівень значущості відмінностей (p = 0,001), який підтверджується помірним розміром ефекту, що вказує на суттєву практичну й прогностичну цінність цієї шкали. Оцінка супутніх проявів травматизації виявила значущі розбіжності за показником ШДПНД залежно від наявності когнітивних проблем (p < 0,01) та вираженої підозрілості до оточення (p < 0,01). Отже, наявність розбіжностей між категоріями учасників, що супроводжуються малим, а іноді й помірним розміром ефекту, доводить спроможність інструменту чітко розрізняти досліджуваних відповідно до їхніх анамнестичних та соціально-демографічних характеристик, що задовольняє вимоги критеріальної валідності.

У межах поглибленого попарного аналізу за критерієм DSCF (див. табл. 5) було деталізовано специфіку розбіжностей між окремими групами опитуваних за всіма досліджуваними критеріями. Зокрема, аналіз вікових характеристик засвідчив, що респонденти періоду ранньої дорослості (25–34 роки) демонструють статистично вищі показники як за субшкалою сімейного насильства, так і за інтегративними рівнями обох методик порівняно з особами юнацького віку (18–24 роки) (p < 0,05). Оцінка чинника складу батьківської родини виявила, що виховання в сім'ях, де один із батьків не є рідним, пов'язане з вірогідно вищим рівнем деструктивного впливу соціуму та загального рівня психологічного насильства в дитинстві порівняно з досвідом осіб із повних родин з рідними батьками (p < 0,04).

Таблиця 5

Фрагмент описових статистик за категоріями з різним рівнем переживання насильницького досвіду

Критерій	Показник	Категорія	N	M	SE	SD	DSCF	p
Вік	Рівень насильницького впливу у сім'ї	18–24	22	12,8	1,25	5,85	4,32	0,01
		25–34	49	16,7	0,74	5,20		
	Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	18–24	22	24,7	2,12	9,96	4,24	0,01
		25–34	49	31,5	1,31	9,17		
	Досвід психологічного насильства в дитинстві	18–24	22	25,3	2,69	12,61	3,93	0,03
		25–34	49	33,1	1,54	10,78		
Склад батьківської родини	Рівень насильницького впливу у соціумі	Повна	137	13,0	0,40	4,63	3,39	0,04
		Повна *	8	16,8	1,41	3,99		
	Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	Повна	137	27,8	0,77	9,06	3,50	0,04
		Повна *	8	35,6	2,58	7,31		
Проблеми когнітивної сфери	Рівень насильницького впливу у сім'ї	Рідко	82	14,2	0,56	5,02	3,31	0,05
		Іноді	64	16,5	0,74	5,88		
	Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	Рідко	82	26,9	0,94	8,51	3,44	0,04
		Часто	34	32,0	1,78	10,36		
	Досвід психологічного насильства в дитинстві	Рідко	82	27,4	1,23	11,13	4,07	0,01
		Іноді	64	33,0	1,47	11,72		
Підозрілість щодо щирості інших	Рівень насильницького впливу у сім'ї	Ні	84	14,4	0,56	5,16	3,48	0,04
		Так	26	17,5	1,20	6,10		
	Рівень насильницького впливу у соціумі	Ні	84	12,7	0,51	4,65	3,55	0,03
		Так	26	15,5	1,06	5,41		
	Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	Ні	84	27,1	0,95	8,74	3,78	0,02
		Так	26	33,1	2,10	10,73		
	Досвід психологічного насильства в дитинстві	Ні	84	27,6	1,22	11,20	4,16	0,01
		Так	26	34,7	2,24	11,41		
Досвід психотерапії	Рівень насильницького впливу у сім'ї	Ніколи	66	13,7	0,66	5,38	3,82	0,04
		1–2 рази	42	16,6	0,92	5,93		
		Ніколи	66	13,7	0,66	5,38	4,38	0,01
		Постійно	51	16,8	0,77	5,51		
	Рівень насильницького впливу у соціумі	Ніколи	66	11,9	0,50	4,09	4,37	0,01
		1–2 рази	42	14,7	0,74	4,81		
		Ніколи	66	11,9	0,50	4,09	4,08	0,02
		До 10 разів	21	15,0	0,96	4,40		
		Ніколи	66	11,9	0,50	4,09	3,75	0,04
		Постійно	51	14,1	0,66	4,72		
	Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	Ніколи	66	25,5	1,09	8,83	4,42	0,01
		1–2 рази	42	31,3	1,47	9,52		
		Ніколи	66	25,5	1,09	8,83	3,86	0,03
		До 10 разів	21	31,4	1,93	8,87		
		Ніколи	66	25,5	1,09	8,83	4,53	0,01
		Постійно	51	30,8	1,26	9,00		
	Досвід психологічного насильства в дитинстві	Ніколи	66	25,9	1,35	11,00	4,23	0,02
		До 10 разів	21	34,8	2,36	10,83		
		Ніколи	66	25,9	1,35	11,00	4,71	0,01
		Постійно	51	33,3	1,54	10,96		

Примітка: N – кількість осіб; M – середнє значення, SE – стандартна помилка середнього, SD – стандартне відхилення DSCF – емпіричне значення за критерієм Двас–Стіл–Крітчлоу–Флігнера, p – рівень значущості, "Повна *" – повна родина, але один з батьків не рідний.

У контексті поточних проявів травматизації було встановлено, що особи з частою або епізодичною наявністю когнітивних труднощів (концентрацією уваги, запам'ятовуванням та відтворення інформації, мобілізації зусиль) мають суттєво вищі показники за показниками

неконструктивного сімейного впливу та загальними індексами РОПНД і ШДПНД порівняно з тими, хто стикається з такими проблемами рідко ($p < 0,05$). Своєю чергою, виражена підозрілість щодо щирості оточення закономірно узгоджується з вірогідним підвищенням усіх показників насильницького досвіду порівняно з групою осіб, які не виявляють міжособистісної настороженості ($p < 0,04$).

Диференціація за критерієм досвіду психотерапії продемонструвала, що респонденти, які зверталися по психологічну допомогу (як епізодично, так і постійно), характеризуються статистично вищими рівнями пережитого деструктивного впливу за всіма субшкалами й сумарними індексами порівняно з особами, які ніколи не мали такого досвіду ($p < 0,04$).

У табл. 6 наведено описові статистики за показниками двох методик, а також значення першого та третього квартилів, які дозволяють сформувати попередні тестові норми. За критерієм Шапіро–Вілка результати розподілу за всіма показниками не відповідають нормальному розподілу, а також ми маємо виражену правобічну асиметрію за показниками першої методики, оскільки показники асиметрії в три рази перевищують значення стандартної похибки за асиметрією (SEA=0,181). Це відображає закономірну для клініко-психологічних досліджень тенденцію, за якої більша частина респондентів у вибірці має низькі або середні значення пережитого насильства, тоді як високі показники зміщені у бік меншості. За другою методикою ШДПНД показник досвіду психологічного насильства в дитинстві демонструє відповідність нормальному розподілу за показником асиметрії, але тенденцію до наявності двох верхівок за показником ексцесу. На рис. 1 і 2 можна побачити гістограми з розподілом частот за інтегративними показниками двох методик.

Таблиця 6

Описові статистики за субшкалами та загальними показниками методик

Субшкали/ шкали	M	SE	CI, 95 %		Md	SD	A	E	W	p	Квартилі	
			lower	upper							25	75
Рівень насильницького впливу у сім'ї	15,5	0,422	14,7	16,4	14,0	5,66	0,558	-0,580	0,949	<.001	11,0	20,0
Рівень насильницького впливу у соціумі	13,5	0,345	12,8	14,2	13,0	4,63	0,715	0,064	0,947	<.001	10,0	16,0
Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві	29,1	0,698	27,7	30,4	28,0	9,37	0,554	-0,394	0,961	<.001	22,0	35,0
Досвід психологічного насильства в дитинстві	30,3	0,862	28,.6	32,0	30,0	11,57	0,250	-0,698	0,980	0,010	21,0	38,0

Примітка: M – середнє значення, SE – стандартна помилка середнього, CI, 95 % – 95 %-й довірчий інтервал (lower – нижня межа, upper – верхня межа), Md – медіана, SD – стандартне відхилення, A – асиметрія, E – ексцес, W – значення критерію Шапіро–Вілка, p – рівень значущості.

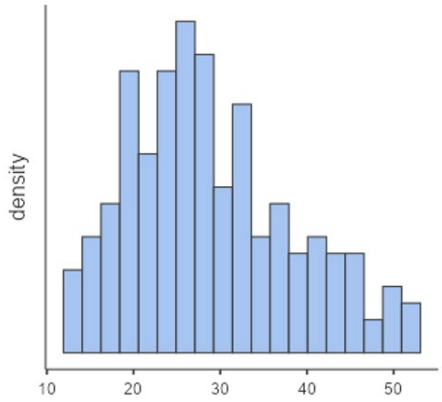


Рис. 1. Розподіл частот за показником загального рівня психологічного насильства в дитинстві (методика РОПНД)

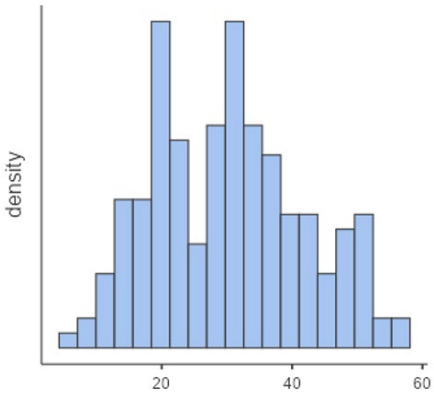


Рис. 2. Розподіл частот за показником досвіду психологічного насильства в дитинстві (методика ШДПНД)

Значення квартилів можна використати для створення попередніх тестових норм. Значення, які дорівнюють і меші, ніж 25 %-й квартиль, можна вважати низькими, значення, які дорівнюють чи перевершують 75 %-й квартиль, можна вважати високими. Проміжок відповідає умовному "«середньому рівню" вираженості кількісної ознаки.

Дискусія і висновки

Результати, отримані в ході перевірки критеріальної валідності створених шкал, відображають цікаві закономірності, які варто проаналізувати. Так, статистично значущі відмінності за віковим критерієм, де респонденти періоду ранньої дорослості (25–34 роки) демонструють вищі показники пережитого насильства порівняно з особами юнацького віку (18–24 роки) ($p < 0,05$), можуть відображати вікову тенденцію поступового когнітивного та особистісного дозрівання індивідів. Розвиток систем, відповідальних за розпізнавання загроз та безпеки, триває довгий час. З віком, через накопичення життєвого досвіду та подальший розвиток префронтальної кори, людина може почати краще розуміти аномальність свого дитячого середовища порівняно з нормативним (Samaey et al., 2024). Також, згідно з концепцією суб'єктивної оцінки психологічної травми (Danese, & Widom, 2020), ретроспективне пригадування деструктивного досвіду дитинства тісно пов'язане з процесом переосмислення минулого дорослою людиною. У цьому процесі ключова роль належить суб'єктивній інтерпретації, а не реальному досвіду та спогадам. Припустимо, що юнаки віком 18–24 років можуть

застосовувати механізми витіснення або нормалізації сімейного неблагополуччя. Натомість у віці 25–34 років, із набуттям автономії та власного партнерського/батьківського досвіду, відбувається глибша рефлексія травматичних подій дитинства, що призводить до підвищення чутливості при самозвітах. Також розвиток навичок рефлексії та критичного переосмислення минулого досвіду, дозволяє асимілювати травматичний досвід, чіткіше ідентифікувати та класифікувати певні події дитинства саме як "насильство" або "жорстоке поводження" (Samaey et al., 2024).

Виявлення вищого рівня деструктивного соціумного впливу та психологічного насильства в дитинстві в осіб, які виховувалися в повних родинах з нерідним батьком або матір'ю порівняно з повними рідними сім'ями ($p < 0,04$), може вказувати на дефіцитарність захисної функції мікросистеми. Згідно з концепцією У. Бронфенбреннера, розвиток дитини відбувається через проксимальні процеси – складні форми взаємодії між дитиною та її оточенням (наприклад, батьками), які мають бути регулярними та тривалими. У сім'ях з нерідним батьком або матір'ю ці процеси можуть бути менш стабільними або деструктивними через труднощі у встановленні емоційного зв'язку (Bronfenbrenner, 1994). Теорія стверджує, що сила проксимальних процесів залежить від змісту та структури мікросистеми. Сім'ї з обома біологічними батьками часто розглядаються як більш "сприятлива екологічна ніша", де проксимальні процеси мають найбільший позитивний вплив. У "змішаних" сім'ях структура мікросистеми змінюється, що може послаблювати її захисну функцію. Проксимальні процеси перестають виконувати функцію буферу, пом'якшуючи негативні впливи зовнішнього середовища. Замість того, щоб захищати дитину від деструктивного соціумного впливу, сама мікросистема стає джерелом стресу через внутрішні конфлікти або психологічний тиск. У межах ACE (*Adverse Childhood Experiences*) підходу сімейна нестабільність визначається як фактор, що руйнує відчуття захищеності дітей. "Системна сімейна нестабільність... безпосередньо підриває безпеку та емоційну захищеність дитини" (Geng, 2025, p. 2). Зміна структури родини також може знижувати психологічний ресурс дитини, роблячи її вразливішою як до внутрішньосімейних конфліктів, так і до тиску або ізоляції з боку соціуму. Стабільні стосунки з опікунами допомагають "нормалізувати активацію префронтальної кори" та рівень кортизолу (Geng, 2025, p. 4). Зміна структури родини або часті конфлікти можуть порушити ці процеси, що призводить до "ригідних стратегій емоційної регуляції", які у подальшому збільшують ризик травматизації. Досвід насильства в дитинстві, як було показано в дослідженні (Samaey et al., 2024), може призводити до ворожої інтерпретації нейтральних стимулів та до труднощів у розрізненні безпечних і загрозливих ситуацій.

Встановлений статистично значущий зв'язок показників методик із наявністю когнітивних труднощів (концентрація уваги, пам'ять та ін.) ($p < 0,05$) та вираженою підозрілістю щодо оточення ($p < 0,04$) емпірично доводить здатність інструментів диференціювати тих осіб, які мають пролонговані наслідки травматизації. У сучасних дослідженнях з нейропсихології та клінічній психології доведено, що хронічний психологічний аб'юз у дитинстві викликає тривалу дисфункцію гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової осі, що призводить до порушень архітектоніки мозку (зокрема, гіпокампа та префронтальної кори). Психологічними наслідками таких структурних змін стають порушення в системі фільтрації інформації, що призводить до сенсорного перенавантаження, дезорганізація мозкових хвиль, що заважає концентрації уваги, затримка слухового сприйняття, втрата здатності до послідовної організації досвіду, формування планів, ідентифікації причинно-наслідкових зв'язків, порушення зв'язків з інтерорецепцією, що заважає швидко приймати рішення, та інші когнітивні порушення (van der Kolk, 2015). Постійний деструктивний вплив з боку дорослих закріплює у дитини гіперпильність як захисний механізм, що в дорослому віці трансформується у стійку міжособистісну настороженість, яка супроводжується і психотично-подібними переживаннями (Karcher et al., 2020). Також є дані, що для регуляції стресу, спричиненого травмою, індивіди часто вдаються до паління, переїдання, зловживання алкоголем або наркотиками, що створює довгострокові ризики для здоров'я (Geng, 2025). Труднощі у розрізненні безпеки та загрози ведуть до соціальної ізоляції, проблем у підтримці стосунків та постійного відчуття відсутності безпеки (Samaey et al., 2024).

Найбільший розмір ефекту продемонстрував зв'язок за критерієм досвіду психотерапії. Респонденти з тривалим або епізодичним досвідом терапії мають суттєво вищі показники за загальним рівнем пережитого психологічного насилля та частотою насильницьких дій щодо них, ніж ті, хто ніколи не звертався до фахівців ($p < 0,04$). Цей емпіричний факт узгоджується з концепцію "пошуку допомоги при травмі" (*help-seeking behavior*). Особи, які зазнали тривалого психологічного насильства в дитинстві, у дорослому віці мають вищий рівень коморбідних станів (тривожні та депресивні розлади, особистісні деформації), що змушує їх звертатися по фахову допомогу. Терапевтичні стосунки та отримання "правильного" діагнозу дозволяють клієнтам екстерналізувати сором і провину, даючи назву їхнім переживанням. Без можливості розповісти про свою історію та отримати валідацію, "невидимі шрами" часто залишаються невизнаними навіть самими постраждалими, які можуть сприймати свій стан як "норму" (McCormack, Thomson, 2017). Натомість процес психотерапії, що безпосередньо спрямований на опрацювання пригнічених спогадів, робить таких респондентів більш свідомими щодо реальних масштабів перенесеного в дитинстві деструктивного досвіду. Також можемо припустити, що респонденти, які ніколи не зверталися до фахівців, можуть показувати нижчі показники насильства через установку до нормалізації свого стану або мінімізації свого досвіду. На думку дослідників, одним з основних бар'єрів до пошуку допомоги є переконання, що "ситуація є нормальною або не надто тяжкою" (Thorvaldsdottir et al., 2021).

У результаті проведеного дослідження розроблено та здійснено перші крокі щодо психометричної валідизації нових авторських інструментів для ретроспективної оцінки психологічного насильства в дитинстві. Один із розроблених інструментів – "Ретроспективна оцінка психологічного насильства в дитинстві" – забезпечує диференційовану діагностику деструктивного впливу, розмежовуючи прояви аб'юзу в сімейному колі та у зовнішньому соціальному оточенні. Інший інструмент – "Шкала досвіду психологічного насильства в дитинстві", концептуалізований як одновимірна шкала, виступає надійним засобом експрес-скринінгу для оперативного виявлення частоти пережитих епізодів та оцінки необхідності подальшої психотерапевтичної інтервенції. Математико-статистична перевірка підтвердила високу внутрішню узгодженість, а також структурну та критеріальну валідність створеного діагностичного комплексу. Нові методики мають суттєвий потенціал для активного впровадження у сфері практичного психологічного консультування дорослих і проведення наукових розвідок,

спрямованих на подолання довготривалих наслідків дитячої віктимізації. В подальшому планується проведення повторного вимірювання для перевірки надійності-сталості у часі, стабільності структурної валідності, а також широкі заходи щодо подальшої перевірки валідності (конструктної, змістовної та ін.).

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу tata@dvoriakovska.com

Внесок авторів: Тата Дворяковська – концептуалізація, формальний аналіз, написання; Олена Савченко – методологія, написання, редагування.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Власова, О. І., Родіна, Н. В., Целікова, Ю. О., Ворнікова, Л. К., & Тихоненко, Ю. О. (2022). Модифікація, стандартизація та адаптація анкети негативного дитячого досвіду (ACE). *Офтальмологічний журнал*, 1, 63–72. https://doi.org/10.31288/oftalmolzh202216372

Гендерно зумовлене насильство – шляхи подолання проблеми (2024). *Центр громадського здоров'я МОЗ України*. https://neuronews.com.ua/ua/archive/2024/10(155)/pages-6-8/genderno-zumovlene-nasilstvo-shlyahi-podolannya-problemi

Закон України від 5 квітня 2001 р. № 2341-III (зі змінами та доповненнями), ст. 126-1. *Кримінальний кодекс України* (2001). https://kodeksy.com.ua/kriminal_nij_kodeks_ukraini/126-1.htm

Психологічне насильство: види, ознаки та наслідки (б.д.). *Міністерство охорони здоров'я України*. https://moz.gov.ua/uk/psihologichne-nasilstvo-vidi-oznaki-ta-naslidki

Bellis, M. A., Hughes, K., Ford, K., Quigg, Z., Butler, N., & Wilson, C. (2025). Comparative relationships between physical and verbal abuse of children, life course mental well-being and trends in exposure: A multi-study secondary analysis of cross-sectional surveys in England and Wales. *BMJ Open*, 15(8), e098412. https://doi.org/10.1016/j.bmjopen.2024.098412

Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In *International Encyclopedia of Education* (2nd ed., Vol. 3,). Oxford: Elsevier. https://www.columbia.edu/cu/psychology/courses/3615/Readings/BronfenbrennerModelofDevelopment(short%20version).pdf

Danese, A., & Widom, C. S. (2020). Objective and subjective experiences of child maltreatment and their relationships with psychopathology. *Nature human behaviour*, 4(8), 811–818. https://doi.org/10.1038/s41562-020-0880-3

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258. https://doi.org/10.1016/s0749-3797(98)00017-8

Geng, J. (2025). A review on adverse childhood experiences (ACEs) and protective factors. *SHS Web of Conferences*, 222, 02011. https://doi.org/10.1051/shsconf/202522202011

Goodall, K., & Sawrikar, V. (2023). The Rating of Emotional Abuse in Childhood (REACH) Questionnaire: A new self-report measure assessing history of childhood emotional abuse. *Child Abuse & Neglect*, 146, 106498. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106498

Day, N., Kealy, D., Biberdzic, M., Green, A., Denmeade, G., & Grenyer, B. F. S. (2025). Coercive Control and Intimate Partner Violence: Relationship With Personality Disorder Severity and Pathological Narcissism. *Personality and Mental Health*, 19(4), e70038. https://doi.org/10.1002/pmh.70038

Karcher, N. R., Niendam, T. A., & Barch, D. M. (2020). Adverse childhood experiences and psychotic-like experiences are associated above and beyond shared correlates: Findings from the adolescent brain cognitive development study. *Schizophrenia Research*, 222, 235–242. https://doi.org/10.1016/j.schres.2020.05.045

Liebschutz, J. M., Buchanan-Howland, K., Chen, C. A., Frank, D. A., Richardson, M. A., Heeren, T. C., Cabral, H. J., & Rose-Jacobs, R. (2018). Childhood Trauma Questionnaire (CTQ) correlations with prospective violence assessment in a longitudinal cohort. *Psychological Assessment*, 30(6), 841–845. https://doi.org/10.1037/pas0000549

Lynch, J. M., Klieve-Longman, J., McLindon, E., Cullen, P., Giles, F., & Hegarty, K. (2025). Coercive control: Recognising relational patterns that affect patient wellbeing. *Australian Journal of General Practice*. https://doi.org/10.31128/AJGP-02-25-7576

McCormack, L., Thomson, S. (2017) Complex trauma in childhood, a psychiatric diagnosis in adulthood: making meaning of a double-edged phenomenon. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 9(2), 156–165. https://doi.org/10.1037/tra0000193

Orellana, S. C., Bethlehem, R. A. I., Simpson-Kent, I. L., Vika, J., Whitaker, K., & Bullmore, E. T. (2024). Childhood maltreatment influences adult brain structure through its effects on immune, metabolic, and psychosocial factors. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 121(16), e2304704121. https://doi.org/10.1073/pnas.2304704121

Samaey, C., Van der Donck, S., Lecei, A. et al. (2024). Between faces: childhood adversity is associated with reduced threat-safety discrimination during facial expression processing in adolescence. *BMC Med* 22, 382 https://doi.org/10.1186/s12916-024-03610-w

Serebriakova, J., Forkmann, T., Teismann, T., Paashaus, L., Schreiber, D., Schönfelder, A., Juckel, G., & Glaesmer, H. (2025). Exploring the impact of child maltreatment on adult suicidal ideation and suicide attempts. *Journal of Affective Disorders*, 375, 112–119. https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.02.019

Thorvaldsdottir, K. B., Halldorsdottir, S., & Saint Arnault, D. M. (2021). Understanding and Measuring Help-Seeking Barriers among Intimate Partner Violence Survivors: Mixed-Methods Validation Study of the Icelandic Barriers to Help-Seeking for Trauma (BHS-TR) Scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 104. https://doi.org/10.3390/ijerph19010104

Van der Kolk, B. (2015). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. Penguin Books. https://ia601604.us.archive.org/35/items/the-body-keeps-the-score-pdf/The-Body-Keeps-the-Score-PDF.pdf

Xiao, Z., Obsuth, I., Meinck, F., & Murray, A. L. (2024). Relations between childhood psychological maltreatment and mental health dimensions within a higher-order model. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 24(1), 100416. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2023.100416

References

Bellis, M. A., Hughes, K., Ford, K., Quigg, Z., Butler, N., & Wilson, C. (2025). Comparative relationships between physical and verbal abuse of children, life course mental well-being and trends in exposure: A multi-study secondary analysis of cross-sectional surveys in England and Wales. *BMJ Open*, 15(8), e098412. https://doi.org/10.1016/j.bmjopen.2024.098412

Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In *International Encyclopedia of Education* (2nd ed.,Vol. 3,). Oxford: Elsevier. https://www.columbia.edu/cu/psychology/courses/3615/Readings/BronfenbrennerModelofDevelopment(short%20version).pdf

Danese, A., & Widom, C. S. (2020). Objective and subjective experiences of child maltreatment and their relationships with psychopathology. *Nature human behaviour*, 4(8), 811–818. https://doi.org/10.1038/s41562-020-0880-3

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Relationship of childhood abuse and household dysfunction to many of the leading causes of death in adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. *American Journal of Preventive Medicine*, 14(4), 245–258. https://doi.org/10.1016/s0749-3797(98)00017-8

Gender-Based Violence: Ways to Overcome the Problem (2024). *Public Health Center of the Ministry of Health of Ukraine* [in Ukrainian]. https://neuronews.com.ua/ua/archive/2024/10(155)/pages-6-8/genderno-zumovlene-nasilstvo-shlyahi-podolannya-problemi

Geng, J. (2025). A review on adverse childhood experiences (ACEs) and protective factors. *SHS Web of Conferences*, 222, 02011. https://doi.org/10.1051/shsconf/202522202011

Goodall, K., & Sawrikar, V. (2023). The Rating of Emotional Abuse in Childhood (REACH) Questionnaire: A new self-report measure assessing history of childhood emotional abuse. *Child Abuse & Neglect*, 146, 106498. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106498

Day, N., Kealy, D., Biberdzic, M., Green, A., Denmeade, G., & Grenyer, B. F. S. (2025). Coercive Control and Intimate Partner Violence: Relationship With Personality Disorder Severity and Pathological Narcissism. *Personality and Mental Health*, 19(4), e70038. https://doi.org/10.1002/pmh.70038

Karcher, N. R., Niendam, T. A., & Barch, D. M. (2020). Adverse childhood experiences and psychotic-like experiences are associated above and beyond shared correlates: Findings from the adolescent brain cognitive development study. *Schizophrenia Research*, 222, 235–242. https://doi.org/10.1016/j.schres.2020.05.045

Liebschutz, J. M., Buchanan-Howland, K., Chen, C. A., Frank, D. A., Richardson, M. A., Heeren, T. C., Cabral, H. J., & Rose-Jacobs, R. (2018). Childhood Trauma Questionnaire (CTQ) correlations with prospective violence assessment in a longitudinal cohort. *Psychological Assessment*, 30(6), 841–845. https://doi.org/10.1037/pas0000549

Law of Ukraine No. 2341-III of April 5, 2001 (as amended and supplemented), Art. 126 1. Criminal Code of Ukraine (2001) [in Ukrainian] https://kodeksy.com.ua/kriminal_nij_kodeks_ukraini/126-1.htm

Lynch, J. M., Klieve-Longman, J., McLindon, E., Cullen, P., Giles, F., & Hegarty, K. (2025). Coercive control: Recognising relational patterns that affect patient wellbeing. *Australian Journal of General Practice*. https://doi.org/10.31128/AJGP-02-25-7576

McCormack, L., Thomson, S. (2017) Complex trauma in childhood, a psychiatric diagnosis in adulthood: making meaning of a double-edged phenomenon. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 9(2), 156–165. https://doi.org/10.1037/tra0000193

Orellana, S. C., Bethlehem, R. A. I., Simpson-Kent, I. L., Vika, J., Whitaker, K., & Bullmore, E. T. (2024). Childhood maltreatment influences adult brain structure through its effects on immune, metabolic, and

psychosocial factors. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 121(16), e2304704121. https://doi.org/10.1073/pnas.2304704121

Psychological Violence: Types, Signs, and Consequences (n.d.). Ministry of Health of Ukraine. https://moz.gov.ua/uk/psihologichne-nasilstvo-vidi-oznaki-ta-naslidki [in Ukrainian].

Samaey, C., Van der Donck, S., Lecei, A. et al. (2024). Between faces: childhood adversity is associated with reduced threat-safety discrimination during facial expression processing in adolescence. *BMC Med 22*, 382. https://doi.org/10.1186/s12916-024-03610-w

Serebriakova, J., Forkmann, T., Teismann, T., Paashaus, L., Schreiber, D., Schönfelder, A., Juckel, G., & Glaesmer, H. (2025). Exploring the impact of child maltreatment on adult suicidal ideation and suicide attempts. *Journal of Affective Disorders*, 375, 112–119. https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.02.019

Thorvaldsdottir, K. B., Halldorsdottir, S., & Saint Arnault, D. M. (2021). Understanding and Measuring Help-Seeking Barriers among Intimate Partner Violence Survivors: Mixed-Methods Validation Study of the Icelandic Barriers to Help-Seeking for Trauma (BHS-TR) Scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 104. https://doi.org/10.3390/ijerph19010104

Van der Kolk, B. (2015). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. Penguin Books. https://ia601604.us.archive.org/35/items/the-body-keeps-the-score-pdf/The-Body-Keeps-the-Score-PDF.pdf

Vlasova, O. I., Rodina, N. V., Tselikova, Yu. O., Vornikova, L. K., & Tykhonenko, Yu. O. (2022). Modification, standardization, and adaptation of the Adverse Childhood Experiences (ACE) questionnaire. *Ophthalmological Journal*, 1, 63–72 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.31288/oftalmolzh202216372

Xiao, Z., Obsuth, I., Meinck, F., & Murray, A. L. (2024). Relations between childhood psychological maltreatment and mental health dimensions within a higher-order model. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 24(1), 100416. https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2023.100416

Отримано редакцією журналу / Received: 24.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

ДОДАТОК

Методика "Ретроспективна оцінка психологічного насильства в дитинстві" (РОПНД)

Методика призначена для дорослих і дозволяє оцінити рівень спогадів про вплив сім'ї та соціального оточення в дитинстві. Питання методики охоплюють як прямі, так і приховані методи насильницького психологічного впливу. Опитувальник може застосовуватись самостійно або у складі комплексної діагностики психічного стану дорослої особистості.

Інструкція

Згадайте відносини з батьками, опікунами та іншими важливими дорослими у період дитинства (до 16 років). При відповіді на кожне питання керуйтесь виключно власними спогадами. НЕ враховуйте: розповіді батьків про ваше дитинство, розповіді родичів або друзів, фотографії або відеозаписи, сімейні історії чи легенди, припущення або здогадки.

Варіанти відповідей:

- Не пам'ятаю.
- Пам'ятаю 1–2 випадки.
- Пам'ятаю періодичні випадки.
- Пам'ятаю, що так було більшість часу.
- Так було постійно.

Питання

1. Чи наказували вам у колі родини виконувати певні дії без пояснень?
2. Чи змушували вас у колі родини виконувати вимоги, апелюючи до почуття провини, боргу чи сорому?
3. Чи піддавали вас відкритому осуду або приниженню у школі, гуртках чи в інших місцях (поза родиною)?
4. Чи поширювали про вас чутки або неправдиву інформацію однолітки?
5. Чи змушували вас у колі родини сумніватися у власних спогадах, почуттях або розумінні подій (наприклад, казали, що "ти все вигадуєш")?
6. Чи повторювали вам в колі родини певні переконання або твердження доти, поки ви не починали в них вірити?
7. Чи ігнорували ваші досягнення або старання у колективі, не визнаючи їх важливими?
8. Чи карали вас рідні мовчанням або відмовою у спілкуванні?
9. Чи маніпулювали вашими почуттями (наприклад, дружбою чи підтримкою) люди не з кола родини, щоб ви виконували чужі бажання?
10. Чи порівнювали вас у родині із братами, сестрами чи друзями не на вашу користь?
11. Чи змушували вас брати участь у групових таємницях або приховувати інформацію від дорослих?
12. Чи висміювали однолітки або інші сторонні дорослі ваші переживання, говорячи потім "це лише жарт"?
13. Чи траплялося так, що у школі, на гуртках чи серед однолітків ігнорували вашу ініціативу чи прохання?
14. Чи вирішували за вас члени родини питання, які ви хотіли вирішити самостійно?

Ключі:

Нарахування балів: "Не пам'ятаю" – 1 бал, "Пам'ятаю 1–2 випадки" – 2 бали; "Пам'ятаю періодичні випадки" – 3 бали, "Пам'ятаю, що так було більшість часу" – 4 бали, "Так було постійно" – 5 балів

Рівень насильницького впливу у сім'ї: сума пунктів 1, 2, 5, 6, 8, 10, 14.
Рівень насильницького впливу у соціумі: сума пунктів 3, 4, 7, 9, 11, 12, 13.
Загальний рівень психологічного насильства в дитинстві: сума за двома субшкалами.

"Шкала досвіду психологічного насильства в дитинстві" (ШДДПН)

Опитувальник призначений для дорослих респондентів з метою оцінки досвіду психологічного насильства в дитинстві. Відповіді оцінюються за 5-бальною шкалою (від "ніколи" до "завжди"), що дозволяє гнучко фіксувати частоту або інтенсивність пережитого досвіду. Опитувальник може використовуватися у форматі самостійного проходження, консультування або попередньої психодіагностики в індивідуальній і груповій роботі.

Інструкція

Будь ласка, зосередьте увагу на періоді вашого дитинства та пов'язаних із ним спогадах. Питання стосуватимуться ваших взаємин із дорослими у період дитинства. У межах цієї методики під терміном "дорослі" маються на увазі батьки або особи, які здійснювали ваше виховання. Уважно прочитайте кожне питання та оберіть відповідь, яка найточніше відображає ваш досвід. Намагайтеся відповідати максимально чесно, спираючись на власні спогади та відчуття.

Варіанти відповідей:

- не пам'ятаю;
- ніколи;
- рідко;
- іноді;
- часто;
- завжди.

Питання

1. Чи змушували вас у дитинстві змінювати свою поведінку або звички, хоча ви вважали, що все в порядку?
2. Чи переконували вас дорослі, що ваші думки чи спогади є неправильними або неважливими?
3. Чи забороняли вам дорослі реалізовувати самостійно прийняті рішення щодо власних справ або інтересів?
4. Чи змушували вас дорослі сумніватися в тому, що ви адекватно зрозуміли або сприйняли ситуацію (наприклад, коли ви розповідаєте, що вас образили, а вам кажуть, що ви "все вигадуєте")?
5. Чи залишали вас дорослі на самоті, щоб ви самостійно справилися із сильними емоціями, хоча ви просили про допомогу?
6. Чи говорили вам дорослі, що ви перебільшуєте свої почуття або проблеми?
7. Чи вимагали від вас виконання завдань або обов'язків, які здавалися вам несправедливими чи надмірними?
8. Чи використовували дорослі вашу особисту інформацію для впливу на вас?
9. Чи ставили дорослі під сумнів ваші рішення або вибір, змушуючи вас відчувати себе невмілим (-ою)?
10. Чи говорили вам дорослі, що ви нездатні самостійно приймати правильні рішення?
11. Чи залишали вас дорослі без підтримки як покарання за ваші рішення?
12. Чи ставили вам дорослі завищені або – протилежно – занижені вимоги щодо інтелектуального розвитку?
13. Чи вимагали дорослі від вас ідеальних результатів, незалежно від ваших можливостей або бажань?

Ключі:

Показник досвіду психологічного насильства в дитинстві дорівнює сумі балів за всіма 13 твердженнями.

Tata DVORIAKOVSKA, Master of Arts
ORCID ID: 0009-0006-6241-055X
e-mail: tatadvoriakovska@gmail.com
Private Psychology Practice

Olena SAVCHENKO, DSc (Psychology), Prof.
ORCID ID: 0000-0002-7069-7419
e-mail: elena.savchenko@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

QUESTIONNAIRE "RETROSPECTIVE ASSESSMENT OF PSYCHOLOGICAL VIOLENCE IN CHILDHOOD" AND "SCALE OF EXPERIENCE OF PSYCHOLOGICAL VIOLENCE IN CHILDHOOD": RESULTS OF DEVELOPMENT

Background. *This study focuses on the development of a new psychodiagnostic tool for the retrospective assessment of children's experiences of psychological abuse. The significance of this work stems from the methodological shortcomings of current Ukrainian and adapted foreign instruments. The aim of the study is to develop two complementary instruments: one for the differentiated assessment of sources of psychological abuse and one for the rapid screening of experiences of abuse.*

Methods. *The main psychometric properties of two methods are described: the "Retrospective Assessment of Psychological Violence in Childhood" (RAPVIC) and the "Scale of Experiences of Psychological Violence in Childhood" (SEPVIC). The study was conducted on a sample of 200 respondents (20 pre-test participants and 180 main study participants). Statistical data analysis was performed using the Jamovi 2.7 software environment. Exploratory and confirmatory factor analyses were used to optimize the instruments and verify their structural validity. The internal consistency of the scales was tested using Cronbach's alpha and McDonald's omega coefficients. Criterion validity was assessed using the nonparametric Kruskal-Wallis test.*

Results. *The structure of two new instruments was determined. The "Retrospective Assessment of Psychological Violence in Childhood" methodology demonstrated a two-factor structure ("Methods of Violent Influence in the Family" and "Methods of Violent Influence in Society"), which allows for the simultaneous assessment of two sources of victimization among respondents (CFI=0,972, TLI=0,966, RMSEA=0,041). The "Scale of Experiences of Psychological Violence in Childhood" was conceptualized a unifactorial instrument for rapid screening of the frequency of childhood psychological abuse episodes (CFI=0,970, TLI=0,964, RMSEA=0,046). Both instruments demonstrated high reliability indices (α and ω > 0,80). Criterion validity demonstrated the instruments' sensitivity to age-related characteristics, parental family composition, cognitive impairments, experience with psychotherapeutic care, and other factors.*

Conclusions. *The newly developed original instruments (RAPVIC and SEPVIC), designed for the retrospective assessment of psychological abuse in childhood, can be used for the differentiated diagnosis of sources of abuse and rapid express screening of the frequency of experienced episodes. Mathematical and statistical testing confirmed the high reliability and validity of the developed instruments, demonstrating their significant potential for practical counseling of adults and further scientific research.*

Keywords: *psychological violence, childhood trauma, experience of psychological abuse, victimization, adverse childhood experiences, retrospective assessment, psychometric validation, rapid screening.*

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори використовували NotebookLM для пошуку наукових джерел, Zotero для оформлення списку джерел за стандартом APA. Уся надана ШІ інформація була ретельно перевірена авторами.

Declaration on Generative Artificial Intelligence and Technologies That Use Artificial Intelligence. While preparing this article, the authors used NotebookLM to search for scientific sources and Zotero to format the references according to APA style. All information provided by AI was carefully verified by the authors.

Етична декларація. Протокол дослідження та його відповідність етичним стандартам схвалено Етичною комісією Українського психометричного товариства (УПМТ) (протокол № 02-2025 (доповнення) від 15.07.2025). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethics Statement. The research protocol and its compliance with ethical standards were approved by the Ethics Committee of the Ukrainian Psychometric Society (NGO "UPMS") (Protocol № 02-2025 (amendment) dated July 15, 2025). All study participants provided written informed consent to participate. The authors guarantee complete anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.922.8:355.01-021.68(477)
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).6

Галина ДУБЧАК, д-р габ., проф.
ORCID ID: 0000-0002-4062-979X
e-mail: halinadubczak@gmail.com
Університет кардинала Стефана Вишинського, Варшава, Польща

Віра КОРХ, канд. психол. наук
ORCID ID: 0000-0001-9686-0803
e-mail vira.korkh@knu.ua;
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Христина ЮРЧИШИН, магістр
ORCID ID: 0009-0005-2603-9223
e-mail: yurchyshyn.khrystyna@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ З ГОТОВНІСТЮ МОЛОДІ ДО ПОВЕРНЕННЯ В УКРАЇНУ В ПОВОЄННИЙ ПЕРІОД

В с т у п . *У статті представлено результати емпіричного дослідження взаємозв'язку психологічного благополуччя та соціально-психологічної адаптації з готовністю української молоді до повернення в Україну в повоєнний період.*

М е т о д и . *Вибірку становили 101 українці (18–35 років), які перебувають у країнах Європи та США (онлайн-опитування, 2025–2026 рр.). Було використано опитування, тестування, статистичні методи обробки даних: кореляційний, регресійний аналіз. Використано методики: WHO-5 Well-Being Index, шкалу соціально-психологічної адаптації К. Роджерса, Р. Даймонда та авторську анкету.*

Р е з у л ь т а т и . *Середній рівень готовності до повернення становив M = 3,36 (SD = 0,88) за п'ятибальною шкалою. Кореляційний та регресійний аналіз показали, що готовність до повернення не мала статистично значущого прямого зв'язку з психологічним благополуччям (ρ = .058, p = .562) і більшістю показників соціально-психологічної адаптації. Натомість найбільш виразним чинником готовності виявилася значущість умов повернення (ρ = .412, p < .001). Регресійна модель, що включала умови і бар'єри повернення, пояснювала 44,0 % дисперсії готовності (R^2 = .440, p < .001). Обговорено практичні імплікації для психологічної підтримки молоді за кордоном.*

В и с н о в к и . *Отримані результати дозволяють поглибити розуміння психологічних механізмів формування готовності до повернення у вимушених мігрантів. Відсутність прямого статистично значущого зв'язку між психологічним благополуччям і готовністю до повернення є ключовим і концептуально важливим результатом дослідження. Він узгоджується з ідеєю, що психологічне благополуччя – це не детермінанта міграційного рішення, а загальний показник психологічного ресурсу, що може опосередковувати вплив інших чинників. Емпірично встановлено тенденцію до від'ємного зв'язку між соціально-психологічною адаптацією і готовністю до повернення, тобто чим краще особа пристосувалась до нового соціального середовища, тим нижча ймовірність її повернення на Батьківщину.*

К л ю ч о в і с л о в а : *психологічне благополуччя, соціально-психологічна адаптація, готовність до повернення, вимушена міграція, українські мігранти, повоєнний період.*

Вступ

Повномасштабна війна Російської Федерації проти України спричинила наймасштабнішу вимушену зовнішню міграцію в Європі з часів Другої світової війни. За даними European Union Agency for Asylum, наприкінці червня 2025 р. близько 4,5 млн українців користувалися тимчасовим захистом у країнах ЄС (European Union Agency for Asylum, 2025), а за оцінками Центру економічної стратегії, станом на початок 2026 р. за кордоном перебувало близько 5,6 млн біженців (Центр економічної стратегії, 2026). Найбільша кількість осіб залишалася в Німеччині та Польщі, однак українці представлені практично в усіх країнах Європи та за її межами. Ця ситуація є безпрецедентною за масштабом і тривалістю: значна частина вимушених мігрантів перебуває за кордоном вже понад три роки, що суттєво змінює характер їхнього міграційного досвіду – від тимчасового перебування до формування нових життєвих траєкторій.

В умовах тривалої міграції питання повернення набуває не лише індивідуального, а й суспільно-стратегічного виміру. Відновлення людського капіталу, трудового потенціалу та демографічної структури України у повоєнний період безпосередньо залежить від того, яка частка вимушених мігрантів повернеться. При цьому повернення не є автоматичним наслідком завершення активних бойових дій: дані IOM та Migration Policy Institute Europe свідчать, що наміри українців щодо повернення є динамічними, умовними та формуються під впливом складної взаємодії безпекових, соціально-економічних і психологічних чинників (Migration Policy Institute Europe & IOM., 2023). З плином часу частка тих, хто декларує намір повернутися, поступово знижується, а позиція багатьох респондентів стає більш невизначеною – що підкреслює нагальність вивчення психологічних чинників цього процесу.

Особливої уваги в цьому контексті потребує молодь як специфічна соціально-демографічна група. Молодий вік (18–35 років) є критичним періодом для формування освітніх, професійних та особистісних траєкторій, становлення економічної самостійності та побудови довгострокових життєвих планів. Саме в цей час відбувається активне формування ідентичності, яке в умовах вимушеної міграції ускладнюється необхідністю одночасної адаптації до нового середовища й осмислення власного майбутнього. Рішення молодих українців щодо повернення або неповернення матиме довгострокові наслідки для демографічного потенціалу та майбутнього професійного ресурсу держави.

Незважаючи на зростаючу кількість досліджень українських вимушених мігрантів, психологічний вимір готовності

© Дубчак Галина, Корх Віра, Юрчишин Христина, 2026

до повернення залишається недостатньо вивченим. Наявні роботи переважно зосереджені на безпекових, економічних і соціальних чинниках, водночас роль психологічного благополуччя та особливостей соціально-психологічної адаптації у формуванні намірів повернення практично не аналізувалася як окремий предмет емпіричного дослідження. Це й визначає актуальність цієї роботи: вивчення внутрішніх психологічних чинників, що опосередковують готовність молоді до повернення, є необхідним як для розвитку психології міграції, так і для розробки ефективних програм підтримки українців за кордоном.

Метою нашої статті є висвітлення результатів емпіричного дослідження взаємозв'язку психологічного благополуччя, соціально-психологічної адаптації та готовністю української молоді до повернення в Україну у повоєнний період.

Огляд літератури. *Психологічне благополуччя* розглядається як інтегральна характеристика функціонування особистості на емоційному, когнітивному та евдемоністичному рівнях. У гедоністичній традиції (Diener, 1984) акцент робиться на суб'єктивному переживанні позитивних емоцій і задоволеності життям; в евдемоністичній моделі (Ryff, 1989) – на реалізації потенціалу, особистісному зростанні та наявності сенсу. Для вимірювання суб'єктивного компонента в цьому дослідженні використано WHO-5 Well-Being Index – коротку валідну шкалу, широко апробовану в крос-культурних дослідженнях (Topp., Østergaard, Søndergaard, & Bech, 2015).

Соціально-психологічна адаптація визначається як динамічний процес досягнення рівноваги між вимогами нового соціального середовища та внутрішніми ресурсами особистості. У гуманістичній моделі К. Роджерса адаптація пов'язується з конгруентністю Я-образу і реального досвіду (Роджерс, 1994). Шкала Роджерса–Даймонда операціоналізує адаптацію через такі взаємопов'язані компоненти: адаптивність, самоприйняття, прийняття інших, емоційний комфорт та інтернальність.

Готовність до повернення в сучасній теорії return migration розглядається не як декларативний намір, а як складне багатокомпонентне утворення. У концепції "preparedness" (Кассаріно, 2004) акцентується не лише бажання повернутися, а й наявність ресурсів, інформації, соціальних мереж та здатності до повторної інтеграції. Для вимушеної міграції характерний умовний та динамічний характер цієї готовності – її формування залежить від суб'єктивної оцінки безпеки, сімейних обставин і сприйнятих можливостей після повернення.

Методи

Дослідження мало кількісний поперечний дизайн і проводилося у форматі анонімного онлайн-опитування на платформі Google Forms у 2025–2026 рр. Було використано опитування, тестування, статистичні методи обробки даних: кореляційний, регресійний аналіз. Застосовувались три психодіагностичні методики: (1) *WHO-5 Well-Being Index* в адаптації Карамушки Л. М. та ін. (2025) – 5 тверджень про позитивний психоемоційний стан, індекс 0-100 балів (0–40 - низький, 41–62 – середній, 63–100 – високий рівень); (2) *Методика соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда* в адаптації Александрова та Давидової (2015) – 101 твердження, шкали: адаптивність, прийняття себе, прийняття інших, емоційний комфорт, інтернальність, домінантність, ескапізм (значення 0–33 % – низький, 34–66 % – середній, 67–100 % – високий рівень); (3) *Авторська анкета готовності до повернення* – 60 запитань; операціоналізує готовність через намір і ціннісну орієнтацію на повернення, емоційно-ресурсну готовність, поведінкове планування, значущість умов і суб'єктивні бар'єри повернення (шкала 1–5). Застосовано описову статистику, кореляційний аналіз за коефіцієнтом рангової кореляції Спірмена (перевірка нормальності за критерієм Шапіро–Вілка виявила відхилення для частини змінних), критерій Краскела–Волліса для міжгрупових порівнянь та ієрархічний регресійний аналіз. Обробку здійснено у SPSS.

Вибірка. 101 особа – молоді українці (18–35 років), які проживають у країнах Європи та США. Жінки становили 70,3 % (n = 71), чоловіки – 28,7 % (n = 29). За віком: 18–22 роки – 43,6 % (n = 44), 23–27 – 21,8 % (n = 22), 28–35 – 32,7 % (n = 33). Найчастіше представлені країни: Польща (n = 20), Італія (n = 13), Німеччина (n = 10), Чехія (n = 9). Тривалість перебування за кордоном: менше 6 місяців – 7,9 %, 6–12 місяців – 27,7 %, 1–2 роки – 26,7 %, 2–3 роки – 18,8 %, понад 3 роки – 18,8 %. Для 84,2 % виїзд був прямо або частково пов'язаний з повномасштабною війною. Соціально-демографічну характеристику дослідженої вибірки презентовано в табл. 1.

Таблиця 1

Соціально-демографічна характеристика вибірки (N = 101)

Характеристика	Категорія	n	%
Вік	18–22 роки	44	43,6
	23–27 років	22	21,8
	28–35 років	33	32,7
Стать	Жіноча	71	70,3
	Чоловіча	29	28,7
Тривалість за кордоном	Менше 6 місяців	8	7,9
	6–12 місяців	28	27,7
	1–2 роки	27	26,7
	2–3 роки	19	18,8
	Понад 3 роки	19	18,8
Статус	Студент(ка)	27	26,7
	Працюю	39	38,6
	І навчаюся, і працюю	23	22,8

Результати

Середній індекс психологічного благополуччя за WHO-5 становив M = 62,77 бала (SD = 20,88; min = 16; max = 100), що відповідає межі між середнім та високим рівнями. Розподіл за рівнями: високий рівень – 48,5 % (n = 49), середній – 31,7 % (n = 32), низький – 19,8 % (n = 20). Найвищі середні значення за окремими пунктами WHO-5 було отримано для бадьорості та гарного настрою (M = 3,29) і наповненості повсякденного життя цікавими речами (M = 3,28). Найнижчим виявився показник відчуття свіжості й відпочинку після пробудження (M = 2,90), що може вказувати на хронічну втому в досліджуваній групі.

ISSN 1728-3817

Показники соціально-психологічної адаптації свідчать про загалом достатній рівень адаптованості вибірки. Загальна адаптивність становила M = 66,52 % (SD = 13,53). Найвищим ресурсом виявилося прийняття себе (M = 72,00 %, SD = 15,71; 67,3 % – високий рівень). Прийняття інших (M = 63,67 %) і інтернальність (M = 63,41 %) перебували в середньо-високому діапазоні. Найменш вираженим і найбільш варіативним показником виявився ескапізм (M = 51,88 %, SD = 29,55; 31,7 % мали високий рівень), що відображає суттєві індивідуальні відмінності у схильності до уникання складних рішень. Емоційний комфорт переважно перебував на середньому рівні (59,4 % вибірки), що узгоджується з нижчим показником відновлення за WHO-5. Описові статистики представлено в табл. 2.

Таблиця 2

Описові показники основних шкал дослідження (N = 101)

Показник	M	SD	Min	Max
Загальна готовність до повернення (1–5)	3,36	0,88	1,04	4,91
Намір і ціннісна орієнтація (1–5)	3,50	1,03	1,00	5,00
Емоційно-ресурсна готовність (1–5)	3,27	0,85	1,00	5,00
Поведінкове планування (1–5)	3,33	1,05	1,00	5,00
Значущість умов повернення (1–5)	3,83	0,83	1,58	5,00
Бар'єри повернення (1–5)	3,48	0,96	1,22	5,00
WHO-5, індекс благополуччя (0–100)	62,77	20,88	16,00	100,00
СПА: адаптивність (%)	66,52	13,53	29,51	91,80
СПА: прийняття себе (%)	72,00	15,71	22,22	100,00
СПА: прийняття інших (%)	63,67	18,30	30,77	100,00
СПА: емоційний комфорт (%)	60,61	17,72	7,14	100,00
СПА: інтернальність (%)	63,41	12,96	36,36	90,91
СПА: ескапізм (%)	51,88	29,55	0,00	100,00

Загальний показник готовності до повернення в Україну становив M = 3,36 (SD = 0,88), що відповідає помірно вираженій готовності. Розподіл за рівнями: середній – 51,5 % (n = 52), високий – 35,6 % (n = 36), низький – 12,9 % (n = 13). Отже, більшість учасників не відкидають повернення, але не мають остаточно сформованого рішення.

Найвищим серед компонентів готовності виявився показник значущості умов повернення (M = 3,83), тобто рішення про повернення суттєво залежить від конкретних передумов – безпеки, житла, роботи, навчання. Намір і ціннісна орієнтація (M = 3,50) були дещо вищими за емоційно-ресурсну готовність (M = 3,27) та поведінкове планування (M = 3,33), що відображає розрив між бажанням повернутися та наявністю внутрішнього ресурсу і конкретного плану для цього.

За теперішнім наміром: точно планують повернутися 17,8 % (n = 18), скоріше планують – 28,7 % (n = 29), ще не визначилися – 31,7 % (n = 32), скоріше не планують – 16,8 % (n = 17), точно не планують – 5,0 % (n = 5). Отже, значна частина вибірки (31,7 %) перебуває у стані невизначеності, що робить їх найбільш психологічно чутливою групою.

Серед умов повернення найвищу значущість мають: можливість працевлаштування (M = 4,06), перспективи майбутнього в Україні (M = 4,04), наявність близьких людей в Україні (M = 4,02) та емоційний зв'язок з Україною (M = 3,97). Серед бар'єрів домінують: економічна невизначеність (M = 3,80), невпевненість у власному майбутньому після повернення (M = 3,79), страх нестабільності (M = 3,69) та страх втрати можливостей, набутих за кордоном (M = 3,65).

Кореляційний аналіз Спірмена показав, що загальна готовність до повернення мала статистично значущий позитивний зв'язок лише з оцінкою значущості умов повернення (ρ = .412, p < .001). Натомість психологічне благополуччя (WHO-5) не мало значущого зв'язку із загальною готовністю (ρ = .058, p = .562). Більшість шкал СПА також не виявили статистично значущих зв'язків із загальним індексом готовності. Адаптивність (ρ = .167, p = .095) та емоційний комфорт (ρ = .169, p = .091) виявили лише граничні тенденції.

Аналіз окремих компонентів готовності виявив додаткові зв'язки. Намір і ціннісна орієнтація на повернення позитивно корелювали зі значущістю умов (ρ = .381, p < .001), адаптивністю (ρ = .227, p = .022) та прийняттям інших (ρ = .203, p = .042). Поведінкове планування мало найсильніший зв'язок зі значущістю умов повернення (ρ = .469, p < .001). Емоційно-ресурсна готовність корелювала зі значущістю умов (ρ = .289, p = .003). Основні результати кореляційного та регресійного аналізу наведено в табл. 3

Таблиця 3

Основні результати кореляційного та регресійного аналізу (N=101)

Аналіз	Показник	Стат.	p
Кореляція Спірмена	Готовність загальна – умови повернення	ρ = .412	< .001
	Готовність загальна – бар'єри повернення	ρ = -.126	.210
	Готовність загальна – WHO-5	ρ = .058	.562
	Готовність загальна – СПА адаптивність	ρ = .167	.095
	Намір/орієнтація – умови повернення	ρ = .381	< .001
	Намір/орієнтація – СПА адаптивність	ρ = .227	.022
	Намір/орієнтація – прийняття інших	ρ = .203	.042
	Поведінкове планування – умови	ρ = .469	< .001
Регресійний аналіз	Модель 1 (лише психол. показники)	R^2 = .023	.812
	Модель 2 (умови + бар'єри + психол.)	R^2 = .440	< .001
	Предиктор: значущість умов повернення	β = .789	< .001
	Предиктор: бар'єри повернення	β = -.584	< .001

Регресійний аналіз підтвердив та поглибив ці результати. Модель 1, що включала лише психологічне благополуччя та показники СПА, не була статистично значущою (R^2 = .023, F = 0,45, p = .812). Натомість Модель 2, у якій до аналізу були включені значущість умов і бар'єри повернення разом із психологічними показниками, пояснювала 44,0 % дисперсії загальної готовності (R^2 = .440, скоригований R^2 = .398, F = 10,44, p < .001). Найсильнішим позитивним предиктором виявилася значущість умов повернення (B = 0,832; β = .789; p < .001), а бар'єри мали значущий негативний внесок (B = -0,535; β = -.584; p < .001). Психологічне благополуччя та більшість показників адаптації не мали статистично значущого самостійного внеску в регресійній моделі.

Групові порівняння (критерій Краскела–Волліса) підтвердили валідність авторського індексу: готовність статистично значуще відрізнялась залежно від теперішнього наміру (H = 41,95, p < .001), упевненості в рішенні (H = 26,83, p < .001) та ймовірного часу повернення (H = 31,12, p < .001). Натомість тривалість перебування за кордоном (H = 5,28, p = .260), статус у країні перебування (H = 3,23, p = .520) та наявність родичів в Україні (H = 1,26, p = .532) не пов'язувалися з рівнем готовності до повернення.

Дискусія і висновки

Отримані результати дають змогу поглибити розуміння психологічних чинників формування готовності до повернення у вимушених мігрантів. Відсутність прямого статистично значущого зв'язку між психологічним благополуччям і готовністю до повернення є ключовим і концептуально важливим результатом дослідження. Він узгоджується з ідеєю, що психологічне благополуччя – це не детермінанта міграційного рішення, а загальний показник психологічного ресурсу, що може опосередковувати вплив інших чинників.

Емпірично встановлена тенденція до від'ємного зв'язку між соціально-психологічною адаптацією й готовністю до повернення узгоджується з висновками зарубіжних дослідників (Karling, & Petersen, 2014), які показали, що наміри повернення формуються на перетині двох вимірів: інтеграції в країні перебування та збереження зв'язків із країною походження. Вищий рівень адаптації може свідчити як про більшу гнучкість (що сприяє будь-яким змінам, зокрема поверненню), так і про закріплення в новому середовищі, що знижує актуальність повернення.

Центральна роль значущості умов повернення підтверджує концепцію "preparedness" (Кассаріно, 2004): бажання повернутися є необхідною, але не достатньою умовою готовності. Людина, яка справді розглядає повернення, починає активно оцінювати його реалістичність. Тому вища значущість умов не означає нижчу мотивацію – навпаки, вона свідчить про серйозне ставлення до життєвого рішення.

Розрив між наміром (M = 3,50) та емоційно-ресурсною готовністю (M = 3,27) є психологічно закономірним. Повернення після вимушеної міграції означає повторну адаптацію, що вимагає значних ресурсів навіть за наявності сильної мотивації. Зазначений результат узгоджується з даними IOM та (Migration Policy Institute Europe, 2023), де підкреслюється динамічність і умовний характер намірів повернення українців.

Домінування серед бар'єрів економічної невизначеності та страху втрати можливостей за кордоном указує на те, що молодь мислить про повернення через призму вікових завдань розвитку: здобуття освіти, кар'єри, фінансової незалежності. Відсутність зв'язку між тривалістю перебування за кордоном і готовністю до повернення свідчить, що вирішальним є не сам факт міграційного досвіду, а його психологічне значення для конкретної людини.

Готовність української молоді до повернення в Україну в повоєнний період є складним, умовним та частково амбівалентним психологічним утворенням. У досліджуваній вибірці переважав середній рівень готовності (M = 3,36; 51,5 %), а майже третина респондентів перебуває у стані невизначеності.

Більшість показників соціально-психологічної адаптації також не виявили прямих значущих зв'язків із загальним індексом готовності. Водночас адаптивність і прийняття інших слабко, але значуще корелювали з наміром і ціннісною орієнтацією на повернення.

Найбільш виразним чинником готовності виявилася значущість умов повернення (ρ = .412, p < .001). Регресійна модель, що поєднує умови та бар'єри повернення, пояснює 44,0 % дисперсії загальної готовності. Психологічна підтримка молоді має бути спрямована не лише на посилення мотивації, а й на зниження невизначеності, формування реалістичного образу майбутнього в Україні та зменшення суб'єктивних бар'єрів.

Розроблено рекомендації соціально-психологічної підтримки української молоді, яка перебуває за кордоном у зв'язку з вимушеною міграцією в умовах війни (в рамках наукового проєкту кафедри соціальної психології факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка "Соціально-психологічні технології долання наслідків війни" від 2026 року під керівництвом професора Т. М. Траверсе).

Обмеження дослідження: поперечний дизайн не дає підстав для причинно-наслідкових висновків; нерівномірний розподіл за статтю (70,3 % жінок) обмежує генералізацію результатів; вибірка формувалася на добровільній основі. Перспективними є лонгітюдні дослідження, які відстежують динаміку готовності української молоді до повернення в Україну в повоєнний період.

Відкрита наука. Дані, наведені у цій статті, можна отримати за запитом у відповідального автора vira.korkh@knu.ua.

Внесок авторів: Віра Корх – концептуалізація, методологія, підготовка теоретичних засад дослідження, редагування; Христина Юрчишин – підготовка огляду літератури, аналіз джерел, збір емпіричних даних та їх валідація, емпіричне дослідження; Галина Дубчак – концептуалізація, методологія, редагування, емпіричне дослідження.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Александров, Д. О., & Давидова, О. В. (2015). *Психологічне забезпечення оперативно-службової діяльності працівників міліції. Частина 8. Діагностика особистості працівника ОВС в системі психологічного супроводження*. НАВС. https://www.naiau.kiev.ua/files/kafedru/up/pidrych_psuxol-zabezp8.pdf

Карамушка, Л. М., Креденцер, О. В., & Терещенко, К. В. (2025). *Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій* (2-ге вид.). Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України.

Роджерс, К. (1994). *Погляд на психотерапію. Становлення людини*. Прогрес.

Центр економічної стратегії. (2026). *П'ята хвиля дослідження українців за кордоном*.

Carling, J., & Pettersen, S. V. (2014). Return migration intentions in the integration–transnationalism matrix. *International Migration*, 52(6), 13–30. https://doi.org/10.1111/imig.12161

Cassarino, J.-P. (2004). Theorising return migration: The conceptual approach to return migrants revisited. *International Journal on Multicultural Societies*, 6(2), 253–279. https://ssrn.com/abstract=1730637

Dustmann, C., & Weiss, Y. (2007). Return migration: Theory and empirical evidence from the UK. *British Journal of Industrial Relations*, 45(2), 236–256. https://doi.org/10.1111/j.1467-8543.2007.00613.x

European Union Agency for Asylum. (2025). *EUAA asylum report 2025.*

Migration Policy Institute Europe & International Organization for Migration. (2023). *Ukrainian refugees and their intention to return.*

Topp, C. W., Østergaard, S. D., Søndergaard, S., & Bech, P. (2015). The WHO-5 Well-Being Index: A systematic review of the literature. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(3), 167–176. https://doi.org/10.1159/000376585

UNHCR Ukraine Refugee Situation. (2025). Operational data portal. https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine

References

Aleksandrov, D. O., & Davydova, O. V. (2015). *Psykholohichne zabezpechennia operatyvno-sluzhbovoi diialnosti pratsivnykiv militsii. Chastyna 8. Diahnostyka osobystosti pratsivnyka OVS v systemi psykholohichnoho suprovodzhennia* [Psychological support of operational and official activities of militia officers. Part 8. Diagnosis of the personality of an Internal Affairs officer in the system of psychological support]. NAVS [in Ukrainian]. https://www.naiau.kiev.ua/files/kafedru/up/pidrych_psuxol-zabezp8.pdf

Carling, J., & Pettersen, S. V. (2014). Return migration intentions in the integration–transnationalism matrix. *International Migration*, 52(6), 13–30. https://doi.org/10.1111/imig.12161

Cassarino, J.-P. (2004). Theorising return migration: The conceptual approach to return migrants revisited. *International Journal on Multicultural Societies*, 6(2), 253–279. https://ssrn.com/abstract=1730637

Centre for Economic Strategy. (2026). *Piata khvylia doslidzhennia ukraintsiv za kordonom* [The fifth wave of the research on Ukrainians abroad] [in Ukrainian].

Dustmann, C., & Weiss, Y. (2007). Return migration: Theory and empirical evidence from the UK. *British Journal of Industrial Relations*, 45(2), 236–256. https://doi.org/10.1111/j.1467-8543.2007.00613.x

European Union Agency for Asylum. (2025). *EUAA asylum report 2025.*

Karamushka, L. M., Kredentser, O. V., & Tereshchenko, K. V. (2025). *Metodyky doslidzhennia psykhichnoho zdorov'ia ta blahopoluchchia personalu orhanizatsii* [Methods of research on mental health and well-being of organizations' personnel] (2nd ed.). Kostiuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine [in Ukrainian].

Migration Policy Institute Europe & International Organization for Migration. (2023). *Ukrainian refugees and their intention to return.*

Rogers, C. (1994). *Pohliad na psykhoterapiiu. Stanovlennia liudyny* [On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy]. Prohres [in Ukrainian].

Topp, C. W., Østergaard, S. D., Søndergaard, S., & Bech, P. (2015). The WHO-5 Well-Being Index: A systematic review of the literature. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 84(3), 167–176. https://doi.org/10.1159/000376585

UNHCR Ukraine Refugee Situation. (2025). *Operational data portal.* https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine

Отримано редакцією журналу / Received: 25.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Halyna DUBCZAK, Dr habil., prof.
ORCID ID: 0000-0002-4062-979X
e-mail: halinadubczak@gmail.com
Cardinal Stefan Wyszyński University, Warsaw, Poland

Vira KORKH, PHD (Psykhol.)
ORCID ID: 0000-0001-9686-0803
e-mail vira.korkh@knu.ua;
vera.korh18@gmail.com
Kyiv national universityt by Taras Shevchenko, Kyiv, Ukraine

Khrystyna YURCHYSHYN, Master's Student
ORCID ID: 0009-0005-2603-9223
e-mail: yurchyshyn.khrystyna@gmail.com
Kyiv national universityt by Taras Shevchenko, Kyiv, Ukraine

THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND YOUTH'S READINESS TO RETURN TO UKRAINE IN THE POST-WAR PERIOD

Background. *The article presents the results of an empirical study of the relationship between psychological well-being and socio-psychological adaptation with the readiness of Ukrainian youth to return to Ukraine in the post-war period.*

Methods. *The sample consisted of 101 Ukrainians (18–35 years old) who are in European countries and the USA (online survey, 2025–2026). Surveys, testing, statistical methods of data processing were used: correlation, regression analysis. Techniques used: WHO-5 Well-Being Index, scale of socio-psychological adaptation by C. Rogers and R. Dymond and author's questionnaire.*

Results. *The average return readiness level was M = 3.36 (SD = 0.88) on a five-point scale. Correlation and regression analysis showed that readiness to return did not have a statistically significant direct relationship with psychological well-being (ρ = .058, p = .562) and most indicators of social and psychological adaptation. Instead, the most pronounced factor of readiness turned out to be the significance of the return conditions (ρ = .412, p < .001). The regression model, which included return conditions and barriers, explained 44.0% of the variance of readiness (R^2 = .440, p < .001). Practical implications for psychological support of young people abroad were discussed.*

Conclusions. *The obtained results make it possible to deepen the understanding of the psychological mechanisms of formation of readiness for return in forced migrants. The lack of a direct statistically significant relationship between psychological well-being and willingness to return is a key and conceptually important outcome of the study. It is consistent with the idea that psychological well-being is not a determinant of a migration decision, but a general indicator of a psychological resource that can mediate the influence of other factors. There was an empirically established tendency towards a negative connection between socio-psychological adaptation and readiness for return, that is, the better a person adapted to a new social environment, the lower his readiness to return to Ukraine.*

Keywords: *psychological well-being, socio-psychological adaptation, readiness to return, forced migration, Ukrainian migrants, post-war period.*

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори не використовували інструменти штучного інтелекту.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors did not use artificial intelligence tools.

Етична декларація. Дослідження схвалено Етичною комісією ГО "Українська асоціація психології освіти та розвитку" (протокол № 1 від 30.04.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement The study was approved by the Ethics Committee of the Public Organization "Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology" (Protocol No. 1 dated April 30, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробці дослідження: у зборі, аналізі чи інтерпретації даних, написанні рукопису, у вирішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflict of interest. The sponsors were not involved in the design of the study: in the collection, analysis or interpretation of data, in the writing of the manuscript, or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.9:616.89-008.441.44
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).7

Наталія ДЯДИЧЕНКО, практикуючий психолог, психотерапевт
ORCID ID: 0009-0001-6385-9600
e-mail: dyadichenkonata@gmail.com
Асоціація психологів України, Київ, Україна

НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНО ОБҐРУНТОВАНА МУЛЬТИМОДАЛЬНА ПРОГРАМА ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ІЗ ВІЙСЬКОВОЮ ТРАВМОЮ: КВАЗІЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ З РЕПЛІКАЦІЄЮ ЕФЕКТУ

В с т у п . *Повномасштабна війна в Україні (з лютого 2022 року) спричинила серйозні виклики для психічного здоров'я, особливо підлітків, уяких часто спостерігаються ПТСР, тривожність та депресія. Постійний травматичний стрес призводить до нейробіологічних порушень та підвищує ризик складних психічних розладів. Водночас підліткова нейропластичність створює можливості для ефективної психосоціальної реабілітації за умови правильно організованих втручань.*

М е т о д и . *Метою дослідження була оцінка ефективності мультимодальної програми психосоціальної реабілітації для підлітків з військовою травмою за умов тривалого травматичного стресу. Було проведено квазіекспериментальне дослідження "до–після" з трьома когортами в реабілітаційному таборі в Іспанії, організованому фондом Cultura Contra Balas. Учасниками стали 96 підлітків віком 14–18 років, які пережили військово-травматичні події. Програма тривала 14 днів і включала дворазові групові психотерапевтичні сесії, фізичну активність (спорт, йога, танці), авторські психотерапевтичні техніки, тілесно-орієнтовані та арт-терапевтичні практики, а також онлайн-супровід протягом трьох місяців. Оцінка ефективності проводилася за стандартними шкалами: GAD-7 (тривожність), PCL-5 (ПТСР), CD-RISC-10 (резильєнтність), PSQI (якість сну), Rosenberg SES (самоповага), а також спостереженням соціальної взаємодії і тематичними інтерв'ю. Кількісні дані аналізували парними t-тестами з розрахунком розміру ефекту, якісні – тематичним аналізом.*

Р е з у л ь т а т и . *Результати свідчать про позитивну динаміку за ключовими психоемоційними показниками: рівень тривожності знизився з 12,4 до 7,8 балів (−37,1 %, Cohen's d = 1,91), зменшились симптоми ПТСР (флешбеки), підвищилась резильєнтність, покращилась якість сну і самоповага, а також соціальна взаємодія, що підтверджено як кількісно, так і якісно. Слід зазначити, що квазіекспериментальний дизайн без рандомізованої контрольної групи обмежує можливість повноцінних причинно-наслідкових висновків.*

В и с н о в к и . *Отримані результати узгоджуються з припущенням про потенційну ефективність нейропсихологічно обґрунтованої мультимодальної програми реабілітації (Cohen's d = 1,91). Позитивна динаміка може пояснюватися поєднанням тілесних, емоційних, когнітивних і соціальних інтервенцій та їхнім впливом на нейробіологічні механізми регуляції стресу. Водночас відсутність контрольної групи є ключовим обмеженням дослідження, що потребує врахування при інтерпретації результатів. Для підтвердження ефективності програми необхідні подальші дослідження з рандомізованим контрольованим дизайном.*

К л ю ч о в і с л о в а : *безперервний травматичний стрес, нейропластичність, мультимодальне втручання, емоційна регуляція, групова психотерапія, посттравматичне зростання, квазіекспериментальний дизайн, підлітковий вік.*

Вступ

Повномасштабний військовий конфлікт в Україні, що розпочався у лютому 2022 р., спричинив безпрецедентні виклики для психічного здоров'я населення, зокрема підлітків. За сучасними епідеміологічними даними, значна частка підлітків, які зазнали військово-травматичних подій, демонструє симптоми посттравматичного стресового розладу (ПТСР), тривожності, депресії та інших психоемоційних порушень. Згідно з дослідженнями, проведеними в умовах війни, поширеність клінічно значущих симптомів ПТСР серед дітей та підлітків з прифронтових територій може сягати від 25 до 40 %, а супутніх тривожно-депресивних розладів – понад 50 %. Такі високі показники зумовлюють нагальну потребу у впровадженні ефективних, доказово обґрунтованих та культурно адаптованих програм психосоціальної реабілітації, здатних запобігти хронізації психічної травми.

На відміну від одноразових травматичних подій (наприклад, ДТП або ізольований напад), у сучасних умовах українські підлітки перебувають під впливом постійного травматичного стресу (continuous traumatic stress, CTS). Цей феномен характеризується тривалою, непередбачуваною та повторюваною експозицією до небезпечних і загрозливих ситуацій, де загроза життю залишається реальною навіть після переміщення у відносно безпечні зони. Такий тип стресу має глибокі та складні нейробіологічні наслідки. Хронічна гіперактивація осі "гіпоталамус-гіпофіз-наднирники" призводить до стійкого підвищення рівня кортизолу, що, у свою чергу, спричиняє порушення регуляції автономної нервової системи. На нейроструктурному рівні це проявляється гіперактивністю амігдали (центру обробки страху) та зниженням об'єму і функціональної активності гіпокампа й префронтальної кори. Це призводить до зниження когнітивного контролю над емоціями, погіршення робочої пам'яті та підвищення ризику розвитку комплексних психічних розладів, делінквентної поведінки та соціальної дезадаптації.

Водночас підлітковий вік відзначається високою нейропластичністю – здатністю мозку до структурних та функціональних змін у відповідь на досвід. Період пубертату є критичним вікном для розвитку префронтальної кори та її зв'язків з лімбічною системою. Ця пластичність має подвійний характер: з одного боку, вона робить підлітків особливо вразливими до травматичного стресу, а з іншого – створює потужний потенціал для ефективного відновлення за умови своєчасних та правильно організованих психотерапевтичних втручань. Спрямована активація адаптивних нейронних мереж через безпечну соціальну взаємодію, тілесну регуляцію та когнітивне переосмислення здатна не лише нівелювати наслідки травми, але й сприяти посттравматичному зростанню.

© Дядиченко Наталія, 2026

Огляд літератури. Проблема впливу травматичного досвіду на психічне здоров'я активно досліджується у сучасній психології та нейронауках. Доведено, що психологічна травма супроводжується стійкими змінами у функціонуванні нейронних мереж. Гіперактивація амігдали та зниження активності вентромедіальної префронтальної кори ускладнюють процеси емоційної регуляції та гальмування реакції страху. Крім того, травматичний досвід має виражений соматичний компонент, проявляючись у хронічному м'язовому напруженні, порушенні сну та підвищеній фізіологічній реактивності організму (van der Kolk, 2014). Тіло "запам'ятовує" травму на рівні вегетативних реакцій, що робить суто когнітивні підходи недостатніми для повноцінного зцілення.

Суттєвий внесок у розуміння механізмів подолання травми зробила полівагальна теорія С. Порджеса (Porges, 2011). Відповідно до цієї теорії автономна нервова система має ієрархічну структуру, де найвищим рівнем є вентральний вагальний комплекс, що відповідає за соціальну взаємодію та відчуття безпеки. Активація цього комплексу через підтримувальний соціальний контакт (соціальне залучення) здатна гальмувати захисні реакції симпатичної нервової системи ("бий або біжи") та дорсального вагального комплексу (завмирання, дисоціація). Таким чином, безпечне групове середовище стає не просто фоном, а активним нейрофізіологічним механізмом реабілітації.

Важливу роль відіграє також концепція реконсолідації пам'яті. Дослідження показують, що при актуалізації травматичного спогаду в умовах повної безпеки та підтримки, слід пам'яті стає лабільним і може бути змінений або перезаписаний без інтенсивного емоційного заряду страху (Ecker et al., 2012). Це пояснює ефективність методів, що дозволяють переробляти травматичні спогади без ризику ретравматизації.

У сучасних дослідженнях підкреслюється ефективність травмо-інформованого підходу (Trauma-Informed Care), який базується на принципах безпеки, довіри, співпраці, вибору та розширення можливостей клієнта (Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2014). Серед доказових методів терапії ПТСР у підлітків золотим стандартом вважається травмо-фокусована когнітивно-поведінкова терапія (TF-CBT) та EMDR. Однак в умовах постійного травматичного стресу класичні протоколи часто потребують адаптації. Дедалі ширше застосовуються мультимодальні підходи, що інтегрують арт-терапевтичні та тілесно-орієнтовані практики з когнітивними техніками. Водночас питання ефективної інтеграції цих підходів у короткострокові інтенсивні програми реабілітації підлітків, які перебувають у стані постійного травматичного стресу і згодом повертаються у небезпечне середовище, залишається недостатньо вивченим і потребує подальшого емпіричного обґрунтування.

Методи

Дослідження використовувало квазіекспериментальний дизайн "до–після" з трьома незалежними когортами (реплікація ефекту). Проводилось у резидентному таборі-реабілітації в Іспанії, організованому Міжнародним благодійним фондом Cultura Contra Balas. Заклад надав структуроване терапевтичне середовище з цілодобовим наглядом. Усі учасники та їхні батьки/опікуни надали письмову інформовану згоду до початку участі. Звітування відповідає рекомендаціям TREND для квазіекспериментальних досліджень (Des Jarlais et al., 2004).

Учасники. Варто наголосити, що учасники не були внутрішньо переміщеними особами (ВПО) у класичному розумінні, які змінили місце проживання на безпечніші регіони. Після завершення реабілітаційної програми всі підлітки поверталися до своїх домівок на прифронтових і деокупованих територіях (Харківська, Сумська, Херсонська області). Це створювало унікальний контекст дослідження: інтервенція проводилася не після остаточного завершення травматичної події, а як засіб підвищення життєстійкості та стабілізації психіки в умовах триваючої експозиції до стресорів.

Дослідження включало 96 підлітків (N = 96) віком 14–18 років (M = 16,2 року, SD = 1,4): 52 дівчини (54,2 %) та 44 хлопці (45,8 %). Усі мали задокументовану експозицію до військово-травматичних подій (перебування під обстрілами, окупація, втрата близьких або житла). Учасників набирали з прифронтових та деокупованих регіонів через партнерства з освітніми установами та громадськими організаціями. Вибірка формувалася методом цілеспрямованого відбору з урахуванням критеріїв включення. Усі 96 учасників завершили повний цикл програми та надали дані на всіх трьох часових точках, що свідчить про високий рівень залученості та мотивації (відсоток відсіву становив 0%).

Критерії включення:

- вік 14–18 років;
- задокументована експозиція до військово-травматичних подій;
- поточне проживання в Україні або статус внутрішньо переміщеної особи;
- здатність брати участь у групових втручаннях;
- згода батьків/опікунів на участь.

Критерії виключення:

- активні суїцидальні думки, що вимагають невідкладної психіатричної госпіталізації;
- серйозні розлади, пов'язані із вживанням психоактивних речовин;
- гострі психотичні симптоми;
- неспроможність спілкуватися українською або російською мовами.

Програма складалась з 14 днів інтенсивного втручання (2 сеанси на день, 1,5–2,5 год кожен), що інтегрувала психологічне втручання з активним фізичним відновленням (плавання, волейбол, баскетбол, танець, йога). Сеанси проводились у закритому груповому форматі (8–10 учасників у кожній підгрупі), що забезпечувало високий рівень довіри та конфіденційності. Групова динаміка модерувалася двома фасилітаторами-психологами. Після завершення двотижневої програми здійснювався постпрограмний онлайн-супровід упродовж трьох місяців для підтримки досягнутих результатів.

Структуровані групові сеанси включали поетапне впровадження комплексу авторських психотерапевтичних технік, розроблених автором дослідження. Програма була поділена на три логічні фази, що відповідають сучасним протоколам травмотерапії (Herman, 1992):

Фаза 1: Стабілізація та встановлення безпеки (Дні 1–4). Основна мета – зниження гіперзбудливості, навчання технікам заземлення (grounding) та емоційної саморегуляції. Використовувались дихальні практики, прогресивна м'язова релаксація та вправи на активацію вентрального вагального комплексу.

Фаза 2: Переробка травматичного досвіду (Дні 5–10). Мета – безпечна конфронтація з травматичними спогадами без ретравматизації. Застосовувалися елементи доказових підходів, зокрема модифіковані техніки TF-CBT (створення травматичного наративу через арт-терапію), а також техніки двосторонньої стимуляції (елементи EMDR) для сприяння реконсолідації пам'яті. Особлива увага приділялася роботі з тригерами та інтрузивними

спогадами. Підлітки вчилися розпізнавати соматичні маркери тривоги та застосовувати навички заземлення безпосередньо під час активації травматичного матеріалу. Використання метафоричних асоціативних карт (МАК) та методів пісочної терапії дозволило обійти когнітивні захисти та працювати з глибокими емоційними переживаннями у символічній формі, що є особливо ефективним у підлітковому віці.

Фаза 3: Інтеграція та посттравматичне зростання (Дні 11–14). Мета – формування нового бачення майбутнього, відновлення соціальних зв'язків та ідентифікація внутрішніх ресурсів. Застосовувалися практики розвитку емоційного інтелекту, групові рефлексії та техніки планування. Учасники створювали індивідуальні "карти ресурсів" та "плани безпеки" для використання після повернення додому. Цей етап був критично важливим для переходу від позиції жертви до позиції людини, що вижила й має сили для подальшого розвитку. Групові ритуали завершення програми сприяли закріпленню почуття належності та формуванню підтримувальної спільноти, яка продовжувала функціонувати в онлайн-форматі після завершення табору.

Щоденна фізична активність була не просто фоновим елементом, а невід'ємною частиною терапевтичного процесу. Вона забезпечувала фізичний розряд накопиченої м'язової напруги (Fight-or-Flight response), сприяла тонусу блукаючого нерва через ритмічний рух та синхронізацію дихання, підтримувала соціальний зв'язок та відновлення почуття нормальності і тілесної автономії (Thayer, & Lane, 2000; Laborde et al., 2017).

Інструменти оцінки:

Тривожність оцінювалась за валідованою україномовною версією шкали GAD-7 (General Anxiety Disorder-7), що дозволяє стандартизовано виміряти рівень генералізованої тривожності за останні два тижні. Шкала містить 7 пунктів, які оцінюються від 0 ("ніколи") до 3 ("майже щодня"), із загальним балом від 0 до 21. Додатково використовувалась авторська 10-бальна візуально-аналогова шкала Лікерта для швидкого щоденного моніторингу (0 = відсутність тривожності, 10 = максимальна тривожність) на трьох часових точках: День 1 (базова оцінка), День 7 (середина) та День 14 (після програми).

Інтенсивність симптомів ПТСР оцінювалась за допомогою субшкали PCL-5 (PTSD Checklist for DSM-5), зокрема фокусуючись на кластері симптомів повторного переживання (флешбеки, інтрузивні думки, нічні жахи).

Резильєнтність (життєстійкість) вимірювалась за Шкалою Коннора–Девідсона (CD-RISC-10), яка складається з 10 тверджень, що оцінюють здатність адаптуватися до стресу та долати життєві труднощі.

Якість сну оцінювалась за Піттсбурзьким індексом якості сну (PSQI), де вищий бал вказує на гіршу якість сну та більшу кількість порушень (труднощі із засинанням, часті пробудження).

Рівень самоповаги та впевненості в собі вимірювався за Шкалою самоповаги Розенберга (Rosenberg SES), що складається з 10 тверджень і є золотим стандартом для оцінки глобального ставлення до себе.

Соціальна взаємодія та рівень ізоляції фіксувались через структуроване спостереження фасилітатора за 5-бальною шкалою (1 = повністю ізольований, уникає контакту, 5 = активно залучений, ініціює взаємодію). Додатково проводились відкриті якісні інтерв'ю наприкінці програми, що підлягали тематичному аналізу для виявлення суб'єктивного сприйняття змін самими підлітками.

Аналіз даних

Кількісні дані аналізувались за допомогою парних t-тестів. Розмір ефекту розраховувався за формулою Cohen's d = (M_post − M_pre) / SD_pre. Зазначимо, що стандартна формула Cohen's d для парних вимірювань передбачає використання стандартного відхилення різниць (SD_diff); застосована формула є варіантом Glass's Δ. Для забезпечення порівнянності з іншими дослідженнями рекомендується у наступних фазах використовувати rmcorr або формулу з SD_diff. Описова статистика обчислювалась для демографічних змінних. Якісні дані аналізувались методом тематичного аналізу.

Результати

Рівень тривожності знизився з 12,4 до 7,8 балів (зниження на 37,1 %). Парний t-тест підтвердив статистичну значущість: $t(95) = 18,72$, $p < 0,001$, Cohen's d = 1,91 (великий розмір ефекту; Cohen, 1988). Розмір ефекту розраховувався за формулою: d = (M_post − M_pre) / SD_pre.

Таблиця 1

Результати за когортами – зниження тривожності

Когорта	n	M до (SD)	M після (SD)	Зниження (%)	t	p	Cohen's d
Когорта 1	32	12,1 (3,1)	7,6 (2,4)	37,2 %	11,23	< 0,001	1,93
Когорта 2	33	12,5 (3,3)	7,9 (2,6)	37,3 %	11,87	< 0,001	1,75
Когорта 3	31	12,5 (3,2)	7,8 (2,5)	37,6 %	12,01	< 0,001	1,93
Загалом	96	12,4 (3,2)	7,8 (2,5)	37,1 %	18,72	< 0,001	1,91

Примітка: Відмінності між когортами не досягли рівня статистичної значущості ($p > 0,05$), що підтверджує стабільність та реплікованість результатів. M – середнє значення.

Використання стандартизованих шкал виявило позитивну динаміку програми за всіма ключовими показниками. Рівень тривожності за GAD-7 знизився з 12,4 (SD = 3,2) до 7,8 (SD = 2,5) балів. Значне поліпшення також зафіксовано щодо симптомів флешбеків (PCL-5), резильєнтності (CD-RISC-10), якості сну (PSQI) та впевненості в собі (Rosenberg SES) (табл. 2).

Детальний аналіз показав, що за шкалою резильєнтності CD-RISC-10 середній бал зріс на 24 % (з 21,4 до 26,5), що свідчить про суттєве підвищення здатності підлітків справлятися зі стресом. Показники якості сну (PSQI) також продемонстрували позитивну динаміку: кількість скарг на нічні жахи та труднощі із засинанням зменшилася майже вдвічі. Рівень самоповаги за Rosenberg SES зріс у середньому на 18 %, що корелює з поліпшенням соціальної взаємодії у групі.

Якісний тематичний аналіз постпрограмних інтерв'ю виявив три основні теми: (1) "Відновлення контролю" – підлітки зазначали, що навчилися краще розуміти та регулювати свої тілесні реакції на стрес ("Я тепер знаю, як дихати, коли починається паніка"); (2) "Зниження відчуття самотності" – груповий формат допоміг усвідомити, що їхні переживання є нормальною реакцією на ненормальні події ("Я зрозумів, що не один такий, що інші теж бояться гучних звуків"); (3) "Надія на майбутнє" – зсув фокусу з виживання на планування подальшого життя ("Я знову почала малювати і думати про вступ до університету"). Ці якісні зміни підтверджують кількісні дані та свідчать про глибинну трансформацію у сприйнятті себе та свого досвіду.

Таблиця 2

Динаміка показників за стандартизованими шкалами (n=96)

Шкала	Конструкт	M до (SD)	M після (SD)	Зміна	t (95)	p	Cohen's d
GAD-7	Тривожність	12,4 (3,2)	7,8 (2,5)	−37,1 %	18,72	< 0,001	1,91
PCL-5 (флешбеки)	Симптоми ПТСР	8,1 (2,0)	4,9 (1,6)	−39,5 %	14,38	< 0,001	1,60
CD-RISC-10	Резильєнтність	21,4 (3,8)	26,5 (3,2)	+24,0 %	−12,76	< 0,001	1,34
PSQI	Якість сну	9,2 (2,1)	5,8 (1,7)	−37,0 %	15,21	< 0,001	1,62
Rosenberg SES	Самоповага	22,1 (3,5)	26,1 (2,9)	+18,1 %	−11,43	< 0,001	1,14
Соц. взаємодія (спостереження)	Соціальна залученість	2,3 (0,8)	4,1 (0,6)	+78,3 %	−21,05	< 0,001	2,25

Якісні результати (Тематичний аналіз):

- підвищення рівня резильєнтності (шкала CD-RISC);
- поліпшення якості сну (самозвіт учасників);
- зменшення частоти та інтенсивності флешбеків;
- поліпшення соціальної взаємодії (шкала спостережень фасилітатора).

Дискусія і висновки

Отримані результати свідчать про високу ефективність нейропсихологічно інтегрованої моделі психосоціальної реабілітації. Значний розмір ефекту щодо зниження тривожності (Cohen's d = 1,91) є зіставним або потенційно вищим порівняно з показниками окремих короткострокових втручань, зокрема TF-CBT (d = 0,70–1,00) та EMDR (d = 0,60–1,20), зафіксованими в метааналізах (Cohen, Mannarino, & Deblinger, 2017; Shapiro, 2017). Це може відображати синергічний ефект мультимодальної інтеграції: поєднання когнітивного опрацювання травми з інтенсивною тілесною регуляцією та безпечним соціальним середовищем створює оптимальні умови для реконсолідації травматичної пам'яті.

Результати узгоджуються із сучасними нейробіологічними уявленнями про механізми травми. Ефективність тілесно-орієнтованих технік та фізичної активності пояснюється їхнім прямим впливом на регуляцію автономної нервової системи (Thayer, & Lane, 2000). Відповідно до поливагальної теорії (Porges, 2011) соціально орієнтовані групові техніки активували вентральний вагальний комплекс, забезпечуючи фізіологічне зниження реакції загрози. Принципово важливим є те, що інтервенція проводилась в умовах триваючого травматичного стресу (учасники знали, що повернуться на прифронтові території) – на відміну від більшості класичних досліджень ПТСР, де травматична подія вже остаточно завершена. Це узгоджується з припущенням про те, що стабілізація та підвищення резильєнтності можливі навіть за відсутності повної об'єктивної безпеки.

Незважаючи на значні позитивні результати, важливо розуміти, що двотижнева інтенсивна програма не може повністю замінити довготривалу психотерапію для підлітків із тяжкими формами комплексного ПТСР. Проте вона виконує критично важливу функцію "психологічної швидкої допомоги" та стабілізації, створюючи міцний фундамент для подальшого відновлення. Інтеграція тілесно-орієнтованих, когнітивних та соціальних компонентів в єдиний структурований протокол дає змогу максимізувати терапевтичний ефект у стислі терміни.

Подальші дослідження у цій сфері повинні фокусуватися на вивченні специфічних механізмів змін (які саме компоненти програми роблять найбільший внесок у загальний результат), а також на оцінці ефективності програми для різних вікових підгруп (наприклад, ранній підлітковий вік порівняно зі старшим). Особливої уваги потребує дослідження впливу триваючого травматичного стресу на стійкість терапевтичних результатів, що дозволить розробити більш ефективні протоколи підтримувального супроводу після завершення основної фази реабілітації.

Разом з тим дослідження має певні обмеження, які слід враховувати при інтерпретації результатів. По-перше, відсутність рандомізованої контрольної групи (через етичні обмеження гуманітарної програми) обмежує можливість суворої каузальної інтерпретації, оскільки не можна повністю виключити вплив фактору часу або самого факту перебування у безпечному середовищі за кордоном. По-друге, дослідження спирається переважно на методи самозвіту, які можуть бути схильні до соціально бажаних відповідей. По-третє, нині відсутні дані довгострокового спостереження понад три місяці, що не дозволяє оцінити стійкість ефекту після повернення підлітків у середовище з високим рівнем загрози. Ці обмеження будуть усунуті в наступних фазах дослідження; план подальших досліджень наведено в табл. 3.

Зокрема, планується залучення більшої вибірки учасників із використанням рандомізованого дизайну, а також впровадження об'єктивних фізіологічних маркерів стресу (таких як варіабельність серцевого ритму та рівень кортизолу у слині) для доповнення даних самозвіту. Окрім того, розширення програми передбачає розробку спеціалізованих модулів для батьків та опікунів, що дозволить створити більш цілісне підтримувальне середовище для підлітків після їхнього повернення додому. Впровадження таких комплексних підходів є необхідним кроком для побудови стійкої системи психологічної допомоги в умовах довготривалих криз. Нарешті, майбутні дослідження повинні оцінити економічну ефективність (cost-effectiveness) подібних інтенсивних виїзних програм порівняно зі стандартними амбулаторними втручаннями, що має критичне значення для ухвалення рішень на рівні соціальної політики та розподілу гуманітарних ресурсів.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що своєчасне надання структурованої, науково обґрунтованої психологічної допомоги здатне суттєво змінити траєкторію розвитку підлітка, що переживає військову травму. Замість хронізації симптомів та формування дезадаптивних патернів поведінки, учасники отримують шанс на інтеграцію складного досвіду та формування життєстійкості. Досвід реалізації цієї програми підтверджує, що навіть у найскладніших обставинах, коли повна об'єктивна безпека недосяжна, створення тимчасового безпечного простору та цілеспрямована робота з нейробіологічними та психологічними наслідками стресу дають вагомі та вимірювані результати.

Нейропсихологічно орієнтована мультимодальна програма психосоціальної реабілітації підлітків із військовою травмою продемонструвала високу та стабільно відтворювану ефективність в умовах безперервного травматичного стресу. Ефективність досягається через інтеграцію чотирьох рівнів впливу: соматичного (тілесна регуляція), емоційного (опрацювання афекту), когнітивного (переосмислення досвіду) та соціального (відновлення зв'язків).

Таблиця 3

Дорожня карта подальших досліджень програми

Фаза	Термін	Дизайн	Ключові заходи	Очікуваний результат
Фаза 2 (Валідація)	2025–2026	RCT (n ≥ 200)	Контрольна група TAU; вимірювання HRV та ЕДА; рандомізація	Каузальне підтвердження ефективності; нейрофізіологічні маркери змін
Фаза 3 (Масштабування)	2026–2027	Мультицентрове дослідження	Адаптація протоколу для ВПО; модуль для батьків; онлайн-формат	Масштабована модель; оцінка cost-effectiveness
Фаза 4 (Лонгітюд)	2027–2028	Лонгітюдне (12 міс.)	Вимірювання через 6 та 12 місяців; оцінка рецидивів	Дані про довгострокову стійкість ефекту в умовах триваючого стресу

Примітка: RCT – randomised controlled trial (рандомізоване контрольоване дослідження); TAU – treatment as usual (стандартна підтримка); HRV – варіабельність серцевого ритму; ЕДА – електродермальна активність; ВПО – внутрішньо переміщені особи.

Структурована поетапність (стабілізація – переробка – інтеграція) мінімізує ризик ретравматизації та відповідає нейробіологічній логіці відновлення (Herman, 1992). Груповий формат є не лише допоміжним, а й центральним механізмом відновлення через активацію систем соціальної безпеки (Porges, 2011; Bronfenbrenner, 1979). Зафіксоване підвищення резильєнтності свідчить про потенціал програми для посттравматичного зростання (Tedeschi, & Calhoun, 1996). Результати позиціонують програму як ефективний та масштабований інструмент психосоціальної допомоги в контексті гуманітарних криз.

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, не є публічно доступними у зв'язку з вимогами конфіденційності та захисту персональних даних учасників дослідження (неповнолітні особи). Деперсоналізовані зведені дані можна отримати за обґрунтованим запитом у автора dyadichenkonata@gmail.com.

Подяки. Авторка висловлює щиру подяку колезі-психологу Максиму Дідуру за плідну співпрацю та волонтерську участь у реалізації реабілітаційної програми. Особлива подяка – фонду Cultura Contra Balas та його директору Наталії Москаленко за організацію та повне фінансове забезпечення перебування дітей у таборі: перельоту, проживання та харчування. Психологічний супровід програми здійснювала авторка на волонтерських засадах.

Джерела фінансування. Дослідження фінансувала організація Cultura Contra Balas, яка спеціалізується на психосоціальній підтримці дітей та підлітків, які пережили насильство та травму в умовах збройного конфлікту.

Список використаних джерел

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Cohen, J. A., Mannarino, A. P., & Deblinger, E. (2017). *Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents* (2nd ed.). Guilford Press.

Des Jarlais, D. C., Lyles, C., Crepaz, N., & the TREND Group. (2004). Improving the reporting quality of nonrandomized evaluations of behavioral and public health interventions: The TREND statement. *American Journal of Public Health*, 94(3), 361–366. https://doi.org/10.2105/AJPH.94.3.361

Ecker, B., Ticic, R., & Hulley, L. (2012). *Unlocking the emotional brain: Eliminating symptoms at their roots using memory reconsolidation*. Routledge.

Eisenberger, N. I., & Cole, S. W. (2012). Social neuroscience and health: Neurophysiological mechanisms linking social ties with physical health. *Nature Neuroscience*, 15(5), 669–674. https://doi.org/10.1038/nn.3089

Foa, E. B., & Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, 99(1), 20–35. https://doi.org/10.1037/0033-2909.99.1.20

Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery: The aftermath of violence – from domestic abuse to political terror*. Basic Books.

Hoogsteder, L. M., Stams, G. J. J. M., Figge, M. A. J., Changoe, K., van Horn, J. E., Hendriks, J., & Wissink, I. B. (2022). A meta-analysis of the effectiveness of EMDR and TF-CBT in reducing trauma symptoms and externalizing behavior problems in adolescents. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 66(6–7), 746–765. https://doi.org/10.1177/0306624X211010290

Laborde, S., Mosley, E., & Thayer, J. F. (2017). Heart rate variability and cardiac vagal tone in psychophysiological research. *Frontiers in Psychology*, 8, Article 213. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00213

Lanius, R. A., Vermetten, E., & Pain, C. (2010). *The impact of early life trauma on health and disease: The hidden epidemic*. Cambridge University Press.

Levine, P. A. (1997). *Waking the tiger: Healing trauma*. North Atlantic Books.

Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.

Nader, K., & Einarsson, E. O. (2010). Memory reconsolidation: An update. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1191(1), 27–41. https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2010.05443.x

Perry, B. D., & Hambrick, E. P. (2008). The neurosequential model of therapeutics. *Reclaiming Children and Youth*, 17(3), 38–43.

Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. W. W. Norton & Company.

Shapiro, F. (2017). *Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) therapy: Basic principles, protocols, and procedures* (3rd ed.). Guilford Press.

Strous, R. D., Freed, M., & Keren, H. (2018). Continuous traumatic stress: A new look at an old problem. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 55(3), 4–5.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2014). *SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach* (HHS Publication No. SMA 14-4884).

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455–471. https://doi.org/10.1007/BF02103658

Thayer, J. F., & Lane, R. D. (2000). A model of neurovisceral integration in emotion regulation and dysregulation. *Journal of Affective Disorders*, 61(3), 201–216. https://doi.org/10.1016/S0165-0327(00)00338-4

van der Kolk, B. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Viking.

Zasiekina, L., Zasiekin, S., Fedchuk, D., Hupavtseva, I., & Mykhalchuk, N. (2025). Prevalence of war-related posttraumatic stress disorder in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, 16(1). https://doi.org/10.1080/20008066.2025.2497167

References

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.

Cohen, J. A., Mannarino, A. P., & Deblinger, E. (2017). *Treating trauma and traumatic grief in children and adolescents* (2nd ed.). Guilford Press.

Des Jarlais, D. C., Lyles, C., Crepaz, N., & the TREND Group. (2004). Improving the reporting quality of nonrandomized evaluations of behavioral and public health interventions: The TREND statement. *American Journal of Public Health*, *94*(3), 361–366. https://doi.org/10.2105/AJPH.94.3.361

Ecker, B., Ticic, R., & Hulley, L. (2012). *Unlocking the emotional brain: Eliminating symptoms at their roots using memory reconsolidation*. Routledge.

Eisenberger, N. I., & Cole, S. W. (2012). Social neuroscience and health: Neurophysiological mechanisms linking social ties with physical health. *Nature Neuroscience*, *15*(5), 669–674. https://doi.org/10.1038/nn.3089

Foa, E. B., & Kozak, M. J. (1986). Emotional processing of fear: Exposure to corrective information. *Psychological Bulletin*, *99*(1), 20–35. https://doi.org/10.1037/0033-2909.99.1.20

Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery: The aftermath of violence – from domestic abuse to political terror*. Basic Books.

Hoogsteder, L. M., Stams, G. J. J. M., Figge, M. A. J., Changoe, K., van Horn, J. E., Hendriks, J., & Wissink, I. B. (2022). A meta-analysis of the effectiveness of EMDR and TF-CBT in reducing trauma symptoms and externalizing behavior problems in adolescents. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, *66*(6–7), 746–765. https://doi.org/10.1177/0306624X211010290

Laborde, S., Mosley, E., & Thayer, J. F. (2017). Heart rate variability and cardiac vagal tone in psychophysiological research. *Frontiers in Psychology*, *8*, Article 213. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00213

Lanius, R. A., Vermetten, E., & Pain, C. (2010). *The impact of early life trauma on health and disease: The hidden epidemic*. Cambridge University Press.

Levine, P. A. (1997). *Waking the tiger: Healing trauma*. North Atlantic Books.

Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.

Nader, K., & Einarsson, E. O. (2010). Memory reconsolidation: An update. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *1191*(1), 27–41. https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2010.05443.x

Perry, B. D., & Hambrick, E. P. (2008). The neurosequential model of therapeutics. *Reclaiming Children and Youth*, *17*(3), 38–43.

Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation*. W. W. Norton & Company.

Shapiro, F. (2017). *Eye movement desensitization and reprocessing (EMDR) therapy: Basic principles, protocols, and procedures* (3rd ed.). Guilford Press.

Strous, R. D., Freed, M., & Keren, H. (2018). Continuous traumatic stress: A new look at an old problem. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, *55*(3), 4–5.

Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2014). *SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach* (HHS Publication No. SMA 14-4884).

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, *9*(3), 455–471. https://doi.org/10.1007/BF02103658

Thayer, J. F., & Lane, R. D. (2000). A model of neurovisceral integration in emotion regulation and dysregulation. *Journal of Affective Disorders*, *61*(3), 201–216. https://doi.org/10.1016/S0165-0327(00)00338-4

van der Kolk, B. (2014). *The body keeps the score: Brain, mind, and body in the healing of trauma*. Viking.

Zasiekina, L., Zasiekin, S., Fedchuk, D., Hupavtseva, I., & Mykhalchuk, N. (2025). Prevalence of war-related posttraumatic stress disorder in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, *16*(1). https://doi.org/10.1080/20008066.2025.2497167

Отримано редакцією журналу / Received: 24.03.25
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Nataliia DYADYCHENKO, Practicing Psychologist, Psychotherapist
ORCID ID: 0009-0001-6385-9600
e-mail: dyadichenkonata@gmail.com
Ukrainian Psychological Association, Kyiv, Ukraine

NEUROPSYCHOLOGICALLY ORIENTED MULTIMODAL PSYCHOSOCIAL REHABILITATION PROGRAM FOR ADOLESCENTS WITH WAR TRAUMA: A QUASI-EXPERIMENTAL STUDY WITH EFFECT REPLICATION

Background. ***The full-scale war in Ukraine (since February 2022) has created serious challenges for mental health, especially among adolescents, who frequently exhibit symptoms of PTSD, anxiety, and depression. Continuous traumatic stress leads to neurobiological disturbances and increases the risk of complex mental disorders. At the same time, adolescent neuroplasticity provides opportunities for effective psychosocial rehabilitation when interventions are properly designed.***

Methods. ***A quasi-experimental pre-post design with three cohorts was conducted at a residential rehabilitation camp in Spain, organised by the Cultura Contra Balas foundation. Participants were 96 adolescents aged 14–18 who had experienced war-related traumatic events. The 14-day programme included group psychotherapy sessions, physical activity, original psychotherapeutic techniques, body-oriented and art therapy practices, and three-month online follow-up. Outcomes were assessed using GAD-7, PCL-5, CD-RISC-10, PSQI, Rosenberg SES, and thematic interviews.***

Results. ***The programme significantly reduced anxiety levels (from 12.4 to 7.8 points, −37.1 %, Cohen's d = 1.91) and improved key psycho-emotional indicators: reduced PTSD symptoms, increased resilience, improved sleep quality and self-esteem, and enhanced social interaction, confirmed both quantitatively and qualitatively.***

Conclusions. ***The results suggest the potential effectiveness of a neuropsychologically oriented multimodal rehabilitation programme, with a large effect size (Cohen's d = 1.91),1.91). Comparable potential oreffectiveness potentiallymay higher than that of individual short-term interventions. Effectiveness isbe explained by the combination of somatic, emotional, cognitive and social interventions and their impact on neurobiological stress regulation mechanisms. The absence of a control group is a key limitation that must be considered when interpreting the results. Further randomized controlled studies are needed to confirm the programme's effectiveness.***

Keywords: ***continuous traumatic stress, neuroplasticity, multimodal intervention, emotional regulation, group psychotherapy, post-traumatic growth, quasi-experimental design, adolescence.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки рукопису автор використовував генеративні інструменти штучного інтелекту виключно для мовного редагування, структуризації тексту та технічного оформлення матеріалу. Після використання інструментів автор перевірив та проаналізував запропоновані результати. Усі наукові висновки, аналіз даних та інтерпретація результатів належать автору.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies During the preparation of the manuscript, the author used generative artificial intelligence tools exclusively for language editing, text structuring, and technical formatting of the material. Following the use of these tools, the author reviewed and analyzed the suggested outputs. All scientific conclusions, data analysis, and interpretation of results are solely the author's own.

Етична декларація. Дослідження проводилось відповідно до етичних принципів Гельсінської декларації. Усі учасники (батьки/опікуни неповнолітніх) надали письмову інформовану згоду на участь дітей у реабілітаційній програмі. Дані збирались у деперсоналізованому вигляді як частина рутинного клінічного моніторингу ефективності втручання. Дослідження отримало офіційний етичний висновок Комітету з етики Асоціації психологів України (висновок № ЕК-2026/05-14 від 14 травня 2026 року).

Ethical Statement. The study was conducted in accordance with the ethical principles of the Declaration of Helsinki. All participants (parents/guardians of minors) provided written informed consent for the children's participation in the rehabilitation program. The data were collected in a depersonalized formas part of routine clinical monitoring of the intervention's effectiveness. The study received formal ethical approval from the Ethics Committee of the Ukrainian Psychological Association (Approval No. EC-2026/05-14 dated May 14, 2026).

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.944: 331
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).8

Ірина КЛИМЕНКО, канд. психол. наук
ORCID ID: 0000-0003-4539-1087
e-mail: i.klymenko@kse.org.ua
Київська школа економіки, Київ, Україна

Вероніка ШУМСЬКА, магістр
ORCID ID: 0009-0009-5053-8443
e-mail: shumska.veronika@gmail.com
Київський національний університет ім. Т.Г. Шевченка, Київ, Україна

ОСОБЛИВОСТІ УЯВЛЕНЬ ПРО РОБОТУ ПРЕДСТАВНИКІВ РІЗНИХ ПОКОЛІНЬ

В с т у п . ***Розуміння роботи в останні десятиліття зазнало суттєвих змін. Особливо стрімко сприйняття роботи змінюється у молоді. Глобальні дослідження демонструють, що покоління Y (міленіали) та Z мають виразні особливості в очікуваннях, сенсовому та ціннісному сприйнятті роботи, що призводить до формування розриву у взаєморозумінні між ними та роботодавцями або старшими керівниками. Розуміння міжпоколіннєвих відмінностей у цьому питанні має як наукове, так і прикладне значення.***

М е т о д и . ***Було застосовано онлайн-опитування з використанням психодіагностичних методик, спрямованих на дослідження емоційного, ціннісного та сенсового вимірів уявлень про роботу, а також мотивації професійної діяльності.***

Р е з у л ь т а т и . ***Виявлено міжпоколіннєві відмінності у ціннісному, смисловому та емоційному вимірах уявлень про роботу. Представники покоління Z надавали більшої значущості доходу та балансу між роботою й особистим життям, частіше пов'язували роботу з грошима та рідше наділяли її альтруїстичним змістом. Натомість представники покоління X та Y частіше розглядали роботу як спосіб приносити користь іншим, реалізовувати цінності служіння та суспільного внеску. Найбільш виразно така орієнтація проявилася у покоління X: у вільних асоціаціях його представники частіше описували роботу через категорії корисності, покликання та особистої залученості, наділяли її смислом служіння та рідше пов'язували з матеріальною винагородою. Представники покоління Y вирізнялися найбільш емоційно насиченим сприйняттям роботи: вони частіше асоціювали її зі стресом, рутиною та нудьгою, а також частіше повідомляли про переживання горя, презирства та здивування.***

В и с н о в к и . ***Уявлення про роботу відрізняються між поколіннями насамперед ціннісним, смисловим та емоційним вимірами. Для покоління Z більш характерною є орієнтація на матеріальну винагороду та баланс між роботою й особистим життям, тоді як покоління X частіше наділяє роботу просоціальним змістом, пов'язуючи її з користю, покликанням і служінням. Представники покоління Y вирізняються найбільш емоційно насиченим сприйняттям роботи.***

К л ю ч о в і с л о в а : ***робота, уявлення, теорія поколінь, цінності, сенс роботи, емоції.***

Вступ

Актуальність дослідження. Глобальні економічні та технологічні зміни останніх десятиліть призвели до значного зсуву у розумінні природи та сенсу роботи як на рівні наукового дискурсу, так і на рівні суб'єктивного сприйняття. Робота перестає бути прив'язаною до певного місця чи часу, урізноманітнюються форми найму та зазнають трансформації традиційні форми трудових відносин. Відмирають, поступаючись новим, цілі галузі, а цифровізація та автоматизація виробництва призводять до поляризації на ринку праці (зникає потреба у працівниках середньої кваліфікації).

Ці зміни призводять до формування специфічних кар'єрних траєкторій: робота на одному місці, навіть у межах однієї професії, впродовж життя стає рідкістю. Те, що було основою розуміння сенсу роботи та її ролі в житті для багатьох попередніх поколінь (робота як найм з виконанням певного сталого переліку завдань за винагороду), докорінно модифікується.

Зміни на ринку праці формують ряд нових вимог для його суб'єктів. На перший план виходить потреба бути самостійним і гнучким у розвитку своєї кар'єри; займатися самостійним управлінням кар'єрою протягом усього життя; потреба створювати відчуття сенсу та ідентичності в робочій ролі, незважаючи на нестандартні умови роботи та забезпечувати себе роботою, яка здатна задовольнити основні людські потреби, незважаючи на втрату традиційних трудових відносин (Hirschi, 2018). Таким чином, зміни у розумінні природи та сенсу роботи постають справжнім викликом сьогодення.

Постановка проблеми. Оскільки економічні, технологічні та соціокультурні трансформації прискорюються, рівень адаптації до них стає нерівномірним. Молодші працівники проявляють більше гнучкості, водночас стаючи носіями відмінних від старшого покоління уявлень про кар'єру та роботу. Такі відмінності між поколіннями можуть негативно позначатися на взаємних очікуваннях між працівниками та роботодавцями або ставати причинами непорозумінь між співробітниками різних поколінь в одному трудовому колективі (наприклад, між старшими менеджерами та молодшими підлеглими). Тож дослідження відмінностей в уявленнях про роботу у представників різних поколінь має актуальне прикладне значення, закладаючи підвалини для розробки адаптивних програм найму та мотивації персоналу різного віку, а також розбудови ефективних вертикальних корпоративних комунікацій, які часто є не лише віддзеркаленням субординації, але й комунікацією між різними поколіннями.

Мета статті полягає в аналізі світових тенденцій щодо розуміння сенсу та ролі роботи в житті молодших працівників, а також у виявленні особливостей уявлень про роботу представників різних поколінь в Україні.

Огляд літератури. Поняття "робота" визначено в Міжнародній стандартній класифікації професій-2008 як "набір завдань і обов'язків, які виконуються чи повинні бути виконані однією особою, у тому числі для роботодавця або в рамках індивідуальної трудової діяльності" (Міжнародна стандартна класифікація професій ISCO-08). Це поняття тісно пов'язане з поняттям "праця", хоча й не тотожне йому. З правового погляду – це більш конкретний термін, що використовується для позначення

© Клименко Ірина, Шумська Вероніка, 2026

ISSN 1728-3817

певних видів діяльності або завдань, які можуть бути предметом як трудових, так і цивільно-правових відносин. З економічного погляду робота часто описується в інструментальних, функціональних, а також трансакційних категоріях. З такої позиції "робота" здебільшого трактується як найм чи зайнятість (в українській мові це віддзеркалюється у виразах на кшталт "отримав роботу", "мати роботу"), спосіб заробітку (власне дієслово "заробляти"), з окресленням чітких функцій і завдань (у мові фрази "виконав роботу"). Характерними ознаками роботи є також просторово-часові характеристики: робота як місце (в українській мові фіксується у виразах "пішов на роботу", "вийшов з роботи" тощо) та часовий відрізок / частина життя (фрази на зразок "після роботи", "перед роботою").

Такий вузький підхід до визначення поняття "робота", виплеканий економічною теорією, тривалий період був панівним. Але зміна економічної парадигми, зумовлена розвитком цифрових технологій та автоматизацією виробництва, призвела до суттєвих трансформацій у тлумаченні цього поняття. Люк ван дер Лаан з колегами проаналізували більше двох десятків наукових робіт, надрукованих в період між 2010 та 2020 рр., що містили визначення поняття "робота". Вони зафіксували зсув дефініцій з таких, які охоплювали суто зовнішній контекст, де домінували теми зайнятості, винагороди, робочого місця та кар'єри, до дефініцій, що включали також внутрішній контекст: зв'язок з ідентичністю, життєвою метою, соціальними ролями, реляційну функцію та зв'язок із процесами соціалізації, самовираженням тощо (Van der Laan et al., 2023).

Дослідники відзначають також, що трансформації підлягає сприйняття ролі роботи в житті людини. З одного боку, у розвинених суспільствах значення роботи поступово зменшується, натомість підвищується увага до позаробочого життя (розвиток тренду на баланс "життя / робота"). З іншого боку, фокус починає зміщуватися із заробітку на сенсову складову та можливість самореалізуватися через роботу, а змістовна робота дедалі більше асоціюється з відчуттям благополуччя, щастя та задоволеності життям (Steger et al., 2009).

Сприйняття роботи та уявлення про неї формуються під впливом багатьох чинників: історичних подій, економічних умов, етнічних, культурних особливостей, системи освіти, медійного фону тощо. Сукупність подібних чинників у період дорослішання закладає основу для формування відмінних уявлень про роботу у представників різних поколінь. Незважаючи на доволі критичне ставлення до теорії поколінь у науковій спільноті, ринок проявляє значний інтерес до економічного ефекту покоління диференціації на ринку праці, свідченням чого є глобальні дослідження, що проводяться на замовлення найбільших аудиторських і консалтингових компаній, які задають тренди у корпоративному секторі (так звана Велика четвірка).

Одне з наймасштабніших таких досліджень було проведено ще у 2013 р. на замовлення компанії PwC (Pricewaterhouse Coopers) та містило більш ніж 44 тис. індивідуальних опитувань, 300 інтерв'ю та 30 фокус-груп. Це дослідження продемонструвало, що міленіали (народжені у період між 1980 та 1995 роками) є більш чутливими до балансу "життя / робота" та дуже високо цінують гнучкість, вони не вірять, що продуктивність роботи вимірюється кількістю годин, відпрацьованих в офісі, та схильні сприймати роботу як "явище", а не "місце"; це покоління, всупереч стереотипам, є працелюбним та відданим роботі; також вони приділяють багато уваги соціальній складовій –колективній згуртованості, підтримці та вдячності керівництва (PwC, 2013).

Дослідження "Познайомтеся з міленіалами", проведене на замовлення компанії KPMG в 2017 р., показало, що представники цього покоління очікують від роботи можливості працювати "будь-коли" та "будь-де", щоб гарантовано забезпечувати баланс "робота-життя" та орієнтуються на роботодавців, здатних запропонувати комфортні умови та прийнятну для них корпоративну культуру. Цікавим є те, що це покоління використовує слово "весело", коли говорить про роботу своєї мрії; вони надають перевагу насолоді від роботи порівняно з іншими вигодами та перспективами. Окрім цього, 63 % з них очікують від роботодавців внеску у якусь соціально значущу справу. Це покоління не боїться кидати виклик системі, є відкритим та прагне чесності від оточення, вони спраглі до постійного навчання та розвитку (KPMG, 2017).

Найсвіжіше дослідження ще однієї компанії з "Великої четвірки" EY (Ernst & Young Global Limited) за участі понад 10 тис. респондентів з 10 країн засвідчило, що глобальне молоде покоління (міленіали та покоління Z (1997–2007 р. н.) проявляє неймовірну гнучкість у плануванні кар'єри (59 % з них вважають нормою змінити два–п'ять місць роботи, а 19 % – шість та більше в пошуках кращих можливостей) (EY, 2025). Водночас глобальне опитування компанії Deloitte (Deloitte Touche Tohmatsu Limited), яке проводиться вже 14-й рік, серед більше ніж 23 тис. представників покоління Z і міленіалів виявило, що ці покоління зосереджені на зростанні та навчанні. Вони прагнуть кар'єри, у якій вдасться одночасно поєднати змістовну роботу (сенс), гроші та особисте благополуччя (Deloitte Global, 2025).

Розуміння уявлень про роботу різних поколінь, що постають результатами цих глобальних досліджень, доповнюється цілою низкою локальних наукових досліджень. Так, дослідження (Arora, Dubey, & Vyas, 2020) продемонструвало, що представники покоління Z приділяють більше уваги пізнавальним та інструментальним цінностям роботи, тоді як престиж відіграє для них менш важливу роль. Дослідження (Dwivedula, 2024) вказує, що для молоді важливим мотиватором у роботі є ідентифікована регуляція – усвідомленням цінності виконання ними робочих завдань. Цю чутливість до відзначення іншими навіть малих успіхів демонструє і дослідження (KPMG, 2017). Сприйнята значущість власної роботи також безпосередньо корелює у молоді з почуттям гордості, у той час як серед старших працівників почуття гордості передвіщає когнітивна активність (Johnson et al., 2023).

Працівники молодших поколінь цінують передусім консенсус власних цінностей та інтересів з інтересами організацій, і вони хочуть, щоб життя та час людей були збережені, а сенс роботи, якою вони займаються, поважався (Moon, & Kim, 2023).

Виділення не розв'язаних раніше частин загальної проблеми

Незважаючи на значний інтерес науковців та великого бізнесу до питання відмінностей різних поколінь в уявленнях про роботу, більшість досліджень проводиться поза межами України. Зарубіжні дослідження вказують на регіональні відмінності в цьому питанні (наприклад, значні відмінності між міленіалами Сполучених Штатів, Канади та Західної Європи зафіксовано в дослідженні PwC's NextGen (PwC, 2013)). Отже, для розв'язання прикладних задач в Україні необхідні локальні дослідження.

Наявні дослідження зосереджені здебільшого на особливостях молодого покоління (міленіали та Z), тоді як

на ринку праці активними нині є і старші покоління (передусім, покоління X). Розуміння міжпоколінневих відмінностей у контексті мотивації персоналу та розвитку гармонійної корпоративної культури та внутрішніх комунікацій потребує саме порівняльного аналізу.

Окрім того, більшість проаналізованих досліджень фокусуються на аналізі окремих аспектів, які вирізняють покоління (мотивація, очікування від роботи тощо), у той час як уявлення про роботу – це складний психологічний конструкт, що включає кілька різних компонентів. На нашу думку, вартим уваги вбачається саме комплексний підхід. Це дасть змогу не лише відстежувати міжпоколінневі відмінності, але й краще зрозуміти зв'язки між різними змістовими аспектами уявлень про роботу, що може виявитися корисним з огляду на планування подальших корпоративних інтервенцій.

Методи

Для забезпечення комплексного дослідження було використано стандартизовані психодіагностичні методики, що дозволяли оцінити ціннісний, смисловий, емоційнийта мотиваційний виміри уявлень про роботу представників різних поколінь. Для вивчення ціннісного виміру уявлень застосовувався "Опитувальник робочих преференцій" (The Work Preference Inventory (WPI), Amabile et al.), який дає змогу дослідити індивідуальні орієнтації на зміст, виклик, задоволення або соціальне схвалення в контексті трудової активності, а також "Шкала цінності роботи" (Super's Work Values Inventory-revised/ (SWVI-r)). Для глибшого розуміння сенсу, який вкладають досліджувані в поняття "робота", використовувався "Опитувальник про сенс роботи" (Morin's Meaning of Work Questionnaire (MMWQ)), що дозволяє виявити роль професійної діяльності в межах життєвої стратегії. Для оцінки емоційного компонента було використано "Шкалу диференціальних емоцій" (The Differential Emotions Scale (DES), Izard), яка дала змогу оцінити спектр базових афективних переживань як відгук на поняття "робота", а також метод вільних асоціацій на слово "робота". Для вимірювання мотиваційного виміру використано методику "Мотивація професійної діяльності" (Замфір у модифікації Реана), що дозволяє оцінити рівень внутрішньої, зовнішньої позитивної, зовнішньої негативної мотивації.

Методики WPI, SWVI-R та MMWQ використовувалися в українськомовному перекладі, виконаному авторами дослідження методом прямого та зворотного перекладу з подальшим узгодженням термінологічних і змістових розбіжностей. Отримані переклади застосовувалися виключно в межах цього дослідження й не розглядалися як стандартизовані українські адаптації. Для перекладених версій WPI, SWVI-R та MMWQ було перевірено внутрішню узгодженість субшкал, яка виявилася прийнятною (α = .67–.85; α = .69–.91 та α = .85–.91 відповідно).

Вибірку дослідження становили 134 респонденти різної статі, рівня освіти та форми зайнятості. Відповіднодо року народження вони були віднесені до трьох поколінневих когорт: покоління Z (18–28 років; n = 42), покоління Y (29–44 роки; n = 42) та покоління X (45–60 років; n = 50).

Дослідження проведено онлайн, за допомогою Google Forms, посилання на яку поширювалось через різноманітні спільноти.

Результати

Оскільки для більшості досліджуваних показників зафіксовано відхилення розподілів від нормального за критерієм Шапіро–Вілка, відмінності між поколіннями перевірялися за допомогою критерію Краскела–Волліса для незалежних вибірок. Для показників, за якими було виявлено статистично значущі загальні відмінності, додатково проводилися попарні порівняння за критерієм Двасса–Стіла–Кричлоу–Фліньєра (DSCF). Розмір ефекту оцінювався за ε^2.

Загалом наша вибірка характеризувалася домінуванням внутрішньої мотивації. Водночас 44 % опитаних продемонстрували оптимальний мотиваційний комплекс, який передбачає переважання внутрішньої та позитивної зовнішньої мотивації за мінімального впливу зовнішньої негативної, а 56 % – неоптимальний (низька внутрішня мотивація або домінування зовнішньої негативної мотивації).

На рівні описових статистик представники покоління X демонстрували нижчі показники зовнішньої негативної мотивації порівняно з поколіннями Y та Z, а також дещо вищі показники внутрішньої мотивації. Втім статистично значущих відмінностей між представниками поколінь X, Y та Z не виявлено. Це стосується зовнішньої позитивної мотивації, $H(2) = 4{,}53$, $p = .104$, $\varepsilon^2 = .034$, зовнішньої негативної мотивації, $H(2) = 4{,}33$, $p = .115$, $\varepsilon^2 = .033$, та внутрішньої мотивації, $H(2) = 2{,}18$, $p = .336$, $\varepsilon^2 = .016$.

Аналіз ціннісного виміру уявлень про роботу показав, що в усіх трьох поколінневих когортах найбільшої значущості набуває цінність поєднання роботи з бажаним способом життя (баланс роботи й особистого життя). До переліку провідних цінностей у всіх поколіннях також належать дохід, досягнення та результати роботи, а також стосунки з керівництвом. Водночас описові показники свідчать про певні відмінності у їхній відносній пріоритетності. Так, у представників покоління Z серед найбільш значущих цінностей поряд із балансом роботи й особистого життя домінує дохід, тоді як у поколінь X та Y більш вагоме місце посідають досягнення та результати роботи, а для покоління X до числа провідних цінностей також належить альтруїзм (див. табл. 1).

Для цінності доходу було виявлено статистично значущу загальну відмінність, $H(2) = 7{,}68$, $p = .022$, $\varepsilon^2 = .058$. Попарні порівняння показали, що представники покоління Z надавали доходу більшої значущості, ніж представники покоління X, $W = 4{,}14$, $p = .010$.

Для цінності стилю життя також зафіксовано статистично значущу міжгрупову відмінність, $H(2) = 6{,}14$, $p = .047$, $\varepsilon^2 = .046$. Попарні порівняння засвідчили вищу значущість цієї цінності у покоління Z порівняно з поколінням X, $W = 3{,}56$, $p = .032$.

Найвиразніші відмінності було встановлено за цінністю альтруїзму, $H(2) = 14{,}30$, $p < .001$, $\varepsilon^2 = .108$. Представники покоління Z надавали альтруїзму меншої значущості, ніж представники покоління X, $W = -4{,}80$, $p = .002$, та покоління Y, $W = -4{,}48$, $p = .004$. Відмінності між поколіннями X та Y за цим показником не були статистично значущими.

За показниками робочих преференцій описові статистики свідчили про незначні відмінності між поколіннями. Зокрема, представники покоління Z мали дещо вищі показники за шкалами компенсації та соціального схвалення, тоді як у поколінь X та Y дещо вищими були показники за шкалою виклику (див. табл. 2). Втім статистично значущих відмінностей між поколіннями X, Y та Z не виявлено. Це стосується показника виклику, $H(2) = 1{,}08$, $p = .582$, $\varepsilon^2 = .008$, вдосконалення, $H(2) = 0{,}40$, $p = .817$, $\varepsilon^2 = .003$, компенсації, $H(2) = 1{,}68$, $p = .431$, $\varepsilon^2 = .013$, та соціального схвалення, $H(2) = 4{,}83$, $p = .089$, $\varepsilon^2 = .036$.

Аналіз сенсового виміру уявлень про роботу по вибірці загалом показав, що 62,7 % вибірки продемонструвало високий показник усвідомлюваності сенсу своєї роботи, та лише 6,7 % – низький. Описові статистики

свідчили, що в усіх поколіннєвих когортах найвищі показники були характерні для таких сенсових складових роботи, як цінність, повага, самостійність та винагорода.

Водночас статистично значущі відмінності між поколіннями виявлено за двома сенсовими показниками: "Цінність / Дух служіння" та "Винагорода / заробітна платня".

Таблиця 1

Описові показники цінностей роботи за поколіннями

Цінність роботи	Покоління X	Покоління Y	Покоління Z
Досягнення / результат	4,38 (0.53); 4,30	4,30 (0,77); 4,30	4,42 (0,51); 4,70
Взаємини з колегами	4,02 (0,72); 4,00	4,01 (0,95); 4,30	3,85 (0,77); 4,00
Креативність / творчість	3,34 (0,88); 3,30	3,44 (1,05); 3,70	3,00 (1,01); 3,00
Інноваційність	4,08 (0,64); 4,00	4,16 (0,86); 4,00	4,06 (0,73); 4,15
Дохід	4,27 (0,75); 4,30	4,39 (0,83); 4,70	4,68 (0,41); 4,70
Незалежність	4,14 (0,81); 4,30	4,09 (0,88); 4,30	4,04 (0,72); 4,00
Стиль життя	4,47 (0,56); 4,70	4,56 (0,64); 4,70	4,74 (0,38); 5,00
Інтелектуальний виклик	4,02 (0,54); 4,00	4,00 (0,70); 4,00	4,07 (0,49); 4,00
Престиж / повага	4,02 (0,74); 4,00	4,00 (0,83); 4,15	3,90 (0,87); 4,00
Безпека / стабільність	3,89 (0,67); 3,85	4,01 (0,76); 4,00	3,89 (0,70); 4,00
Стосунки з керівництвом	4,19 (0,83); 4,30	4,43 (0,73); 4,70	4,45 (0,62); 4,70
Середовище / умови	4,05 (0,76); 4,00	4,23 (0,75); 4,30	4,30 (0,57); 4,30
Різноманітність	3,53 (0,75); 3,70	3,67 (0,88); 4,00	3,45 (0,71); 3,30
Альтруїзм	4,12 (0,79); 4,30	4,12 (0,87); 4,00	3,46 (1,01); 3,70
Влада / лідерство	3,60 (0,89); 3,70	3,72 (0,94); 4,00	3,67 (1,00); 3,70

Примітка: M (SD); медіана; розмір вибірки в групах: Покоління X, n = 50; Покоління Y, n = 42; Покоління Z, n = 42.

Для показника цінності виявлено статистично значущу загальну відмінність, H(2) = 10,55, p = .005, ε^2 = .079. Попарні порівняння засвідчили, що представники покоління Z мали нижчі показники за цим параметром порівняно з представниками покоління X, W = -4,29, p = .007, та покоління Y, W = -3,59, p = .030. Відмінність між поколіннями X та Y за цим показником не була статистично значущою.

Для показника винагороди також було встановлено статистично значущу міжгрупову відмінність, H(2) = 13,35, p = .001, ε^2 = .100. Попарні порівняння показали, що представники покоління Z мали вищі показники винагороди як сенсової складової роботи порівняно з представниками покоління X, W = 4,37, p = .006, та покоління Y, W = 4,67, p = .003. Відмінність між поколіннями X та Y за цим показником не була статистично значущою.

Таблиця 2

Описові показники робочих преференцій і сенсового компонента уявлень про роботу за поколіннями

Показник	Покоління X	Покоління Y	Покоління Z
Виклик	3,04 (0,63); 3,13	2,99 (0,77); 3,25	2,88 (0,69); 2,88
Задоволення	2,41 (0,46); 2,50	2,45 (0,44); 2,50	2,46 (0,43); 2,50
Компенсація	2,79 (0,67); 2,75	2,85 (0,69); 2,88	2,96 (0,63); 3,00
Соціальне схвалення	2,44 (0,62); 2,25	2,51 (0,57); 2,50	2,70 (0,60); 2,75
Сенс: цінність	4,30 (0,71); 4,50	4,20 (0,81); 4,25	3,67 (1,05); 3,75
Сенс: повага	4,18 (0,71); 4,13	4,23 (0,70); 4,25	4,27 (0,92); 4,63
Сенс: винагорода	3,99 (0,82); 4,00	3,86 (0,97); 4,00	4,42 (0,98); 4,75
Сенс: колектив	3,73 (0,48); 3,75	3,70 (0,54); 3,84	3,77 (0,65); 3,91
Сенс: самостійність	4,17 (0,60); 4,00	4,11 (0,82); 4,25	4,19 (0,71); 4,25

Примітка: M (*SD*); медіана; розмір вибірки в групах: Покоління X = 50, Покоління Y = 42, Покоління Z = 42.

Цікаві результати отримано при аналізі емоційного відгуку на слово "робота". Загалом робота асоціювалася у респондентів здебільшого з позитивними емоціями (передусім, з інтересом та радістю); у 53 % вибірки такі емоції домінують. У той же час присутня широка палітра негативних емоцій: страх, горе, провина, сором тощо. У значної частини вибірки (44,8 %) індекс гострих негативних емоцій є слабким, а індекс тривожно–депресивних емоцій – помірним (55,2 %).

На рівні інтегральних індексів емоційного сприйняття роботи статистично значущих міжпоколіннєвих відмінностей не виявлено. Для індексу гострих негативних емоцій значення p було близьким до прийнятого рівня статистичної значущості, H(2) = 5,92, p = .052, ε^2 = .045. Описові статистики свідчили про вищі значення цього показника у представників поколінь X та Y порівняно з поколінням Z, проте ці відмінності не досягли рівня статистичної значущості (див. табл. 3).

Таблиця 3

Описові показники окремих емоцій, асоційованих із роботою, за поколіннями

Емоція	Покоління X	Покоління Y	Покоління Z
Інтерес	3,98 (1,03); 4,00	3,71 (1,20); 4,00	3,67 (1,12); 4,00
Радість	3,73 (1,02); 4,00	3,79 (1,09); 4,00	3,40 (1,04); 3,00
Здивування	2,78 (0,82); 3,00	3,19 (1,09); 3,00	2,62 (0,99); 3,00
Горе	1,71 (1,08); 1,00	2,50 (1,27); 2,00	1,88 (1,25); 1,00
Гнів	2,33 (1,03); 2,00	2,67 (1,12); 3,00	2,21 (1,26); 2,00
Відраза	1,82 (1,05); 1,00	2,26 (1,21); 2,00	1,81 (1,15); 1,00
Презирство	1,57 (0,94); 1,00	2,17 (1,21); 2,00	1,59 (0,94); 1,00
Страх	2,02 (0,92); 2,00	2,43 (1,11); 2,00	2,05 (1,12); 2,00
Сором	1,86 (1,17); 2,00	2,38 (1,46); 2,00	1,79 (1,05); 1,00
Провина	1,80 (1,14); 1,00	2,38 (1,34); 2,00	1,88 (1,15); 1,00

Примітка: M (SD); медіана; розмір вибірки в групах: Покоління X = 49, Покоління Y = 42, Покоління Z = 42.

Статистично значущі відмінності було зафіксовано за трьома окремими емоціями: здивуванням, горем і презирством. Для здивування виявлено загальну міжгрупову відмінність, H(2) = 6,96, p = .031, ε² = .053. Попарні порівняння засвідчили статистично значущу відмінність між поколіннями Y та Z, W = -3,40, p = .043: у респондентів покоління Y робота частіше супроводжувалася переживанням здивування, ніж у представників покоління Z. Для емоції горя також виявлено статистично значущі відмінності, H(2) = 11,99, p = .002, ε² = .091. Попарні порівняння показали, що робота частіше асоціювалася з горем у представників покоління Y порівняно з поколінням X, W = 4,63, p = .003, та поколінням Z, W = -3,60, p = .030. Для презирства загальна відмінність між поколіннями також була статистично значущою, H(2) = 7,86, p = .020, ε² = .060. Попарні порівняння засвідчили вищі показники цієї емоції у покоління Y порівняно з поколінням X, W = 3,52, p = .034; відмінність між поколіннями Y та Z не досягла рівня статистичної значущості, p = .059. За іншими окремими емоціями (інтересом, радістю, гнівом, відразою, страхом, соромом і провиною) статистично значущих відмінностей не виявлено.

Аналіз ціннісного, смислового та емоційного вимірів уявлень про роботу засвідчив, що найбільш виразні міжпоколіннєві відмінності стосуються ціннісного та смислового змісту роботи. Представники покоління Z надавали більшої значущості матеріальній винагороді та можливості підтримувати бажаний стиль життя і баланс між роботою та особистим життям, тоді як представники поколінь X та Y частіше пов'язували роботу з альтруїстичними цінностями та сенсовим виміром, зокрема зі служінням і суспільною користю. В емоційному вимірі статистично значущі міжпоколіннєві відмінності виявлено лише за окремими емоційними реакціями. Зокрема, представники покоління Y частіше, ніж інші покоління, асоціювали роботу з негативними емоціями (горе та презирство).

Цей висновок підкріплюють також результати аналізу вільних асоціацій на слово "робота". Оскільки кожен респондент міг назвати до трьох асоціацій, первинні відповіді було узагальнено у смислові категорії, а подальший аналіз здійснювався для кожної категорії окремо як для дихотомічного показника її наявності або відсутності в індивідуальній відповіді. Відмінності між поколіннями перевірялися за допомогою критерію χ^2 Пірсона; розмір ефекту оцінювався за V Крамера.

Аналіз вільних асоціацій показав статистично значущі відмінності між поколіннями за п'ятьма смисловими категоріями: "гроші / дохід", "корисність", "покликання / інтерес", "стрес / негатив", та "рутина / нудьга".

Асоціації, пов'язані з грошима, найчастіше називали представники покоління Z: цю категорію було зафіксовано у 71,4 % респондентів цієї групи. У поколінні Y відповідний показник становив 47,6 %, а у поколінні X – 36,0 %. Для категорії грошей було встановлено статистично значущу відмінність між поколіннями, $\chi^2(2, N = 134) = 11,70$, p = .003, V = .296.

Найвиразніші відмінності було встановлено для категорії корисності, $\chi^2(2, N = 134) = 19,57$, p < .001, V = .382. Представники покоління X значно частіше пов'язували роботу з корисністю: відповідні асоціації було зафіксовано у 28,0 % респондентів цієї групи. Натомість серед представників поколінь Y та Z такі асоціації траплялися лише у 2,4 % випадків у кожній групі. Статистично значущу міжпоколіннєву відмінність також було встановлено для категорії "покликання / інтерес", $\chi^2(2, N = 134) = 7,30$, p = .026, V = .233. Ця категорія найчастіше траплялася у відповідях представників покоління X (20,0 %), тоді як у поколінні Y її зафіксовано у 9,5 % респондентів, а у поколінні Z – у 2,4 %.

Аналіз вільних асоціацій на слово "робота" підтвердив більшу емоційну насиченість та зв'язок роботи з напруженням у міленіалів. Для категорії стресу було виявлено статистично значущі відмінності, $\chi^2(2, N = 132) = 10,00$, p = .007, V = .275. Найчастіше асоціації зі стресом траплялися у відповідях представників покоління Y (21,4 %). У поколінні Z цей показник становив 7,3 %, а у поколінні X – 2,0 %. Для категорії рутини / нудьги також було встановлено статистично значущу міжгрупову відмінність, $\chi^2(2, N = 134) = 7,29$, p = .026, V = .233. Асоціації цього типу траплялися у 14,3 % представників покоління Y та у 11,9 % представників покоління Z, тоді як серед представників покоління X їх не зафіксовано. Водночас варто відзначити, що ці результати слід трактувати з обережністю через невеликий розмір вибірки, вкладеної у кожну категорію асоціацій.

Дискусія і висновки

Результати нашого дослідження загалом узгоджуються з результатами зарубіжних розвідок, присвячених особливостям уявлень про роботу представників поколінь Y та Z. Насамперед ми підтвердили високу значущість гнучкості організації праці та балансу між роботою й особистим життям для цих поколіннєвих когорт в Україні. Як і в глобальних зарубіжних дослідженнях (PwC, 2013; KPMG, 2017), саме баланс між роботою та іншими сферами життя постає однією з провідних цінностей роботи молодших поколінь. Водночас представники покоління Z надавали цій цінності більшої значущості порівняно з представниками покоління X. Аналогічно до результатів Deloitte Global (2025), представники покоління Z у нашому дослідженні також більшою мірою орієнтувалися на матеріальну винагороду: вони надавали більшої значущості доходу у ціннісному вимірі та винагороді у сенсовому вимірі уявлень про роботу. Натомість представники покоління Y та покоління X частіше пов'язували роботу з альтруїстичними цінностями та сенсовими аспектами служіння і суспільної користі, що також узгоджується з результатами досліджень PwC (2013) та KPMG (2017).

Особливістю нашого дослідження є включення до аналізу емоційного виміру уявлень про роботу, який значно рідше стає предметом міжпоколіннєвих досліджень. Загалом результати засвідчили домінування позитивного емоційного сприйняття роботи незалежно від поколіннєвої когорти: робота найчастіше асоціювалася з інтересом і радістю, а статистично значущих міжпоколіннєвих відмінностей за інтегральними індексами емоційного сприйняття виявлено не було. Водночас представники покоління Y частіше, ніж представники інших когорт, асоціювали роботу зі стресом чи нудьгою, а також статистично частіше переживали у зв'язку з роботою емоції горя та презирства. На нашу думку, це може відображати більш високу емоційну напруженість, пов'язану зі сферою праці у представників цієї поколіннєвої когорти. Міленіали сьогодні становлять найбільш активну частину робочої сили, на яку припадає найбільша концентрація кар'єрних викликів, професійної відповідальності та необхідності поєднувати професійну діяльність із сімейними й іншими життєвими ролями, що потенційно може посилювати емоційне переживання роботи.

Окрему цінність нашого дослідження становить включення до аналізу покоління X, яке порівняно рідко представлене в сучасних міжнародних дослідженнях. На

відміну від інших поколіннєвих когорт, представники покоління X значно частіше пов'язували роботу з корисністю, покликанням та особистою залученістю у вільних асоціаціях, надавали більшої значущості альтруїзму у ціннісному вимірі та служінню і суспільній користі у сенсовому вимірі уявлень про роботу. Сукупно ці результати дозволяють припустити, що саме для цього покоління робота більшою мірою постає не лише як джерело матеріальної винагороди, а й як форма суспільно значущої діяльності та реалізації просоціальних цінностей. Водночас таку специфіку слід розглядати саме як особливість поколінєвої когорти, сформованої в певних соціально-економічних умовах, а не як прояв вікових змін.

Віднайдені відмінності у сприйманні роботи різними поколіннями можуть слугувати орієнтирами для вдосконалення корпоративної культури та внутрішніх корпоративних комунікацій, а також практик міжпоколіннєвої взаємодії.

Відкрита наука. Деперсоналізовані зведені дані можна отримати за обґрунтованим запитом у автора i.klymenko@kse.org.ua.

Внесок авторів: Ірина Клименко – концептуалізація, методологія, огляд літератури; Вероніка Шумська – збір емпіричних даних та аналіз даних.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Циркун, О. І., & Турчанінова, В. Є. (Укл.). (2012). *Міжнародна стандартна класифікація професій ISCO-08: Огляд матеріалів Міжнародної організації праці*. Інститут вищої освіти КНЕУ.

2025 Gen Z and Millennial Survey. (2025). Deloitte Global. https://www.deloitte.com/content/dam/assets-shared/docs/campaigns/2025/2025-genz-millennial-survey.pdf

Arora, S., Dubey, V., & Vyas, S. (2020). Study of work values of Gen Z students. *International Journal of Technology and Globalisation*, 8(3/4), 240–265. https://doi.org/10.1504/IJTG.2020.112179

Dwivedula, R. (2024). Why is Generation Z motivated at work? A qualitative exploration. *Global Business and Organizational Excellence*, 44, 38–49. https://doi.org/10.1002/joe.22273

Hirschi, A. (2018). The fourth industrial revolution: Issues and implications for career research and practice. *The Career Development Quarterly*, 66(3), 192–204. https://doi.org/10.1002/cdq.12142

Johnson, M., Growney, C., Chu, L., & Carstensen, L. (2023). Age differences in emotion-related outcomes of cognitive engagement and meaningfulness at work. *Innovation in Aging*, 7, Article 971. https://doi.org/10.1093/geroni/igad104.3119

Meet the Millennials. (2017). KPMG LLP. https://assets.kpmg.com/content/dam/kpmgsites/uk/pdf/2017/04/Meet-the-Millennials-Secured.pdf

Moon, S., & Kim, Y. (2023). Subjective perceptions of 'meaning of work' of Generation MZ employees of South Korean NGOs. *Behavioral Sciences*, 13(6), Article 461. https://doi.org/10.3390/bs13060461

PwC's NextGen: A global generational study. (2013). PwC. https://www.mm-foundation.org/app/uploads/sites/mmf/files/pwc-nextgen-study-2013.pdf

Steger, M. F., & Dik, B. J. (2009). Work as meaning: Individual and organizational benefits of engaging in meaningful work. In *Oxford Handbook of Positive Psychology and Work*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195335446.013.0011

The first global generation: Adulthood reimagined for a changing world. (2025). EYGM Limited. https://www.ey.com/content/dam/ey-unified-site/ey-com/en-gl/insights/innovation/documents/ey-gl-global-generation-report-final-05-2025.pdf

Van der Laan, L., Ormsby, G., Fergusson, L., & McIlveen, P. (2023). Is this work? Revisiting the definition of work in the 21st century. *Journal of Work-Applied Management*, 15(2), 252–272. https://doi.org/10.1108/JWAM-04-2023-0035

References

2025 Gen Z and Millennial Survey. (2025). Deloitte Global. https://www.deloitte.com/content/dam/assets-shared/docs/campaigns/2025/2025-genz-millennial-survey.pdf

Arora, S., Dubey, V., & Vyas, S. (2020). Study of work values of Gen Z students. *International Journal of Technology and Globalisation*, 8(3/4), 240–265. https://doi.org/10.1504/IJTG.2020.112179

Dwivedula, R. (2024). Why is Generation Z motivated at work? A qualitative exploration. *Global Business and Organizational Excellence*, 44, 38–49. https://doi.org/10.1002/joe.22273

Hirschi, A. (2018). The fourth industrial revolution: Issues and implications for career research and practice. *The Career Development Quarterly*, 66(3), 192–204. https://doi.org/10.1002/cdq.12142

Johnson, M., Growney, C., Chu, L., & Carstensen, L. (2023). Age differences in emotion-related outcomes of cognitive engagement and meaningfulness at work. *Innovation in Aging*, 7, Article 971. https://doi.org/10.1093/geroni/igad104.3119

Meet the Millennials. (2017). KPMG LLP. https://assets.kpmg.com/content/dam/kpmgsites/uk/pdf/2017/04/Meet-the-Millennials-Secured.pdf

Moon, S., & Kim, Y. (2023). Subjective perceptions of 'meaning of work' of Generation MZ employees of South Korean NGOs. *Behavioral Sciences*, 13(6), Article 461. https://doi.org/10.3390/bs13060461

PwC's NextGen: A global generational study. (2013). PwC. https://www.mm-foundation.org/app/uploads/sites/mmf/files/pwc-nextgen-study-2013.pdf

Steger, M. F., & Dik, B. J. (2009). Work as meaning: Individual and organizational benefits of engaging in meaningful work. In *Oxford Handbook of Positive Psychology and Work*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195335446.013.0011

The first global generation: Adulthood reimagined for a changing world. (2025). EYGM Limited. https://www.ey.com/content/dam/ey-unified-site/ey-com/en-gl/insights/innovation/documents/ey-gl-global-generation-report-final-05-2025.pdf

Tsyrkun, O. I., & Turchaninova, V. Ye. (Eds.). (2012). *Mizhnarodna standartna klasyfikatsiia profesii ISCO-08: Ohliad materialiv Mizhnarodnoi orhanizatsii pratsi* [International standard classification of occupations ISCO-08: Review of materials of the International Labour Organization]. Institute of Higher Education of KNEU [in Ukrainian].

Van der Laan, L., Ormsby, G., Fergusson, L., & McIlveen, P. (2023). Is this work? Revisiting the definition of work in the 21st century. *Journal of Work-Applied Management*, 15(2), 252–272. https://doi.org/10.1108/JWAM-04-2023-0035

Отримано редакцією журналу / Received: 24.03.25
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Iryna KLYMENKO, PhD (Psychol.)
ORCID ID: 0000-0003-4539-1087
e-mail: i.klymenko@kse.org.ua
Kyiv School of Economics, Kyiv, Ukraine

Veronika SHUMSKA, Master's Student
ORCID ID: 0009-0009-5053-8443
e-mail: shumska.veronika@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

GENERATIONAL DIFFERENCES IN WORK REPRESENTATIONS

Background. ***The understanding of work has undergone substantial changes over recent decades. These changes are particularly pronounced among younger generations. International studies demonstrate that Generation Y (Millennials) and Generation Z differ significantly in their expectations, values, and meaning-making related to work, contributing to a growing gap in mutual understanding between employees and employers or older managers. Therefore, understanding generational differences in perceptions of work has both theoretical and practical significance.***

Methods. ***An online survey was conducted using psychodiagnostic instruments to assess the emotional, value, and meaning dimensions of work representations, as well as work motivation.***

Results. ***Generational differences were identified in the value, meaning, and emotional dimensions of work representations. Representatives of Generation Z attached greater importance to income and work-life balance, associated work more frequently with money, and were less likely to attribute altruistic meaning to it. In contrast, representatives of Generations X and Y more often viewed work as a way to help others, express values of service, and contribute to society. This orientation was most pronounced among Generation X: in free associations, its members more frequently described work in terms of usefulness, calling, and personal engagement, attributed to it the meaning of "Value/Spirit of Service," and were less likely***

to associate work with financial reward. Representatives of Generation Y demonstrated the most emotionally charged perception of work: they more frequently associated work with stress, routine, and boredom, and more often reported feelings of sorrow, contempt, and surprise in relation to work.

C o n c l u s i o n s . Work representations differ across generations primarily in their value, meaning, and emotional dimensions. Generation Z is characterized by a stronger orientation toward financial rewards and work-life balance, whereas Generation X is more likely to attribute prosocial meaning to work, associating it with usefulness, calling, and service. Representatives of Generation Y demonstrate the most emotionally charged perception of work.

K e y w o r d s ***: work, representations, generation theory, values, meaning of work, emotions.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори не використовували інструменти штучного інтелекту.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors did not use artificial intelligence tools.

Етична декларація. Дослідження схвалено Етичною комісією ГО "Українська асоціація психології освіти та розвитку" (протокол № 1 від 30.04.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement The study was approved by the Ethics Committee of the Public Organization "Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology" (Protocol No. 1 dated April 30, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.923:316.6-055.26
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).9

Людмила КРУПЕЛЬНИЦЬКА[1], д-р психол. наук, проф.
ORCID ID: 0000-0002-0594-2369
e-mail: krup_lyudmyla@knu.ua

Альона ВАВІЛОВА[1], канд. психол. наук, асист.
ORCID ID: 0000-0001-6971-8182
e-mail: a.vavilova@knu.ua

Назар ЯЦЕНКО[1], асп., асист.
ORCID ID: 0000-0001-9842-5258
e-mail: nazaryatsenko@knu.ua

Ольга МОРОЗОВА-ЛАРІНА[1], канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0002-6257-1816
e-mail: morozovalarina@knu.ua

Антоніна МОЛОТОКАС[1], д-р філософії, асист.
ORCID ID: 0000-0002-0061-1528
e-mail: molotokas_antonina@knu.ua

Артем БАРАТЮК[1], асп., асист.
ORCID ID: 0000-0003-3473-0434
e-mail: bergmanartem@knu.ua
[1]Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ РЕПРОДУКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ЖІНОК У ГЕСТАЦІЙНИЙ ПЕРІОД В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ: НАРАТИВНИЙ ОГЛЯД

У статті представлено результати наративного огляду наукових джерел, що висвітлюють проблему зумовлення репродуктивної поведінки жінок у період гестації. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю теоретичного уточнення змісту репродуктивної поведінки після настання вагітності, коли її основними проявами стають прийняття вагітності, ставлення до материнства, поведінка збереження здоров'я, взаємодія з медичною системою та підготовка до народження дитини. Особливого значення ця проблематика набуває в умовах війни в Україні, де гестаційний досвід формується під впливом хронічної небезпеки, соціально-економічної нестабільності, змін у системі підтримки та обмеженого доступу до ресурсів.

За результатами огляду обґрунтовано концептуалізацію репродуктивної поведінки як динамічної системи свідомих і несвідомих процесів, яка формується під впливом внутрішніх психологічних ресурсів та зовнішніх соціально-економічних умов. Зокрема, прояснено континуальність репродуктивної поведінки до гестаційного періоду, розширюючи класичні моделі репродуктвних намірів та рішень. Конкретизовано дві основні групи чинників: внутрішньоособистісні, з-поміж яких істотну роль відіграють мотиваційні, емоційно-вольові та ціннісні, а також зовнішні, зокрема соціокультурні, економічні, медичного спрямування та кризові.

Репродуктивна поведінка жінки у гестаційний період є багатовимірним процесом, що визначається взаємодією психологічних і соціокультурних чинників. В умовах воєнного стану особливого значення набувають питання особистісної резильєнтності, соціальної підтримки та забезпечення соціально-економічних гарантій для вагітних. Отримані результати підкреслюють необхідність розробки програм психотерапевтичного та соціально-психологічного супроводу жінок у гестаційний період.

Ключові слова: ***репродуктивна поведінка, вагітність, гестація, війна, чинники, гестаційна домінанта, комплаєнс, наративний огляд.***

Вступ

Вагітність є періодом інтенсивної психологічної, тілесної та соціальної перебудови, у межах якого репродуктивний процес набуває не лише біологічного, а й виразного психологічного змісту. Після настання вагітності репродуктивна поведінка не вичерпується фактом зачаття, а переходить у площину прийняття вагітності, збереження здоров'я, взаємодії з медичною системою, формування пренатальної прив'язаності та підготовки до материнства. Саме тому гестаційний період доцільно розглядати як окремий етап репродуктивної поведінки, у якому поєднуються мотиваційні, емоційні, ціннісні, соціальні та медико-психологічні чинники.

В умовах війни ці процеси набувають особливої складності. Хронічна небезпека, невизначеність майбутнього, вимушене переміщення, фінансова нестабільність, розлука з партнером або родиною, а також порушення доступу до медичної допомоги можуть змінювати не лише психоемоційний стан вагітної жінки, а й її поведінку щодо збереження здоров'я, звернення по допомогу, дотримання медичних рекомендацій і підготовки до народження дитини. У цьому контексті репродуктивна поведінка жінки у гестаційний період потребує окремої концептуалізації, оскільки вона формується на перетині внутрішньоособистісних ресурсів та зовнішніх умов, що різко змінюються під впливом воєнного середовища.

Після початку повномасштабної війни в Україні було здійснено низку досліджень, присвячених перинатальному досвіду, психоемоційному стану та умовам материнства серед вагітних жінок і молодих матерів. У якісних дослідженнях було описано як негативні, так і ресурсні компоненти перинатального досвіду в умовах війни. Негативний досвід був пов'язаний із переживанням небезпеки, страхом за життя дитини та близьких, тривогою щодо пологів в екстремальних умовах, розлукою з чоловіком і родичами, а також невдоволенням щодо доступності або

© Крупельницька Людмила, Вавілова Альона, Яценко Назар, Морозова-Ларіна Ольга, Молотокас Антоніна, Баратюк Артем, 2026

якості медичної підтримки. Водночас було виокремлено й позитивні аспекти досвіду, зокрема значущість перебування вдома, отримання медичної допомоги, сімейної підтримки, позитивного ставлення до дитини та патріотичних почуттів, які можуть розглядатися як потенційні ресурси психологічної адаптації (Krupelnytska, & Morozova-Larina, 2025; Rock, 2026).

Подальші дослідження розширили цей напрям, охопивши досвід українських матерів-біженок, які виношували вагітність або народжували дитину за межами України, а також чинники прийняття рішень щодо переїзду серед вагітних жінок і молодих матерів (Krupelnytska et al., 2025; Rodriguez-Muños et al., 2025). Окрему увагу було приділено самосприйняттю психічного здоров'я українських вагітних жінок і молодих матерів в Україні, серед внутрішньо переміщених осіб та серед жінок, які виїхали за кордон після 24 лютого 2022 року (Krupelnytska et al., 2025). Результати цих досліджень вказують на значущість фінансових труднощів, порушення соціальної підтримки, занепокоєння щодо здоров'я дитини, доступності медичної допомоги та очікуваної участі родини в догляді за дитиною для розуміння перинатального стресу й психічного благополуччя жінок під час війни.

Таким чином, наявні дослідження вже окреслили основні емоційні, соціальні, медичні, міграційні та ресурсні аспекти перинатального досвіду українських жінок у період війни. Водночас проблема репродуктивної поведінки жінки у гестаційний період залишається недостатньо концептуалізованою. Попередні роботи переважно зосереджувалися на психічному стані, суб'єктивному досвіді вагітності, материнстві, переміщенні, соціальній підтримці та доступі до медичної допомоги. Натомість репродуктивна поведінка як система настанов, рішень і дій, пов'язаних із прийняттям вагітності, поведінкою збереження здоров'я, медичним комплаєнсом, формуванням пренатальної прив'язаності та підготовкою до материнства в умовах війни, потребує окремого теоретичного осмислення.

Метою статті є теоретичне обґрунтування та концептуалізація репродуктивної поведінки жінки у гестаційний період в умовах війни.

Досягнення цієї мети передбачає уточнення змісту поняття "репродуктивна поведінка" після настання вагітності, коли воно виходить за межі репродуктивних намірів або рішення про зачаття й набуває значення системи психологічних настанов, переживань, рішень і дій, пов'язаних із прийняттям вагітності, поведінкою збереження здоров'я, медичним комплаєнсом, формуванням пренатальної прив'язаності та готовністю до материнства. Особливу увагу зосереджено на визначенні внутрішньо-особистісних чинників, зокрема мотиваційних, емоційно-вольових і ціннісних компонентів, а також зовнішніх умов, серед яких соціальна підтримка, доступність медичної допомоги, фінансово-економічна стабільність, соціокультурні очікування та вплив воєнного контексту. Такий підхід дає змогу розглядати гестаційний період як окремий етап репродуктивної поведінки, у межах якого взаємодія внутрішніх ресурсів жінки та зовнішніх обставин визначає особливості її психологічної адаптації до вагітності й материнства.

Результати

Тема репродуктивної поведінки вагітних та психологічних особливостей періоду гестації є актуальним питанням психологічної науки, оскільки поняття «репродуктивна поведінка» охоплює весь цикл (від мотивів зачаття до виношування та пологів), важливими стають питання типів гестаційної домінанти, внутрішньої картині вагітності, пренатальної прив'язаності та готовності до материнства. Визначення чинників репродуктивної поведінки жінки у гестаційний вагітних, є ключовим моментом для розробки програм соціально-психологічної підтримки жінок у період вагітності та допомоги їм у підготовці до материнства.

Поняття "репродуктивна поведінка" є міждисциплінарним і вивчається на стику психології, соціології, демографії та медицини. У сучасному науковому дискурсі воно трактується не просто як біологічний процес, а як складна система внутрішніх настанов, мотивів, психологічних станів та усвідомлених дій індивіда чи пари. З позиції еволюційної психології (Kanazawa, 2003) репродуктивна поведінка визначається як комплекс стратегій та поведінкових патернів особистості (пошук партнера, зачаття, збереження вагітності, батьківський внесок), що регулюються як усвідомленими психологічними механізмами, так і глибинними, еволюційно сформованими біологічними патернами. Таке визначення трактує репродуктивну поведінку як частину важливої еволюційно заданої репродуктивної програми, яка властива всім живим організмам.

Варто зазначити, що незважаючи на те, що кінцевим проявом репродуктивного наміру є народження дитини, репродуктивна поведінка в актуальних дослідженнях не обмежується лише ним. Натомість репродуктивна поведінка розглядається як динамічний, безперервний внутрішній процес, у ході якого жінка зважує внутрішні ресурси та зовнішні умови для прийняття рішення про народження дитини (Miller, 1994; Черепєхіна та ін., 2026). З огляду на вказане трактування дослідницький фокус зміщується на мотиваційну сферу, етапи прийняття рішень, репродуктивну автономію та вплив середовища, що постійно змінюється. Одним з перших репродуктивну поведінку як динамічний процес почав розглядати Miller (1994) у своїй концепції "Тріади репродуктивної поведінки". Автор довів, що репродуктивна поведінка є послідовним процесом і створив модель Риси – Бажання – Наміри – Поведінка (Traits – Desires – Intentions – Behaviors, TDIB), згідно з якою шлях до батьківства є безперервним ланцюжком трансформацій: внутрішні риси – репродуктивні бажання – репродуктивні наміри – репродуктивна поведінка. На думку Miller (2011), бажання та наміри постійно коригуються під впливом життєвих обставин, партнерських стосунків та віку. Згодом модель Міллера було адаптовано до сучасних умов соціально-економічної нестабільності. Доведено, що формування репродуктивного наміру є динамічним процесом, який передбачає постійне тестування наміру на стійкість. Жінки оцінюють свої психологічні та матеріальні ресурси, тому відкладання вагітності розглядається як активна регуляторна стратегія, а не пасивна відмова.

Ще одні прихильники процесуального підходу розглядають репродуктивну поведінку через динаміку міжособистісних стосунків і баланс обов'язків всередині пари (Upadhyay et al., 2014). Автори створили методику "Шкала репродуктивної автономії" (Reproductive Autonomy Scale, RAS) яка вимірює три компоненти репродуктивної поведінки як безперервний процес взаємодії: прийняття рішень, свобода від примусу та якість комунікації з партнером (Upadhyay et al., 2014). Поведінка змінюється залежно від того, як трансформується суб'єктивне відчуття контролю жінки над власним життям.

Дослідження репродуктивної поведінки безпосередньо під час вагітності зазвичай фокусуються на тому, як внутрішні настанови жінки, бажаність вагітності, тип гестаційної домінанти, рівень тривоги та психологічні ресурси впливають на її поведінку щодо збереження

здоров'я, медичний супровід та адаптацію до майбутнього материнства. Важливим аспектом дослідження репродуктивної поведінки у вагітних є визначення чинників, які впливають на неї. Характер репродуктивної поведінки (зокрема, чи була вагітність бажаною, чи несвоєчасною / небажаною) може визначати медичну поведінку жінки під час гестації. Chatterjee та Sennott (2019) вказують, що жінки з незапланованою вагітністю демонструють нижчий рівень комплаєнсу: пізніше стають на облік, рідше відвідують планові огляди та менш ретельно виконують призначення лікарів. Туманова та Коломієць (2022), а також Баранова (2017) вивчали особливості психологічного стану вагітних жінок, які стикнулися з проблемами на етапі планування вагітності, зокрема мали безпліддя в анамнезі. Ці дослідження показують, що тривалі труднощі з настанням вагітності трансформують поведінку у гестаційний період, підвищуючи рівень тривожності та лабільності, що потребує специфічного психотерапевтичного супроводу. Негативний репродуктивний досвід визначає схильність таких вагітних до формування тривожного або депресивного типу гестаційної домінанти. Міжнародне дослідження репродуктивної поведінки високого ризику (занадто ранні або пізні вагітності, короткі інтервали між пологами) виявило, що саме соціально-освітні чинники, як-от грамотність щодо здоров'я та рівень обізнаності жінок, впливають на їхню поведінку під час поточної вагітності та готовність відвідувати лікарів (Sinebo et al., 2025).

Системний підхід до аналізу чинників, які визначають репродуктивну поведінку жінок під час гестаційного періоду, дозволив розділити ці чинники на дві наріжні категорії: внутрішньоособистісні (психологічні) та зовнішні (соціокультурні та соціально-економічні). Під час гестаційного періоду поведінка жінки (її ставлення до свого стану, дотримання медичних рекомендацій, підготовка до материнства) формується на перетині глибоких внутрішніх параметрів і зовнішніх умов.

Дослідження зовнішніх (соціокультурних) чинників включає соціокультурні норми, тиск соціуму, фінансово-економічну стабільність, а в сучасних реаліях України – чинник тривалого воєнного стресу та безпеки. Репродуктивну поведінку в умовах війни в Україна вивчали Черепєхіна та ін. (2026).

Автори досліджували, як екстремальні зовнішні чинники (загроза життю, вимушене переміщення) трансформують репродуктивну поведінку вагітних українок. Було встановлено, що соціокультурний тиск "народити нове покоління" вступає в конфлікт із базовою потребою в безпеці, що зумовлює високий рівень стресу у вагітних.

Загалом до зовнішніх (соціально-економічних) детермінант репродуктивної поведінки вагітних жінок найчастіше відносять фінансову стабільність та житлові умови; зайнятість, стабільність роботи та декретні гарантії; доступність та якість медичної (антенатальної) допомоги (Arsenault et al., 2018); соціальні виплати та державна підтримка; війна та економічна криза (Черепєхіна та ін., 2026). Черепєхіна та ін. (2026) розглядають репродуктивну поведінку та наміри українок через призму психологічних ресурсів. Автори визначають репродуктивну поведінку як динамічний процес прийняття рішень індивідом, де суб'єктивне відчуття контролю, репродуктивна автономія (відсутність зовнішнього тиску чи примусу) та якість комунікації з партнером виступають ключовими детермінантами реалізації або відкладання вагітності. В українському контексті вчені приділяють увагу вивченню рішення про народження дитини через призму збройного конфлікту і пов'язаної з ним безпекової та економічної невизначеності. З цієї позиції постає необхідність врахування зовнішніх соціально-економічних чинників поряд з медико-біологічними при плануванні вагітності. Рішення про народження дитини концептуалізується як активний внутрішній компроміс між травматичним досвідом, воєнною загрозою та потребою в продовженні роду. Наголошується, що прийняття рішень про народження дитини є неоднозначним та залежить від адаптаційних ресурсів особистості.

На основі аналізу досліджень ми визначили низку чинників репродуктивної поведінки жінки у гестаційний період (табл. 1). Варто наголосити, що зовнішні чинники не просто є умовами перебігу вагітності, а виступають безпосередніми детермінантами пренатального досвіду, когнітивної оцінки майбутнього материнства та поведінкових патернів жінки. Зокрема, фінансово-майнова стабільність та декретні гарантії є основою базової потреби у безпеці і при її дефіцитарності може запускатись механізм пренатального стресу, що підвищує ймовірність психосоматичних ризиків як для матері, так і для плода. Чинник доступності медичних послуг зумовлює високий рівень комплаєнсу та довіри до медичних закладів, знижує рівень тривожності вагітної, забезпечує ретельне виконання лікарських призначень та профілактику ускладнень. Підтримка з боку близького соціального оточення може впливати на емоційний стан жінки, забезпечуючи відчуття опори. Значний вплив на психологічний стан жінки мають чинники глобальних криз та війни. Цей фактор впливає на рішення про вагітність та готовність до материнства в умовах відсутності безпеки.

Таблиця 1

Зовнішні (соціокультурні та соціально-економічні) чинники репродуктивної поведінки жінки під час вагітності

Зовнішній чинник	Прояви чинника	Вплив на репродуктивну поведінку
Фінансово-майновий	Рівень стабільного доходу родини, наявність безпечного житла, прогнозовані витрати на дитину	Формує базове суб'єктивне відчуття матеріальної безпеки або пренатальний стрес через бідність
Зайнятість та декретні гарантії	Офіційний статус працевлаштування, наявність декретних гарантій від держави / роботодавця	Актуалізує внутрішній конфлікт між професійною самореалізацією (соціальною роллю) та материнством
Доступність медичних послуг	Відстань до жіночої консультації, витрати на медичне обслуговування, професіоналізм та етика персоналу	Визначає рівень комплаєнсу – довіри до медичної системи та готовності виконувати рекомендації лікаря
Близьке соціальне середовище	Підтримка з боку чоловіка / партнера, очікування батьків та родини, суспільні стереотипи (тиск оточення)	Виступає головним психологічним буфером, надає відчуття опори
Економічні, соціокультурні кризи, війна	Безпосередня загроза життю, статус ВПО або біженки, розлучення з партнером через його службу/мобілізацію	Руйнує довгострокове життєве планування; занурює жінку в стан тотальної екзистенційної невизначеності

Серед основних внутрішньоособистісних (психологічних) чинників репродуктивної поведінки жінок в гестаційний період було виокремлено такі кластери: мотиваційні, емоційно-вольові та ціннісні (табл. 2). Ця група чинників визначає, як жінка інтегрує вагітність у власну систему життєвих смислів.

Таблиця 2

Внутрішні чинники репродуктивної поведінки вагітних жінок

Внутрішньо-особистісні чинники	Прояви під час вагітності	Вплив на репродуктивну поведінку
Мотиваційні	Свідоме бажання мати дитину чи незапланована вагітність	Визначає рівень турботи про здоров'я (комплаєнс)
Емоційно-вольові	Рівень тривожності, страх пологів, тип гестаційної домінанти	Формують психологічний фон (оптимальний, тривожний чи депресивний)
Ціннісні	Пріоритет материнства в структурі "Я-концепції"	Впливають на готовність змінювати звичний спосіб життя та кар'єру

Психологічна готовність до материнства – це складне системне утворення, а мотиваційні та ціннісні орієнтації вагітної жінки (зокрема, місце дитини в ієрархії цінностей) визначають тип її ставлення до вагітності та майбутньої дитини. Свідомі та несвідомі мотиви зачаття (наприклад, народження дитини задля самореалізації чи задля утримання партнера) впливають на поведінку жінки під час вагітності та її подальшу материнську компетентність.

Емоційні чинники під час вагітності часто концентруються навколо концепту типу психологічного компоненту гестаційної домінанти: він інтегрує рівень тривожності, страхи перед пологами та емоційне прийняття свого тіла. Високий рівень тривоги та депресивні прояви формують деструктивні чи тривожні типи гестаційної домінанти, що веде до дезадаптації та порушення поведінки збереження здоров'я. Міжнародне дослідження впливу страху перед пологами демонструє, що сильний емоційний стрес змінює поведінкові наміри жінки, змушуючи її наполягати на незапланованому кесаревому розтині або уникати стандартних медичних процедур через паніку.



Рис. 1. Чинники репродуктивної поведінки жінки на гестаційному етапі
Джерело: Склали автори за результатами наративного огляду

Отже, серед чинників репродуктивної поведінки жінок у гестаційний період виокремлено внутрішньоособистісні (психологічні) та зовнішні (соціокультурні та соціально-економічні чинники). Психологічні чинники відображають внутрішній стан жінки та її ставлення до материнства, а зовнішні чинники охоплюють соціальні, економічні та медичні умови життєдіяльності вагітної. Репродуктивна поведінка вагітної жінки формується на перетині її внутрішніх психологічних особливостей та зовнішнього економічно-соціального середовища, в якому вона перебуває. Зовнішні соціально-економічні та соціокультурні умови впливають через внутрішню систему цінностей, потреб та емоційних станів на конкретні поведінкові прояви вагітної жінки.

Дискусія і висновки

Запропонована у цьому наративному огляді концептуалізація фокусує увагу на психологічній та поведінковій організації досвіду жінки в гестаційному періоді. У цьому контексті ключового значення набувають прийняття вагітності, поведінка збереження здоров'я, медичний комплаєнс, формування пренатальної прив'язаності, готовність до материнства та здатність жінки адаптуватися до змін у життєвій ситуації. Такий підхід узгоджується із сучасними дослідженнями перинатального психічного здоров'я, у яких вагітність розглядається як період підвищеної психологічної вразливості, але водночас і як критичне вікно для раннього втручання, підтримки та профілактики довгострокових наслідків для матері, дитини й родини (Howard et al., 2020).

Особливість запропонованої концептуалізації полягає в тому, що воєнний контекст розглядається не як окремий зовнішній чинник, а як макросоціальна умова, що змінює дію інших детермінант гестаційного досвіду. Дослідження наслідків збройного конфлікту для вагітності показують, що вплив війни може проявлятися не лише через безпосередню загрозу життю, а й через руйнування системи охорони здоров'я, порушення доступу до перинатального супроводу, переміщення населення, економічні втрати та зростання повсякденного стресу (Keasley et al., 2017). Це підтверджує доцільність розгляду репродуктивної поведінки в умовах війни як процесу, у якому психологічні реакції жінки неможливо відокремити від соціального, медичного та безпекового середовища.

Отримані узагальнення також узгоджуються з міжнародними дослідженнями перинатального досвіду жінок-біженок. У систематичному огляді Heslehurst et al. (2018) показано, що для цієї групи жінок характерні підвищені ризики несприятливих перинатальних наслідків, а доступ до медичної допомоги ускладнюється структурними,

організаційними, соціальними, мовними та культурними бар'єрами. Порівняння із сучасними дослідженнями перинатального психічного здоров'я мігранток і вимушено переміщених жінок засвідчує, що соціальна підтримка, стабільність життєвих умов і доступ до зрозумілої медичної інформації мають концептуально важливе значення (Stevenson et al., 2023).

Запропонована концептуалізація також узгоджується з даними про значення антенатальної допомоги як простору не лише медичного, а й психологічного супроводу. За даними UNICEF (2024), антенатальна допомога забезпечує жінкам доступ до інформації про здорову поведінку під час вагітності, розпізнавання небезпечних симптомів, профілактичні медичні послуги, а також соціальну, емоційну й психологічну підтримку. У воєнних умовах ця функція антенатального супроводу стає ще важливішою, оскільки медичний контакт може бути одним із небагатьох стабільних ресурсів, через які жінка отримує інформацію, підтримку та підтвердження безпечності перебігу вагітності. Тому медичний комплаєнс у цій статті доцільно тлумачити не вузько як виконання лікарських рекомендацій, а ширше – як форму взаємодії жінки з медичною системою в умовах підвищеної невизначеності.

Внесок авторів: Людмила Крупельницька – концептуалізація, методологія, написання (перегляді редагування); Альона Вавілова – концептуалізація, методологія, формальний аналіз, написання (оригінальна чернетка), написання (перегляд і редагування); Назар Яценко – методологія, написання (перегляд і редагування); Антоніна Молотокас – написання (оригінальна чернетка), написання (перегляд і редагування); Ольга Морозова-Ларіна – методологія, написання (перегляд і редагування); Артем Баратюк – написання (оригінальна чернетка), формальний аналіз.

Джерела фінансування. Огляд виконано в межах проєкту 2025.07/0191 "Інтегративна модель чинників репродуктивної поведінки та перинатального психічного здоров'я жінок під час війни", що реалізується завдяки грантовій підтримці Національного фонду досліджень України.

Список використаних джерел

Баранова, В. В. (2017). Особливості психоемоційного стану жінок, які мають репродуктивні втрати в анамнезі. *Перинатологія і педіатрія*, 69(1), 12–16. https://doi.org/10.15574/PP.2017.69.70

Туманова, Л. Є., & Коломієць, О. В. (2022). Особливості психоемоційного стану вагітних із різними видами безплідності в анамнезі. *Репродуктивне здоров'я жінки*, 1, 52–58. https://doi.org/10.30841/2708-8731.1.2022.258139

Черепєхіна, О., Турубарова, А., Дергач, М., Сорока, Д., Чумакова, К., & Коваленко, Д. (2026). Психосоціальний погляд на репродуктивну свободу в умовах невизначеності, пов'язаної з війною: рішення щодо народжуваності серед українських студенток. *Репродуктивне здоров'я жінки*, 1, 12–21. https://doi.org/10.30841/2708-8731.1.2026.354626

Arsenault, C., Jordan, K., & Kruk, M. E. (2018). Equity in the quality of antenatal care in low- and middle-income countries: A systematic analysis of clinic and household surveys. *The Lancet Global Health*, 6(11), e1217–e1228. https://doi.org/10.1016/S2214-109X(18)30389-9

Balaam, M.-C., Kingdon, C., & Haith-Cooper, M. (2022). A systematic review of perinatal social support interventions for asylum-seeking and refugee women residing in Europe. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 24(3), 741–758. https://doi.org/10.1007/s10903-021-01242-3

Chatterjee, E., & Sennott, C. (2020). Fertility intentions and maternal health behaviour during and after pregnancy. *Population Studies*, 74(1), 55–74. https://doi.org/10.1080/00324728.2019.1672881

Gusak, N., Kendall, S., & Nizalova, O. (2024). Understanding of perinatal mental health and its psychosocial determinants through Ukrainian women's experience. *European Journal of Midwifery*, 8(June), Article 29. https://doi.org/10.18332/ejm/188194

Heslehurst, N., Brown, H., Pemu, A., Coleman, H., & Rankin, J. (2018). Perinatal health outcomes and care among asylum seekers and refugees: A systematic review of systematic reviews. *BMC Medicine*, 16, Article 89. https://doi.org/10.1186/s12916-018-1064-0

Howard, L. M., & Khalifeh, H. (2020). Perinatal mental health: A review of progress and challenges. *World Psychiatry*, *19*(3), 313–327. https://doi.org/10.1002/wps.20769

Kanazawa, S. (2003). Can evolutionary psychology explain reproductive behavior? *The Sociological Quarterly*, 44(2), 291–302. https://doi.org/10.1111/j.1533-8525.2003.tb00559.x

Keasley, J., Blickwedel, J., & Quenby, S. (2017). Adverse effects of exposure to armed conflict on pregnancy: A systematic review. *BMJ Global Health*, 2(4), Article e000377. https://doi.org/10.1136/bmjgh-2017-000377

Krupelnytska, L., & Morozova-Larina, O. (2025). Perinatal experiences of Ukrainian women at the beginning of the war. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, *43*(2), 532–549. https://doi.org/10.1080/02646838.2023.2240827

Krupelnytska, L., Vavilova, A., Yatsenko, N., Chrzan-Dętkoś, M., Morozova-Larina, O., Uka, A., & Rodríguez-Muñoz, M. F. (2025). War in Ukraine vs. Motherhood: Mental health self-perceptions of relocated pregnant women and new mothers. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 25, Article 253. https://doi.org/10.1186/s12884-025-07346-0

Miller, W. B. (1994). Childbearing motivations, desires, and intentions: A theoretical framework. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 120(2), 223–258.

Monk, C., Lugo-Candelas, C., & Trumpff, C. (2019). Prenatal developmental origins of future psychopathology: Mechanisms and pathways. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15 *backstage*, 317–344. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095539

Rees, S., Channon, S., & Waters, C. S. (2019). The impact of maternal prenatal and postnatal anxiety on children's emotional problems: A systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 28(2), 257–280. https://doi.org/10.1007/s00787-018-1173-5

Rodríguez-Muñoz, M. F., Chrzan-Dętkoś, M., Uka, A., García-López, H. S., Krupelnytska, L., Morozova-Larina, O., Vavilova, A., Molotokas, A., Murawska, N., & Le, H.-N. (2023). The impact of the war in Ukraine on the perinatal period: Perinatal mental health for refugee women (pmh-rw) protocol. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1152478. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1152478

Sinebo, Y., Ejajo, T., Girma, A., & Yohannes, T. (2025). High-risk fertility behavior and associated factors among mothers attending antenatal care at public health facilities. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 25(1), Article 31. https://doi.org/10.1186/s12884-024-07125-3

Stevenson, K., Fellmeth, G., Edwards, S., Calvert, C., Bennett, P., Campbell, O. M. R., & Fuhr, D. C. (2023). The global burden of perinatal common mental health disorders and substance use among migrant women: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 8(3), e203–e216. https://doi.org/10.1016/S2468-2667(22)00342-5

UNICEF Data. (2024, November). *Antenatal care*. https://data.unicef.org/topic/maternal-health/antenatal-care/

Upadhyay, U. D., Dworkin, S. L., Downie, R., Weitz, T. A., & Foster, D. G. (2014). Development and validation of a Reproductive Autonomy Scale. *Studies in Family Planning*, 45(1), 19–41. https://doi.org/10.1111/j.1728-4465.2014.00374.x

References

Arsenault, C., Jordan, K., & Kruk, M. E. (2018). Equity in the quality of antenatal care in low- and middle-income countries: A systematic analysis of clinic and household surveys. *The Lancet Global Health*, 6(11), e1217–e1228. https://doi.org/10.1016/S2214-109X(18)30389-9

Balaam, M.-C., Kingdon, C., & Haith-Cooper, M. (2022). A systematic review of perinatal social support interventions for asylum-seeking and refugee women residing in Europe. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 24(3), 741–758. https://doi.org/10.1007/s10903-021-01242-3

Baranova, V. V. (2017). Features of psycho-emotional state of women with a history of reproductive losses. *Perinatologiya i pediatriya*, 69(1), 12–16 [in Ukrainian]. https://doi.org/ 10.15574/PP.2017.69.70

Cherepiekhina, O., Turubarova, A., Derhach, M., Soroka, D., Chumakova, K., & Kovalenko, D. (2026). A psychosocial view of reproductive freedom in conditions of war-related uncertainty: Fertility decisions among Ukrainian female students. *Reproductive health of woman*, 1, 12–21 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.30841/2708-8731.1.2026.354626

Chatterjee, E., & Sennott, C. (2020). Fertility intentions and maternal health behaviour during and after pregnancy. *Population Studies*, 74(1), 55–74. https://doi.org/10.1080/00324728.2019.1672881

Gusak, N., Kendall, S., & Nizalova, O. (2024). Understanding of perinatal mental health and its psychosocial determinants through Ukrainian women's experience. *European Journal of Midwifery*, 8(June), Article 29. https://doi.org/10.18332/ejm/188194

Heslehurst, N., Brown, H., Pemu, A., Coleman, H., & Rankin, J. (2018). Perinatal health outcomes and care among asylum seekers and refugees: A systematic review of systematic reviews. *BMC Medicine*, 16, Article 89. https://doi.org/10.1186/s12916-018-1064-0

Howard, L. M., & Khalifeh, H. (2020). Perinatal mental health: A review of progress and challenges. *World Psychiatry*, 19(3), 313–327. https://doi.org/10.1002/wps.20769

Kanazawa, S. (2003). Can evolutionary psychology explain reproductive behavior? *The Sociological Quarterly*, 44(2), 291–302. https://doi.org/ 10.1111/j.1533-8525.2003.tb00559.x

Keasley, J., Blickwedel, J., & Quenby, S. (2017). Adverse effects of exposure to armed conflict on pregnancy: A systematic review. *BMJ Global Health*, 2(4), Article e000377. https://doi.org/10.1136/bmjgh-2017-000377

Krupelnytska, L., & Morozova-Larina, O. (2025). Perinatal experiences of Ukrainian women at the beginning of the war. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, *43*(2), 532–549. https://doi.org/10.1080/02646838.2023.2240827

Krupelnytska, L., Vavilova, A., Yatsenko, N., Chrzan-Dętkoś, M., Morozova-Larina, O., Uka, A., & Rodríguez-Muñoz, M. F. (2025). War in Ukraine vs. Motherhood: Mental health self-perceptions of relocated pregnant women and new mothers. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 25, Article 253. https://doi.org/10.1186/s12884-025-07346-0

Miller, W. B. (1994). Childbearing motivations, desires, and intentions: A theoretical framework. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 120(2), 223–258.

Monk, C., Lugo-Candelas, C., & Trumpff, C. (2019). Prenatal developmental origins of future psychopathology: Mechanisms and

pathways. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15, 317–344. https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-050718-095539

Rees, S., Channon, S., & Waters, C. S. (2019). The impact of maternal prenatal and postnatal anxiety on children's emotional problems: A systematic review. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 28(2), 257–280. https://doi.org/10.1007/s00787-018-1173-5

Rodríguez-Muñoz, M. F., Chrzan-Dętkoś, M., Uka, A., García-López, H. S., Krupelnytska, L., Morozova-Larina, O., Vavilova, A., Molotokas, A., Murawska, N., & Le, H.-N. (2023). The impact of the war in Ukraine on the perinatal period: Perinatal mental health for refugee women (pmh-rw) protocol. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1152478. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1152478

Sinebo, Y., Ejajo, T., Girma, A., & Yohannes, T. (2025). High-risk fertility behavior and associated factors among mothers attending antenatal care at public health facilities. *BMC Pregnancy and Childbirth*, *25*(1), Article 31. https://doi.org/10.1186/s12884-024-07125-3

Stevenson, K., Fellmeth, G., Edwards, S., Calvert, C., Bennett, P., Campbell, O. M. R., & Fuhr, D. C. (2023). The global burden of perinatal common mental health disorders and substance use among migrant women: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 8(3), e203–e216. https://doi.org/10.1016/S2468-2667(22)00342-5

Tumanova, L. Ye., & Kolomiiets, O. V. (2022). Features of psychoemotional state of pregnant women with different types of infertility history. *Reproductive health of woman*, 1, 52–58 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.30841/2708-8731.1.2022.258139

UNICEF Data. (2024, November). *Antenatal care*. https://data.unicef.org/topic/maternal-health/antenatal-care/

Upadhyay, U. D., Dworkin, S. L., Downie, R., Weitz, T. A., & Foster, D. G. (2014). Development and validation of a Reproductive Autonomy Scale. *Studies in Family Planning*, 45(1), 19–41. https://doi.org/10.1111/j.1728-4465.2014.00374.x

Отримано редакцією журналу / Received: 19.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Liudmyla KRUPELNYTSKA[1], DSc (Psychol.), Prof.
ORCID ID: 0000-0002-0594-2369
e-mail: krup_lyudmyla@knu.ua

Alona VAVILOVA[1], PhD (Psychol.), Assist.
ORCID ID: 0000-0001-6971-8182
e-mail: a.vavilova@knu.ua

Nazar YATSENKO[1], PhD Student, Assist.
ORCID ID: 0000-0001-9842-5258
e-mail: nazaryatsenko@knu.ua

Olha MOROZOVA-LARINA[1], PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0002-6257-1816
e-mail: morozovalarina@knu.ua

Antonina MOLOTOKAS[1], PhD (Psychol.), Assist.
ORCID ID: 0000-0002-0061-1528
e-mail: molotokas_antonina@knu.ua

Artem BARATIUK[1], PhD Student, Assist.
ORCID ID: 0000-0003-3473-0434
e-mail: bergmanartem@knu.ua

[1]Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

CONCEPTUALIZATION OF WOMEN'S REPRODUCTIVE BEHAVIOR IN GESTATION UNDER WARTIME REALITIES: NARRATIVE REVIEW

The article presents the results of a narrative review of scientific sources addressing the determinants of women's reproductive behavior during the gestational period. The relevance of the study is determined by the need to theoretically clarify the content of reproductive behavior after the onset of pregnancy, when its main manifestations include acceptance of pregnancy, attitudes toward motherhood, health-protective behavior, interaction with the medical system, and preparation for childbirth. This issue acquires particular importance in the context of the war in Ukraine, where gestational experience is shaped by chronic danger, socioeconomic instability, changes in support systems, and limited access to resources.

The results of the review substantiate the conceptualization of reproductive behavior as a dynamic system of conscious and unconscious processes shaped by internal psychological resources and external socioeconomic conditions. In particular, the continuity of reproductive behavior into the gestational period is clarified, thereby extending classical models of reproductive intentions and decisions. Two main groups of factors are specified: intrapersonal factors, among which motivational, emotional-volitional, and value-based components play a significant role; and external factors, including sociocultural, economic, medical, and crisis-related conditions.

A woman's reproductive behavior during the gestational period is a multidimensional process determined by the interaction of psychological and sociocultural factors. Under conditions of war and martial law, personal resilience, social support, and socioeconomic guarantees for pregnant women acquire particular importance. The findings emphasize the need to develop psychotherapeutic and socio-psychological support programs for women during the gestational period.

K e y w o r d s : ***reproductive behavior, pregnancy, gestation, war, factors, gestational dominant, compliance, narrative review.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори використовували ChatGPT для пошуку наукових джерел. Після використання цього інструмента автори перевірили та проаналізували запропоновані джерела.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors used ChatGPT to search for scientific literature. Following the use of this tool, the authors reviewed, verified, and analyzed the suggested sources.

Етична декларація. Дослідження є теоретичним аналізом відкритих джерел і не передбачає безпосередньої взаємодії з людьми чи тваринами. Відповідно, отримання спеціального етичного висновку для такого типу дослідження не потрібно.

Ethical Statement. This study is a theoretical analysis of public sources and does not involve direct interaction with humans or animals. Accordingly, formal ethical approval was not required for this type of research.

Людмила Крупельницька є членом редколегії видання, тому не брала участі у рецензуванні та прийнятті рішення щодо публікації цієї статті.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

Liudmyla Krupelnytska is a member of the Editorial Board of this journal and therefore was not involved in the peer-review process or the decision-making regarding the publication of this article.

The authors declare no conflict of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.9.019.4:005.32:331.101.3
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).10

Аліса ЛОМАКІНА, магістр
ORCID ID: 0009-0004-6747-9631
e-mail: alisavolynets@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ МОТИВАЦІЙНИХ ФАКТОРІВ У ПРЕДСТАВНИКІВ РІЗНИХ ТИПІВ DISC В ОРГАНІЗАЦІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ: АВТОРСЬКА ІНТЕРПРЕТАЦІЙНА МОДЕЛЬ

В с т у п . ***У статті представлено авторську інтерпретаційну модель мотивації працівників залежно від їх поведінкових типів за системою DISC. У сучасній організаційній психології проблема мотивації працівників дедалі частіше розглядається як проблема психологічної відповідності стимулів індивідуальним особливостям працівника. Класичні теорії мотивації переконливо пояснюють зміст потреб, однак меншою мірою конкретизують, чому однакові стимули по-різному переживаються та реалізуються в робочій поведінці.***

М е т о д и . ***Дослідження виконано в межах теоретико-аналітичного дизайну. Порівняльне зіставлення класичних теорій мотивації з моделлю DISC. Ілюстративні організаційні сценарії в тексті слугують для пояснення моделі й не мають статусу самостійної емпіричної верифікації.***

Р е з у л ь т а т и . ***Розроблено авторську інтерпретаційну модель, де типи DISC розглядаються як механізми інтерпретації мотиваційних стимулів. Поведінковий тип виконує функцію "психологічного фільтра" між зовнішнім стимулом і реакцією, визначаючи спосіб сприйняття та реалізації мотиваційного впливу. "Психологічний фільтр" описує процеси селекції, оцінювання та надання значущості стимулам в організаційному середовищі.***

На цій основі виокремлено чотири домінувальні механізми реалізації мотивації: інструментально-результативний для типу Dominance; соціально-емоційний для типу Influence; стабілізаційно-підтримувальний для типу Steadiness; когнітивно-контрольний для типу Conscientiousness.

Показано, що цей фільтр послідовно здійснює селекцію релевантних сигналів, оцінює їх відповідність пріоритетам особистості, надає їм позитивної або негативної емоційної валентності та переводить таку оцінку в конкретну поведінкову реалізацію. Для кожного типу описано провідні мотиватори, демотиватори, психологічні прояви й типові організаційні умови ефективної мотивації.

В и с н о в к и . ***Запропонована модель дає змогу інтегрувати змістові та процесуальні підходи до мотивації й уточнює, що ефективність мотиваційного впливу залежить не лише від змісту стимулу, а й від способу, у який він інтерпретується поведінковим типом. Практична цінність моделі полягає в можливості індивідуалізації HR-інструментів, підвищення точності управлінської комунікації та проєктування стимулів з урахуванням поведінкового профілю працівника. Обмеженням дослідження є його теоретичний характер, подальші дослідження доцільно спрямувати на емпіричну перевірку моделі.***

К л ю ч о в і с л о в а : ***організаційна поведінка, мотиваційна регуляція, поведінкова типологія, психологічний фільтр, індивідуальні відмінності, HR-стратегії.***

Вступ

У сучасній організаційній психології мотивація працівників дедалі рідше розглядається як універсальний набір стимулів, однаково ефективний для всіх співробітників. Практика управління персоналом показує, що навіть добре спроєктовані системи винагород, визнання, кар'єрного просування, командної підтримки або розвитку компетентностей можуть викликати різні ефекти: для одних працівників вони стають джерелом мобілізації та професійного зростання, для інших – нейтральним фоном, а для третіх – чинником внутрішнього напруження або прихованого опору. Це свідчить про наявність проміжної психологічної ланки між стимулом і реальною поведінкою працівника, яка визначає, як саме зовнішній вплив буде сприйнято, інтерпретовано та реалізовано.

Класичні теорії мотивації створили потужне підґрунтя для пояснення цього феномену. Ієрархія потреб А. Маслоу описує логіку актуалізації потреб; двофакторна модель Ф. Герцберга розрізняє чинники задоволення та незадоволення працею; теорія самодетермінації Е. Деci та Р. Раяна пояснює, яким чином підтримка автономії, компетентності й пов'язаності посилює внутрішню мотивацію та благополуччя працівника (Maslow, 1943; Herzberg, 1968/2003; Ryan, & Deci, 2000). Водночас ці підходи переважно відповідають на запитання, що саме може мотивувати людину, але меншою мірою пояснюють, чому ідентичні стимули набувають різної психологічної ваги для працівників з відмінними поведінковими характеристиками. Сучасні огляди з організаційної психології також наголошують, що результати роботи й залученість зростають за умов узгодження між індивідуальними характеристиками працівника та характеристиками середовища, проте ця логіка не завжди операціоналізується через конкретні поведінкові стилі (Deci et al., 2017; Van den Broeck et al., 2021; van Vianen, 2018).

Важливими для пояснення трудової мотивації є також теорія постановки цілей Е. Локка та Г. Летема, теорія очікувань В. Врума та модель характеристик роботи Дж. Хекмана і Г. Олдхема. Ці концепції пояснюють вплив чітко сформульованих цілей, очікувань щодо результатів праці, а також характеристик самої роботи (автономії, різноманітності завдань, зворотного зв'язку) на формування внутрішньої мотивації працівників. Запропонована авторська модель не замінює зазначені підходи, а доповнює їх, пояснюючи психологічне опосередкування мотиваційних стимулів через поведінкові особливості особистості (Locke, & Latham, 2002; Vroom, 1964; Hackman, & Oldham, 1976).

У практиці HR-менеджменту зазначене обмеження має безпосередні наслідки. Організації нерідко застосовують стандартизовані мотиваційні інструменти: однакові KPI (Key Performance Indicators, ключові показники ефективності), типові форми зворотного зв'язку, уніфіковані програми визнання, стандартні сценарії адаптації чи єдині

© Ломакіна Аліса, 2026

схеми преміювання. Водночас працівники відрізняються не лише професійним досвідом чи посадовим статусом, а й тим, які характеристики ситуації вони вважають визначальними: швидкість, автономію, соціальне схвалення, стабільність, логічність, доказовість, безпеку або простір самовираження. У результаті однакові управлінські впливи можуть виявлятися різною мірою мотивувальними, нейтральними або демотивувальними.

У цьому контексті продуктивною є модель DISC, що походить від праці W. M. Marston і в сучасній організаційній практиці використовується як типологічний інструмент опису поведінкових стилів. Її прикладна цінність полягає у виокремленні відносно стійких тенденцій до домінування, впливу, стабільності та сумлінності/контролю. Однак у більшості практичних застосувань DISC використовується переважно описово – як мова для позначення відмінностей між людьми, а не як інструмент пояснення того, через які психологічні механізми ці відмінності впливають на мотивацію (Marston, 1928; Scullard, & Baum, 2015).

У цій статті модель DISC не розглядається як вичерпна теорія особистості чи клінічний діагностичний інструмент. Вона використовується як практична поведінкова типологія, придатна для аналізу організаційної поведінки. З огляду на це запропонована модель не замінює класичних мотиваційних теорій, а уточнює їх на процесуальному рівні: пояснює, через які психологічні механізми стимул набуває суб'єктивної значущості і яким чином ця значущість втілюється в поведінці.

Вибір моделі DISC у цьому дослідженні зумовлений її широким застосуванням у сфері управління персоналом, організаційного консультування та розвитку лідерства як інструменту аналізу поведінкових стилів, а не психометричної діагностики особистості (Scullard, & Baum, 2015).

Водночас у сучасній психології особистості найбільш емпірично обґрунтованою моделлю вважається П'ятифакторна модель особистості (Big Five / OCEAN), яка має широку психометричну валідацію та використовується для дослідження стабільних рис особистості. На відміну від Big Five, модель DISC у межах цього дослідження використовується як прикладна поведінкова типологія, придатна для аналізу організаційної поведінки та інтерпретації мотиваційних стимулів, а не як універсальна модель структури особистості (Costa, & McCrae, 1992; John et al., 2008).

Сучасні дослідження в галузі організаційної психології та управління персоналом підтверджують, що ефективність мотиваційних практик дедалі більше залежить від індивідуалізації підходів до працівників. Зокрема, у межах теорії самодетермінації підкреслюється, що задоволення базових психологічних потреб в автономії, компетентності та пов'язаності є критичним фактором внутрішньої мотивації, залученості та професійного благополуччя (Deci et al., 2017; Ryan, & Deci, 2000). Водночас емпіричні дослідження демонструють, що навіть за наявності сприятливого середовища ці потреби можуть реалізовуватися по-різному, залежно від індивідуальних характеристик працівника.

Аналітичні звіти міжнародних організацій також вказують на обмеженість універсальних мотиваційних стратегій. Зокрема, дані Gallup свідчать, що лише близько 20 % працівників у світі є залученими до роботи, тоді як більшість демонструє низький рівень залученості або її відсутність (Gallup, 2023). Це спостерігається попри впровадження формалізованих систем оцінювання, винагород і розвитку. Отже, проблема полягає не лише у змісті мотиваційних інструментів, але й у способах їх сприйняття та інтерпретації працівниками.

У практиці HR-менеджменту ця проблема набуває особливої актуальності в умовах зростання складності організаційного середовища, переходу до гібридних форматів роботи та підвищення вимог до гнучкості управління. Стандартизовані підходи до мотивації, які не враховують поведінкових відмінностей, можуть призводити до зниження ефективності комунікації, формування прихованого опору змінам і втрати потенціалу працівників.

У цьому контексті особливої уваги потребує питання операціоналізації індивідуальних відмінностей у мотиваційних процесах. Поведінкові типології, зокрема модель DISC, відкривають можливість для більш точного опису того, як різні працівники сприймають і реалізують мотиваційні стимули. Однак їх потенціал часто залишається не повністю використаним, оскільки вони застосовуються переважно як інструмент опису поведінки, а не як пояснювальна модель мотивації.

Наукова проблема дослідження полягає у відсутності системної концептуалізації того, як поведінкові типи DISC опосередковують зв'язок між мотиваційним стимулом і реальною поведінковою реакцією працівника.

Метою роботи є теоретичне обґрунтування та розробка авторської інтерпретаційної моделі психологічних проявів мотиваційних факторів у представників різних типів DISC.

Для досягнення цієї мети поставлено такі ***завдання***: проаналізувати обмеження універсальних підходів до мотивації; зіставити класичні мотиваційні теорії з поведінковою типологією DISC; описати механізм психологічного фільтра як проміжної ланки між стимулом і поведінкою; визначити домінуючі механізми реалізації мотивації для кожного з чотирьох типів DISC; окреслити напрями подальшої емпіричної перевірки моделі.

Таким чином, актуальність дослідження зумовлена необхідністю переходу від універсальних до диференційованих підходів до мотивації, що враховують не лише зміст стимулів, але й психологічні механізми їх інтерпретації та реалізації у поведінці працівників.

Методи

Дослідження базується на теоретико-аналітичному підході, що включає методи систематичного аналізу, узагальнення та інтерпретації наукових джерел з проблем мотивації, організаційної поведінки та поведінкових типологій. Застосовано порівняльний аналіз класичних теорій мотивації та сучасних підходів до індивідуалізації управління персоналом.

Методологічною основою виступає модель DISC, яка використовується як інструмент аналізу індивідуально-психологічних відмінностей та їх впливу на мотиваційні процеси. У межах дослідження застосовано авторський інтерпретаційний підхід, що дозволив узагальнити психологічні прояви мотиваційних факторів та сформулювати концептуальну модель їх реалізації.

Результати

У результаті проведеного теоретико-аналітичного дослідження та критичного узагальнення сучасних підходів до мотивації й організаційної поведінки було сформульовано авторську інтерпретаційну модель психологічних проявів мотиваційних факторів у представників різних поведінкових типів за моделлю DISC.

На відміну від традиційних підходів, які розглядають мотивацію як універсальний процес, отримані результати дають підстави вважати, що мотиваційні фактори мають диференційовану структуру. Вона визначається не лише змістом потреб, але й способом їх психологічної реалізації у поведінці особистості.

Запропонована модель може бути розглянута як спроба інтеграції змістових і процесуальних підходів до

мотивації в організаційному середовищі. Якщо класичні теорії мотивації описують переважно зміст потреб і джерела залучення, то ця інтерпретаційна схема уточнює процес, через який зовнішній стимул набуває психологічної значущості для конкретного працівника. У цьому контексті модель не суперечить попереднім підходам, а конкретизує їх на рівні поведінкової реалізації (Maslow, 1943; Herzberg, 1968/2003; Ryan, & Deci, 2000).

Запропонована модель дозволяє пояснити, що ключові відмінності між типами DISC проявляються в домінуванні різних механізмів мотиваційної регуляції, що дає змогу виокремити чотири типи психологічної реалізації мотивації: інструментально-результативний (тип Dominance); соціально-емоційний (тип Influence); стабілізаційно-підтримувальний (тип Steadiness); когнітивно-контрольний (тип Conscientiousness).

Водночас типи DISC у межах запропонованої моделі розглядаються як аналітичні категорії, що відображають домінувальні поведінкові тенденції. Автор усвідомлює, що в реальних організаційних умовах більшість працівників мають змішані поведінкові профілі, які поєднують ознаки кількох типів. Аналіз таких профілів виходить за межі цього дослідження та розглядається як перспективний напрям подальших емпіричних досліджень (Scullard, & Baum, 2015).

Зіставлення результатів із теорією самодетермінації дає підстави інтерпретувати поведінкові типи DISC як відмінні канали актуалізації базових психологічних потреб у робочому контексті: для типу Dominance – автономії, впливу та результативності; для Influence – пов'язаності, визнання та соціального резонансу; для Steadiness – безпечного середовища взаємодії; для Conscientiousness – переживання компетентності через структуру, точність і контроль якості.

Така інтерпретація узгоджується із сучасними дослідженнями мотивації (Deci et al., 2017; Gagné, & Deci, 2005; Van den Broeck et al., 2021; van Vianen, 2018).

Подальший аналіз дозволив деталізувати психологічні особливості реалізації мотивації у представників кожного поведінкового типу.

Тип Dominance (D). Для представників типу Dominance мотивація реалізується переважно через інструментально-результативний механізм, що передбачає орієнтацію на досягнення конкретного результату, контроль над ситуацією та максимізацію ефективності діяльності. В основі цього механізму лежить прагнення до впливу на зовнішнє середовище та його трансформації відповідно до власних цілей.

Психологічні прояви цього типу включають високу швидкість прийняття рішень, орієнтацію на досягнення та конкуренцію, готовність швидко приймати рішення в умовах невизначеності та брати відповідальність за їх наслідки, а також низьку потребу в надмірній регламентованості та тривалих процедурах. Для цього типу характерна здатність брати на себе відповідальність і діяти в умовах підвищеного тиску.

Мотивація типу Dominance характеризується вибірковістю щодо стимулів: значущими є ті, що забезпечують автономію, швидкий результат і можливість впливу. Натомість надмірна регламентованість або обмеження свободи дій можуть сприйматися як демотивуючі.

З позиції авторської моделі мотивація цього типу має проактивний характер і реалізується через активну зміну середовища. Ефективність мотивації визначається можливістю досягнення результату через швидкі та автономні дії.

Така інтерпретація узгоджується з теорією постановки цілей Е. Локка та Г. Летема, відповідно до якої чіткі та складні цілі підвищують ефективність діяльності, а також із теорією очікувань В. Врума, яка пояснює мотивацію через оцінку очікуваної результативності, інструментальності та суб'єктивної цінності отриманого результату (Locke, & Latham, 2002; Vroom, 1964).

Тип Influence (I). Для представників типу Influence характерний соціально-емоційний механізм мотивації, що базується на потребі у визнанні, міжособистісній взаємодії та емоційному підкріпленні. На відміну від типу Dominance, мотивація тут формується передусім через соціальний контекст діяльності.

Психологічні прояви включають орієнтацію на взаємодію, емоційність, залежність від зворотного зв'язку та прагнення впливати через комунікацію. Представники цього типу демонструють високу соціальну адаптивність і здатність надихати інших.

Мотивація є чутливою до якості соціального середовища: визнання, підтримка та залучення виступають ключовими факторами її активації. Водночас ігнорування, ізоляція або критика можуть знижувати ефективність діяльності.

У межах авторської моделі мотивація типу Influence має соціально-комунікативний характер і реалізується через соціально-емоційний "фільтр", що визначає значущість стимулів через рівень взаємодії та емоційного відгуку.

Тип Steadiness (S). Для представників типу Steadiness характерний стабілізаційно-підтримувальний механізм мотивації, спрямований на збереження психологічного комфорту, передбачуваності та гармонійних взаємин.

Психологічні прояви включають послідовність поведінки, орієнтацію на довгострокову взаємодію, схильність до підтримки командної гармонії та уникнення конфліктів. Представники цього типу відзначаються надійністю та стабільністю.

Мотивація залежить від передбачуваності умов діяльності та якості взаємин. Стабільність і підтримка виступають ключовими факторами її активації, тоді як зміни, невизначеність і конфлікти можуть викликати зниження ефективності.

У межах авторської моделі мотивація реалізується через "фільтр безпеки та передбачуваності", що визначає оцінку стимулів щодо їх впливу на стабільність середовища.

Тип Conscientiousness (C). Для представників типу Conscientiousness мотивація реалізується через когнітивно-контрольний механізм, що базується на потребі у структурі, точності та логічній узгодженості діяльності.

Психологічні прояви включають аналітичне мислення, орієнтацію на стандарти якості, прагнення до мінімізації помилок і обережність у прийнятті рішень. Представники цього типу демонструють високий рівень самоконтролю та системності.

Мотивація є чутливою до рівня структурованості середовища: чіткі правила, стандарти та логічність процесів виступають ключовими умовами її активації. Натомість невизначеність або хаотичність можуть знижувати ефективність.

У межах авторської моделі мотивація цього типу реалізується через "когнітивний фільтр", який визначає значущість стимулів через їх логічність, структурованість і відповідність стандартам.

Для систематизації психологічних характеристик, мотиваторів і поведінкових проявів представників різних типів DISC результати узагальнено (рис. 1).

На основі узагальнення теоретичних положень та авторського підходу розроблено інтерпретаційну модель, що відображає роль поведінкових типів DISC як психологічного фільтра між стимулом і поведінкою (рис. 2).

КОРОТКИЙ ДОВІДНИК DISC

	D	I	S	C
СИЛЬНІ СТОРОНИ	· Лідерство · Рішучість · Впевненість · Орієнтація на результат	· Ентузіазм · Переконливість · Соціальність · Оптимізм	· Надійність · Терпіння · Лояльність · Підтримка інших	· Аналітичність · Точність · Організованість · Орієнтація на якість
СЛАБКІ СТОРОНИ	· Авторитарність · Нетерпимість до повільних рішень · Ігнорування деталей · Високі вимоги до інших	· Імпульсивність · Нестача уваги до деталей · Схильність до емоційних рішень · Бажання сподобатися всім	· Опір змінам · Уникнення конфліктів · Небажання виходити із зони комфорту · Надмірна поступливість	· Перфекціонізм · Надмірний аналіз · Жорстке дотримання правил · Опір імпровізації
МОТИВАТОРИ	· Контроль над ситуацією · Досягнення цілей · Виклики та змагання · Незалежність	· Спілкування та взаємодія · Визнання та похвала · Творчість та нові ідеї · Вплив на інших	· Стабільність та передбачуваність · Гармонія у відносинах · Відчуття приналежності до команди · Вдячність і визнання	· Чіткі інструкції та стандарти · Логіка та факти · Структурованість роботи · Висока якість результату
СТРЕСОРИ	· Відсутність контролю · Повільний темп роботи · Надмірні правила · Відсутність чітких цілей	· Ізоляція від команди · Рутина та одноманітність · Відсутність зворотного зв'язку · Обмеження в самовираженні	· Швидкі зміни · Конфлікти та суперечки · Невизначеність · Тиск та жорсткі дедлайни	· Відсутність порядку · Нечіткі очікування · Робота без достатньої інформації · Невизначеність та хаос
СТИЛЬ КОМУНІКАЦІЙ	· Прямолінійний · Напористий · Мінімум зайвих деталей · Орієнтація на результат	· Емоційний · Відкритий · Переконливий · Доброзичливий	· Спокійний · Дружній · Орієнтований на підтримку · Активне слухання	· Формальний · Чіткий · Логічний · Орієнтований на деталі
ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ	· Швидке · Впевнене · Орієнтоване на вигоду · Готовність ризикувати	· Інтуїтивне · Орієнтоване на людей · Швидке, але іноді необдумане · Вплив зовнішньої думки	· Обдумане · Консервативне · Орієнтоване на команду · Уникає ризику	· Обґрунтоване · Повільне, з аналізом ризиків · Орієнтоване на точність · Уникає імпульсивності

Рис. 1. Психологічні характеристики, мотиватори та стресори представників типів DISC (узагальнив автор)

DISC : ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

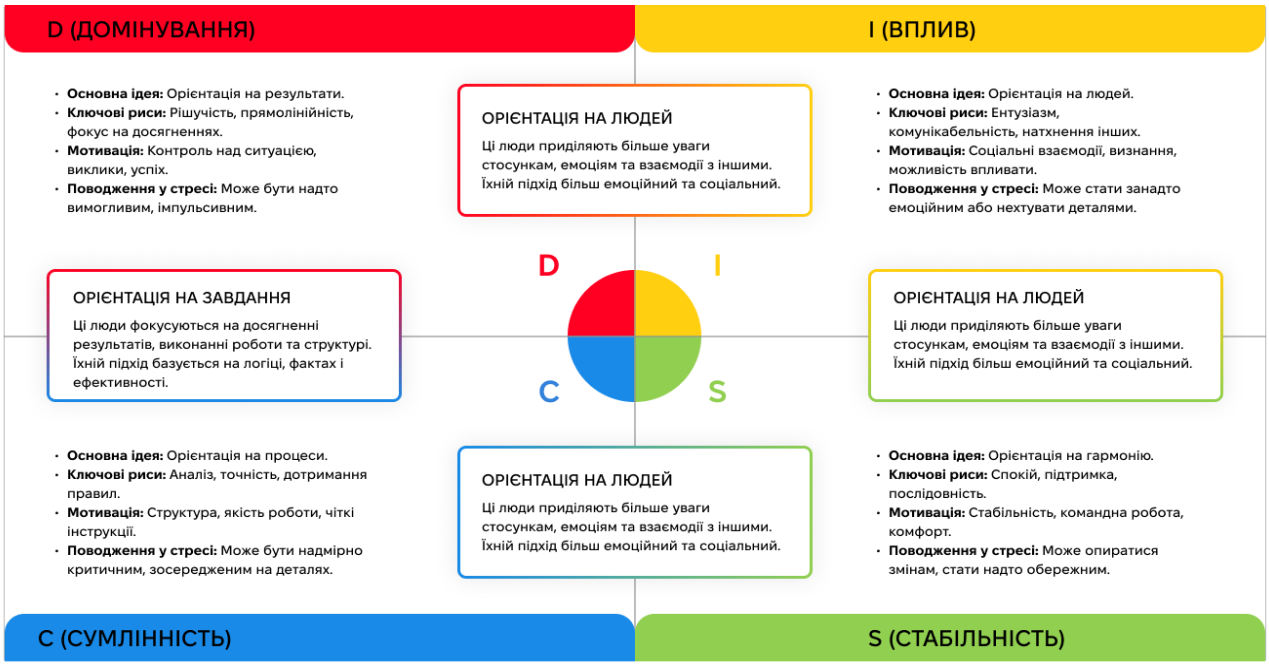


Рис. 2. Авторська інтерпретаційна модель психологічного опосередкування мотивації через поведінкові типи DISC

Запропонована модель демонструє, що поведінковий тип визначає не лише перелік релевантних мотиваційних факторів, але й спосіб їх інтерпретації та подальшої реалізації у поведінці.

У цьому контексті модель доцільно розглядати не як статичну класифікацію мотиваційних типів, а як динамічну систему взаємодії між внутрішніми характеристиками особистості та зовнішніми впливами середовища. Кожен тип DISC відрізняється специфічним способом обробки стимулів, що проявляється в різній оцінці їх значущості та різних поведінкових реакціях.

Зокрема, для типу Dominance стимул набуває значення через можливість досягнення результату та впливу на ситуацію; для типу Influence – через соціальну взаємодію та емоційний відгук; для типу Steadiness – через стабільність і передбачуваність; для типу Conscientiousness – через логічну узгодженість і структурованість.

ISSN 1728-3817

Це дає підстави розглядати мотивацію як процес, що не зводиться до прямої реакції на стимул, а опосередковується індивідуальним психологічним фільтром, який визначає характер її поведінкової реалізації.

Узагальнюючи отримані результати, мотивацію доцільно інтерпретувати як багаторівневу систему, у якій змістові компоненти (потреби, цілі) взаємодіють із процесуальними механізмами їх психологічної реалізації. Запропонована авторська модель демонструє, що поведінкові особливості працівника визначають не лише вибір значущих стимулів, а й спосіб їх інтерпретації та подальшої поведінкової реалізації.

Зокрема, запропонована модель дозволяє пояснити, що відмінності між типами DISC полягають не лише у пріоритетах мотиваційних факторів, але й у характері їх внутрішньої обробки та зовнішнього прояву. Це дає підстави розглядати мотивацію як багаторівневу систему, у якій змістові компоненти (потреби, цілі) взаємодіють із процесуальними (способи реалізації).

У межах запропонованої авторської інтерпретаційної моделі ці механізми розглядаються як домінувальні тенденції, а не як універсальні характеристики всіх представників відповідних поведінкових типів.

Для типу Dominance характерною є орієнтація на результат і трансформацію середовища, що свідчить про домінування активного, проактивного механізму мотивації. Для типу Influence мотивація реалізується через соціальну взаємодію, емоційне підкріплення та комунікацію, що визначає її соціально-комунікативний характер. Тип Steadiness демонструє спрямованість на збереження стабільності та уникнення психологічного дискомфорту, що дозволяє визначити його як адаптивно-стабілізаційний. У свою чергу, тип Conscientiousness орієнтований на когнітивну обробку інформації, контроль і структурованість, що формує раціонально-регулятивний механізм мотивації.

Таким чином, ефективність мотиваційних впливів залежить не лише від їх змісту, але й від відповідності способу їх подачі внутрішнім механізмам обробки інформації та поведінковим характеристикам особистості.

Дискусія і висновки

Отримані результати дають змогу переосмислити природу мотивації в організаційному середовищі, розглядаючи її не як універсальний набір факторів, а як багаторівневу систему, що залежить від індивідуально-психологічних характеристик особистості.

Зіставлення результатів із класичними теоріями мотивації (Maslow, 1943; Herzberg, 1968/2003; Ryan, & Deci, 2000) свідчить, що запропонована модель не суперечить існуючим підходам, а уточнює їх, доповнюючи уявлення про механізми реалізації мотивації. Якщо традиційні теорії фокусуються на змісті мотиваційних потреб, то модель DISC дозволяє пояснити спосіб їх поведінкової реалізації.

У межах теорії самодетермінації базові потреби в автономії, компетентності та пов'язаності актуалізуються по-різному залежно від поведінкового типу: для Dominance – через контроль і досягнення результату; для Influence – через соціальну взаємодію; для Steadiness -– через стабільність взаємин; для Conscientiousness – через когнітивний контроль і структурованість діяльності.

Це дозволяє розглядати модель DISC як інструмент конкретизації мотиваційних теорій у практиці управління персоналом.

Водночас поведінковий тип не є єдиним чинником мотиваційної поведінки працівника. Реалізація мотиваційних механізмів відбувається у взаємодії з організаційним контекстом, корпоративною культурою, професійною роллю, стилем керівництва та іншими характеристиками робочого середовища. Отже, запропоновану модель доцільно розглядати як один із рівнів пояснення мотивації, що функціонує у взаємодії з контекстуальними чинниками (van Vianen, 2018; Van den Broeck et al., 2021).

Теоретична новизна дослідження полягає у введенні поняття психологічного фільтра як проміжної ланки між стимулом і поведінковою реакцією. Запропонована модель розширює класичну лінійну схему "стимул–реакція", описуючи процеси селекції, оцінки та інтерпретації стимулів, що визначають їх поведінкову реалізацію. Це пояснює варіативність реакцій працівників на однакові мотиваційні практики.

Таким чином, ефективність мотиваційних стратегій визначається не лише відповідністю стимулів потребам працівників, але й узгодженістю цих стимулів з їхніми поведінковими характеристиками. Ігнорування цих відмінностей може призводити до зниження залученості, формування внутрішнього опору та неефективного використання людського потенціалу.

Практичне значення результатів полягає у можливості індивідуалізації мотиваційних стратегій. Зокрема:

- для представників типу Dominance доцільними є автономія, чіткі цілі та швидкий зворотний зв'язок;
- для Influence – соціальне визнання та емоційно підкріплена комунікація;
- для Steadiness – стабільність умов і підтримка;
- для Conscientiousness – структурованість процесів і чіткі критерії якості.

Такий підхід може бути використаний у HR-практиках, лідерстві та управлінні командами.

Окремі положення запропонованої моделі також узгоджуються з моделлю характеристик роботи Дж. Хекмана та Г. Олдхема, відповідно до якої автономія, різноманітність завдань, значущість роботи та якісний зворотний зв'язок сприяють формуванню внутрішньої мотивації працівників. У цьому контексті поведінковий тип DISC можна розглядати як чинник, що впливає на індивідуальне сприйняття зазначених характеристик роботи (Hackman, & Oldham, 1976).

Розширюючи практичний вимір отриманих результатів, доцільно розглядати їх у контексті ключових напрямів організаційного розвитку. У HR-практиках модель дозволяє підвищити точність підбору та адаптації персоналу, а також ефективність програм залученості та розвитку. У сфері лідерства вона підкреслює необхідність гнучкого стилю управління, орієнтованого на індивідуальні особливості працівників. У командній взаємодії модель сприяє формуванню збалансованих команд, а в управлінні змінами – дозволяє прогнозувати реакції працівників і адаптувати стратегії впровадження нововведень.

Водночас дослідження має низку обмежень. Воно має теоретико-аналітичний характер і не містить власної емпіричної перевірки запропонованої моделі. Модель DISC використовується як прикладна поведінкова типологія, а не як психометрична теорія особистості. Крім того, запропонована інтерпретаційна модель не охоплює сучасні нейропсихологічні механізми мотивації та не враховує змішані поведінкові профілі працівників. Також мотиваційна поведінка визначається не лише поведінковими особливостями особистості, а й організаційним контекстом, професійною роллю, корпоративною культурою та іншими чинниками робочого середовища (van Vianen, 2018; Van den Broeck et al., 2021).

Подальші дослідження доцільно спрямувати на емпіричну перевірку запропонованої моделі, зокрема із застосуванням кількісних і якісних методів, а також на

вивчення змішаних поведінкових профілів і їх взаємодії з організаційним середовищем.

Отже, мотивація працівника не є прямою функцією стимулу, а опосередковується психологічним фільтром, що визначається домінувальним поведінковим типом. Виокремлено чотири механізми реалізації мотивації: інструментально-результативний, соціально-емоційний, стабілізаційно-підтримувальний і когнітивно-контрольний. Ефективність мотиваційних практик залежить не лише від змісту стимулу, але й від способу його подачі та відповідності індивідуальним особливостям працівника.

Джерела фінансування. Автор заявляє про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Deci, E. L., Olafsen, A. H., & Ryan, R. M. (2017). Self-determination theory in work organizations: The state of a science. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior,* 4, 19–43. https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113108

Hackman, J. R., & Oldham, G. R. (1976). Motivation through the design of work: Test of a theory. Organizational Behavior and Human Performance, 16(2), 250–279. https://doi.org/10.1016/0030-5073(76)90016-7

Gagné, M., & Deci, E. L. (2005). Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior,* 26(4), 331–362. https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2005_GagneDeci_JOB_SDTtheory.pdf

Gallup. (2023). *State of the Global Workplace Report*. https://www.gallup.com

Herzberg, F. (2003). *One more time: How do you motivate employees?* Harvard Business Review Press. (Original work published 1968) https://hbr.org/2003/01/one-more-time-how-do-you-motivate-employees

John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big Five trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), Handbook of Personality: Theory and Research (3rd ed., pp. 114–158). Guilford Press. https://www.guilford.com/books/Handbook-of-Personality/John-Robins-Pervin/9781593858360?utm_source=chatgpt.com

Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. American Psychologist, 57(9), 705–717. https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705

Marston, W. M. (1928). *Emotions of normal people*. Kegan Paul, Trench, Trubner & Co. https://archive.org/details/emotionsofnormal032195mbp/mode/2up?ref=ol

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review,* 50(4), 370–396. https://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology,* 25(1), 54–67. https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020

Scullard, M., & Baum, D. (2015). *Everything DiSC® manual*. Wiley. https://www.wiley-vch.de/en/areas-interest/finance-economics-law/everything-disc-manual-978-1-119-08067-1

Van den Broeck, A., Ferris, D. L., Chang, C.-H., & Rosen, C. C. (2021). A review of self-determination theory's basic psychological needs at work. *Journal of Management,* 47(1), 5–40. https://doi.org/10.1177/0149206316632058

van Vianen, A. E. M. (2018). Person-environment fit: A review of its basic tenets. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior,* 5, 75–101. https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104702

Vroom, V. H. (1964). *Work and Motivation.* John Wiley & Sons. https://archive.org/details/workmotivation0000vroo/page/n5/mode/2up

References

Deci, E. L., Olafsen, A. H., & Ryan, R. M. (2017). Self-determination theory in work organizations: The state of a science. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior,* 4, 19–43. https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032516-113108

Hackman, J. R., & Oldham, G. R. (1976). Motivation through the design of work: Test of a theory. Organizational Behavior and Human Performance, 16(2), 250–279. https://doi.org/10.1016/0030-5073(76)90016-7

Gagné, M., & Deci, E. L. (2005). Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior,* 26(4), 331–362. https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2005_GagneDeci_JOB_SDTtheory.pdf

Gallup. (2023). *State of the Global Workplace Report*. https://www.gallup.com

Herzberg, F. (2003). *One more time: How do you motivate employees?* Harvard Business Review Press. (Original work published 1968) https://hbr.org/2003/01/one-more-time-how-do-you-motivate-employees

John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big Five trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), Handbook of Personality: Theory and Research (3rd ed., pp. 114–158). Guilford Press. https://www.guilford.com/books/Handbook-of-Personality/John-Robins-Pervin/9781593858360?utm_source=chatgpt.com

Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. American Psychologist, 57(9), 705–717. https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705

Marston, W. M. (1928). *Emotions of normal people*. Kegan Paul, Trench, Trubner & Co. https://archive.org/details/emotionsofnormal032195mbp/mode/2up?ref=ol

Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review,* 50(4), 370–396. https://psychclassics.yorku.ca/Maslow/motivation.htm

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology,* 25(1), 54–67. https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020

Scullard, M., & Baum, D. (2015). *Everything DiSC® manual*. Wiley. https://www.wiley-vch.de/en/areas-interest/finance-economics-law/everything-disc-manual-978-1-119-08067-1

Van den Broeck, A., Ferris, D. L., Chang, C.-H., & Rosen, C. C. (2021). A review of self-determination theory's basic psychological needs at work. *Journal of Management,* 47(1), 5–40. https://doi.org/10.1177/0149206316632058

van Vianen, A. E. M. (2018). Person-environment fit: A review of its basic tenets. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior,* 5, 75–101. https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104702

Vroom, V. H. (1964). *Work and Motivation.* John Wiley & Sons. https://archive.org/details/workmotivation0000vroo/page/n5/mode/2up

Отримано редакцією журналу / Received: 11.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Alisa LOMAKINA, Master's Student
ORCID ID: 0009-0004-6747-9631
e-mail: alisavolynets@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

PSYCHOLOGICAL MANIFESTATIONS OF MOTIVATIONAL FACTORS IN REPRESENTATIVES OF DIFFERENT DISC TYPES IN THE ORGANIZATIONAL ENVIRONMENT: AN AUTHOR'S INTERPRETATIVE MODEL

B a c k g r o u n d . ***The article presents the author's interpretative model of employee motivation based on their DISC behavioral types. In modern organizational psychology, the problem of employee motivation is increasingly viewed as a matter of psychological alignment between incentives and an employee's individual characteristics. Classical motivation theories convincingly explain the content of needs, but specify to a lesser extent why identical stimuli are experienced and manifested differently in work behavior.***

M e t h o d s . ***The study was conducted within a theoretical and analytical design. A comparative analysis of classical motivation theories and the DISC model was applied. Illustrative organizational scenarios in the text serve to explain the model and do not hold the status of independent empirical verification.***

R e s u l t s . ***An original interpretative model has been developed, where DISC types are considered as mechanisms for interpreting motivational stimuli. A behavioral type functions as a "psychological filter" between an external stimulus and a reaction, determining how motivational influence is perceived and implemented. The "psychological filter" describes the processes of selecting, evaluating, and assigning significance to stimuli within an organizational environment.***

On this basis, four dominant mechanisms of motivation implementation are identified: instrumental-resultative for the Dominance type; social-emotional for the Influence type; stabilizing-supportive for the Steadiness type; cognitive-control for the Conscientiousness type.

It is demonstrated that this filter consistently selects relevant signals, evaluates their alignment with personal priorities, assigns them positive or negative emotional valence, and translates this evaluation into specific behavioral outcomes. Leading motivators, demotivators, psychological manifestations, and typical organizational conditions for effective motivation are described for each type.

Conclusions. ***The proposed model integrates content and process approaches to motivation, clarifying that the effectiveness of motivational influence depends not only on the content of the stimulus, but also on the way it is interpreted by a behavioral type. The practical value of the model lies in the ability to individualize HR tools, improve the accuracy of managerial communication, and design incentives tailored to an employee's behavioral profile. The limitation of the study is its theoretical nature; further research should be directed towards empirical validation of the model.***

Keywords ***: organizational behavior, motivation, DISC, behavioral types, psychological filter, individual differences, HR strategies.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автор використовував ChatGPT-5.2 для пошуку наукових джерел. Після використання цього інструмента автор перевірив та проаналізував запропоновані джерела.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors used ChatGPT-5.2 to search for scientific literature. Following the use of this tool, the authors reviewed, verified, and analyzed the suggested sources.

Етична декларація. Дослідження є теоретичним аналізом відкритих джерел і не передбачає безпосередньої взаємодії з людьми чи тваринами. Відповідно, отримання спеціального етичного висновку для такого типу дослідження не потрібно.

Ethical Statement. This study is a theoretical analysis of public sources and does not involve direct interaction with humans or animals. Accordingly, formal ethical approval was not required for this type of research.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.922:316.6:355
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).11

Світлана МАКСІМЄНКО[1], магістр
ORCID ID: 0009-0001-2649-1173
e-mail: svitlana.maksimienko@usfu.edu.ua

Анастасія КАРПЕНКО[1], магістр
ORCID ID: 0009-0002-0863-2857
e-mail: anastasiia.karpenko@usfu.edu.ua

Дар'я ПІДДУБНА[1], магістр
ORCID ID: 0009-0001-1344-9953
e-mail: daria.piddubna@usfu.edu.ua

Вікторія БОРНЯКОВА[1], магістр
ORCID ID: 0009-0002-2186-9808
e-mail: viktoria.bornyakova@usfu.edu.ua

Анастасія ІГНАТОВСЬКА[1], магістр
ORCID ID: 0009-0001-6657-4694
e-mail: anastasiia.ihnatovska@usfu.edu.ua

[1]Зігмунд Фройд Університет Україна, Київ, Україна

"Я МАЮ ТРИМАТИ ОБЛИЧЧЯ": ТЕМАТИЧНИЙ АНАЛІЗ ІНТЕРВ'Ю ПАРТНЕРОК ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЯКІ ПЕРЕЖИВАЮТЬ ВОЄННУ ВТРАТУ

В с т у п . *Повномасштабна війна в Україні призвела до значного збільшення кількості жінок, які переживають втрату або тривалу невизначеність статусу своїх партнерів-військовослужбовців, що актуалізує потребу в дослідженні їхнього психологічного стану та запитів на підтримку. Метою цієї статті є висвітлення результатів вивчення переживань, смислів та потреб вдів (або жінок, чиї партнери вважаються зниклими безвісти), а також окреслення напрямів психосоціальної допомоги, релевантних їхньому досвіду.*

М е т о д и . *Дослідження реалізовано у якісному дизайні із застосуванням напівструктурованого інтерв'ю. Вибірку становили 20 українських жінок віком 28–56 років, а аналіз даних здійснювався методом рефлексивного тематичного аналізу (за Braun & Clarke) з індуктивним кодуванням.*

Р е з у л ь т а т и . *Виокремлено шість ключових тем, що розкривають досвід переживання воєнної втрати опитаними жінками: індивідуальна вразливість і внутрішня робота горя; соціальна реакція й моральний контроль; інституційна взаємодія як джерело повторної травматизації; материнство під навантаженням втрати; право на майбутнє; соматичні наслідки (порушення сну, ендокринні зміни). Показано, що суспільні очікування, уявлення про "правильнее" горювання, ієрархізація "легітимності" втрати та неетичні практики взаємодії з інституціями підтримують хронічний дистрес і стан психологічної незавершеності горювання, особливо за умов невизначеної втрати. У питанні актуальних потреб у супроводі втрати в жінок було виділено п'ять тем: невидима підтримка; спільнота як терапевтичний ресурс; чіткий алгоритм і супровід у взаємодії зі структурами; право на індивідуальне горювання і майбутнє без осуду; самодопомога як базова стабілізація.*

В и с н о в к и . *Результати дослідження демонструють потребу жінок у "невидимій підтримці" через конкретні дії, доступ до спільнот рівного досвіду та етично чутливі алгоритми супроводу з боку державних структур. Практичний потенціал цього дослідження полягає у переході від індивідуалізованої до соціально опосередкованої моделі розуміння воєнної втрати, що має практичні наслідки для розробки програм психосоціальної підтримки та формування державної політики допомоги сім'ям військовослужбовців України.*

К л ю ч о в і с л о в а : *воєнна втрата; вдова; військовослужбовець; невизначена втрата; російське вторгнення 2022; скорбота; Україна.*

Вступ

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні супроводжується масовими людськими втратами, зокрема загибеллю та зникненням безвісти військовослужбовців. За даними Міністерства внутрішніх справ України, у Єдиному реєстрі осіб, зниклих безвісти за особливих обставин, перебувають десятки тисяч записів щодо осіб, доля яких залишається невідомою (Міністерство внутрішніх справ України, 2025).

Дослідження психічного стану населення України в умовах війни фіксують підвищені рівні стресу, тривоги та посттравматичних симптомів у різних соціальних групах (Gradus Research, 2022; Lushchak et al., 2023; World Health Organization, 2023). Родини загиблих і зниклих безвісти військовослужбовців належать до груп підвищеного ризику розвитку психоемоційних порушень (Cozza et al., 2020). Особливо вразливою є група жінок, які переживають воєнну втрату партнера – як підтверджену загибель, так і невизначену втрату, пов'язану зі зникненням безвісти або очікуванням підтвердження смерті. Такий досвід поєднує травму втрати з додатковими соціальними та інституційними навантаженнями.

В українському контексті психоемоційний стан партнерок загиблих і зниклих безвісти військовослужбовців залишається недостатньо дослідженим, особливо в межах якісних підходів, що дозволяють глибоко описати їхній досвід. Попри наявність масштабних даних щодо загального психічного стану населення (Gradus Research, 2022), досвід жінок, які втратили партнера-військовослужбовця, обмежено представлений у науковій літературі та переважно висвітлюється у звітах і програмах підтримки (Veteran Hub, 2024a; Veteran Hub, 2024b).

Дослідницький інтерес сформувався у відповідь на запит представниць спільноти жінок, які пережили

© Максімєнко Світлана, Карпенко Анастасія, Піддубна Дар'я, Борнякова Вікторія, Ігнатовська Анастасія, 2026

ISSN 1728-3817

воєнну втрату партнера, а також фахівців, що працюють із цією групою. Запит стосувався необхідності глибшого розуміння їхнього психоемоційного стану та розробки підтримки, орієнтованої на досвід самих жінок. Такий підхід узгоджується з принципами травма-інформаованого (trauma-informed) і спільнотно-базованих (community-based) практик, які передбачають залучення представника цільової групи до осмислення проблеми та формування рішень (SAMHSA, 2014; UNICEF, 2019).

Аналіз попередніх публікацій. Міжнародні дослідження свідчать, що втрата близької людини в умовах війни є одним із найбільш складних життєвих досвідів і може мати тривалий вплив на психоемоційний стан і повсякденне функціонування (Worden, 2018). Зокрема, дослідження, проведені у США, Великій Британії, Канаді та країнах Європи, показують, що члени родин загиблих військовослужбовців мають підвищений ризик розвитку депресії, тривожних розладів, посттравматичних реакцій та ускладненого горювання (Cozza et al., 2020; Shear et al., 2011). Такі переживання можуть ускладнювати адаптацію до нових життєвих умов, впливати на соціальне функціонування і загальний рівень психологічного благополуччя (Worden, 2018).

Особливо складним є досвід втрати у випадках зникнення військовослужбовця безвісти (Betz, & Thorngren, 2006; Faber et al., 2008). У науковій літературі цей стан описується як невизначена втрата (Fomych, 2025), яка характеризується тривалим перебуванням між надією і страхом втрати, відсутністю завершеності події та труднощами інтеграції втрати у життєвий досвід (Boss, 1999). Дослідження, проведені, зокрема у США та Ізраїлі, показують, що така невизначеність супроводжується підвищеним рівнем тривоги, емоційним виснаженням і труднощами планування майбутнього у членів родин (Baraković, Avdibegović, & Sinanović, 2013; Faber et al., 2008).

Сучасні психологічні моделі підкреслюють процесуальний характер адаптації після втрати (Stroebe, Schut, 1999). Так, відповідно до дуальної моделі горювання, переживання втрати включає чергування періодів зосередженості на втраті і періодів, пов'язаних із поступовим відновленням повсякденного життя та виконанням нових ролей (Stroebe, & Schut, 1999). Це свідчить, що адаптація є тривалим процесом, який охоплює не лише емоційні реакції, але й перебудову ідентичності, ролей і життєвих стратегій (Veteran Hub, 2024b).

Окрема увага у міжнародних дослідженнях приділяється досвіду партнерок військовослужбовців (Dekel, Solomon, Horesh, 2023; Leichtentritt, & Barzilai, 2013). Зокрема, дослідження, проведені в Ізраїлі – країні з тривалим досвідом військових конфліктів (Leichtentritt, & Segal-Engelchin, 2025), показують, що партнерки військових можуть переживати вторинні травматичні реакції, пов'язані з військовим досвідом партнера, а також труднощі адаптації після його загибелі (Dekel, Solomon, & Horesh, 2023; Leichtentritt, & Barzilai, 2013). У цих дослідженнях описано відчуття самотності, соціального нерозуміння і недостатнього визнання втрати, що підкреслює значущість соціального контексту у формуванні психоемоційного стану (Dekel, Solomon, & Horesh, 2023; Leichtentritt, & Barzilai, 2013).

Дослідження у США, Канаді та Великій Британії також показують, що адаптація партнерок і членів родин військовослужбовців значною мірою залежить від доступу до інформації, соціальної підтримки та інституційних програм допомоги (Didyk, 2019). Недостатність такої підтримки може ускладнювати адаптацію Й посилювати психоемоційне навантаження, тоді як її наявність сприяє психологічній стабілізації після втрати (Didyk, 2019; Wilson-Menzfeld et al., 2024).

Окрім психологічних реакцій, втрата може супроводжуватися соматичними і психофізіологічними проявами (Baraković, Avdibegović, & Sinanović, 2013; McEwen, 2007). Зокрема, дослідження, проведені серед жінок, які втратили партнерів у військових конфліктах у США та країнах Європи, фіксують порушення сну, підвищену втомлюваність, соматичні симптоми і зниження загального рівня функціонування (Baraković, Avdibegović, & Sinanović, 2013). Це підкреслює комплексний характер впливу втрати, який охоплює емоційний, когнітивний і фізичний рівні.

В українському контексті дослідження досвіду партнерок військовослужбовців набувають особливої актуальності у зв'язку з тривалістю і масштабом війни. Наявні роботи показують, що партнерки військових проживають тривалий досвід невизначеності, зміну життєвих ролей і підвищену відповідальність за родину (Veteran Hub, 2024c; Veteran Hub, 2024b). Важливою особливістю українського контексту є те, що жінки переживають втрату, перебуваючи безпосередньо в умовах війни, що супроводжується загрозою обстрілів, повітряними тривогами і загальною невизначеністю. Це означає, що вони змушені одночасно адаптуватися до життя в умовах небезпеки і переживати загрозу життю партнера або його втрату, а також брати на себе відповідальність за безпеку сім'ї і організацію повсякденного життя (Veteran Hub, 2024b). Такий досвід створює додаткове психоемоційне навантаження і формує специфічні умови адаптації.

Водночас аналіз наукової літератури показує, що психоемоційний стан партнерок після загибелі або зникнення безвісти військовослужбовця залишається недостатньо дослідженим, особливо в українському контексті.

Більшість наявних досліджень зосереджені на визначенні потреб цієї групи і розробці програм підтримки, тоді як індивідуальний досвід переживання втрати, процес адаптації і чинники, що впливають на психоемоційний стан, висвітлені обмежено (Kucher, 2025; Popeliushko, & Dziana, 2025).

У зв'язку з цим для цього дослідження було обрано якісний підхід, зокрема метод напівструктурованого інтерв'ю, який дозволяє дослідити індивідуальний досвід переживання втрати, значення, які учасниці надають власному досвіду, і виявити психологічні та соціальні аспекти, які залишаються недостатньо представленими у кількісних дослідженнях.

Мета дослідження – вивчення психоемоційного стану партнерок загиблих та зниклих безвісти військовослужбовців України та виокремлення ключових потреб, а також особистісних, соціальних і поведінкових ресурсів, які використовують жінки для подолання психологічних наслідків воєнної втрати.

Методи

Дослідження проводилося у якісному дослідному дизайні у формі проведення серії напівструктурованих інтерв'ю (Tulup, 2023). Такий підхід дозволяє зосередитися на суб'єктивному досвіді учасниць, значеннях, які вони надають пережитій втраті, а також на соціальному й інституційному контексті, у якому цей досвід формується. У дослідному плані було дотримано основних принципів наукової етики, добровільності участі та конфіденційності. Усі учасниці надали інформовану згоду на участь у дослідженні, аудіозапис і подальшу транскрипцію зібраних матеріалів. Інтерв'ю були конфіденційними, а їхні стенограми – анонімізованими, персональні дані не збиралися, матеріали використовувалися виключно

з дослідницькою метою з дотриманням вимог конфіденційності та етичної чутливості.

Тематичний аналіз інтерв'ю проводився в межах рефлексивного тематичного аналізу за (Braun, & Clarke V., 2006) із застосуванням ручного індуктивного кодування транскриптів (стенограм інтерв'ю). На першому етапі дослідницька команда здійснила ознайомлення з матеріалом та первинне кодування фрагментів тексту з метою виявлення повторюваних смислових одиниць і закономірностей у досвіді респонденток. Первинні коди формувалися індуктивно на основі реальних формулювань респонденток двома дослідницями (Анастасією Карпенко та Анастасією Ігнатовською), розбіжності обговорювалися до досягнення консенсусу.

На основі обговорення первинних кодів було сформовано кодбук, який відображав узгоджені визначення кодів і межі їх застосування. Після узгодження кодбуку подальше кодування інтерв'ю здійснювалося з використанням цього спільного інструменту. У процесі аналізу команда дослідниць регулярно проводила спільні зустрічі для обговорення кодування, уточнення інтерпретацій та досягнення консенсусу у випадках розбіжностей, що дозволило забезпечити узгодженість аналізу та зменшити суб'єктивність інтерпретацій.

Подальше групування кодів у підтеми та теми здійснювалося колективно, з фокусом на виявленні подібних чи тематично пов'язаних, а не поодиноких випадків, що дозволило сформувати цілісну аналітичну структуру результатів. Кодування здійснювалося вручну з використанням таблиць категоризації.

Учасниці, процедура збору даних та хід інтерв'ю. У дослідженні взяли участь 20 жінок віком від 28 до 56 років з різних регіонів України. У вибірці представлені респондентки, які мешкали у великих містах, малих містечках, сільській місцевості, а також жінки, що проживають за межами України. Учасниці перебували на різних етапах проживання втрати – від ситуації зникнення безвісти (невизначена втрата) до кількох років після підтвердження загибелі. Для частини учасниць ці етапи були послідовними складовими одного досвіду, а не окремими взаємовиключними категоріями. Саме тому дослідження не передбачало їх кількісного розподілу чи порівняння Ця неоднорідність статусу і часу від події стала ключовим фоном для тем, що з'явилися в аналізі: частина переживань у респонденток пов'язана не лише зі смертю як фактом, а з невизначеністю, затягуванням підтвердження, порушенням ритуалів прощання та повторною травматизацією в контакті із соціумом і структурами. Логіку тематичного аналізу відображено на рис. 1.



Рис. 1. Аналітична схема дослідження

Матеріал інтерв'ю було організовано відповідно до двох запитань:

1. Розкажіть, будь ласка, про Ваш досвід проживання воєнної втрати партнера.

2. Які потреби виникали у Вас під час проживання цього досвіду, і що допомагало або, навпаки, ускладнювало його проживання?

На основі індуктивного кодування транскриптів було сформовано 16 підтем (кодів), які в подальшому узагальнено у три аналітичні блоки: шість тем досвіду і п'ять тем потреб.

На рис. 2 представлено результати проведення тематичного аналізу, організовані в дві групи тем відповідно.

Результати

Узагальнені результати тематичного аналізу, подані на рис. 2, отримали також наративний опис із поясненням змісту кожної теми та ілюстративними цитатами:

Індивідуальний досвід проживання втрати, який досліджувався через перше питання інтерв'ю, було розкрито через теми "Індивідуальна вразливість і внутрішня робота горя", "Соціальна реакція і моральний контроль: ставлення суспільства до вдів", "Інституційна взаємодія як джерело повторної травматизації", "Сім'я і батьківство: материнство під навантаженням втрати", "Майбутнє, нові стосунки і право жити далі" та "Наслідки для здоров'я".

Тема "Індивідуальна вразливість і внутрішня робота горя" відображає внутрішні психологічні процеси, які запускаються після зникнення / підтвердження загибелі, та те, як жінка намагається втримати себе в умовах різкого обвалу опори. До цієї теми увійшли підтеми: "Психічний стан", "Неприйняття смерті", "Почуття до чоловіка", "Поради суспільству" та "Психологічна допомога", як досвід пошуку допомоги і спроб отримати підтримку.

"Психічний стан" опитаних жінок суттєво відрізняється залежно від статусу втрати (зниклий безвісти / очікування збігу ДНК / підтверджена загибель). Для частини жінок визначальним є тривале існування в режимі невизначеності, коли психіка коливається між надією і відчаєм і це виснажує: *"вночі сиділа в чатах… …мені просто серед ночі снилися розірвані тіла… …і тоді я зрозуміла, що мені треба себе рятувати".* У цьому

контексті повторюється мотив звуження життєвих бажань до єдиного: *"Не питайте "Чого хочеш?" Бо хочеш тільки одного – знайти чоловіка"*.

У підтемі "Неприйняття смерті" згадувалося про переживання, у якому факт втрати залишається психологічно неінтегрованим не через "небажання", а через відсутність внутрішнього розуміння, як завершити контакт із надією: *"Може, як кажуть, треба відпустити, але немає розуміння, як відпустити…в мене немає до сих пір розуміння, що його немає"*. Окремо проявляється неприйняття нового соціального статусу на рівні самоназви: *"Я не кажу, що я вдова, я кажу, що дружина загиблого захисника України…"*.



Рис. 2. Концептуалізовані теми

Підтема "Почуття до чоловіка" відображає збереження "теплого образу" і пам'яті як опори. У висловлюваннях респонденток пам'ять постає не лише як ритуал, а як спосіб зберегти "живу частину" стосунків: *"...оте, що у нас було… таке важливе… що я ніби не хочу пускати… розпач і сльози, щоб вони з ним не асоціювалися…"*. Учасниці наголошували, що збереження пам'яті про партнера та вшанування його життя допомагали не лише переживати втрату, а й підтримувати внутрішній зв'язок із ним.

Підтема "Поради суспільству" розкриває етичні проблеми взаємодії жінок із соціальним оточенням після втрати партнера. У цьому контексті одна з респонденток використовує історичну метафору, щоб описати власний досвід соціальної взаємодії: *"У давніх Скіфів була така традиція, коли гинув воїн, до нього в могилу клали живу дружину і закопували… І мені часто здається, що … суспільство хоче, щоб нас так само поховали"*. Цей образ відображає переживання символічного усунення жінки із соціального простору, коли її присутність і досвід втрати сприймаються як небажані або невидимі для оточення.

У підтемі "Психологічна допомога" опитані жінки вказували про досвід травматизації з боку тих, хто мав би їх підтримати, однак проявив етичну і професійну нечутливість. У таких епізодах жінки втрачають довіру до інституційної "допомоги"як такої: *"...я ходила в ТЦК тоді і питала пораду психолога…, як мені розмовляти з сином…На що я отримала відповідь:… в такому віці їм все одно. І якщо у вас не відбуваються якісь критичні моменти, тіпа, пісяється, або не знімає татову футболку, то все з ним в порядку*".

Тема "Соціальна реакція і моральний контроль: ставлення суспільства до вдів" відтворює досвід стигматизації, знецінення, нагляду і втручання, який жінки переживають як додатковий травматичний фактор. Сюди увійшли підтеми: "Досвід соціальної жорстокості", "Тригери", "Протиставлення вдів та матерів", що відтворюють досвід неетичних "порад" і коментарів щодо зовнішності, виплат, "правильного" горювання. Щодо підтеми "Досвіду соціальної жорстокості" жінки описують суспільну установку як очікування "довмирати", а не жити: *"…таке враження, що жінка має просто тихенько довмирати…"* Опис "правил горя" формує модель морального контролю щодо того, як "дозволено" горювати і змінювати життя. Це часто стає тригером захисної ізоляції або встановлення жорстких меж: *"Коли мені говорять, що пора діткам шукати тата…я сприймаю це в штики…Я можу нахамити…"*.

У підтемі "Тригерів" учасниці зазначають, що обговорення виплат перетворює горе на об'єкт чужих підрахунків і підозр, ніби смерть можна "компенсувати": *"Ти свого чоловіка теж можеш відправити – отримаєш труну і 15 мільйонів…"*.

Респондентки також згадували про "Протиставлення вдів і матерів", яке ніби вводить ієрархію горя, де жінки часто опиняються в позиції знецінення: *"мами в пошані, вдови – ні"*.

Тема "Інституційна взаємодія як джерело повторної травматизації" об'єднує досвід контакту з державними структурами і військовими організаціями, де жінки очікують ясності, поваги і алгоритмів, але натомість часто отримують хаос, формалізм і нечутливість. До теми увійшла підтема "Комунікація з державними структурами" і пов'язані з нею фрагменти про "фотосесії", публічність, бюрократію, помилки в документах, відсутність супроводу. Жінки описують ситуації, коли їхня присутність використовується як інструмент "піару", що переживається як приниження: *"...нас зібрали… тільки раді того, щоб зробити фотки, попіаритись нами"*. На рівні процедур і документів повторюється мотив: алгоритм відсутній або його доводиться збирати самостійно, як "квест" у момент гострого горя: *"...по військовим ти сам йдеш, робиш свідоцтво, ти мусиш сам його виписати…"*. Нечутливість і відсутність компетентності сприймаються як вторгнення і знецінення: *"...таке враження, що вони не знають, що з нами робить… таке*

враження, що ти прийшов до них додому". Ця тема прямо пов'язана з потребою в супроводі, а не лише в "послузі": у кризовому стані жінка не має ресурсів проходити бюрократичні процедури. Респондентки, що мають дітей, згадували про неузгодженість освітніх програм з дитячим досвідом воєнної втрати: *"…хотілося б, щоб наше міністерство освіти хоч іноді відкривало книжки, які вони друкують: …я відкрила читанку другого класу… і знайшла там чудовий віршик "Мій тато повернувся з війни"… А як дітей заставляють, в кого тато загинув,… віршик розкажи про війну?".*

Тема "Сім'я і батьківство: материнство під навантаженням втрати" об'єднує підтеми "Діти і батьківство" та "Стосунки з рідними". Центральний зміст – потреба одночасно витримувати власне горе й бути опорою для дітей та інших членів сім'ї, часто – без права "розвалитися". У статусі зникнення безвісти жінки описують вимушену роль регулятора емоцій інших: *"...я маю тримати обличчя, тому що… від мене залежить емоційний стан тих, хто в будинку…".* Після загибелі додається новий пласт: поєднання ролей і відповідальностей ("мама і тато"), при цьому щоденне життя не зупиняється: *"Я тепер для них "мапа"– мама і папа"; "...я прийду з роботи, вкриюся ковдрами і лежу. Приходить… дочка і каже, мамо, я хочу їсти…".* Окремий вимір – досвід дітей у школі та культурних практиках, де війна "нормалізована" для більшості, але для дитини з втратою це травматично: *"Моя дитина… на лінійці, коли гімн грає, він плаче, бо йому больно…, що в нього тата нема… Всім весело, бо у них перше вересня, всі з мамами, з татами, а моя дитина з прапором".*

Підтема "Стосунки з рідними" відображає напругу у взаєминах з родичами, де чоловік раніше виконував роль "буфера", а після його смерті на жінку переноситься чужий біль, претензії, очікування: *"…коли він зник …те, що їй (*свекрусі*) не вистачає… вона перекладає на мене".*

У темі "Майбутнє, нові стосунки і право жити далі" фокус на тому, як жінка стикається з табу на "рух уперед". Тут поєднуються внутрішні процеси (провина, страх "зради пам'яті") і зовнішній соціальний осуд. Респондентки описують, що навіть невинний крок до контакту зі світом може переживатися як моральний злочин: *"...я зареєструвалася на сайті знайомств… …це не про зраду… Просто спілкування".* Право на майбутнє доводиться "відвойовувати" у себе: *"Я просто нагло дозволила собі жити далі… Я з собою воювала…".* Ця тема важлива, бо показує: горе не завершується "часом". Воно входить у конфлікт із соціальними нормами, які часто дозволяють жінці бути лише в ролі "вдови", а не живої людини з майбутнім.

Підтема "Наслідки для здоров'я" стала важливою складовою кожного проведеного інтерв'ю. Тому в нашому аналізі вона була винесена як окрема тема. Всі опитані респондентки засвідчили соматичні, когнітивні та поведінкові наслідки втрати: погіршення стану здоров'я (*"було дуже велике виснаження, фізично в мене проблеми почалися з суставами, мене направили до невролога,... і я була на антидепрессантах"*), зміни сну (*"Я сплю по дві години. Я прокидаюся вночі о третій годині ранку і більше не можу заснути"*), розлади харчової поведінки, скарги про порушення пам'яті та уваги (*"Забуваю якесь слово, коли говорю, можу втратити думку. Я говорю-говорю-говорю, там, отак ось подивилась в якусь точку, а що я говорила? Ну, отак в такому плані буває. Раніше бувало, але не так часто… і це стало для мене проблемою."*), тілесні реакції на тривалий стрес (*"...щитовидка "пока-пока", я вже на гормонах"*). Винесення цієї теми окремо дозволяє чітко зафіксувати: підтримка має включати не лише психологічні інтервенції, а й увагу до фізичного функціонування (сон, апетит, гормональний стан, виснаження), інакше допомога буде фрагментарною.

Завдяки другому питанню інтерв'ю, було виокремлено п'ять ***тем потреб партнерок під час проживання втрати***: потреба "Невидимої підтримки" замість порожніх слів, потреба "Спільноти як терапевтичного ресурсу", "Чіткий алгоритм і супровід у взаємодії зі структурами", "Право на індивідуальне горювання і майбутнє без осуду" та "Самодопомога як базова стабілізація". Кожна з них звучала не як абстрактний запит на підтримку, а як конкретний дефіцит у повсякденному функціонуванні – у взаємодії з людьми, структурами і найближчим оточенням. Відповідні висловлювання були об'єднані в підтему потреби "Невидима підтримка", яка на рівні узагальнення сформувалася у однойменному тему потреби. Йдеться про допомогу, що реалізується через дії, присутність, побутову допомогу, а не "правильні фрази": *"...підійти… обняти… приготувати якийсь суп… поприбирати… І це буде… найбільша підтримка замість слів".* Цінність допомоги – у знятті навантаження і в делегуванні "мислення", коли жінка виснажена: *"...я не знаю, що зараз правильно казати… але я зараз подумаю за тебе...".*

Підтема "Психологічна допомога" дублюється в темі потреб "Спільнота як терапевтичний ресурс", але в контексті, пов'язаному з підтримкою з боку людей із подібним життєвим досвідом. Респондентки зазначали, що стандартна "психоосвіта" або універсальні пояснення про стадії горя не задовольняють їхню потребу в підтримці. Їм потрібна взаємодія, де їхній досвід не пояснюють ззовні, а витримують, і де є контакт із людьми, які "знають зсередини": *"Психолог… – вона як вчитель. Є п'ять стадій горя… – я це все знаю. Хотілося б іншого: спілкування з людьми, які це прожили…".* Цінність "однаковості" досвіду звучить як чинник, який знижує ізоляцію: *"…фонд "Маємо жити" – ... це спільнота, де ми всі "однакові", всі переживаємо втрату, спілкуємось і допомагаємо".* Учасниці підкреслюють значущість взаємодії з іншими жінками, які також втратили партнера, як чинника стабілізації психоемоційного стану.

Підтема "Комунікація з державними структурами" на рівні потреб трансформується у тему "Чіткий алгоритм і супровід у взаємодії зі структурами". Учасниці формулюють запит не лише на доступ до інформації, але на проведення через процедури, що виникають після втрати: *"…хотіла, щоб нас вели, як це робити… і куди звертатися…".* Наявність супроводу розглядається як спосіб зменшення дезорганізації і попередження додаткового психоемоційного навантаження, пов'язаного з необхідністю самостійно орієнтуватися у бюрократичних процедурах.

Підтему "Поради суспільству", що відображає реакції соціального оточення і звернення жінок до суспільства, було виокремлено в тему потреби "Право на індивідуальне горювання і майбутнє без осуду". Учасниці наголошували на важливості базової поваги і невтручання у їхній процес проживання втрати: *"Не треба там ніяких слів підтримки, тому що вони не діють. От "я тебе розумію – ніхто тебе не розуміє"; "Мені не подобається, коли мені роздають поради, про які я не прошу".* Це вказує на потребу у визнанні їхнього стану

без оцінювання, контролю або нав'язування очікуваних моделей поведінки.

Підтема "Самодопомога" була концептуалізована у тему потреби "Самодопомога як базова стабілізація", що відображає значення тілесних і поведінкових практик у підтримці функціонування. Учасниці описують дії, спрямовані на відновлення базових фізіологічних ресурсів: *"Я себе о дев'ятій годині насильно вкладала спати… …зарядка… …вітаміни… …харчуватися по годинах…"; "…мені дуже сильно бракує тепла… …гріла на батареї плед…"*. Ці практики виконують регуляційну функцію і виступають як доступний спосіб стабілізації стану.

Дискусія і висновки

Виділені теми показують, що психоемоційний стан дружин / партнерок загиблих і зниклих безвісти військовослужбовців формується не лише самим фактом втрати, а сукупністю повторних навантажень: невизначеність і очікування; шок підтвердження; порушення ритуалів; зміна ролей; моральний контроль і стигматизація; інституційний хаос; соматичні наслідки. Водночас жінки демонструють активні стратегії виживання і відновлення – через спільноти, практики самодопомоги, утримання пам'яті, а також через внутрішню боротьбу за право жити далі.

Ці результати узгоджуються з міжнародними дослідженнями про складний і тривалий характер переживання воєнної втрати (Baraković, Avdibegović, & Sinanović, 2013; Blue Star Families, 2025; Leichtentritt, & Barzilai, 2013). Описаний учасницями досвід існування між надією і підтвердженням загибелі коханої людини узгоджується з концепцією амбівалентної втрати (Boss, 1999; 2006), яка підкреслює виснажливий характер невизначеності. У наших даних це проявляється в постійному пошуку інформації, очікуванні результатів і труднощах інтеграції факту смерті навіть після його підтвердження. Також результати співвідносяться з дуальною моделлю горювання (Stroebe M., Schut, 1999), зокрема в частині напруги між необхідністю виконувати повсякденні обов'язки і незавершеністю внутрішнього процесу адаптації. Виявлені соматичні та когнітивні прояви – порушення сну, зміни апетиту, труднощі концентрації – узгоджуються з дослідженнями психофізіологічних наслідків тривалого стресу і горювання (Lenferink et al., 2017; McEwen, 2007; Shear et al., 2011).

Водночас результати дозволяють суттєво розширити розуміння соціального виміру воєнної втрати, адже без урахування соціального контексту переживання воєнної втрати психологічні інтервенції залишаються частковими та менш ефективними. Якщо концепція соціально несанкціонованого горя (Doka, 1989) описує ситуації невизнання втрати, то в нашому дослідженні виявлено більш інтенсивні форми соціальної взаємодії, які учасниці переживають як систематичне знецінення, моральний нагляд і приниження. Йдеться не лише про відсутність підтримки, а про повторювані ситуації оцінювання, коментарів щодо матеріальних виплат, зовнішнього вигляду або "дозволеності" подальшого життя. Ці взаємодії можуть бути розглянуті як форма поведінкового регулювання, що відповідає логіці береавізму (англ. bereavism – концепції, відповідно до якої людина, яка пережила втрату, набуває особливого соціального статусу, що впливає на її взаємодію з державними інституціями, професійним середовищем і соціальним оточенням та може супроводжуватися структурним невизнанням) (Wilson-Menzfeld, 2024). У такому розумінні соціальне середовище через схвалення, осуд, підкріплення та санкції впливає на формування й обмеження моделей поведінки людей, які переживають втрату. У цьому контексті негативні коментарі, моральний осуд і соціальний тиск виступають механізмами соціального санкціонування, що підтримують очікування пасивності, ізоляції або "довічної жалоби". Такий досвід не лише ускладнює адаптацію після втрати, а й посилює соціальну ізоляцію і психоемоційне навантаження.

Окремим важливим результатом є виявлення ролі інституційної взаємодії як джерела повторної травматизації. Адже у воєнному контексті вторинна віктимізація виступає не лише наслідком травми, а окремим механізмом підтримання психоемоційного дистресу. Попри очікування чітких процедур і підтримки, учасниці описують досвід формалізму, відсутності алгоритмів і нечутливості, що узгоджується з дослідженнями військових сімей у США, де також зафіксовано розрив між декларованою підтримкою і суб'єктивним досвідом (Blue Star Families, 2025). У нашому дослідженні цей досвід набуває особливої ваги через необхідність самостійного проходження бюрократичних процедур у стані гострого горя, що підсилює відчуття безпорадності і самотності.

Новим аспектом, недостатньо представленим у науковій літературі, є опис зміни соціальної позиції жінки після втрати партнера та пов'язаних із цим очікувань взаємності. Учасниці відзначають підвищену вразливість у побутових і соціальних питаннях, а також відсутність очікуваної підтримки з боку оточення. У матеріалі інтерв'ю повторюється думка про порушену соціальну рівновагу: "я поділилася з суспільством своїм чоловіком, нехай тепер інші жінки поділяться зі мною своїми" – йдеться не про буквальність, а про очікування солідарності та перерозподілу відповідальності за вирішення побутових і соціальних труднощів. Цей мотив вказує на сприйняття втрати як внеску в колективну безпеку, який, однак, не супроводжується відповідною підтримкою. Таким чином, воєнна втрата постає не лише як індивідуальна подія, а як соціально значущий досвід, що трансформує уявлення жінки про її місце у спільноті.

До обмежень дослідження належить відносно невелика вибірка і якісний дизайн, що не дає змоги робити статистичні узагальнення. Водночас саме якісний підхід дозволив детально описати суб'єктивний досвід й виявити аспекти, які залишаються мало помітними в кількісних дослідженнях, зокрема досвід соціального булінгу щодо індивідуального способу проживання горя. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення поширеності цього явища, а також на аналіз факторів, які можуть зменшувати або посилювати його вплив.

Результати дослідження показують, що психоемоційний стан партнерок загиблих і зниклих безвісти військовослужбовців формується у взаємодії індивідуальних, соціальних та інституційних чинників і має тривалий, процесуальний характер. Ці дані узгоджуються з наявними науковими уявленнями про складний характер горювання та водночас розширюють їх за рахунок опису соціальних механізмів, які можуть як ускладнювати, так і підтримувати процес адаптації після воєнної втрати. Зокрема, виявлено, що соціальне середовище може як сприяти адаптації, так і ставати чинником додаткового психоемоційного навантаження. Цей досвід може бути описаний як форма соціального булінгу, що обмежує можливості відновлення і посилює ізоляцію. Окрім опису потреб, тематичний аналіз дозволив виокремити ресурси, на які спираються учасниці у процесі адаптації до втрати. До них належать

соціальні (спільнота жінок із подібним досвідом), особистісні (практики самодопомоги, збереження символічного зв'язку з партнером) та екзистенційні ресурси (турбота про дітей як джерело життєвого сенсу і поступове відновлення права на власне майбутнє). Ці ресурси можуть розглядатися як важливі орієнтири при розробленні програм психосоціальної підтримки.

Встановлено, що інституційна взаємодія може виступати джерелом повторної травматизації у випадках відсутності чітких процедур і супроводу. Це вказує на необхідність комплексного підходу систем підтримки, орієнтованих не лише на надання послуг, але й на забезпечення чутливого супроводу у кризовому стані. Перспективним напрямом подальших досліджень є порівняльний аналіз особливостей переживання втрати, потреб і ресурсів жінок на різних етапах проживання воєнної втрати, зокрема в ситуаціях підтвердженої та невизначеної втрати.

Відкрита наука. Через чутливий характер дослідження та гарантії конфіденційності, надані учасницям під час інформованої згоди, дані інтерв'ю не можуть бути оприлюднені у відкритому доступі.

Дослідження проводилося відповідно до етичних принципів роботи з вразливими групами населення.

Водночас методологічний дизайн дослідження, процедура тематичного аналізу та логіка побудови тем детально описані в роботі для забезпечення прозорості дослідницького процесу.

Внесок авторів. Світлана Максімєнко – концептуалізація, методологія, збір і аналіз емпіричних даних, написання статті; Анастасія Карпенко – методологія, збір і аналіз емпіричних даних, написання (оригінальна чернетка), Анастасія Ігнатовська – збір і аналіз емпіричних даних, підгототування теоретичних основ, написання (перегляд і редагування) статті; Дар'я Піддубна – методологія, збір і аналіз емпіричних даних, візуалізація; Вікторія Борнякова – підготування огляду літератури, аналіз джерел, збір і аналіз емпіричних даних.

Подяки. Авторки висловлюють щиру подяку жінкам, які взяли участь у дослідженні та поділилися власним досвідом. Окрема подяка Сіньковій Іванні Анатоліївні, засновниці благодійного фонду "Живу за двох" та ініціаторці програм підтримки для жінок, які пережили втрату партнера-військовослужбовця, за її особистий запит і готовність відкрито говорити про проблеми цієї спільноти, що стали поштовхом до формування дослідницького задуму та реалізації цього дослідження.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Бовсуновська, К. (2024, 18 червня). Цивільні дружини загиблих військових тепер зможуть отримати грошову допомогу. *УНІАН.* https://www.unian.ua/society/chi-mozhe-civilna-druzhina-zagiblogo-vojina-otrimati-odnorazovu-do-pomogu-12670446.html

Кучер, О. (2025). *Розробка інструменту оцінки потреб партнерок військовослужбовців та ветеранів для прототипування програм підтримки у НПО* [Магістерська робота, Український католицький університет]. https://er.ucu.edu.ua/items/7bc7e123-6397-4375-93cb-07dff8e561b4

Міністерство внутрішніх справ України. (2025, December 9). Артур Добросердов: Як працює система розшуку осіб, зниклих безвісти за особливих обставин. Офіційний сайт МВС України https://mvs.gov.ua/news/artur-dobroserdov-iak-praciuje-sistema-rozsuku-osib-zniklix-bezvisti-za-osoblivix-obstavin

Перхайло, Н., & Мидлик, О. (2025). Умови організації соціальної комунікації з родинами, що пережили втрату близьких. У *Безпека життєдіяльності, екологія і охорона здоров'я дітей і молоді XXI сторіччя: сучасний стан, проблеми та перспективи* (с. 99–103).

Попелюшко, Р., & Дзяна, Ю. (2025). Психологічна допомога родичам військових, які зникли безвісти. *Psychology Travelogs,* 3, 27–35. https://doi.org/10.31891/PT-2025-3-3

Тулуп, М. (2023, 7 червня). Правила інтерв'ю на чутливі теми: поради Маргарити Тулуп. *Detector Media.* https://detector.media/production/article/212182/2023-06-07-pravyla-intervyu-na-chutlyvi-temy-porady-margaryty-tulup/

Фомич, М. В. (2025). Невизначена втрата у контексті насильницького зникнення. У *Соціально-психологічне забезпечення діяльності сил безпеки та оборони України* (с. 148–150).

Baraković, D., Avdibegović, E., & Sinanović, O. (2013). Depression, anxiety and somatization in women with war missing family members. *Materia Socio-Medica,* 25(3), 199–202. https://doi.org/10.5455/msm.2013.25.199-202

Betz, G., & Thorngren, J. M. (2006). Ambiguous loss and the family grieving process. *The Family Journal,* 14(4), 359–365. https://doi.org/10.1177/1066480706290052

Blue Star Families. (2025). *Strengthening military families amid global challenges: Executive summary. Military Family Lifestyle Survey 24 (MFLS 24).* https://bluestarfam.org/wp-content/uploads/2025/01/BSF_MFLS24_Comp_Report_Exec_Summary.pdf

Boss, P. (1999). *Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief.* Harvard University Press.

Boss, P. (2006). *Loss, trauma, and resilience: Therapeutic work with ambiguous loss.* W. W. Norton & Company.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology,* 3(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Cozza, S. J., Hefner, K. R., Fisher, J. E., Zhou, J., Fullerton, C. S., Ursano, R. J., & Shear, M. K. (2020). Mental health conditions in bereaved military service widows: A prospective, case-controlled, and longitudinal study. *Depression and Anxiety,* 37(1), 45–53. https://doi.org/10.1002/da.22971

Dekel, R., Solomon, Z., & Horesh, D. (2023). Predicting secondary posttraumatic stress symptoms among spouses of veterans. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy,* 15(Suppl. 2), S409–S417. https://doi.org/10.1037/tra0001182

Didyk, N. (2019). Система роботи із сім'ями військовослужбовців: порівняльний аналіз досвіду США, Канади, Великої Британії. *Scientific Studios on Social and Political Psychology,* 44(47), 37–51. https://doi.org/10.33120/ssj.vi44(47).115

Doka, K. J. (Ed.). (1989). *Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow.* Lexington Books.

Faber, A. J., Willerton, E., Clymer, S. R., MacDermid, S. M., & Weiss, H. M. (2008). Ambiguous absence, ambiguous presence: A qualitative study of military reserve families in wartime. *Journal of Family Psychology,* 22(2), 222–230. https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.222

Freud, S. (1957). Mourning and melancholia (J. Strachey, Trans.). In *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 243–258). Hogarth Press. (Original work published 1917)

Gradus Research. (2022). *Психологічне здоров'я і ставлення українців до психологічної допомоги. Повна версія.* https://gradus.app/uk/open-reports/gradus-research-_-mental-health-report-full-version/

Leichtentritt, R., & Barzilai, Y. (2013). Unanticipated death of a partner: The loss experience of bereaved girlfriends of fallen Israeli soldiers. *Death Studies,* 37(9), 803–829. https://doi.org/10.1080/07481187.2012.699907

Leichtentritt, R., & Segal-Engelchin, D. (2025). Evidence from bereaved families of women soldiers: Loss and moral trauma. *Journal of Loss and Trauma.* https://doi.org/10.1080/15325024.2025.2481413

Lenferink, L. I. M., de Keijser, J., Smid, G. E., Djelantik, A. A. A. M. J., & Boelen, P. A. (2017). Prolonged grief disorder, depression, and posttraumatic stress disorder in disaster-bereaved individuals: Latent class analysis. *European Journal of Psychotraumatology,* 8(1), Article 1298311. https://doi.org/10.1080/20008198.2017.1298311

Lushchak, O., Velykodna, M., Bolman, S., Strilbytska, O., Berezovskyi, V., & Storey, K. B. (2023). Prevalence of stress, anxiety, and symptoms of post-traumatic stress disorder among Ukrainians after the first year of Russian invasion: A nationwide cross-sectional study. *The Lancet Regional Health – Europe,* 36, Article 100773. https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2023.100773

McEwen, B. S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain. *Physiological Reviews,* 87(3), 873–904. https://doi.org/10.1152/physrev.00041.2006

Neimeyer, R. A. (Ed.). (2012). *Techniques of grief therapy: Creative practices for counseling the bereaved.* Routledge.

Shear, M. K., Simon, N., Wall, M., Zisook, S., Duan, N., Reynolds, C., Lebowitz, B., Sung, S., Ghesquiere, A., Gorscak, B., Clayton, P., Ito, M., Nakajima, S., Konishi, T., Melhem, N., Meert, K., Schiff, M., O'Connor, M.-F., First, M., Sareen, J., Bolton, J., Skritskaya, N., Mancini, A. D., & Keshaviah, A. (2011). Complicated grief and related bereavement issues for DSM-5. *Depression and Anxiety,* 28(2), 103–117. https://doi.org/10.1002/da.20780

Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies,* 23(3), 197–224. https://doi.org/10.1080/074811899201046

Substance Abuse and Mental Health Services Administration. (2014). *SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach* (HHS Publication No. SMA 14-4884). https://www.nctsn.org/resources/samhsas-concept-of-trauma-and-guidance-for-a-trauma-informed-approach

UNICEF. (2019). *Community-based mental health and psychosocial support guidelines.* https://www.unicef.org/reports/community-based-mental-health-and-psychosocial-support-guidelines-2019

Veteran Hub. (2024a). *Дослідження "Шлях ветеранів та ветеранок"*. https://veteranhub.com.ua/wp-content/uploads/2024/10/doslidzhennia-shliakhveteraniv-ta-veteranok.pdf

Veteran Hub. (2024b). *Посібник аналітичного центру "Ветеран Хаб": Як етично взаємодіяти та комунікувати з воїнами та їхніми близькими.* https://veteranhub.com.ua/wp-content/uploads/2024/09/ posibnyk-analitychnoho-tsentru-veteran-hub-_-yak-etychno-vzaiemodiiaty-ta-komunikuvaty-z-voinamy-ta-ikhnimy-blyzkymy-1.pdf

Veteran Hub. (2024c). *Шлях коханої воїна: Результати 2024.* https://kohani.veteranhub.com.ua/wp-content/uploads/2024/06/shliakh-kokhanoi-voina-dlia-saytu.pdf

Wilson-Menzfeld, G., McGill, G., Moreland, M., Collins, T., Erfani, G., & Johnson, A. (2024). Military widows' experiences of social isolation, loneliness and unmet social needs. *Journal of Loss and Trauma,* 29(8), 1047–1067. https://doi.org/10.1080/15325024.2024.2326563

Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (5th ed.). Springer Publishing Company.

World Health Organization. (2023). *Strengthening national capacity for mental health and psychosocial support during the war: WHO support to Ukraine in 2022.* https://cdn.who.int/media/docs/default-source/mental-health/special-initiative/who-mhpss-support-to-ukraine_feb_2023.pdf

Yefimov, O. (2024, August 5). Правовий статус військовослужбовця. *ЄФІМОВ, БРОЖКО ТА ПАРТНЕРИ.* https://yefimov-partners.com/2024/08/05/правовий-статус-військовослужбовця/

References

Baraković, D., Avdibegović, E., & Sinanović, O. (2013). Depression, anxiety and somatization in women with war missing family members. *Materia Socio-Medica,* 25(3), 199–202. https://doi.org/10.5455/msm.2013.25.199-202

Betz, G., & Thorngren, J. M. (2006). Ambiguous loss and the family grieving process. *The Family Journal,* 14(4), 359–365. https://doi.org/10.1177/1066480706290052

Blue Star Families. (2025). *Strengthening military families amid global challenges: Executive summary. Military Family Lifestyle Survey 24 (MFLS 24).* https://bluestarfam.org/wp-content/uploads/2025/01/BSF_MFLS24_Comp_Report_Exec_Summary.pdf

Boss, P. (1999). *Ambiguous loss: Learning to live with unresolved grief.* Harvard University Press.

Boss, P. (2006). *Loss, trauma, and resilience: Therapeutic work with ambiguous loss.* W. W. Norton & Company.

Bovsunovska, K. (2024, June 18). Civil partners of fallen military personnel will now be able to receive financial assistance. *UNIAN* [in Ukrainian].

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology,* 3(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Cozza, S. J., Hefner, K. R., Fisher, J. E., Zhou, J., Fullerton, C. S., Ursano, R. J., & Shear, M. K. (2020). Mental health conditions in bereaved military service widows: A prospective, case-controlled, and longitudinal study. *Depression and Anxiety,* 37(1), 45–53. https://doi.org/10.1002/da.22971

Dekel, R., Solomon, Z., & Horesh, D. (2023). Predicting secondary posttraumatic stress symptoms among spouses of veterans. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy,* 15(Suppl. 2), S409–S417. https://doi.org/10.1037/tra0001182

Didyk, N. (2019). The system of work with families of military personnel: A comparative analysis of the experience of the USA, Canada, and Great Britain. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 44(47), 37–51. [in Ukrainian]. https://doi.org/10.33120/ssj.vi44(47).115

Doka, K. J. (Ed.). (1989). *Disenfranchised grief: Recognizing hidden sorrow.* Lexington Books.

Faber, A. J., Willerton, E., Clymer, S. R., MacDermid, S. M., & Weiss, H. M. (2008). Ambiguous absence, ambiguous presence: A qualitative study of military reserve families in wartime. *Journal of Family Psychology,* 22(2), 222–230. https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.222

Fomych, M. V. (2025). Ambiguous loss in the context of enforced disappearance. In *Socio-psychological support for the activities of the security and defense forces of Ukraine* (pp. 148–150) [in Ukrainian].

Freud, S. (1957). Mourning and melancholia (J. Strachey, Trans.). In *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud* (Vol. 14, pp. 243–258). Hogarth Press. (Original work published 1917)

Gradus Research. (2022). *Psychological health and the attitude of Ukrainians towards psychological help. Full version* [in Ukrainian]. https://gradus.app/uk/open-reports/gradus-research-_-mental-health-report-full-version/

Kucher, O. (2025). Development of an instrument for assessing the needs of partners of military personnel and veterans for prototyping support programs in NGOs [Master's thesis, Ukrainian Catholic University]. UCU Institutional [in Ukrainian]. https://er.ucu.edu.ua/items/7bc7e123-6397-4375-93cb-07dff8e561b4

Leichtentritt, R., & Barzilai, Y. (2013). Unanticipated death of a partner: The loss experience of bereaved girlfriends of fallen Israeli soldiers. *Death Studies,* 37(9), 803–829. https://doi.org/10.1080/07481187.2012.699907

Leichtentritt, R., & Segal-Engelchin, D. (2025). Evidence from bereaved families of women soldiers: Loss and moral trauma. *Journal of Loss and Trauma.* https://doi.org/10.1080/15325024.2025.2481413

Lenferink, L. I. M., de Keijser, J., Smid, G. E., Djelantik, A. A. A. M. J., & Boelen, P. A. (2017). Prolonged grief disorder, depression, and posttraumatic stress disorder in disaster-bereaved individuals: Latent class analysis. *European Journal of Psychotraumatology,* 8(1), Article 1298311. https://doi.org/10.1080/20008198.2017.1298311

Lushchak, O., Velykodna, M., Bolman, S., Strilbytska, O., Berezovskyi, V., & Storey, K. B. (2023). Prevalence of stress, anxiety, and symptoms of post-traumatic stress disorder among Ukrainians after the first year of Russian invasion: A nationwide cross-sectional study. *The Lancet Regional Health – Europe,* 36, Article 100773. https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2023.100773

McEwen, B. S. (2007). Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain. *Physiological Reviews,* 87(3), 873–904. https://doi.org/10.1152/physrev.00041.2006

Neimeyer, R. A. (Ed.). (2012). *Techniques of grief therapy: Creative practices for counseling the bereaved.* Routledge.

Ministry of Internal Affairs of Ukraine. (2025, December 9). *Artur Dobroserdov: How the system for tracing persons missing under special circumstances works* [in Ukrainian]. https://mvs.gov.ua/news/artur-dobroserdov-iak-praciuje-sistema-rozsuku-osib-zniklix-bezvisti-za-osoblivix-obstavin

Perkhailo, N., & Mydlyk, O. (2025). Conditions for the organization of social communication with families who have experienced the loss of loved ones. In *Life safety, ecology and health care of children and youth of the 21st century: Current state, problems and prospects* (pp. 99–103) [in Ukrainian].

Popeliushko, R., & Dziana, Yu. (2025). Psychological assistance to relatives of military personnel who went missing. *Psychology Travelogs*, 3, 27–35 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.31891/PT-2025-3-3

SAMHSA. (2014). *SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach* (HHS Publication No. SMA 14-4884). https://www.nctsn.org/resources/samhsas-concept-of-trauma-and-guidance-for-a-trauma-informed-approach

Shear, M. K., Simon, N., Wall, M., Zisook, S., Duan, N., Reynolds, C., Lebowitz, B., Sung, S., Ghesquiere, A., Gorscak, B., Clayton, P., Ito, M., Nakajima, S., Konishi, T., Melhem, N., Meert, K., Schiff, M., O'Connor, M.-F., First, M., Sareen, J., Bolton, J., Skritskaya, N., Mancini, A. D., & Keshaviah, A. (2011). Complicated grief and related bereavement issues for DSM-5. *Depression and Anxiety,* 28(2), 103–117. https://doi.org/10.1002/da.20780

Stroebe, M., & Schut, H. (1999). The dual process model of coping with bereavement: Rationale and description. *Death Studies,* 23(3), 197–224. https://doi.org/10.1080/074811899201046

Tulup, M. (2023, June 7). Rules for interviewing on sensitive topics: Advice from Marharyta Tulup. *Detector Media* [in Ukrainian] https://detector.media/production/article/212182/2023-06-07-pravyla-intervyu-na-chutlyvi-temy-porady-margaryty-tulup/

UNICEF. (2019). *Community-based mental health and psychosocial support guidelines.* https://www.unicef.org/reports/community-based-mental-health-and-psychosocial-support-guidelines-2019

Veteran Hub. (2024a). *Research "The path of veterans".* [in Ukrainian]. https://veteranhub.com.ua/wp-content/uploads/2024/10/doslidzhennia-shliakhveteraniv-ta-veteranok.pdf

Veteran Hub. (2024b). *Veteran Hub analytical center guide: How to ethically interact and communicate with warriors and their loved ones.* [in Ukrainian]. https://veteranhub.com.ua/wp-content/uploads/2024/09/ posibnyk-analitychnoho-tsentru-veteran-hub-_-yak-etychno-vzaiemodiiaty-ta-komunikuvaty-z-voinamy-ta-ikhnimy-blyzkymy-1.pdf

Veteran Hub. (2024c). *The path of a warrior's beloved: Results 2024.* [in Ukrainian]. https://kohani.veteranhub.com.ua/wp-content/uploads/2024/06/shliakh-kokhanoi-voina-dlia-saytu.pdf

Wilson-Menzfeld, G., McGill, G., Moreland, M., Collins, T., Erfani, G., & Johnson, A. (2024). Military widows' experiences of social isolation, loneliness and unmet social needs. *Journal of Loss and Trauma,* 29(8), 1047–1067. https://doi.org/10.1080/15325024.2024.2326563

Worden, J. W. (2018). *Grief counseling and grief therapy: A handbook for the mental health practitioner* (5th ed.). Springer Publishing Company.

World Health Organization. (2023). *Strengthening national capacity for mental health and psychosocial support during the war: WHO support to Ukraine in 2022.* https://cdn.who.int/media/docs/default-source/mental-health/special-initiative/who-mhpss-support-to-ukraine_feb_2023.pdf

Yefimov, O. (2024, August 5). Legal status of a serviceman. *YEFIMOV, BROZHKO AND PARTNERS* [in Ukrainian]. https://yefimov-partners.com/2024/08/05/pravovyi-status-viiskovosluzhbovtsia/

Отримано редакцією журналу / Received: 11.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Svitlana MAKSIMIENKO[1], **Master's Student**
ORCID ID: 0009-0001-2649-1173
e-mail: svitlana.maksimienko@usfu.edu.ua

Anastasiia KARPENKO[1], **Master's Student**
ORCID ID: 0009-0002-0863-2857
e-mail: anastasiia.karpenko@usfu.edu.ua

Daria PIDDUBNA[1], **Master's Student**
ORCID ID: 0009-0001-1344-9953
e-mail: daria.piddubna@usfu.edu.ua

Viktoriia BORNYAKOVA[1], **Master's Student**
ORCID ID: 0009-0002-2186-9808
e-mail: viktoria.bornyakova@usfu.edu.ua

Anastasiia IHNATOVSKA[1], **Master's Student**
ORCID ID: 0009-0001-6657-4694
e-mail: anastasiia.ihnatovska@usfu.edu.ua

[1]**Sigmund Freud University Ukraine, Kyiv, Ukraine**

"I HAVE TO KEEP UP APPEARANCES": A REFLEXIVE THEMATIC ANALYSIS OF INTERVIEWS WITH PARTNERS OF UKRAINIAN MILITARY SERVICE MEMBERS EXPERIENCING WAR-RELATED LOSS

Background. *The full-scale war in Ukraine has led to a marked increase in the number of women facing bereavement or prolonged ambiguity regarding the status of their military partners, underscoring the need to examine their psychological condition and support needs. This paper aims to present the findings of a study on the experiences, meaning-making processes, and needs of widows (or women whose partners are considered missing in action), as well as to outline directions for psychosocial interventions relevant to their lived experience.*

Methods. *The study employed a qualitative design with semi-structured interviews; the sample comprised 20 Ukrainian women aged 28–56 years, and the data were analysed using reflexive thematic analysis (Braun & Clarke) with inductive coding.*

Results. *Six key themes describing women's experience of military loss were identified: individual vulnerability and the inner work of grieving; social reactions and moral regulation; institutional interaction as a source of retraumatisation; motherhood under the burden of loss; the right to a future; and somatic consequences (sleep disturbances, endocrine changes). The findings indicate that social representations of "proper" mourning, the hierarchisation of the "legitimacy" of loss, and unethical institutional practices contribute to chronic distress and a persistent sense of psychologically unfinished grief, particularly in the context of ambiguous loss. Concerning current support needs, five themes were identified: invisible support; community as a therapeutic resource; clear pathways and accompaniment in navigating institutions; the right to individual grieving and a future without condemnation; and self-care as a basis for stabilisation.*

Conclusions. *The findings of the study highlight women's demand for "invisible support" through concrete actions, access to peer communities, and ethically sensitive support protocols on the part of state institutions. The practical implication of this research could be seen in a shift from an individualised to a socially mediated model of war-related loss, including the development of psychosocial support programmes and state policies for families of Ukrainian military personnel.*

Keywords: *2022 Russian invasion; ambiguous loss; grief; military service member; Ukraine; war-related loss; widow.*

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори використовували ChatGPT для пошуку наукових джерел. Після використання цього інструмента автори перевірили та проаналізували запропоновані джерела.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors used ChatGPT to search for scientific literature. Following the use of this tool, the authors reviewed, verified, and analyzed the suggested sources.

Етична декларація. Дослідження схвалено Комісією з етики Зігмунд Фройд Університету (сертитфікат № 3 від 07.11.2024). Усі учасники дослідження надали інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement. The study was approved by the Ethics Committee of Sigmund Freud University (Certificate No. 3 dated November 7, 2024). All study participants provided informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

UDC 159.9
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).12

Olena OVCHARENKO, PhD (Psychol.), Senior Lecturer
ORCID ID: 0000-0002-8589-1353
e-mail: eovcharenko78@gmail.com
Open International University of Human Development "UKRAINE", Kyiv, Ukraine

RELATIONSHIPS AND PREDICTIVE ROLE OF HARDINESS IN SOCIO-PSYCHOLOGICAL ADAPTATION AND STRESS AMONG STUDENTS

Background. ***Studying in higher education institutions requires rapid socio-psychological adaptation to new conditions, roles, and academic demands, which inevitably increases emotional stress. The full-scale war in Ukraine has significantly intensified this psychological pressure on student youth. Under wartime circumstances, adaptive processes become considerably more complex, making the maintenance of psychological balance a critical issue.***

Methods. ***The study involved 199 students from various Ukrainian higher education institutions and was conducted during 2022–2023. A combination of theoretical methods (analysis, comparison, generalization, and systematization) and empirical tools was applied. The empirical framework included the Socio-Psychological Adaptation Methodology by C. Rogers and R. Dymond, the Hardiness Test by S. Maddi, and the Perceived Stress Scale (PSS-10). Data analysis was performed using Pearson correlation analysis and linear regression analysis to identify the structural relationships and predictive value of hardiness.***

Results. ***High general adaptability was found in 87.44 % of students, self-acceptance in 95.98 %, and internality in 98.49 %. Most students showed average hardiness (65.33 %) and moderate perceived stress (85.42 %). Correlation analysis revealed strong associations between adaptation and hardiness ($p < .001$), notably for emotional comfort ($r = -.746$), adaptability ($r = -.713$), and internality ($r = -.713$), while self-acceptance showed a moderate link ($r = .565$). Perceived stress correlated weakly only with self-acceptance ($r = .168$, $p < .05$). Regression analysis confirmed hardiness as a significant predictor of socio-psychological adaptation ($p < .001$), explaining 55.7 % of the variance in emotional comfort ($R^2 = .557$) and 50.8 % in both adaptability and internality ($R^2 = .508$$), proving it to be a key resource under prolonged stress.***

Conclusions. ***The findings indicate that while the majority of students maintain sufficient adaptive potential, chronic military stress causes emotional tension and interpersonal challenges. A close relationship exists between adaptation and hardiness, confirming that hardiness serves as a core internal resource that mitigates maladaptive manifestations and supports effective functioning. Perceived stress appears to be more autonomous and driven by external situational factors.***

Keywords: ***socio-psychological adaptation, hardiness, stress, students, adaptive resources of the individual.***

Background

Relevance and purpose of the study

In modern higher education, students experience increasing psychological demands associated with intensive academic workloads, rapid educational changes, and the continuous need for socio-psychological adaptation. Psychological stability is a multidimensional construct comprising emotional, cognitive, motivational, and social components that are influenced by both personal characteristics and environmental conditions. Under wartime circumstances, these adaptive processes become considerably more complex because students must simultaneously cope with academic requirements and chronic exposure to traumatic stressors (Chykhantsova, 2024, 2025).

The full-scale war in Ukraine has significantly intensified psychological distress among university students, increasing anxiety, uncertainty, emotional exhaustion, and the risk of maladaptation. Recent empirical evidence indicates that successful adaptation during wartime depends on both individual psychological resources and supportive educational environments (Hrabovska, Partyko, & Stelmashchuk, 2024). Similarly, repeated cross-sectional research involving Ukrainian universities demonstrated that prolonged exposure to war negatively affects students' mental health, emotional well-being, academic functioning, and quality of life, although considerable individual differences in resilience remain (Kurapov et al., 2026).

Socio-psychological adaptation is generally understood as a multidimensional process through which students establish effective interaction with the educational environment while maintaining psychological well-being and successful academic functioning. Successful adaptation contributes to professional development, academic achievement, and psychological health (Malitska, 2022; Bereznyak, Nakorchevska, & Vasilyeva, 2022). During martial law, additional challenges arise, including reduced academic motivation, disruption of educational routines, uncertainty about the future, and diminished feelings of personal security. Consequently, educational institutions increasingly emphasize psychologically safe learning environments, digital technologies, and adaptive teaching strategies (Tymkiv, 2023; Kushneryk, 2024).

Among the psychological resources facilitating successful adaptation, hardiness has attracted growing scientific attention. According to Maddi's theoretical model, hardiness comprises commitment, control, and challenge, enabling individuals to perceive stressful situations as manageable and meaningful rather than threatening. Contemporary Ukrainian studies conceptualize hardiness as an integrative personality resource supporting emotional regulation, psychological well-being, and adaptive behaviour under prolonged uncertainty (Chykhantsova, 2024). Likewise, Berezovska and Bohaichuk (2024) demonstrated that these structural components of hardiness contribute significantly to successful adaptation within stressful educational environments.

Empirical evidence suggests that resilience and hardiness play an important role in maintaining students' psychological functioning during wartime. Koliadenko et al. (2024) found that resilience factors facilitate emotional stability, coping effectiveness, and preservation of academic functioning among Ukrainian students despite prolonged military stress. Similarly, Mytnyk and Chanchykov (2024) emphasize that hardiness enhances students' ability to regulate emotions, maintain self-control, and adapt successfully to changing educational conditions during war.

Prolonged exposure to military stress has been shown to impair emotional well-being, increase anxiety, reduce concentration, and complicate interpersonal functioning. Kryvoshei (2024) reported that military conflict substantially increases psychological stress among university students,

© Ovcharenko Olena, 2026

creating additional adaptation difficulties and emphasizing the need for systematic psychological support. These findings are consistent with Savelyuk (2022), who demonstrated that concentration difficulties, chronic time pressure, and anxiety represent the most common manifestations of student stress.

Although previous studies have substantially improved understanding of stress, resilience, and socio-psychological adaptation among university students, several important gaps remain. Most studies have investigated these constructs separately, whereas relatively few have examined the predictive role of hardiness in explaining specific dimensions of socio-psychological adaptation under prolonged wartime conditions. Moreover, empirical evidence based on Ukrainian student populations remains limited despite the unique psychological challenges associated with the ongoing military conflict. Therefore, further investigation of the relationships between socio-psychological adaptation, hardiness, and perceived stress is necessary to provide an evidence-based foundation for developing effective psychological support programmes for university students.

The purpose of this study is to examine the relationship between socio-psychological adaptation, hardiness, and stress in students.

Methods

The study used theoretical methods (analysis, comparison, generalization, systematization). Empirical: methodology for studying social and psychological adaptation. C. Rogers – R. Dymond– (Osnitsky A.K.) – to identify personality characteristics and the degree of social and psychological adaptation. The methodology is widely used in scientific research to study various aspects of social adaptation, mental health and interpersonal relationships; in educational programs to assess the effectiveness of social adaptation programs and the development of communication skills in students, "Hardiness Test" S. Maddi - to determine the ability and readiness of students to act actively in a stressful situation according to the indicators: control, commitment, acceptance of challenges. By determining the level of students' ability and readiness to act actively in a stressful situation according to the indicators: control, commitment, acceptance of challenges, it is possible to determine the level of hardiness indicators in students according to various sample indicators. Perceived Stress Scale (PSS) – to assess the perception of stress and its potential consequences. The advantages of the PSS-10 are simplicity and convenience, validity and reliability, which is confirmed by research; universality. The Perception Stress Scale (PSS) is widely used to assess stress among different population groups and for cross-cultural comparisons. The methods were chosen to identify the relationship between acceptance of self / others and control, involvement, challenge; the possibility of correlation analysis, which allows you to show how the level of adaptation is related to subjective stress and simple interpretation of the results. To identify the relationship between indicators of socio-psychological adaptation, hardiness and stress in students, we used Pearson correlation analysis. The sample consisted of 199 students from different higher education institutions. The study was conducted during 2022–2023.

Results

To assess the level of socio-psychological adaptation of students, the Rogers–Dymond method was used, which allows determining the level of development of adaptive and maladaptive personality characteristics. The results of the study are presented in the percentage of respondents who demonstrate a high, medium and low level on separate scales: Adaptability, Self-acceptance, Acceptance of others, Emotional comfort, Internality, Dominance and Escapism.

Table 1 shows the distribution of students by levels of adaptation, which allows assessing the general psychological potential of the group, identifying weaknesses and determining areas of psychological and pedagogical support. The data obtained indicate which aspects of socio-psychological adaptation require more attention when forming programs for the development of hardiness and stress resistance of student youth.

Table 1

Level of socio-psychological adaptation of students (%)

Scale	High	Middle	Low
Adaptability	87.44	4.52	8.04
Self-acceptance	95.98	0.5	3.52
Acceptance of others	71.86	7.04	21.10
Emotional comfort	62.81	10.05	27.14
Internality	98.49	-	1.51
Dominance	15.08	7.54	77,38
Escapism	9.,05	66.83	24.12

Analysis of the distribution of levels of socio-psychological adaptation of students shows the prevalence of high indicators on most adaptive scales, which indicates a satisfactory adaptive potential of the sample.

The highest indicators were recorded on the scales of internality (98.49 %) and self-acceptance (95.98 %), which indicates a developed sense of personal responsibility for one's own life, internal locus of control and positive self-perception. Such characteristics are important predictors of effective self-regulation and psychological hardiness in conditions of increased stress.

A high level of general adaptability is observed in 87.44 % of students, which indicates the ability of most respondents to successfully integrate into the educational environment, despite difficult social conditions. At the same time, a low level of adaptability was recorded in 8.04 %, which may indicate the presence of a risk group with increased vulnerability to maladaptive manifestations.

Indicators of acceptance of others are more heterogeneous: while 71.86 % of students recorded a high level, 21.10 % demonstrated a low level, which may indicate difficulties in interpersonal interaction, reduced trust, or social distancing.

A similar trend was found on the emotional comfort scale: only 62.81 % of students have a high level, while 27.14 % are in the zone of low emotional well-being, which may reflect increased anxiety, internal tension and emotional instability, especially relevant in conditions of military stress.

The results on the dominance scale deserve special attention, where 77.38 % of students demonstrate a low level. This indicates the prevalence of passive or conformist behavioral strategies, avoidance of leadership roles and caution in defending one's own position, which may be an adaptive reaction to a prolonged situation of uncertainty.

Escapism indicators are characterized by a dominance of the middle level (66.83 %), which indicates the tendency

of a significant part of students to use avoidant or compensatory strategies to overcome stress. At the same time, 24.12 % of respondents with a low level of escapism may demonstrate more constructive coping strategies.

To assess the level of hardiness of students, the Maddi Hardiness Test was used, which allows determining the integral level of hardiness and the development of its main components: Commitment, Control and Acceptance of Challenge. Table 2 shows the distribution of students by high, medium and low level of each component and the overall hardiness indicator in percentage.

The presented data make it possible to assess the psychological potential of students in overcoming stressful situations, identify the strengths and weaknesses of their hardiness and outline areas of psychological support and development of internal resources.

Table 2

Student hardiness level (%)

Scale	High	Middle	Low
Hardiness	18.59	65.33	16.08
Commitment	22.61	67.84	9.55
Control	17.58	73.37	9.05
Challenge	29.65	61.30	9.05

Most students have an average level of hardiness (only a small part demonstrates a high or low level), which is typical for young people in conditions of increased stress (war, study, social challenges).

A high level of hardiness is manifested mainly in readiness for a challenge, which is positive for adaptation to new conditions.

A low level is observed in 9–16 % of students, which indicates the need for psychological support and development of internal resources.

The average level of the "Commitment" indicator indicates that students are mainly interested in learning and life events, but a high level is manifested in less than a quarter.

Also, most students feel moderate control over events, high control is manifested in a small number of students.

Regarding the "Challenge" indicator, students are ready to perceive new difficulties and changes as a challenge, this is the most developed component of hardiness.

To determine the level of perceived stress of students, the Perceived Stress Scale (PSS-10) was used, which allows assessing the subjective experience of tension, overload, and a feeling of uncontrollability of life events. Table 3 presents the distribution of respondents by high, medium, and low levels of perceived stress in percentage terms, which allows characterizing the general -emotional state of students in conditions of increased academic and social workload.

Table 3

Students' perceived stress level (%)

Scale	High	Middle	Low
Perceived stress	9.05	85.42	5.53

The results of the study show that the vast majority of students are characterized by an average level of perceived stress (85.42 %). This means that respondents regularly encounter stressful situations, but in general retain the ability to be aware of them and partially control them. The average level of perceived stress indicates a tense, but relatively adaptive emotional state, which allows students to function in conditions of academic load and social instability.

A high level of perceived stress was recorded in 9.05 % of students. Representatives of this group may be in a state of chronic emotional tension, accompanied by a feeling of overload, difficulty concentrating, decreased performance and an increased risk of developing maladaptive reactions. This group requires special psychological attention and targeted support.

A low level of perceived stress was found in 5.53 % of students, which indicates a high level of emotional regulation and effective use of personal resources to overcome stress. At the same time, in rare cases, a low level of perceived stress may be associated with an underestimated awareness of stress-causing factors or a tendency to avoid experiences.

In general, the data obtained indicate that stress is a stable background factor in the life of young students, but in most cases it does not reach critical levels. This creates the prerequisites for the effective development of hardiness and adaptive strategies for coping with stress, and also emphasizes the need for systematic psychological support for students in conditions of increased social and emotional stress.

To identify the relationship between indicators of socio-psychological adaptation, hardiness and stress in students, we used Pearson correlation analysis (Table 4).

Table 4

The relationship between indicators of socio-psychological adaptation and indicators of hardiness and stress

Scale	Hardiness	Commitment	Control	Challenge	Perceived stress
Adaptability	-.713***	-.675***	-.656***	.606***	-.122
Self-acceptance	.565***	.554***	.501***	.477***	.168*
Acceptance of others	-.576***	-.575***	-.481***	-.488***	-.105
Emotional comfort	-.746***	-.713***	-.685***	-.621***	-.075
Internality	-.713***	-.661***	-.676***	-.598***	.104
Dominance	-.468***	-.390***	-.485***	-.414***	-.101
Escapism	-.576***	-.539***	-.530***	-.502***	-.044

*p<.05, ***p<.001

The results of Pearson's correlation analysis indicate the presence of statistically significant relationships between indicators of socio-psychological adaptation, hardiness and perceived stress in students, which confirms the systemic nature of the studied psychological constructs.

Strong and moderate correlations were established between most indicators of socio-psychological adaptation and components of hardiness (p<.001). In particular, the adaptability indicator has strong negative correlations with the general level of hardiness (r = -0.713), commitment

(r = -0.675), control (r = -0.656) and challenge (r = -0.606). This direction of the relationship is due to the peculiarities of the interpretation of the scales of the Rogers-Dymond methodology, where higher values on a number of scales may reflect maladaptive tendencies. The results obtained indicate that the increase in maladaptive manifestations is accompanied by a decrease in the level of hardiness and its structural components.

The self-acceptance indicator demonstrates positive moderate correlations with all components of hardiness: the general indicator (r = 0.565), commitment (r = 0.554), control (r = 0.501) and challenge (r = 0.477) at the significance level p<.001. This indicates that a positive attitude towards oneself and acceptance of one's own characteristics are an important resource for the formation of students' hardiness.

Negative correlations were recorded between the indicator of acceptance of others and hardiness (r = -0.576), involvement (r = -0.575), control (r = -0.481) and challenge (r = -0.488) (p<.001), which may also be related to the specifics of the scaling of the methodology. A similar trend was found for the indicators of emotional comfort and internality, which have some of the strongest correlations with hardiness (r = -0.746 and r = -0.713, respectively). This indicates a close relationship between the emotional state, the sense of internal control and the ability of the individual to withstand stressful influences.

The dominance indicator has moderate negative correlations with the components of hardiness (r from -0.390 to -0.485; p<.001), which indicates that excessive focus on controlling others can reduce internal psychological hardiness. Similar relationships were recorded for escapism, which negatively correlates with all components of hardiness (r from -0.502 to -0.576; p<.001), which confirms the maladaptive nature of avoidant strategies in overcoming stress.

The relationships between indicators of socio-psychological adaptation and perceived stress were weak and mostly statistically insignificant, with the exception of a slight positive relationship between self-acceptance and the level of perceived stress (r = 0.168; p<.05). This may indicate that stress in students is a relatively autonomous phenomenon, the level of which is largely determined by external social and situational factors, in particular wartime conditions.

In order to determine the predictive role of hardiness in the formation of indicators of socio-psychological adaptation of students, linear regression analysis was applied. Table 5 presents the results of the regression model, which reflects the influence of the integral indicator of hardiness on individual adaptive and maladaptive personality characteristics.

The values of the coefficient of determination (R^2) and the t-test allow us to assess the degree of contribution of hardiness to explaining the variability of adaptability indicators, as well as the statistical significance of the obtained dependencies. The results of the regression analysis provide a basis for interpreting hardiness as a key psychological resource that determines the effectiveness of students' adaptation processes in conditions of increased stress.

Table 5

Regression model of the dependence of adaptability indicators on hardiness

Scale	Hardiness	
	R^2	t
Adaptability	0.508	-14.3
Self-acceptance	0.319	9.61
Acceptance of others	0.331	-9.88
Emotional comfort	0.557	-15.7
Internality	0.508	-14.3
Dominance	0.219	-7.42
Escapism	0.332	-9.90

***p<.001

The results of the regression analysis indicate that hardiness is a statistically significant predictor of the indicators of social and psychological adaptation of students (p<.001). The obtained values of the coefficient of determination R^2 indicate a significant contribution of hardiness to explaining the variability of adaptive and maladaptive personality characteristics.

In particular, hardiness explains 50.8 % of the variance of the indicator "Adaptivity" (R^2 = 0.508), which indicates a strong influence of this resource on the overall level of adaptation of students to the socio-educational environment. The negative value of the t-criterion (t = -14.3) is due to the direction of scaling of the Rogers–Dymond method and indicates that the increase in hardiness is accompanied by a decrease in maladaptive manifestations.

High R^2 values were also recorded for the emotional comfort indicator (R^2 = 0.557; t = -15.7), which allows us to state: hardiness significantly affects the stability of the emotional state and the reduction of internal tension in students. A similar dependence was found for internality (R^2 = 0.508; t = -14.3), which emphasizes the role of hardiness in forming a sense of internal control over life events.

For the self-acceptance indicator, a positive regression effect of hardiness was established (R^2 = 0.319; t = 9.61), which indicates that increasing hardiness contributes to the formation of a positive attitude towards oneself and one's own capabilities.

Hardiness also significantly explains the variability of the indicators of acceptance of others (R^2 = 0.331; t = -9.88) and escapism (R^2 = 0.332; t = -9.90). The negative direction of the relationships indicates that the increase in hardiness reduces the tendency to avoid difficulties and reduces the level of interpersonal tension.

The smallest, but statistically significant effect of hardiness was found for the dominance indicator (R^2 = 0.219; t = -7.42), which indicates a moderate relationship between internal hardiness and a decrease in the need for excessive control over others.

In general, the obtained regression model confirms that hardiness is a key psychological resource that determines the level of socio-psychological adaptation of students, mediating emotional comfort, self-perception and behavioral strategies in conditions of increased stress and social instability.

Discussion and conclusions

The findings of the present study confirm that socio-psychological adaptation, hardiness, and perceived stress represent closely interconnected psychological constructs, particularly under conditions of prolonged war-related stress. The identified relationships support the theoretical model proposed by Salvatore Maddi, according to which hardiness functions as a personal resilience resource that

promotes adaptive functioning under adverse life circumstances. Our results also correspond to contemporary resilience research emphasizing that psychological adaptation depends not only on external conditions but also on internal personal resources that facilitate effective coping with prolonged uncertainty.

The predominance of high levels of self-acceptance and internality among students indicates the preservation of positive self-perception and an internal locus of control despite the stressful wartime context. These findings are consistent with the studies of Mytnyk? and Chanchykov (2024), who demonstrated that hardiness enhances students' ability to maintain self-regulation and emotional stability under conditions of educational disruption caused by war. Similar conclusions were reported by Kordunova, Mudrak, and Dmytriyuk (2021), who considered hardiness one of the central determinants of successful psychological adaptation in crisis situations.

At the same time, the relatively low levels of emotional comfort and acceptance of others observed in part of the sample suggest the existence of hidden maladaptive tendencies. This finding supports the results of Pichurin (2025), who reported that although many Ukrainian students demonstrate moderate hardiness, emotional tension and interpersonal difficulties remain common under chronic stress. Likewise, and Kryvoshey (2024) emphasized that prolonged exposure to military stress negatively affects emotional well-being, academic functioning, and interpersonal interaction among university students.

The correlation analysis demonstrated that hardiness is strongly associated with key indicators of socio-psychological adaptation, particularly emotional comfort, adaptability, and internality. These findings are consistent with international evidence showing that hardiness serves as a protective factor against psychological maladjustment and promotes adaptive coping strategies. At the same time, the weak correlations between perceived stress and adaptation indicators suggest that subjective stress perception may depend more strongly on external situational factors than on stable personality characteristics. This interpretation corresponds with the findings of Savelyuk (2022), who reported that anxiety, concentration difficulties, and emotional overload among students are largely determined by contextual stressors rather than individual personality traits alone.

An important contribution of the present study is the regression analysis, which demonstrated the predictive role of hardiness in explaining socio-psychological adaptation. Hardiness accounted for more than half of the variance in emotional comfort (R^2 = .557), adaptability (R^2 = .508), and internality (R^2 = .508), confirming its substantial contribution to students' adaptive functioning. These results extend previous findings by Chykhantsova (2025), who emphasized psychological resilience as a multidimensional resource for maintaining mental health during wartime, and by Uhryn and Yuzheka (2025), who highlighted the importance of adaptive resources for successful learning under conditions of uncertainty and blended education.

Unlike many previous Ukrainian studies that primarily described separate manifestations of stress, adaptation, or hardiness, the present research provides empirical evidence of their structural interrelationships and demonstrates the predictive value of hardiness using both correlation and regression analyses. Therefore, the study contributes to a more comprehensive understanding of the psychological mechanisms underlying students' adaptation during prolonged military conflict.

Overall, the findings indicate that although most students maintain relatively high adaptive potential, emotional vulnerability persists in a considerable proportion of the sample. Strengthening hardiness should therefore become one of the primary objectives of university psychological services through resilience-oriented interventions, psychoeducational programmes, and preventive mental health support.

Future research should focus on longitudinal investigations of adaptation dynamics throughout different stages of wartime and post-war recovery, as well as on evaluating the effectiveness of psychological interventions aimed at strengthening hardiness, resilience, adaptive coping strategies, and emotional well-being among university students.

Open Science. The data presented in this article are available from the author upon request. Requests for access to these datasets should be sent to eovcharenko78@gmail.com

Sources of funding. The authors declare that no external funding was received for this research or the preparation of the manuscript for publication.

References

Berezniak, K. M., Nakorchevska, O. P., & Vasylieva, O. A. (2022). Psychological features of students' adaptation to learning in war conditions. *Prospects and Innovations of Science*,10(15), 401–411 [in Ukrainian]. [Березняк, К. М., Накорчевська, О. П., Васильєва, О. А. (2022). Психологічні особливості адаптації студентів до навчання в умовах війни. *Перспективи та інновації науки*, 10(15), 401–411]. https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-10(15)-401-411

Berezovska, L., & Bohaichuk, V. (2024). Psychological features of resilience of students of the military department. *Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 1(77), 17–25 [in Ukrainian]. [Березовська, Л., Богайчук, В. (2024). Психологічні особливості життєстійкості студентів військової кафедри. *Вісник Національного університету оборони України,* 1(77), 17–25]. https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-77-1-17-25

Chykhantsova, O. (2024). Hardiness among Ukrainians: Challenges and opportunities. *Social Science and Humanities Journal,* Vol. 8. https://doi.org/10.18535/sshj.v8i02.928

Chykhantsova, O. (2025). Psychological resilience of the individual in conditions of extreme social challenges: Empirical research in the context of the modern crisis. *Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology,* 3, 38–43 [in Ukrainian]. [Чиханцова, О. А. (2025). Психологічна стійкість особистості в умовах екстремальних соціальних викликів: емпіричне дослідження у контексті сучасної кризи. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія,* 3, 38–43]. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.3.6

Hrabovska, S., Partyko, T., & Stelmashchuk, Kh. (2024). *Adaptability to stress in student youth at different stages of the Russian-Ukrainian military conflict*. Insight: The Psychological Dimensions of Society [in Ukrainian]. [Грабовська, С., Партико, Т., Стельмащук, Х. (2024). *Адаптивність до стресу в студентської молоді на різних етапах російсько-українського воєнного конфлікту*. Інсайт: психологічні виміри суспільства]. https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-6

Koliadenko, N. V., Mykhailyuk, I. V., Shopsha, M. M., Shopsha, O. L., Zhyvaho, K. S., Turynina, O. L., & Drevitska, O. O. (2024). Resilience factors of Ukrainian students in the conditions of war situation. *Polski Merkuriusz Lekarski*, 52(6), 706–710. https://doi.org/10.36740/Merkur202406113

Kordunova, N., Mudrak, I., & Dmytriyuk, N. (2021). Peculiarities of resilience and adaptability of students in crisis situations. *Psychological Prospects Journal*, 38, 96–109 [in Ukrainian]. [Кордунова, Н., Мудрак, І., Дмитріюк, Н. (2021). Особливості життєстійкості та адаптивності студентів у кризових ситуаціях. *Психологічні перспективи*, 38, 96–109]. https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-38-96-109

Kryvoshei, K. Yu. (2024). The impact of stress on higher education students in the context of a military conflict. *Innovative Pedagogy*, 2(71), 57–63 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.32782/2663-6085/2024/71.2.11

Kurapov, A., Pavlenko, V., Drozdov, A., Korchakova, N., & Pavlova, I. (2026). Impact of war on Ukrainian university students and personnel: Repeated cross-sectional study. *Journal of Loss and Trauma*, 31(3–4), 483–499. https://doi.org/10.1080/15325024.2024.2433990

Kushneryk, M. (2024). Crisis communication in the context of students' adaptation to learning conditions during war. *Psychological journal,* 12, 55–61 [in Ukrainian]. [Кушнерик, М. (2024). Кризова комунікація у контексті адаптації студентів до умов навчання під час війни. *Психологічний журнал,* 12, 55–61]. https://doi.org/10.31499/2617-2100.12.2024.306773

Malitska, O. (2022). Socio-psychological adaptation of students to learning conditions. *Current problems of psychology in educational institutions,* 3, 163–181 [in Ukrainian]. [Маліцька, Л. Б. (2022). Соціально-психологічна адаптація студентів до умов навчання. *Актуальні*

проблеми психології в закладах освіти, 3, 163–181]. https://doi.org/10.31812/psychology.v3i.7492

Mytnyk, O. Ya., & Chanchykov, I. K. (2024). The impact of adaptive learning on the development of students' resilience in wartime conditions. *Educational scientific space*, 7(2), 82–90. https://doi.org/10.31392/onp.2786-6890.7(2)/2.2024.22

Pichurin, V. V. (2025). Resilience of the student's personality and its formation in physical education. *Scientific journal of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University*, 9(196), 177–181 [in Ukrainian]. [Пічурін, В.В. (2025). Життєстійкість особистості студента і її формування у фізичному вихованні. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова,* 9(196), 177–181]. https://doi.org/10.31392/udu-nc.series15.2025.09(196).34

Savelyuk, N. (2022). Experiencing stress in wartime: The experience of Ukrainian students. *Perception of the war-related stress: experience of ukrainian students*, 1(18), 141–152 [in Ukrainian]. [Савелюк, Н. (2022). Переживання стресу в умовах війни: досвід українського студентства. *Психологія: реальність і перспективи,* 1(18), 141–152]. https://doi.org/10.35619/praprv.v1i18.282

Tymkiv, L. S. (2023). Socio-psychological adaptation of first-year students of higher education institutions to studying in war conditions. *Scientific innovations and advanced technologies*, 14(28), 1301–1311 [in Ukrainian]. [Тимків, Л. (2023). Соціально-психологічна адаптація студентів першокурсників закладів вищої освіти до навчання в умовах війни. *Наукові інновації та передові технології*, 14(28), 1301–1311]. https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-14(28)-1301-1311

Uhryn, O. H., & Yuzheka, R. S. (2025). The importance of adaptation and its impact on student youth under martial law in Ukraine. *Scientific Bulletin of the Lviv State University of Internal Affairs. Psychological Series,* 1, 68–75 [in Ukrainian]. [Угрин, О. Г., Южека, Р. С. (2025). Значення адаптації та її вплив на студентську молодь в умовах воєнного стану в Україні. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна,* 1, 68–75]. https://doi.org/10.32782/2311-8458/2025-1-9

Отримано редакцією журналу / Received: 14.01.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Олена ОВЧАРЕНКО, д-р філософії, ст. викладач
ORCID ID: 0000-0002-8589-1353
e-mail: eovcharenko78@gmail.com
Відкритий міжнародний університет розвитку людини "УКРАЇНА", Київ, Україна

ВЗАЄМОВІДНОСИНИ ТА ПРОГНОЗУЮЧА РОЛЬ СТІЙКОСТІ В СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІЙ АДАПТАЦІЇ ТА СТРЕСУ СЕРЕД СТУДЕНТІВ

В с т у п . *Навчання у вищих навчальних закладах вимагає швидкої соціально-психологічної адаптації до нових умов, ролей та академічних вимог, що неминуче посилює емоційний стрес. Повномасштабна війна в Україні значно посилила цей психологічний тиск на студентську молодь. В умовах війни адаптаційні процеси стають значно складнішими, що робить збереження психологічної рівноваги надзвичайно важливим питанням.*

М е т о д и . *У дослідженні використано теоретичні методи (аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація, емпіричні, а саме: Методика дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса – Р. Даймонда, "Тест життєстійкості" С. Мадді, Шкала сприйнятого стресу (PSS). Для виявлення зв'язку між показниками соціально-психологічної адаптації, життєстійкості та стресу у студентів було застосовано кореляційний аналіз Пірсона. Вибірку становили 199 студентів різних ЗВО.*

Р е з у л ь т а т и . *Високий рівень загальної адаптивності було виявлено у 87,44 % студентів, самоприйняття – у 95,98 %, а інтернальності – у 98,49 %. Більшість студентів продемонстрували середній рівень стійкості (65,33 %) та помірний рівень сприйманого стресу (85,42 %). Кореляційний аналіз виявив сильні зв'язки між адаптацією та стійкістю ($p < 0,001$), зокрема щодо емоційного комфорту ($r = –0,746$), адаптивності ($r = –0,713$) та інтровертності ($r = –0,713$), тоді як самоприйняття показало помірний зв'язок ($r = 0,565$). Сприйманий стрес слабко корелював лише із самоприйняттям ($r = 0,168$, $p < 0,05$). Регресійний аналіз підтвердив, що стійкість є значущим предиктором соціально-психологічної адаптації ($p < 0,001$), пояснюючи 55,7 % дисперсії емоційного комфорту ($R^2 = 0,557$) та 50,8 % – як адаптивності, так і інтернальності ($R^2 = 0,508$), що доводить її роль як ключового ресурсу в умовах тривалого стресу.*

В и с н о в к и . *Отримані результати свідчать про те, що, хоча більшість студентів зберігають достатній адаптаційний потенціал, хронічний військовий стрес спричиняє емоційну напругу та міжособистісні проблеми. Між адаптацією та стійкістю існує тісний зв'язок, що підтверджує: стійкість є основним внутрішнім ресурсом, який пом'якшує прояви дезадаптації та сприяє ефективному функціонуванню. Сприйманий стрес, як виявляється, є більш автономним і зумовленим зовнішніми ситуативними чинниками.*

К л ю ч о в і с л о в а : *соціально-психологічна адаптація, життєстійкість, стрес, студенти, адаптаційні ресурси особистості.*

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автор не використовував інструменти штучного інтелекту.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the author did not use artificial intelligence tools.

Етична декларація. Дослідження схвалено Етичною комісією ГО "Українська асоціація психології освіти та розвитку" (протокол №1 від 30.04.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автор гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement The study was approved by the Ethics Committee of the Public Organization "Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology" (Protocol No. 1 dated April 30, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The author guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.9.072:004.8:355/359
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).13

Олег ОРЛОВ, канд. психол. наук
ORCID ID: 0000-0003-0954-4402
e-mail: orlovoleh@gmail.com
Інститут спеціальної педагогіки і психології імені М. Ярмаченка НАПН України, Київ, Україна

ПОТЕНЦІАЛ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ ПРОФАЙЛІНГУ ЗА СУБ'ЄКТИВНИМИ ОЦІНКАМИ ФАХІВЦІВ-ПСИХОЛОГІВ

В с т у п . ***В умовах повномасштабної російсько-української війни та зростання потреби у швидкому психологічному оцінюванні персоналу сил безпеки і оборони особливої актуальності набуває пошук нових інструментів психодіагностики. Одним із перспективних напрямів є використання штучного інтелекту для психологічного профайлінгу на основі цифрових слідів користувача, зокрема історії його взаємодії з великими мовними моделями. Метою дослідження було на основі опитування фахівців у галузі психології оцінити якість і точність психологічних профілів особистості, згенерованих системами штучного інтелекту.***

М е т о д и . ***Дослідження проводилось у форматі анонімного онлайн-опитування з елементами природного експерименту. Учасники самостійно запускали стандартизовані промпти у звичних для себе ШІ-системах, які мали доступ до попереднього контексту взаємодій, і оцінювали точність отриманих профілів. У фінальний аналіз було включено 29 фахівців у галузі психології. Оцінювалися три підходи: Big Five (OCEAN), психодинамічна модель Н. МакВільямс та аналітичний профайлінг. Для обробки даних використовувалися описова статистика, критерії Фрідмана і Вілкоксона, а також кореляційний аналіз Пірсона.***

Р е з у л ь т а т и . ***Усі три підходи отримали подібні оцінки точності в межах помірно доброго рівня відповідності дійсності: Big Five – 7,1 бала, психодинамічний підхід – 6,9 бала, аналітичний профайлінг – 7,2 бала за 10-бальною шкалою. Загальна суб'єктивна оцінка якості ШІ-профайлінгу також склала 7,1 бала. Статистично значущих відмінностей між підходами не виявлено. Встановлено, що фахівці з вищою самооцінкою компетентності у профайлінгу критичніше оцінювали результати ШІ, тоді як більша різноманітність тематики попереднього спілкування з ШІ була пов'язана з вищими оцінками точності. Якісні відповіді респондентів додатково показали, що ефективність ШІ-профайлінгу суттєво залежить від обсягуй змістової різноманітності доступного контексту.***

В и с н о в к и . ***Сучасні системи штучного інтелекту здатні формувати психологічні профілі, які фахівці оцінюють як такі, що помірно добре відповідають дійсності. Отримані результати свідчать про перспективність застосування ШІ як допоміжного інструменту в психологічній діагностиці, зокрема у сфері психологічного відбору та супроводу персоналу сил безпеки і оборони. Водночас використання таких систем потребує критичного ставлення до результатів, подальшої об'єктивної валідації та врахування питань захисту персональних даних.***

К л ю ч о в і с л о в а : ***ШІ, великі мовні моделі, цифрові сліди, психодіагностика, профайлінг.***

Вступ

Повномасштабне вторгнення Російської Федерації в Україну та пов'язане з цим швидке і значне збільшення чисельності сил оборони України висунуло на перший план гостру потребу у швидкому та надійному психологічному оцінюванні великої кількості особового складу. Традиційні методи психодіагностики, попри значний накопичений досвід застосування, добру валідність та інші переваги, мають низку недоліків. Зокрема, їх застосування потребує значних часових і кадрових ресурсів, що є критичним обмеженням в умовах бойових дій та масштабної мобілізації. Водночас наявний у силах безпеки та оборони України психодіагностичний інструментарій потребує оновлення, що також є тривалим та ресурсоємним процесом (Гурковський та ін., 2025). Одним із перспективних потенційних напрямків досліджень для розв'язання зазначених нагальних проблем є застосування штучного інтелекту (ШІ).

Мета дослідження – на основі опитування фахівців у галузі психології оцінити якість та точність психологічних профілів особистості, згенерованих системами ШІ.

Огляд літератури. Розвиток великих мовних моделей (Large Language Models, LLM) відкриває принципово нові можливості для автоматизації та масштабування психологічної діагностики. Системи штучного (машинного) інтелекту (ШІ), такі як ChatGPT, Claude, Gemini та інші, здатні швидко аналізувати та узагальнювати великі обсяги різноманітної структурованої та неструктурованої інформації про користувача в різних форматах. Сучасні дослідження показують, що в різних типах цифрових слідів користувача – насамперед у текстовій та іншій мовленнєвій продукції, патернах активності в цифрових середовищах тощо, – можуть бути виявлені психологічно значущі індикатори, а на їх основі можливо робити припущення про індивідуально-психологічні особливості та поведінкові патерни користувача. (Kosinski et al., 2013; Youyou et al., 2015; Ocana Flores, & Luna, 2024). Крім того, аналіз текстів у цифрових середовищах показав можливість раннього виявлення депресивних станів та інших психологічних проблем. Це також свідчить про інформативність мовних і поведінкових цифрових даних (Guntuku et al., 2017; Eichstaedt et al., 2018).

Так, у дослідженні Peters, Cerf та Matz (2024) вивчалось, чи здатний чат-бот на основі GPT-4 при виконанні спеціально наданої інструкції виводити риси особистості користувача за моделлю "Великої п'ятірки". За наявної можливості розпитувати користувача про ті чи інші особливості особистості, чат-бот оцінював особистісні риси користувачів з помірною точністю, перевершуючи попередні підходи, що спиралися на аналіз статичного текстового контенту. При цьому точність висновків суттєво залежала від типу комунікативної взаємодії: вона була найвищою, коли чат-бот цілеспрямовано спонукав користувача розкривати особистісно значущу інформацію, і нижчою – за умов, орієнтованих на природність спілкування.

Подібні кількісні результати отримали Zhu, Jin та Coifman (2025), які оцінювали здатність моделей GPT-4o та GPT-4o mini виводити особистісні риси "Великої п'ятірки" за методикою BFI-10 із зразків користувацьких діалогів за умов zero-shot промптингу (прямої вказівки LLM вивести ці показники, без додаткових роз'яснень).

© Орлов Олег, 2026

Водночас дослідники встановили, що додавання проміжного кроку – генерації змодельованих відповідей користувача на окремі пункти опитувальника BFI-10 перед обчисленням підсумкових рис – підвищує точність і узгодженість результатів з відповідями самих користувачів на цей же опитувальник порівняно з прямим виведенням рис. Окремо було виявлено підвищену диференційну чутливість GPT-4o mini до пов'язаних із депресивною симптоматикою значень показників за шкалами нейротизму та сумлінності. Ці дані узгоджуються з більш ранніми спостереженнями щодо інформативності мовленнєвих цифрових слідів для виявлення депресивних станів (Guntuku et al., 2017; Eichstaedt et al., 2018), поширюючи їх на формат діалогової взаємодії з ШІ.

У цьому контексті історія попередніх взаємодій користувача з великими мовними моделями може розглядатися як окремий різновид цифрового сліду, потенційно придатний для психологічного аналізу. На відміну від статичних анкетних відповідей, такі взаємодії можуть містити більш природні прояви стилю мислення та комунікативних стратегій, прояви емоційних реакцій, дані щодо тематики інтересів користувача, пріоритетів тощо. Водночас, попри зростання інтересу до ШІ у психології, більшість наявних праць зосереджена на аналізі соціальних мереж або на загальних оглядах можливостей ШІ у ментальному здоров'ї. Питання про те, наскільки правдоподібними й прийнятними з погляду фахівців у галузі психології є психологічні профілі, згенеровані сучасними LLM, поки що залишається недостатньо опрацьованим (Ocana Flores, & Luna, 2024). Відповідно, заповнити цю прогалину і стало метою нашого дослідження.

Методи

Загальний дизайн дослідження. Дослідження проводилось у форматі анонімного онлайн-опитування з елементами природного експерименту. В експериментальній частині учасники самостійно запускали стандартизовані промпти (інструкції для ШІ) у своєму власному обліковому записі тієї ШІ-системи, якою вони зазвичай користуються, та оцінювали точність отриманих результатів. Такий дизайн забезпечував екологічну валідність: ШІ мав доступ до реального контексту взаємодій з учасником, а не до штучно сконструйованого профілю.

Учасники. До дослідження було залучено 31 фахівця в галузі психології, рекрутованих методом цільової вибірки. Опитування проводилось анонімно через Google Forms протягом одного місяця (у міру надходження нових відповідей). Результати двох учасників було виключено з аналізу, оскільки вони зазначили, що використовували ШІ у режимі без збереження історії переписки, внаслідок чого ШІ не мав доступу до попереднього контексту взаємодій – ключової умови дослідження. Таким чином, фінальна вибірка становила n=29. Вибірка охоплювала практичних психологів, клінічних психологів, психотерапевтів, науковців та викладачів. Стаж роботи в психологічній галузі сягав від 0,5 до 18 років (M = 8,7 років). Більшість учасників (57 %) зазначили ChatGPT як основний ШІ-інструмент, 32 % – Gemini, 7 % – Perplexity, решта – інші ШІ-системи.

Процедура. Кожен учасник після надання інформованої згоди та заповнення анкети виконував три окремих завдання в новому вікні чату ШІ, без додаткової інформації про себе.

Промпти були стандартизованими для всіх учасників і містили запит на формування психологічного профілю на основі наявного в системі контексту попередніх взаємодій за однією з трьох моделей:

1. Big Five (OCEAN) – оцінка п'яти особистісних факторів (відкритість досвіду, сумлінність, екстраверсія, доброзичливість, нейротизм) (Zell et. al., 2022);

2. Психодинамічна модель Н. МакВільямс – визначення рівня організації особистості, типу особистісної організації, домінантних захисних механізмів та особливостей формування міжособистісних стосунків (Lingiardi, & McWilliams, 2026);

3. Аналітичний профайлінг – синтетичний підхід, що включає опис стилю мислення, поведінкових патернів, мотиваційних драйверів, аналіз потенційних психологічних вразливостей та прогноз реакції на стрес.

Наприклад, промпт для оцінки особистості за моделлю OCEAN виглядав таким чином: "На основі всього, що тобі може бути відомо про мене з моїх попередніх взаємодій: стилю формулювання запитів, тематики звернень, стилю мовлення, фактів та будь-якого доступного контексту, спробуй оцінити мій психологічний профіль за моделлю Big Five (OCEAN). Спочатку коротко опиши, які психологічні індикатори ти можеш витягнути з доступного контексту (стиль мови, структура запитів, спосіб аргументації, тематика звернень, відомі факти про мене тощо). Потім оціни п'ять факторів Big Five (Openness, Conscientiousness, Extraversion, Agreeableness, Neuroticism). Для кожного фактору: дай оцінку від 1 до 10; коротко поясни, на чому базується ця оцінка; зазнач рівень впевненості (низький / середній / високий). Якщо інформації недостатньо, сформулюй найбільш імовірні гіпотези, а не відмовляйся від відповіді. Зазнач рівень впевненості (низький / середній / високий)". В решті промптів змінювались назва підходу та деталізувались параметри, за якими слід було здійснити опис.

Після виконання кожного завдання учасники мали оцінити точність отриманого результату за шкалою від 0 до 10. Після виконання всіх трьох завдань учасники мали надати відповідь на запитання "Наскільки якісно, на вашу думку, ШІ може формувати психологічний профіль користувача?" за шкалою від 0 до 10.

Додаткові запитання передбачали збір інформації щодо стажу професійної діяльності в галузі психології (в роках), самооцінки компетентності в кожному з трьох психодіагностичних підходів (від "0. Не знайомий(а)" до "3. Добре знайомий(а) і використовую у практиці"), досвіду роботи у структурах, де застосовується психологічний профайлінг (запитання з множинним вибором від 0 до 5 категорій), частоти використання ШІ (вибір з 6 категорій від "0. Не користуюсь або майже не користуюсь" до "5. Кілька разів на день"), "стажу" використання ШІ (в місяцях), тематики запитів до ШІ (множинний вибір від 1 до 12 категорій), досвіду з різними системами ШІ (тип системи) та зазначення своєї основної системи ШІ. Також учасникам пропонувалось надати відкриту відповідь на запитання щодо потенціалу використання ШІ в психологічній діагностиці особистості.

Статистичний аналіз включав визначення дескриптивних статистик (середнє арифметичне, медіана, стандартне відхилення, мінімум та максимум значень), порівняльний аналіз середніх (за методом Фрідмена) для визначення відносної ефективності психологічних підходів до профайлінгу, порівняльний аналіз середніх (за методом Вілкоксона) для визначення відносної ефективності моделей ШІ, а також кореляційний аналіз (за методом Пірсона) для визначення параметрів, що потенційно пов'язані з ефективністю ШІ в психологічному діагностуванні.

Обчислення здійснювались в пакеті програмного забезпечення RStudio 2026.01.1 та R 4.5.3.

Результати

Точність профілів за трьома підходами. Усі три підходи отримали подібні оцінки точності в діапазоні "помірно-добре відповідає дійсності" (табл. 1). Жоден підхід

статистично значущо не перевершував інші (ні при застосуванні критерію Фрідмана, ні при попарному порівнянні за критерієм Вілкоксона), що може свідчити про наявність загального чинника сприйняття ефективності ШІ, незалежного від конкретної теоретичної рамки профайлінгу.

Таблиця 1

Середні оцінки точності за підходами (n=29)

Підхід	M	SD	m	Min	Max
Big Five (OCEAN)	7,1	1,9	7,0	3,0	10,0
Психодинамічний (МакВільямс)	6,9	2,1	7,0	2,0	10,0
Аналітичний профайлінг	7,2	1,9	8,0	2,0	10,0
Загальна суб'єктивна оцінка якості	7,1	1,7	8,0	2,0	10,0

Примітка: M – середнє арифметичне; m – медіана; SD – стандартне відхилення; Min – мінімум; Max – максимум.

Порівняльний аналіз оцінок точності ШІ між користувачами Gemini (n = 9) та ChatGPT (n = 16) за критерієм Вілкоксона виявив статистично значущу відмінність лише за оцінкою точності аналітичного профайлінгу (W = 30; p = 0,015): користувачі Gemini оцінили точність суттєво вище (M = 8,33; SD = 1,00), ніж користувачі ChatGPT (M = 6,56; SD = 2,06). За рештою показників, попри тенденцію користувачів давати Gemini на 1,0–1,8 балів вищі оцінки, ніж ChatGPT, статистично значущих відмінностей не виявлено: Big Five (W = 48,5; p = 0,187), психодинамічний підхід (W = 52; p = 0,264), загальна суб'єктивна оцінка (W = 49,5; p = 0,195). При цьому варто зазначити, що аналогічна тенденція спостерігається й у відмінностях між зазначеними групами користувачів за ступенем різноманіття досвіду використання ШІ (Gemini: M = 6,89; ChatGPT: M = 5,19; W = 44,5; p = 0,121). Тож інтерпретація відмінностей у відносній ефективності популярних ШІ моделей вимагає обережності.

Кореляційний аналіз. Статистично значущі результати аналізу взаємозв'язків між змінними дослідження наведено в табл. 2.

Між оцінками точності за всіма трьома підходами та загальною суб'єктивною оцінкою виявлено сильні позитивні кореляційні зв'язки (r = 0,61 – 0,77 при p < 0,001).

Таблиця 2

Результати кореляційного аналізу оцінок точності ШІ

Показник	Big Five	МакВільямс	Аналітичний профайлінг	Різноманітність тематики спілкування з ШІ	Загальна суб'єктивна оцінка ШІ
Big Five	-	0,61***	0,63**	0,48**	0,61***
МакВільямс	0,61***	-	0,77***	0,28	0,62***
Аналіт. профайлінг	0,63***	0,77***	-	0,29	0,76***
Різноманітність тематики спілкування з ШІ	0,48**	0,28	0,29	-	0,29
Суб'єктивна оцінка компетентності фахівця в профайлінгу	-0,43*	-0,28	-0,33	-0,30	-0,14
Досвід роботи на посадах, що передбачають застосування профайлінгу	-0,31	-0,33	-0,41*	-0,09	-0,27

Примітка: * – p < 0,05; ** – p < 0,01; *** – p < 0,001.

Виявлено окремі статистично значущі кореляти оцінки точності ШІ. По-перше, суб'єктивна оцінка знання психологічного профайлінгу негативно корелює з оцінкою ефективності ШІ у застосуванні підходу Big Five (r = -0,43; p < 0,05): фахівці, які вище оцінюють власну обізнаність з методологією профайлінгу, оцінюють результати ШІ більш критично. По-друге, досвід роботи на посадах, що тією чи іншою мірою передбачають застосування профайлінгу (як-от військові підрозділи, розвідувальні структури, правоохоронні органи, управління людськими ресурсами), негативно корелює з оцінкою ефективності ШІ у застосуванні аналітичного профайлінгу (r = -0,41; p < 0,05). По-третє, різноманіття тематики спілкування з ШІ (наявність в ШІ різноманітного контексту) позитивно корелює з оцінкою підходу Big Five (r = 0,48, p < 0,05).

Водночас варто зазначити, що статистично значущих кореляційних зв'язків між оцінками точності ШІ та тривалістю досвіду роботи в психологічній галузі, а також тривалістю досвіду застосування ШІ виявлено не було.

Якісні дані. Аналіз відповідей учасників на відкриті запитання (n=8 коментарів) дозволяє більш глибоко інтерпретувати кількісні результати дослідження. По-перше, учасники одностайно наголошують на залежності точності ШІ-профайлінгу від наявного контексту: якість результату принципово визначається обсягом і тематичним різноманіттям попередніх взаємодій із системою ("у випадку малоінтенсивного користування цінність діагностики буде дуже недостовірною"; "у 90 % випадків я роблю запити під час навчання – у цій сфері ШІ чудово описує мої риси, в інших – далекий від правди"). По-друге, учасники виокремлюють три різні моделі доцільного застосування ШІ в психологічній діагностиці: 1) як інструменту первинного скринінгу великих масивів даних; 2) як засобу структурування та узагальнення інформації перед клінічним інтерв'ю; 3) і як вузькоспеціалізованого діагностичного модуля з обмеженою предметною областю. По-третє, учасники підкреслюють потенційні проблеми, пов'язані із застосуванням ШІ в психодіагностиці, зокрема пов'язані зі схильністю ШІ до галюцинацій, маніпуляцій та проблемою передавання персональних даних третім особам без можливості контролю (при використанні хмарних сервісів).

Дискусія і висновки

Отримані результати свідчать про те, що сучасні системи ШІ здатні формувати психологічні профілі користувачів, які фахівці у галузі психології оцінюють як такі, що помірно-добре відповідають дійсності (середні оцінки в межах 6,9–7,2 балів за 10-бальною шкалою). Це узгоджується з попередніми дослідженнями, які демонстрували психодіагностичну інформативність цифрових слідів (Kosinski et al., 2013; Youyou et al., 2015), і дозволяє поширювати ці

висновки на новий тип цифрового сліду – історію взаємодії користувача з великими мовними моделями.

Варто зазначити, що користувачі схильні до глибшого саморозкриття у взаємодії з розмовними LLM порівняно з традиційними веб-опитувальниками чи анкетами. Це підтверджується систематичними оглядами літератури (як-от Papneja, & Yadav, 2025). Відповідно, історія взаємодії з LLM потенційно містить більш природні прояви стилю мислення, емоційних реакцій та комунікативних стратегій користувача, ніж статичні анкетні відповіді, і потенційно становить високу психодіагностичну цінність.

Попри потенційну користь, із цим пов'язана і низка ризиків. Staab et al. (2024) показали, що LLM здатні з точністю до 85 % виводити особисту інформацію про користувача (місце проживання, дохід, стать тощо) з неструктурованого тексту, причому анонімізація тексту практично цьому не перешкоджає. В поєднанні з психологічною інформацією, це створює передумови для накопичення компаніями-провайдерами високоточних особистих профілів, що можуть використовуватись для впливу на користувачів. Наприклад, Matz et al. (2017) в дослідженні на вибірці понад 3 млн осіб показали, що реклама, підлаштована під психологічний профіль, підвищує клікабельність до 40 % і кількість покупок до 50 %. Гіпотетично такий вплив може становити суттєву загрозу як для окремих осіб, так і для держав.

Відсутність статистично значущих відмінностей між трьома концептуально різними підходами до профайлінгу (Big Five, психодинамічна модель МакВільямс, аналітичний профайлінг), у поєднанні із сильними позитивними кореляціями між оцінками їх точності (r = 0,61–0,77), дозволяє припустити існування загального чинника сприйняття ефективності ШІ, який є відносно незалежним від конкретної теоретичної рамки. Інакше кажучи, учасники схильні оцінювати "ШІ як такий" – його здатність робити осмислені висновки про користувача, – а не специфічні переваги того чи іншого психодіагностичного підходу. Це може пояснюватися як реальною універсальністю мовних моделей у роботі з різними діагностичними підходами, так і ефектом Барнума (правдоподібні і достатньо широкі описи особистості можуть сприйматись як точні, незалежно від методологічного підґрунтя та відповідності реальності).

У ситуації з великими мовними моделями потенційний вплив ефекту Барнума підтверджується емпірично. В дослідженні, проведеному Pataranutaporn, Lee, Amores та Maes (2026), продемонстровано схильність учасників оцінювати позитивні за валентністю оцінки щодо власної фінансової грамотності як валідні та суб'єктивно значущі, попри те що ці прогнози були фіктивними й заздалегідь згенерованими. Ефект Барнума у взаємодії з LLM при цьому був зіставний з виміряним у тому ж дослідженні аналогічним ефектом при оцінці астрологічних прогнозів та "розпливчастих" психологічних формулювань. Відповідно, можна припустити, що ці висновки можна поширити й на згенеровані LLM особистісні профілі: позитивна, персоналізована за формою оцінка особистості, згенерована LLM, може сприйматися користувачем як унікально точна незалежно від її фактичної валідності.

Розрізнення двох вищеозначених пояснень відносної однорідності оцінок потребує подальших емпіричних досліджень із залученням об'єктивних критеріїв валідації (наприклад, зіставлення ШІ-профілів з результатами валідних стандартизованих психодіагностичних опитувальників).

Виявлені негативні кореляції між оцінкою ефективності ШІ та суб'єктивною компетентністю у профайлінгу (r = -0,43 для Big Five) і досвідом роботи на посадах, що передбачають профайлінг (r = -0,41 для аналітичного підходу), свідчать про те, що фахівці з релевантною підготовкою є помітно критичнішими в оцінці ШІ-профілів. Імовірне пояснення полягає в тому, що такі фахівці мають внутрішній еталон якісного профілю, з яким можуть зіставити результат ШІ, і тому точніше ідентифікують його поверховість, надмірну загальність та методологічні недоліки. Показово, що ані загальний стаж роботи в психологічній галузі, ані "стаж" використання ШІ значущого зв'язку з оцінками не показали. Це узгоджується з відомим принципом доменної специфічності експертизи: критичність до ШІ-профайлінгу формується не професійним досвідом узагалі, а саме досвідом виконання тієї конкретної задачі, яку ШІ намагається відтворити. Загальні показники стажу об'єднують надто різнорідну діяльність (психотерапію, викладання, наукову роботу), більша частина якої не передбачає систематичного складання психологічних профілів і тому не формує релевантного еталону для критичного зіставлення. Позаяк критичність фахівців з досвідом у психологічному профайлінгу щодо результативності ШІ може пояснюватись і іншими чинниками.

Питання фахової оцінки контенту, згенерованого LLM, частково висвітлене в дослідженні Föyen et. al. (2025). Ліцензовані психологи та психотерапевти в умовах сліпого вибору (за відсутньої інформації про авторство) оцінювали якість та емпатійність психологічних порад, частина яких була згенерована ШІ, а частина – написана фахівцями-людьми. Виявилося, що поради, згенеровані ШІ, отримали вищі оцінки емоційної та мотиваційної емпатійності, тоді як за якістю та когнітивною емпатійністю суттєвих відмінностей не зафіксовано. Водночас фахівці не змогли достовірно розрізнити авторство текстів. При цьому тексти, що сприймались учасниками як згенеровані експертами, отримували суттєво вищу загальну оцінку, незалежно від фактичного авторства. Це свідчить, що проблема прийнятності згенерованих ШІ психологічних профілів для фахової спільноти стосується не тільки власне якості контенту, а й когнітивних упереджень, пов'язаних з атрибуцією джерела. Тож питання критичності фахівців до результатів ШІ-профайлінгу потребує додаткового емпіричного дослідження.

Так чи інакше, впровадження ШІ-інструментів у діагностичну практику має супроводжуватися підготовкою користувачів саме до критичного оцінювання результатів застосування таких ШІ-систем задля зменшення негативного впливу ефекту Барнума.

Позитивний кореляційний зв'язок між різноманітністю тематики спілкування з ШІ та оцінкою точності профілю Big Five (r = 0,48), а також одностайні коментарі учасників у відкритій частині опитування, наголошують на критичній залежності якості ШІ-профайлінгу передусім від тематичного різноманіття доступного системі контексту, що є очікуваним з технічного погляду. Водночас конкретні обсяги та міри різноманітності контексту потребують детального вивчення.

Проведене дослідження показало, що сучасні системи ШІ здатні на основі наявного в них контексту спілкування формувати психологічні профілі користувачів, які фахівці у галузі психології оцінюють як такі, що помірно-добре відповідають дійсності. При цьому такі оцінки є відносно стабільними незалежно від обраного теоретико-методологічного підходу до профайлінгу (як-от Big Five, психодинамічна модель МакВільямс, аналітичний профайлінг).

Ключовими змінними, що пов'язані зі сприйняттям точності ШІ-профілів, виявились тематичне різноманіття попередніх взаємодій користувача із системою ШІ (чим

більш різноманітний контекст має система, тим вище користувачі оцінювали результат) та предметно-специфічний досвід у сфері профайлінгу (користувачі з більшим досвідом у профайлінгу були більш критичними до результатів ШІ).

Серед обмежень дослідження слід відзначити відносно невеликий обсяг вибірки (n=29), що знижує статистичну потужність аналізу; суб'єктивний характер оцінювання точності профілів самими учасниками без паралельної об'єктивної валідації за допомогою стандартизованих психодіагностичних методик; неконтрольованість обсягу та якості контексту, доступного ШІ для кожного учасника; а також переважно україномовний характер вибірки, що обмежує можливості узагальнення результатів на взаємодію з ШІ іншими мовами. Крім того, дизайн дослідження не дає змоги чітко розмежувати реальну валідність ШІ-профілів від ефекту Барнума.

Перспективи подальших досліджень охоплюють розширення вибірки та залучення об'єктивних критеріїв валідації через паралельне застосування стандартизованих психодіагностичних методик, контрольоване варіювання обсягу й тематичного різноманіття контексту для встановлення мінімально достатніх параметрів якісного профайлінгу, порівняльне оцінювання різних мовних моделей в умовах однакового контексту, дослідження ефективності ШІ-профайлінгу на специфічних типах цифрових слідів (зокрема експорту переписки з месенджерів), а також розробку та апробацію локальних, безпечних з погляду захисту персональних даних рішень для застосування у сферах, де використання комерційних хмарних сервісів є неприйнятним – насамперед у силах безпеки та оборони.

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу ohovoleh@gmail.com

Джерела фінансування. Автор заявляє про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Гурковський, В., Романенко, Є., Недбалек, К., Семененко, Л., Дужий, Р., & Семененко, А. (2025). Військова педагогіка та психологія в умовах російсько-української війни: проблеми, рішення і перспективи розвитку. *Міжнародний науковий журнал "Military Science",* 3(3), 66–82. https://doi.org/10.62524/msj.2025.3.3.5

Eichstaedt, J. C., Smith, R. J., Merchant, R. M., Ungar, L. H., Crutchley, P., Preoţiuc-Pietro, D., Asch, D. A., & Schwartz, H. A. (2018). Facebook language predicts depression in medical records. *Proceedings of the National Academy of Sciences,* 115(44), 11203–11208. https://doi.org/10.1073/pnas.1802331115

Föyen, L. F., Zapel, E., Lekander, M., Hedman-Lagerlöf, E., & Lindsäter, E. (2025). Artificial intelligence vs. human expert: Licensed mental health clinicians' blinded evaluation of AI-generated and expert psychological advice on quality, empathy, and perceived authorship. *Internet Interventions.* https://doi.org/10.1016/j.invent.2025.100841

Guntuku, S. C., Yaden, D. B., Kern, M. L., Ungar, L. H., & Eichstaedt, J. C. (2017). Detecting depression and mental illness on social media: An integrative review. *Current Opinion in Behavioral Sciences,* 18, 43–49. https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2017.07.005

Kosinski, M., Stillwell, D., & Graepel, T. (2013). Private traits and attributes are predictable from digital records of human behavior. *Proceedings of the National Academy of Sciences,* 110(15), 5802–5805. https://doi.org/10.1073/pnas.1218772110

Lingiardi, V., & McWilliams, N. (Eds.). (2026). *Psychodynamic Diagnostic Manual (3rd ed.; PDM-3).* Guilford Press.

Matz, S. C., Kosinski, M., Nave, G., & Stillwell, D. J. (2017). Psychological targeting as an effective approach to digital mass persuasion. *Proceedings of the National Academy of Sciences,* 114(48), 12714–12719. https://doi.org/10.1073/pnas.1710966114

Ocana Flores, H. I., & Luna, A. (2024). AI for psychological profiles: Advances, challenges, and future directions. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar,* 8(3), 10592–10609. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.12221

Papneja, H., & Yadav, N. (2025). Self-disclosure to conversational AI: A literature review, emergent framework, and directions for future research. *Personal and Ubiquitous Computing,* 29, 119–151. https://doi.org/10.1007/s00779-024-01823-7

Pataranutaporn, P., Lee, E., Amores, J., & Maes, P. (2026). Personal validation effect in LLMs: Positive AI responses bias perceptions of validity, reliability, personalization, and usefulness of fictitious predictions. In *Proceedings of the 2026 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1–18). ACM. https://doi.org/10.1145/3772318.3791851

Peters, H., Cerf, M., & Matz, S. C. (2024). Large language models can infer personality from free-form user interactions (arXiv:2405.13052). *arXiv.* https://doi.org/10.48550/arXiv.2405.13052

Staab, R., Vero, M., Balunović, M., & Vechev, M. (2024). Beyond memorization: Violating privacy via inference with large language models. In *Proceedings of the Twelfth International Conference on Learning Representations (ICLR 2024).* https://doi.org/10.48550/arXiv.2310.07298

Youyou, W., Kosinski, M., & Stillwell, D. (2015). Computer-based personality judgments are more accurate than those made by humans. *Proceedings of the National Academy of Sciences,* 112(4), 1036–1040. https://doi.org/10.1073/pnas.1418680112

Zell, E., & Lesick, T. L. (2022). Big five personality traits and performance: A quantitative synthesis of 50+ meta-analyses. *Journal of Personality,* 90(4), 559–573. https://doi.org/10.1111/jopy.12683

Zhu, J., Jin, R., & Coifman, K. G. (2025). Investigating large language models in inferring personality traits from user conversations (arXiv:2501.07532). *arXiv.* https://doi.org/10.48550/arXiv.2501.07532

References

Eichstaedt, J. C., Smith, R. J., Merchant, R. M., Ungar, L. H., Crutchley, P., Preoţiuc-Pietro, D., Asch, D. A., & Schwartz, H. A. (2018). Facebook language predicts depression in medical records. *Proceedings of the National Academy of Sciences,* 115(44), 11203–11208. https://doi.org/10.1073/pnas.1802331115

Föyen, L. F., Zapel, E., Lekander, M., Hedman-Lagerlöf, E., & Lindsäter, E. (2025). Artificial intelligence vs. human expert: Licensed mental health clinicians' blinded evaluation of AI-generated and expert psychological advice on quality, empathy, and perceived authorship. *Internet Interventions.* https://doi.org/10.1016/j.invent.2025.100841

Guntuku, S. C., Yaden, D. B., Kern, M. L., Ungar, L. H., & Eichstaedt, J. C. (2017). Detecting depression and mental illness on social media: An integrative review. *Current Opinion in Behavioral Sciences,* 18, 43–49. https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2017.07.005

Hurkovskyi, V., Romanenko, Ye., Nedbalek, K., Semenenko, L., Duzhyi, R., & Semenenko, A. (2025). Military pedagogy and psychology in the context of the Russian-Ukrainian war: Problems, solutions, and prospects for development. *International Scientific Journal "Military Science",* 3(3), 66–82. https://doi.org/10.62524/msj.2025.3.3.5

Kosinski, M., Stillwell, D., & Graepel, T. (2013). Private traits and attributes are predictable from digital records of human behavior. *Proceedings of the National Academy of Sciences,* 110(15), 5802–5805. https://doi.org/10.1073/pnas.1218772110

Lingiardi, V., & McWilliams, N. (Eds.). (2026). *Psychodynamic Diagnostic Manual (3rd ed.; PDM-3).* Guilford Press. ISBN 9781462558711.

Matz, S. C., Kosinski, M., Nave, G., & Stillwell, D. J. (2017). Psychological targeting as an effective approach to digital mass persuasion. *Proceedings of the National Academy of Sciences,* 114(48), 12714–12719. https://doi.org/10.1073/pnas.1710966114

Ocana Flores, H. I., & Luna, A. (2024). AI for psychological profiles: Advances, challenges, and future directions. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar,* 8(3), 10592–10609. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i3.12221

Papneja, H., & Yadav, N. (2025). Self-disclosure to conversational AI: A literature review, emergent framework, and directions for future research. *Personal and Ubiquitous Computing,* 29, 119–151. https://doi.org/10.1007/s00779-024-01823-7

Pataranutaporn, P., Lee, E., Amores, J., & Maes, P. (2026). Personal validation effect in LLMs: Positive AI responses bias perceptions of validity, reliability, personalization, and usefulness of fictitious predictions. In *Proceedings of the 2026 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1–18). ACM. https://doi.org/10.1145/3772318.3791851

Peters, H., Cerf, M., & Matz, S. C. (2024). Large language models can infer personality from free-form user interactions (arXiv:2405.13052). *arXiv.* https://doi.org/10.48550/arXiv.2405.13052

Staab, R., Vero, M., Balunović, M., & Vechev, M. (2024). Beyond memorization: Violating privacy via inference with large language models. In *Proceedings of the Twelfth International Conference on Learning Representations (ICLR 2024).* https://doi.org/10.48550/arXiv.2310.07298

Youyou, W., Kosinski, M., & Stillwell, D. (2015). Computer-based personality judgments are more accurate than those made by humans. *Proceedings of the National Academy of Sciences,* 112(4), 1036–1040. https://doi.org/10.1073/pnas.1418680112

Zell, E., & Lesick, T. L. (2022). Big five personality traits and performance: A quantitative synthesis of 50+ meta-analyses. *Journal of Personality,* 90(4), 559–573. https://doi.org/10.1111/jopy.12683

Zhu, J., Jin, R., & Coifman, K. G. (2025). Investigating large language models in inferring personality traits from user conversations (arXiv:2501.07532). *arXiv.* https://doi.org/10.48550/arXiv.2501.07532

Отримано редакцією журналу / Received: 11.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Oleh ORLOV, PhD (Psychol.)
ORCID ID: 0000-0003-0954-4402
e-mail: orlovoleh@gmail.com
Mykola Yarmachenko Institute of Special Education and Psychology
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

THE POTENTIAL OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN PSYCHOLOGICAL PROFILING ACCORDING TO THE SUBJECTIVE ASSESSMENTS OF PSYCHOLOGISTS

B a c k g r o u n d . ***In the context of the full-scale Russian-Ukrainian war and the growing need for rapid psychological assessment of security and defense personnel, the search for new psychodiagnostic tools has become especially relevant. One promising area is the use of artificial intelligence (AI) for psychological profiling based on users' digital traces, particularly the history of their interactions with large language models. The aim of the study was to assess, based on a survey of psychology specialists, the quality and accuracy of personality profiles generated by AI systems.***

M e t h o d s . ***The study was conducted as an anonymous online survey with elements of a natural experiment. Participants independently ran standardized prompts in the AI systems they normally use, which had access to the previous interaction context, and then evaluated the accuracy of the generated profiles. The final analysis included 29 psychology specialists. Three approaches were assessed: the Big Five (OCEAN), Nancy McWilliams' psychodynamic model, and analytical profiling. Data were processed using descriptive statistics, the Friedman and Wilcoxon tests, and Pearson correlation analysis.***

R e s u l t s . ***All three approaches received similar accuracy ratings within a moderately good range of correspondence to reality: Big Five – 7,1 points, psychodynamic approach – 6,9 points, and analytical profiling – 7,2 points on a 10-point scale. The overall subjective rating of AI profiling quality was also 7,1 points. No statistically significant differences were found between the approaches. It was established that specialists with higher self-rated competence in profiling evaluated AI results more critically, whereas greater thematic diversity in prior interactions with AI was associated with higher accuracy ratings. Qualitative responses from participants additionally showed that the effectiveness of AI profiling depends substantially on the amount and substantive diversity of the available context.***

C o n c l u s i o n s . ***Modern artificial intelligence systems are capable of generating psychological profiles that specialists evaluate as moderately well corresponding to reality. The results indicate the promise of using AI as a supportive tool in psychological assessment, particularly in the psychological selection and support of security and defense personnel. At the same time, the use of such systems requires a critical attitude toward the results, further objective validation, and careful consideration of personal data protection issues.***

K e y w o r d s : ***AI, large language models, digital traces, psychodiagnostics, profiling.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автор використовував ChatGPT для пошуку наукових джерел. Після використання цього інструмента автор перевірив та проаналізував запропоновані джерела.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the author used ChatGPT to search for scientific literature. Following the use of this tool, the author reviewed, verified, and analyzed the suggested sources.

Етична декларація. Дослідження схвалено Інститутом спеціальної педагогіки і психології імені М. Ярмаченка НАПН України, (протокол № 2 від 05.02.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement. The study was approved by the Mykola Yarmachenko Institute of Special Education and Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine (Protocol No. 2 dated February 5, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.

ISSN 1728-3817

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.923.2:316.64-053.6(477)
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).14

Оксана ПАВЛЮК, д-р філософії, асист.
ORCID ID: 000-0003-1066-1235
e-mail: 2826310po@ukr.net
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Дарина КАРЄВА, студ.
ORCID ID: 0009-0001-5116-0034
e-mail: karevaadasha@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

АНАЛІЗ СФОРМОВАНОСТІ НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ЇЇ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ З ПСИХОЛОГІЧНИМ БЛАГОПОЛУЧЧЯМ МОЛОДІ В УКРАЇНІ

В с т у п . ***Актуальність теми дослідження зумовлена поширенням військових конфліктів у сучасному світі, які впливають на суспільні процеси та розвиток особистості. Успішність збереження соціальної єдності значною мірою залежить від рівня розвитку національної ідентичності молоді, яка забезпечує внутрішню цілісність, здатність до самоорганізації та мобілізації в умовах загрози. На відміну від інших суспільств, її формування в Україні відбувається в умовах повномасштабного вторгнення. Сутність дослідження національної ідентичності молоді полягає у забезпеченні розуміння поточних суспільних настроїв та прогнозуванні подальшого розвитку українського суспільства. Незважаючи на значну кількість досліджень у сфері ідентичності, специфіка формування та розвитку національної ідентичності української молоді під час війни залишається недостатньо вивченою. Метою нашої статті є висвітлення результатів дослідження про психологічні особливості формування національної ідентичності української молоді в умовах соціальних та воєнних трансформацій.***

М е т о д и . ***Емпіричне дослідження проводилося онлайн у березні-квітні 2026 року. Вибірка становила 109 осіб віком 18–25 років. Використовувався комплекс психодіагностичних методик: методика вимірювання етнічної ідентичності Дж. Фінні, методика "Портрет цінностей" Ш. Шварца, Шкала резильєнтності Коннора–Девідсона, Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф.***

Р е з у л ь т а т и . ***Дослідження виявило переважання афективного компонента національної ідентичності над когнітивним (3,10 бала та 2,58 бала). Найбільш вразливими компонентами психологічного благополуччя є цілі в житті (51,0 бала) та самоприйняття (50,8 бала). Кореляційний аналіз підтвердив, що національна ідентичність тісно пов'язана з особистісним зростанням ($\rho = 0,397$, $p < 0,001$) та цінністю безпеки ($\rho = 0,450$, $p < 0,001$), однак не корелює з резильєнтністю ($\rho = 0,037$, $p = 0,704$). Статеві відмінності виявлено лише за цінністю безпеки (жінки – 4,55, чоловіки – 4,16; $p = 0,019$).***

В и с н о в к и . ***Формування національної ідентичності української молоді є процесом, який вимагає цілеспрямованого впровадження програм, спрямованих на розвиток когнітивного компонента та зміцнення життєвої перспективи. Національна ідентичність сучасної молоді більше пов'язана з автономією, безпекою та гуманістичними цінностями. Отримані результати можуть бути використані для розробки психокорекційних програм, спрямованих на підтримку національної свідомості молоді в умовах війни та післявоєнного відновлення.***

К л ю ч о в і с л о в а : ***етнічна ідентичність, українська молодь, воєнні трансформації, психологічний добробут, резильєнтність, ціннісні орієнтації, колективна травма.***

Вступ

Актуальність теми дослідження зумовлена тим, що сучасний світ характеризується великою кількістю військових конфліктів і соціальних криз, які відбуваються під час становлення нових поколінь, що висуває певні вимоги до психологічної стійкості особистості. Успішність збереження соціальної єдності та державності значною мірою залежить від рівня розвитку національної ідентичності молоді, яка забезпечує внутрішню цілісність, здатність до самоорганізації та мобілізації в умовах загрози. На відміну від інших суспільств, формування ідентичності в Україні відбувається в умовах повномасштабного вторгнення, що вимагає переживання колективної травми, актуалізації захисних механізмів та трансформації ціннісних орієнтацій. Сутність дослідження національної ідентичності молоді полягає у забезпеченні одночасного розуміння поточних суспільних настроїв та прогнозування подальшого розвитку українського суспільства. Незважаючи на значну кількість досліджень у сфері ідентичності, специфіка формування та розвитку національної ідентичності саме української молоді в реальному часі війни залишається недостатньо вивченою, що вимагає розроблення спеціалізованих психокорекційних програм і комунікаційних стратегій.

Метою нашої статті є висвітлення результатів дослідження про психологічні особливості формування національної ідентичності української молоді в умовах соціальних та воєнних трансформацій.

Огляд літератури. Проблема національної ідентичності є одним із фундаментальних понять у психології. Різні аспекти ідентичності вивчали такі вчені, як Е. Еріксон, Г. Теджфел, Дж. Тернер, Дж. Марсія, Б. Андерсон, Е. Сміт, а також вітчизняні дослідники: М. Боришевський, О. Бичко, М. Пірен, П. Горностай та ін. Досліджували особливості формування ідентичності представників різних вікових груп, зокрема студентської молоді (О. Бичко, М. Боришевський, Н. Мирошниченко, О. Чорна та ін.). Фундаментальними дослідженнями для даної тематики стали роботи Е. Еріксона про психосоціальну ідентичність (Erikson, 1968, p. 157) та Г. Теджфела і Дж. Тернера (теорія соціальної ідентичності) (Taifel, & Turner, 1986, p. 9). Зауважимо, що національна ідентичність молоді формується в умовах соціальних і воєнних трансформацій, невизначеності та впливу травматичних подій, що робить традиційні підходи до її вивчення недостатніми. Як зазначає О. Бичко, національна ідентичність є категорією, яка змінюється в історичному та соціальному контексті, а її формування відбувається через активну участь громадян у політичному житті та комунікації (Бичко, 2007, с. 25). За баченням М. Пірен, сутність національної ідентичності полягає в забезпеченні одночасного досягнення збереження унікальності

© Павлюк Оксана, Карєва Дарина, 2026

культурної спадщини та інтеграції в глобалізований світ (Пірен, 1996, с. 25). На думку М. Боришевського, ключовою складовою національної ідентичності виступає усвідомлення відповідальності за долю своєї країни (Боришевський, 2000, с. 40). О. Філіпчук виокремлює чотири компоненти структури національної ідентичності: когнітивний, емоційно-ціннісний, оцінювально-вибірковий та соціально-практичний (Філіпчук, 2024, с. 49). Структурні компоненти національної ідентичності (когнітивний, афективний, конативний) та її функції (інтегративна, мобілізаційна, диференціююча, захисна, мотиваційна, стабілізуюча) набувають нового значення в умовах воєнних трансформацій. Як зазначає П. Горностай, колективна травма виникає внаслідок трагічних подій і охоплює не лише безпосередніх учасників, а й усе суспільство (Горностай, 2018, с. 62). До конструктивних стратегій подолання колективної травми належать консолідація групи та розбудова інституцій (Додонова, & Додонов, 2024, с. 325), (Мишко, 2025, с. 72), до деструктивних – фіксація на травмі та нав'язування певної ідеології (Volkan, 1997, p. 38). У контексті дослідження важливими є теоретичні положення щодо становлення ідентичності молоді. Згідно з Е. Еріксоном, до юнацького віку людина здобуває відчуття самоідентичності та цілісності. Теорія статусів ідентичності Дж. Марсія описує чотири статуси: дифузія, мораторій, викуп та досягнення (Marcia, 1966, p. 551). Дж. Арнетт виокремив вік 18–25 років як період "дорослості, що з'являється", який характеризується дослідженням ідентичності, нестабільністю, фокусуванням на собі та відчуттям переходу від підліткового віку до дорослого (Arnett, 2000, p. 469). Джин Фінні запропонувала тристадійну модель розвитку етнічної ідентичності (Phinney, 1993, p. 65). Особливу увагу в контексті дослідження національної ідентичності молоді в умовах воєнних трансформацій привертають роботи, присвячені вивченню впливу особистісної ідентичності на поведінку в групі. Адже сформована особистісна ідентичність виступає важливим регулятором групової поведінки, особливо в кризових умовах. Індивіди з чіткою та інтегрованою ідентичністю демонструють більш конструктивні стратегії взаємодії в групі (Павлюк, & Бондар, 2025, с. 111). Дослідження рівня стресу серед студентської молоді є важливим контекстом для аналізу взаємозв'язку між національною ідентичністю та психологічним благополуччям. Чим вищим є рівень сформованості національної ідентичності, тим більше підстав припускати наявність вищого рівня психологічної адаптації, життєстійкості та суб'єктивного благополуччя молоді в умовах сучасних суспільних трансформацій в Україні. Рівень стресу є важливим чинником психологічного благополуччя молоді, а сформована національна ідентичність виступає значущим ресурсом, який сприяє підвищенню життєстійкості, психологічної адаптації та здатності ефективно долати сучасні соціальні виклики. Порівняння студентів ЗВО (закладів вищої освіти) та здобувачів освіти ПТНЗ (професійно-технічних навчальних закладів) дозволяє глибше зрозуміти особливості взаємозв'язку між стресом, психологічним благополуччям і національною ідентичністю, підтверджуючи важливу роль останньої у підтримці особистісного розвитку та соціальної інтеграції української молоді в умовах суспільних трансформацій (Dubczak, Serdyuk, & Traverse, 2025, p. 74). Крім того, колективна ідентичність, зокрема національна, виступає ключовим чинником мобілізації та консолідації спільноти в умовах політичного протистояння. В ситуації збройного конфлікту відбувається актуалізація почуття "ми", що супроводжується розділенням на "своїх" і "чужих" (Павлюк, & Романенкова, 2025, с. 250). Проведений аналіз підходів дозволяє сформулювати визначення: національна ідентичність – це динамічне, багаторівневе психологічне утворення, що включає когнітивний, афективний та конативний компоненти. Вона формується в процесі соціалізації через механізми ідентифікації та між групового порівняння, виконує захисну, мотиваційну та смисложиттєву функції, а її зміст і ступінь виявлення суттєво змінюються під впливом соціальних криз та воєнних трансформацій. Молодь є найбільш сенситивною групою до трансформацій національної ідентичності, оскільки перебуває у фазі становлення власної особистості (Schwartz, Zamboanga, Weisskirch, & Wang, 2009, p. 25).

Методи

Емпіричне дослідження сформованості національної ідентичності та її взаємозв'язку з психологічними особливостями молоді в Україні проводилося в березні та квітні 2026 р. в режимі онлайн. Дослідницька вибірка охопила 109 осіб віком від 18–25 років. Вибірку було обрано з метою виявлення внутрішніх психологічних механізмів, які сприяють або перешкоджають формуванню національної ідентичності в умовах воєнних трансформацій. Залучення саме молоді є обґрунтованим, оскільки цей віковий період характеризується активним становленням світогляду, громадянської позиції, професійного самовизначення, ціннісної системи та соціальної відповідальності. У цей час особистість активно переосмислює власну належність до різних соціальних груп, визначає значущість національної спільноти у власному житті, формує ставлення до історії, культури, мови, держави та суспільних подій. Для діагностики рівня сформованості національної ідентичності молоді, а також її зв'язку з іншими психологічними характеристиками використано комплекс психодіагностичних методик. Добір методик здійснювався з урахуванням теми дослідження, вікових особливостей респондентів, можливості кількісної обробки результатів і змістової відповідності кожної методики основним змінним дослідження: 1) методика вимірювання етнічної ідентичності (оцінює когнітивний та афективний компоненти національної ідентичності, а також дозволяє виміряти рівень її сформованості); 2) методика "Портрет цінностей" Ш. Шварца (оцінює ціннісно-мотиваційний компонент особистості, дає змогу виявити ієрархію цінностей респондента); 3) Шкала резильєнтності Коннора–Девідсона (оцінює здатність особистості долати стрес, адаптуватися до кризових ситуацій та відновлюватися після травматичних подій); 4) Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (оцінює багатовимірну структуру психологічного благополуччя особистості, що включає шість основних компонентів: самоприйняття, позитивні стосунки з оточенням, автономію, управління середовищем, мету в житті та особистісне зростання).

Результати

Опис результатів дослідження ми сформували за блоками, а саме:

1) Рівень сформованості національної ідентичності, резильєнтності, психологічного благополуччя та ціннісних орієнтацій респондентів. За загальним показником етнічної ідентичності середнє значення становить 2,86 бала. Це свідчить про те, що в досліджуваній вибірці етнічна ідентичність загалом є достатньо вираженою. Порівняння когнітивного та афективного компонентів етнічної ідентичності демонструє внутрішню особливість структури ідентичності респондентів. Було виявлено, що емоційно-ціннісне прийняття власної етнічної належності у респондентів виражене сильніше (M=3,10), ніж пізнавально-рефлексивний компонент (M=2,58). Молодь

більшою мірою демонструє позитивне ставлення до своєї етнічної групи, почуття гордості, зв'язку та прийняття власного походження, ніж пізнавальну зацікавленість історією, традиціями, звичаями. Показник резильєнтності у вибірці має середнє значення 25,7 бала і є варіативним. Частина молоді демонструє високі значення здатності адаптуватися до труднощів, тоді як інша частина – нижчі. Показники психологічного благополуччя за методикою К. Ріфф свідчать про не однаково виражений профіль особистісного функціонування респондентів. Найвищий середній показник зафіксовано за шкалою позитивних відносин з оточенням (56,7 бала), а достатньо високими є також показники особистісного зростання, управління середовищем та автономії. Найнижчі отримано за шкалами цілей у житті та самоприйняття. Це може вказувати на те, що саме життєва перспектива і стабільне позитивне ставлення до себе є більш вразливими компонентами психологічного благополуччя молоді в умовах війни. Аналіз ціннісних орієнтацій за методикою Ш. Шварца показує, що належність до української спільноти для респондентів більше пов'язана з автономією, безпекою, справедливістю та гуманістичними цінностями.

2) Результати порівняльного аналізу показників респондентів чоловічої та жіночої статі. За більшістю досліджуваних психологічних характеристик показники чоловіків і жінок є близькими між собою. Не було підтверджено статистично значущих відмінностей між групами. Проте у структурі ціннісних орієнтацій статистично значущу відмінність виявлено лише за цінністю безпеки: середній показник у жінок становить 4,55 бала, у чоловіків – 4,16 бала ($r = 0,301$; $p = 0,019$). Тобто формування національної ідентичності української молоді в умовах соціальних і воєнних трансформацій має переважно спільний для обох статей психологічний зміст, окрім цінності безпеки, яка є більш значуща для жіночої статі.

3) Кореляційні зв'язки між показниками ідентичності та психологічними характеристиками респондентів. Кореляційний аналіз (коефіцієнт рангової кореляції Спірмена) виявив взаємозв'язки національної ідентичності з іншими психологічними характеристиками. Найбільш значущі зв'язки включають: етнічна ідентичність та особистісне зростання ($\rho = 0,397$, $p < 0,001$), що свідчить про те, що вищий рівень етнічної ідентичності поєднується з більш вираженим прагненням до розвитку, відкритістю до нового досвіду та сприйняттям себе як особистості, здатної змінюватися й зростати; етнічна ідентичність та безпека ($\rho = 0,450$, $p < 0,001$), що вказує на те, що національна ідентичність актуалізується через переживання спільної загрози, потребу в захисті держави, збереженні соціального порядку та стабільності; етнічна ідентичність та універсалізм ($\rho = 0,368$, $p < 0,001$), що свідчить про те, що вищий рівень етнічної ідентичності пов'язаний з орієнтацією на гуманістичні цінності, такі як справедливість, рівність, толерантність; етнічна ідентичність та конформність ($\rho = 0,350$, $p < 0,001$), що говорить про соціально-нормативний вимір національної ідентичності, пов'язаний із прийняттям правил та відповідальності; афективний компонент етнічної ідентичності та управління середовищем ($\rho = 0,305$, $p = 0,001$), що може означати те, що позитивне переживання належності до української спільноти частково підтримує суб'єктивне відчуття здатності діяти в складних обставинах. Водночас не встановлено статистично значущих зв'язків етнічної ідентичності з резильєнтністю ($\rho = 0,037$, $p = 0,704$), позитивними відносинами з оточуючими ($\rho = 0,043$, $p = 0,655$), автономією ($\rho = 0,147$, $p = 0,126$), цілями в житті ($\rho = 0,034$, $p = 0,727$) та самоприйняттям ($\rho = 0,014$, $p = 0,887$). Відсутність зв'язку з резильєнтністю свідчить про те, що національна ідентичність сама по собі не забезпечує вищої психологічної стійкості. Також не виявлено значущих зв'язків із цінностями стимуляції, гедонізму, влади та традиції. Особливо показовою є відсутність зв'язку з традицією ($\rho = 0,077$, $p = 0,427$), що підтверджує, що національна ідентичність сучасної української молоді не зводиться до традиціоналістського підходу. Результати за цими трьома блоками подано в табл. 1.

Таблиця 1

Підсумкова таблиця ключових результатів дослідження

Досліджуваний показник	Результат
Національна ідентичність	Достатньо виражена (M=2,86), але переважає афективний компонент (3,10) над когнітивним (2,58)
Резильєнтність	Середній рівень (M=25,7)
Психологічне благополуччя	Найвищий показник – позитивні відносини (56,7); найнижчі – цілі в житті (51,0) та самоприйняття (50,8)
Ціннісні орієнтації	Найвищі – самостійність (4,49), безпека (4,46); найнижча – традиція (2,88)
Статеві відмінності	Лише за цінністю безпеки: жінки вище (4,55), ніж чоловіки (4,16)
Найсильніші кореляції	Ідентичність ↔ особистісне зростання (ρ=0,410); ідентичність ↔ безпека (ρ=0,450)
Відсутність кореляцій	Ідентичність не корелює з резильєнтністю (ρ=0,037), цілями в житті (ρ=0,034), традицією (ρ=0,077)

З огляду на виявлені особливості формування національної ідентичності української молоді в умовах соціальних і воєнних трансформацій, зокрема переважання афективного компонента над когнітивним, відсутність прямого зв'язку ідентичності з резильєнтністю, а також низькі показники цілей у житті та самоприйняття, виникає потреба у розробленні практичних рекомендацій для розвитку та підтримки національної ідентичності молоді. Їх представлено в табл. 2.

Дискусія і висновки

Проведене дослідження підтверджує, що формування національної ідентичності української молоді в умовах соціальних та воєнних трансформацій є глибоко психологічним процесом, який вимагає створення середовища, де емоційне переживання належності до національної спільноти доповнюється когнітивним осмисленням історії, культури, цінностей, а також готовністю до відповідальних дій на благо спільноти. Головні результати дослідження виявили специфічну структуру національної ідентичності сучасної української молоді. По-перше, переважання афективного компонента над когнітивним (3,10 бала проти 2,58 бала за шкалою від 1 до 4). Це свідчить про те, що для молоді національна ідентичність є насамперед емоційно-ціннісним феноменом – почуття гордості, зв'язку, прийняття власної етнічної належності виражені сильніше, ніж активна пізнавальна зацікавленість історією, традиціями та культурними особливостями своєї спільноти. Відповідно до концепції Е. Еріксона, кризова ситуація стимулює емоційне переживання належності до групи як захисний механізм, тоді як когнітивне опрацювання потребує часу й освітніх ресурсів. По-друге, вразливість компонентів психологічного благополуччя, пов'язаних із

життєвою перспективою та самоприйняттям (цілі в житті – 51,0 бала, самоприйняття – 50,8 бала). Соціальна нестабільність, невизначеність майбутнього, загроза безпеці ускладнюють довгострокове планування й підтримання цілісного позитивного самоприйняття, що відповідає даним про зниження суб'єктивного благополуччя в умовах колективної травми. Також ціннісний профіль молоді, де найвищі значення мають самостійність (4,49), безпека (4,46) та універсалізм (4,32), а найнижче – традиція (2,88). Це спростовує стереотип про те, що національна ідентичність обов'язково пов'язана з консервативними цінностями. Ідентичність сучасної молоді більше пов'язана з автономією, безпекою, справедливістю, гуманістичними принципами та сучасними формами громадянської участі. Також відсутність статистично значущих статевих відмінностей за більшістю показників, окрім цінності безпеки, яка є вищою у жінок ($\rho = 0{,}019$). Виявлення кореляційних зв'язків, де найсильнішими є зв'язки між національною ідентичністю та особистісним зростанням ($\rho = 0{,}410$, $p < 0{,}001$), а також між національною ідентичністю та цінністю безпеки ($\rho = 0{,}450$, $p < 0{,}001$). Водночас не встановлено значущого зв'язку між етнічною ідентичністю та резильєнтністю ($\rho = 0{,}037$, $p = 0{,}704$), що є важливим застереженням, бо належність до української спільноти сама по собі не забезпечує автоматично вищої психологічної стійкості. Для реального підвищення резильєнтності потрібні інші чинники: навички саморегуляції, соціальна підтримка, досвід подолання труднощів. Зазначимо, що національна ідентичність української молоді в умовах війни включає в себе емоційне прийняття власної спільноти, гуманістичних цінностей, прагнення до автономії та потреби в безпеці. Вона ґрунтується не на безумовному наслідуванні традицій, а на особистісно прийнятому усвідомленні власної належності до нації, яка переживає екзистенційну загрозу. Висновки дослідження підкреслюють, що поки в роботі з молоддю домінує виключно емоційно-патріотичний дискурс без достатнього когнітивного наповнення та підтримки життєвої перспективи, національна ідентичність залишатиметься переважно афективною, а її зв'язок із психологічним благополуччям і резильєнтністю – нестійким. Для подолання цієї системної проблеми необхідне впровадження цілеспрямованих психологічних програм, які розвивають когнітивний компонент ідентичності, зміцнюють життєву перспективу та самоприйняття молоді, а також формують навички саморегуляції та стресостійкості.

Таблиця 2

Практичні рекомендації для розвитку та підтримки національної ідентичності молоді

Напрям роботи	Психологічне обґрунтування	Практичні форми реалізації
Посилення когнітивного компонента національної ідентичності	Афективний компонент ідентичності виражений сильніше, ніж когнітивний, тому емоційне прийняття належності потребує змістового поглиблення	Інтерактивні заняття з історії та культури України, обговорення локальної історії, робота з біографіями українських діячів, аналіз культурних символів, проєкти про родинну пам'ять
Підтримка емоційного прийняття української належності	Емоційно-ціннісний компонент є провідним у структурі ідентичності респондентів	Групові обговорення досвіду війни, робота з особистими історіями, зустрічі з волонтерами, культурні заходи, символічні ритуали підтримки
Розвиток цінностей доброзичливості та взаємодопомоги	Етнічна ідентичність має помірний зв'язок із доброзичливістю, що вказує на соціально-підтримувальний зміст ідентичності	Волонтерські ініціативи, взаємодопомога в студентських групах, наставництво, благодійні акції, підтримка військових, переселенців, дітей, літніх людей
Формування гуманістичного змісту національної ідентичності	Зв'язок ідентичності з універсалізмом свідчить про її поєднання з цінностями справедливості, миру, рівності та захисту слабших	Дискусії про права людини, соціальну справедливість, культуру миру, толерантність, аналіз моральних дилем війни, проєкти громадянської освіти
Підтримка цінності безпеки	Національна ідентичність пов'язана з потребою в особистій, соціальній і державній безпеці	Психоосвітні заняття з безпечної поведінки, інформаційної гігієни, планування дій у кризових ситуаціях, обговорення ролі держави та громадян у збереженні безпеки
Розвиток психологічної стійкості	Прямого зв'язку між ідентичністю та резильєнтністю не виявлено, тому резильєнтність потребує окремого розвитку	Тренінги саморегуляції, дихальні вправи, навички подолання стресу, робота з емоціями, підтримувальні групи, кризове консультування
Розвиток життєвої перспективи	В умовах війни молодь може мати труднощі з плануванням майбутнього, а цілі в житті є відносно вразливим компонентом благополуччя	Вправи на постановку коротко- і довгострокових цілей, кар'єрне консультування, освітнє планування, проєктування майбутнього, робота з особистими смислами
Підтримка особистісного зростання	Ідентичність позитивно пов'язана з особистісним зростанням, тому розвиткові практики можуть поглиблювати її зміст	Рефлексивні щоденники, групові дискусії, освітні проєкти, творчі завдання, участь у молодіжних ініціативах, самопрезентаційні практики
Використання сучасних форматів роботи з молоддю	Відсутність зв'язку ідентичності з традицією вказує, що молодь не завжди сприймає ідентичність через традиціоналістські форми	Цифрові проєкти, подкасти, відеоісторії, соціальні мережі, інтерактивні курси, молодіжні культурні події, сучасне українське мистецтво

Перспективи подальших досліджень. У межах подальшого навчання в магістратурі планується продовжити дослідження психологічних особливостей формування національної ідентичності молоді. Зокрема, передбачається: 1) вивчення динаміки національної ідентичності в різних вікових підгрупах молоді; 2) аналіз впливу освітнього середовища на формування когнітивного компонента національної ідентичності; 3) порівняльне дослідження національної ідентичності молоді з різним досвідом воєнних трансформацій (внутрішньо переміщені особи, молодь, яка залишалася на території бойових дій, молодь, яка виїхала за кордон). Важливим є також аналіз умов у закладах освіти та молодіжних центрах як чинників, що або підтримують розвиток національної ідентичності, або, навпаки, сприяють її дифузності та зниженню когнітивної складової.

ISSN 1728-3817

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у відповідального автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу karevaadasha@gmail.com

Внесок авторів: Оксана Павлюк – концептуалізація; методологія; Дарина Карєва – аналіз джерел, підготування огляду літератури і теоретичних засад дослідження; збір емпіричних даних та їх валідація; емпіричне дослідження.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Бичко, О. В. (2007). *Профілі української ідентичності: Соціально-психологічний аналіз* (с. 12—35). Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет".

Боришевський, М. Й. (2000). *Національна самосвідомість у структуруванні особистості.* Беркут.

Горностай, П. (2018). Колективна травма як проблема соціальної та політичної психології. *Проблеми політичної психології,* 21, 54–68. https://doi.org/10.33120/popp-Vol21-Year2018-5

Додонова, В., & Додонов, Д. (2024). Історична травма як чинник консолідації українського суспільства. *Редакційна колегія*, 325–328.

Мишко, Н. М. (2025). Психоемоційний ландшафт війни: особливості реагування українців та шляхи зцілення. *Наукові записки. Серія: Психологія*, 3, 65—72. https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2025-3-9

Павлюк, О. Д., & Бондар Г. О. (2025). Вивчення проблеми впливу психотипу особистості та особистісної ідентичності на поведінку в групі. Проблеми розвитку ідентичності особистості в освітньому просторі: Матеріали IV круглого столу 21 жовтня 2025 року: Збірник матералів (с. 105–112). Київський національний університет імені Тараса Шевченка. https://doi.org/10.5281/zenodo.17704624

Павлюк, О. Д., & Романенкова, О. Ю. (2025). Роль колективної ідентичності в політичних конфліктах. *Габітус,* 70, 248–251. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.45

Пірен, М. І. (1996). *Основи етнопсихології.* Наука.

Філіпчук, О. (2024). Формування національної ідентичності особистості як педагогічна проблема. *Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи*, 2(12), 48–55.

Arnett, J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480.

Dubczak, H., Serdyuk, L., & Traverse, T. (2025). Educational stress: How are Ukrainian students dealing with it? *Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. Psychology, 2*(22), 68–75. https://doi.org/10.17721/BPSY.2025.2(22).7

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.

Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology,* 3(5), 551–558.

Phinney, J. S. (1993). A three-stage model of ethnic identity development in adolescence. In M. E. Bernal & G. P. Knight (Eds.), *Ethnic identity: Formation and transmission among Hispanics and other minorities* (pp. 61–79). State University of New York Press.

Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Weisskirch, R. S., & Wang, S. C. (2009). The relationships of personal and cultural identity to adaptive and maladaptive psychosocial functioning in emerging adults. *The Journal of social psychology,* 150(1), 1–33.

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behaviour. *Psychology of intergroup relations,* 2, 7–24.

Volkan, V. D. (1997). *Bloodlines: From ethnic pride to ethnic terrorism.* Ingram Publisher Services.

References

Arnett, J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development from the Late Teens Through the Twenties. *American Psychologist,* 55(5), 469–80.

Boryshevskyi, M. Y. (2000). *National self-awareness in personality structuring.* Berkut [in Ukrainian].

Bychko, O. V. (2007). *Profiles of Ukrainian identity: A socio-psychological analysis* (pp. 12–35). Publishing and Printing Center "Kyiv University" [in Ukrainian].

Dodonova, V., & Dodonov, D. (2024). Historical trauma as a factor of consolidation of Ukrainian society. *Editorial Board,* 325–328. [in Ukrainian]

Dubczak, H., Serdyuk, L., & Traverse, T. (2025). Educational stress: How are Ukrainian students dealing with it? *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Psykholohiia,* 2(22), 68–75 [in Ukrainian].

Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.

Filipchuk, O. (2024). Formation of national identity of personality as a pedagogical problem. *Psychological and Pedagogical Problems of Modern School,* 2(12), 48–55 [in Ukrainian].

Hornostai, P. (2018). Collective trauma as a problem of social and political psychology. *Problems of Political Psychology,* 21, 54–68 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.33120/popp-Vol21-Year2018-5

Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology,* 3(5), 551–558.

Myshko, N. M. (2025). Psycho-emotional landscape of war: features of Ukrainians' response and ways of healing. *Scientific Notes. Series: Psychology,* 3, 65–72 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2025-3-9

Pavliuk, O. D., & Bondar, H. O. (2025). Study of the problem of personality psychotype and personal identity influence on group behavior. In *Problems of personality identity development in the educational space: Proceedings of the IV Round Table October 21, 2025* (pp. 105–112). Taras Shevchenko National University of Kyiv [in Ukrainian] https://doi.org/10.5281/zenodo.17704624

Pavliuk, O. D., & Romanenkova, O. Y. (2025). The role of collective identity in political conflicts. *Habitus,* 70, 248–251 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.45

Phinney, J. S. (1993). A three-stage model of ethnic identity development in adolescence. In M. E. Bernal & G. P. Knight (Eds.), *Ethnic identity: Formation and transmission among Hispanics and other minorities* (pp. 61–79). State University of New York Press.

Piren, M. I. (1996). *Fundamentals of ethnopsychology*. Nauka [in Ukrainian].

Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Weisskirch, R. S., & Wang, S. C. (2009). The relationships of personal and cultural identity to adaptive and maladaptive psychosocial functioning in emerging adults. *The Journal of Social Psychology,* 150(1), 1–33.

Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behaviour. *Psychology of Intergroup Relations,* 2, 7–24.

Volkan, V. D. (1997). *Bloodlines: From ethnic pride to ethnic terrorism.* Ingram Publisher Services.

Отримано редакцією журналу / Received: 29.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Oksana PAVLIUK, PhD, Assist.
ORCID ID: 000-0003-1066-1235
e-mail: 2826310po@ukr.net
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Daryna KARIEVA, Student
ORCID ID: 0009-0001-5116-0034
e-mail: karevaadasha@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

ANALYSIS OF THE FORMATION OF NATIONAL IDENTITY AND ITS INTERCONNECTION WITH THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF YOUTH IN UKRAINE

Background. *The relevance of this research topic stems from the prevalence of military conflicts in today's world, which influence social processes and personal development. The success of preserving social unity largely depends on the level of development of youth national identity, which ensures internal integrity and the ability for mobilization in conditions of threat. Unlike other societies, national identity formation in Ukraine takes place under the conditions of full-scale invasion. The essence of the study of youth national identity lies in ensuring both understanding of current social moods and forecasting the further development of Ukrainian society. Despite a significant number of studies in the field of identity, the specifics of the formation of the national identity of Ukrainian youth in the real-time of war remain insufficiently studied. The purpose of our article is to present the results of a study on the psychological features of the formation of national identity of Ukrainian youth in the context of social and military transformations.*

Methods. *The empirical study was conducted online in March-April 2026. The sample consisted of 109 persons aged 18–25 years. A set of psychodiagnostic methods was used: J. Phinney's Multigroup Ethnic Identity Measure, S. Schwartz's Portrait Values Questionnaire, Connor-Davidson Resilience Scale, and C. Ryff's Psychological Well-Being Scales.*

R e s u l t s . ***The study revealed a predominance of the affective component of national identity over the cognitive (3.10 points – 2.58 points). The most vulnerable components of well-being were life goals (51.0 points) and self-acceptance (50.8 points). Correlation analysis confirmed that national identity is related to personal growth (ρ = 0.397, p < 0.001) and the value of security (ρ = 0.450, p < 0.001), but does not correlate with resilience (ρ = 0.037, p = 0.704). Gender differences were found only for the value of security (women – 4.55, men – 4.16; p = 0.019).***

C o n c l u s i o n s . ***The formation of national identity of Ukrainian youth is a process that requires the targeted implementation of programs focused on the development of the cognitive component of identity and strengthening life perspective. The national identity of youth is more associated with autonomy, security and humanistic values. The obtained results can be used to develop psychocorrectional programs aimed at supporting the national consciousness of youth in the conditions of war and post-war recovery.***

K e y w o r d s : ***ethnic identity, Ukrainian youth, military transformations, psychological well-being, resilience, value orientations, collective trauma.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори використовували ChatGPT для перекладу текстів. Після використання цього інструмента автори перевірили матеріал на відсутність помилок.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this article, the authors used ChatGPT for text translation. After using this tool, the authors reviewed, verified, and analyzed the material for errors.

Етична декларація. Дослідження схвалено Етичною комісією ГО "Українська асоціація психології освіти та розвитку" (протокол № 1 від 30.04.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement The study was approved by the Ethics Committee of the Public Organization "Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology" (Protocol No. 1 dated April 30, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.9+316.6
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).15

Матвій ПАРІНОВ, діловод служби психологічного забезпечення
ORCID ID: 0009-0005-4301-2137
e-mail: temofey1488@gmail.com
Національна гвардія України, Київ, Україна

Жанна ДОВБИК, асп.
ORCID ID: 0009-0001-0106-567X
e-mail: j13annna@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ДОСЛІДЖЕННЯ ЗВ'ЯЗКУ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ ТА ЕФЕКТИВНОСТІ ІНВЕСТИЦІЙ УКРАЇНСЬКИХ ІНВЕСТОРІВ

Вступ. *Статтю присвячено дослідженню особистісних чинників, що мають зв'язок з уявленнями та поведінкою з грошима в умовах сучасних соціально-політичних трансформацій. Актуальність дослідження зумовлена відсутністю в Україні актуальних досліджень грошових уявлень та поведінки українців, що вкладають гроші у цінні папери і зв'язку певних особистісних характеристик з фінансовою поведінкою та уявленнями. Вивчення зв'язку окремих особистісних особливостей може сприяти розумінню особливостей поведінки та ставлення до грошей під час війни, підвищенню фінансової компетентності, зокрема контролю своєї фінансової поведінки, що є особливо актуально в умовах національних потрясінь, таких як економічні кризи та війни. Метою статті є дослідження зв'язків фінансової поведінки та фінансової успішності з окремими особистісними характеристиками особистості.*

Методи. *Основну увагу приділено вивченню рівня тривожності та грошових уявлень і поведінки українців під час війни. Здійснено визначення середньостатистичних значень проходження навчальних курсів з інвестування, розміру інвестованого капіталу, тривоги, грошових уявлень та поведінки, пошук зв'язків між рівнем тривоги, грошовими уявленнями, поведінкою та фінансовою успішністю, під якою ми розуміємо результативність угод купівлі-продажу цінних паперів. Методологічну основу дослідження становлять методи порівняльного аналізу середніх значень, кореляційний аналіз між досліджуваними змінними, Шкала самооцінки тривожності Спілберга, Шкала грошових уявлень та поведінки А. Фернема.*

Результати. *Отримані результати свідчать про наявність певних зв'язків у досліджуваних характеристиках, зокрема, виявлено позитивні кореляції між реактивною тривожністю та кількістю угод, тривожністю (особливо особистісної) з неадекватною поведінкою з грошима – імпульсивними витратами. Зв'язок між рівнем тривожності та фінансовим результатом не підтвердився на статистично значущому рівні*

Висновки. *Практична значущість дослідження полягає у можливості використання його результатів для подальшого розвитку психології фінансової поведінки, а також для розроблення програм підвищення фінансової грамотності та формування більш раціональних стратегій прийняття фінансових рішень в умовах невизначеності.*

Ключові слова: *тривожність, грошова поведінка, грошові уявлення, інвестування.*

Вступ

Психологічні чинники відіграють дедалі важливішу роль у процесі прийняття фінансових рішень, особливо в сучасних умовах нестабільності, економічної невизначеності та підвищених ризиків на світових фінансових ринках. Людина все частіше змушена ухвалювати рішення в ситуаціях, коли неможливо повністю передбачити наслідки, що підсилює емоційне напруження та впливає на фінансову поведінку. Одним із ключових психологічних факторів у цьому процесі є тривожність, яка проявляється як емоційна реакція на стресові події та невизначеність майбутнього (Коваленко, 2025). Тривожність включає не лише емоційні переживання, але й когнітивні компоненти (постійні сумніви, очікування негативних наслідків), фізіологічні реакції (напруження, прискорене серцебиття) та поведінкові прояви, такі як уникання ризику або, навпаки, імпульсивні фінансові дії. Водночас у психології грошей підкреслюється, що гроші не є лише інструментом економічного обміну. Для більшості людей вони мають символічне та емоційне значення, пов'язане з відчуттям безпеки, контролю, статусу або незалежності. Саме тому фінансові рішення часто ґрунтуються не тільки на раціональних розрахунках, а й на особистих установках, переконаннях та попередньому досвіді. У сфері інвестиційної діяльності взаємозв'язок між психологічними особливостями та фінансовою поведінкою проявляється особливо чітко: рівень тривожності, емоційні реакції та когнітивні упередження можуть впливати на схильність до ризику, вибір інвестиційних стратегій, частоту угод і, зрештою, на фінансові результати. Таким чином, розуміння психологічних аспектів інвестиційної поведінки є необхідною умовою для аналізу фінансових рішень у сучасному суспільстві (Довбик, & Мікунов, 2025).

Метою статті є визначення рівня тривожності, особливостей грошових уявлень та поведінки з грошима українців, що інвестують кошти у цінні папери на фондовому ринку Америки та виявлення зв'язків між рівнем тривожності та ефективністю інвестиційних рішень.

Ми висуваємо припущення про наявність зв'язку між рівнем тривожності та особливостями грошової поведінки, що виражається в кількості угод та фінансовому результаті. Згідно з припущенням, тривога може мати прямий зв'язок з кількістю угод та зворотний зв'язок із фінансовим результатом.

Огляд літератури. Тривожність – це стан підвищеної психоемоційної напруги, занепокоєння та очікування негативних подій. Вона проявляється у відчутті внутрішнього дискомфорту, нервозності, підвищеній настороженості та інколи фізіологічних реакціях, таких як прискорене серцебиття, пітливість або напруження м'язів (Коваленко, 2025). У психологічній науці тривожність розділяють на два основні компоненти, які допомагають краще зрозуміти її природу та вплив на поведінку:

- Особистісна тривожність -– це стабільна характеристика людини, яка відображає її загальну схильність до переживання тривожних станів у різних ситуаціях.

© Парінов Матвій, Довбик Жанна, 2026

ISSN 2518-1378 (Print), ISSN 2708-6038 (Online)

Люди з високим рівнем особистісної тривожності частіше відчувають занепокоєння навіть у звичайних або безпечних умовах, що може впливати на їхні рішення, способи реагування на стрес і загальну емоційну стійкість.

• Реактивна тривожність – це тимчасовий стан, який виникає у відповідь на конкретні ситуації або стресові стимули. Вона залежить від обставин і може коливатися протягом дня або в різних життєвих подіях. Наприклад, людину може охоплювати сильна тривога перед важливим іспитом, публічною промовою або ухваленням серйозного фінансового рішення.

Розмежування цих двох видів тривожності є важливим, оскільки вони по-різному впливають на поведінку. Особистісна тривожність відображає загальну вразливість людини до стресу та емоційних напружень, тоді як реактивна тривожність показує, наскільки конкретна ситуація здатна викликати тимчасові емоційні реакції. Це розрізнення особливо актуальне для досліджень у сфері фінансової поведінки, де як стабільні риси особистості, так і тимчасові емоційні стани можуть суттєво впливати на прийняття рішень.

Одним із найпопулярніших та надійних інструментів для оцінки тривожності є Шкала самооцінки тривожності Спілберга (STAI). Цей опитувальник дозволяє оцінювати як особистісну, так і реактивну тривожність окремо, що дає змогу визначити загальну схильність до тривожності та поточний рівень емоційного напруження. Методика широко застосовується в наукових дослідженнях та клінічній практиці, зокрема для вивчення психологічних чинників, що впливають на поведінкові реакції, ухвалення рішень і сприйняття ризику в різних сферах життя, включно з фінансами (Никоненко, 2018).

Психологія грошей – це міждисциплінарний напрямок, який вивчає, як психологічні процеси, зокрема емоції, переконання та установки, впливають на фінансову поведінку людини. Гроші для людини – це не лише економічний ресурс, а й символ соціального статусу, безпеки, контролю над життям або навіть джерело тривоги. Через це люди формують певні фінансові установки – стабільні переконання та уявлення про гроші, що визначають, як вони ставляться до накопичення, витрат, ризику, планування бюджету та інвестування. Такі установки часто проявляються у щоденних фінансових рішеннях. Наприклад, людина з високим рівнем економності може уважно планувати витрати, ретельно заощаджувати й уникати необдуманих покупок, тоді як людина з грошовою одержимістю може постійно думати про збільшення доходів, навіть за рахунок надмірної роботи або ризикових інвестицій. Для системного дослідження таких особливостей використовують спеціальні методики (Довбик, & Мікунов, 2025).

Одним із таких інструментів є методика Фернема "Шкала грошових уявлень та поведінки". Вона дозволяє оцінити чотири основні аспекти фінансових установок:

1. Грошова одержимість – схильність надмірно концентруватися на накопиченні грошей і матеріальних благах, часто вважаючи фінансовий успіх головним показником власної цінності.

2. Влада – віра в гроші як засіб впливу на інших людей або досягнення соціального статусу. Люди з високим показником цього аспекту часто пов'язують фінансовий успіх із контролем і авторитетом у суспільстві.

3. Економність – схильність до заощаджень і стриманих витрат, уміння планувати бюджет та обмежувати спонтанні витрати.

4. Неадекватна поведінка з грошима - імпульсивні витрати, слабкий контроль над фінансами, схильність до азартних або необдуманих покупок.

Використання цієї шкали дає змогу всебічно оцінити фінансові установки людини та проаналізувати їхній взаємозв'язок з особистісними рисами, емоційними станами, зокрема тривожністю, та іншими психологічними особливостями. Це дає змогу глибше зрозуміти, чому люди ухвалюють певні фінансові рішення і як психологічні фактори можуть впливати на ризиковані або консервативні фінансові стратегії (Довбик, & Мікунов, 2025).

Традиційна фінансова теорія передбачає, що інвестори діють повністю раціонально, керуючись лише максимізацією прибутку та мінімізацією ризику. Вона описує людину як логічного суб'єкта, який приймає рішення на основі об'єктивних розрахунків, без емоційних впливів. Проте сучасні дослідження в межах поведінкових фінансів показують, що реальні інвестори часто відхиляються від цієї "раціональної" моделі. Їхні рішення значною мірою визначаються психологічними чинниками, такими як емоції, когнітивні упередження та індивідуальні особистісні риси. До таких чинників належать страх втрат, надмірна впевненість у власних прогнозах, схильність слідувати за масовою поведінкою інших учасників ринку та інші психологічні механізми. Вони можуть призводити до того, що інвестори ухвалюють рішення, які не завжди відповідають логіці максимізації прибутку (Redawati, & Rizani, 2023).

Емоції відіграють особливо важливу роль у процесі прийняття фінансових рішень. Наприклад, страх і тривожність можуть посилювати негативну реакцію на коливання ринку, спонукаючи до продажу активів у момент падіння цін або, навпаки, до необдуманого ризику під час волатильності. Експериментальні дослідження та симуляції інвестування показують, що емоційні реакції часто призводять до імпульсивних дій, таких як часта купівля та продаж активів, уникнення ризику навіть у потенційно вигідних угодах або надмірна торгівля. У результаті це може негативно впливати на ефективність інвестицій і знижувати загальний фінансовий результат.

Фінансова тривожність – це особлива форма тривожності, яка пов'язана безпосередньо з фінансовим станом людини та ухваленням фінансових рішень. Вона виникає як реакція на невизначеність у доходах, ризики, пов'язані з інвестиціями, боргові зобов'язання або можливі фінансові втрати. Людина, що відчуває фінансову тривожність, часто перебуває у стані постійного переживання щодо власних грошей, планування бюджету або майбутніх фінансових рішень. Систематичні огляди наукової літератури свідчать, що фінансова тривожність може мати серйозні наслідки для управління фінансами, інвестиційної активності та здатності ухвалювати раціональні рішення. Дослідження показують, що високий рівень фінансової тривожності часто негативно впливає на якість ухвалення рішень: людина може уникати планування, ухилятися від складних фінансових виборів, надмірно переживати щодо ризиків або приймати імпульсивні рішення. Наприклад, інвестор із високим рівнем фінансової тривожності може продати акції під час короткострокового падіння ринку або взагалі відмовитися від інвестицій через страх втрат.

Водночас фінансова грамотність та знання про фінансові інструменти здатні пом'якшувати негативний вплив тривожності. Вона виступає своєрідним медіатором у відношенні між емоційними станами та поведінкою у сфері фінансів. Люди з вищим рівнем фінансової обізнаності краще розуміють ризики, усвідомлено планують свої доходи та витрати, а також більш впевнено ухвалюють інвестиційні рішення. Багато досліджень підтверджують, що фінансова грамотність пов'язана з нижчим

рівнем тривожності при прийнятті фінансових рішень і з кращими інвестиційними результатами. Таким чином, фінансова тривожність – це не лише емоційний стан, а й важливий психологічний фактор, що безпосередньо впливає на поведінку людини у сфері грошей. Високий рівень знань і уміння користуватися фінансовими інструментами допомагає знизити її негативний ефект, підвищити упевненість у своїх рішеннях та забезпечити більш ефективну фінансову діяльність (Gignac, Gerrans, & Andersen, 2023).

Індивідуальні характеристики людини, такі як вік, рівень освіти, попередній досвід інвестування та рівень тривожності, відіграють важливу роль у формуванні фінансової поведінки, зокрема схильності до ризику та структури інвестиційного портфеля. Наприклад, дослідження показують, що люди з підвищеною тривожністю частіше ухиляються від ризикових інвестицій, обираючи більш консервативні фінансові інструменти. Це, у свою чергу, може знижувати потенційну прибутковість портфеля, оскільки високоризикові активи часто пов'язані з вищим доходом у довгостроковій перспективі. Сучасні теоретичні підходи в психо-економічній літературі підкреслюють, що тривожність є одним із ключових факторів, що впливають на фінансову поведінку та ефективність інвестиційних рішень. Одночасно психологія грошей розглядає широкий спектр установок, переконань та емоційних аспектів, які формують ставлення людини до грошей та спосіб ухвалення фінансових рішень. Емоційні реакції, такі як страх і тривога, а також когнітивні упередження, здатні визначати поведінкові шаблони інвесторів, особливо в умовах нестабільного або волатильного ринку (Finet, Kristoforidis, & Laznicka, 2025). Водночас фінансова грамотність та знання про фінансові інструменти виступають важливими модераторами цього впливу. Високий рівень обізнаності дає змогу зменшити негативні наслідки тривожності, підвищити упевненість у власних рішеннях і забезпечити більш ефективне планування та управління фінансами. Ці теоретичні положення формують міцну основу для практичних методів дослідження. Саме вони дозволяють емпірично перевіряти взаємозв'язки між тривожністю, грошовими уявленнями та ефективністю інвестицій. У нашому дослідженні, проведеному серед українських інвесторів на американському фондовому ринку, ця база дала змогу системно аналізувати, як психологічні фактори впливають на фінансову поведінку, ухвалення ризикових рішень і загальні результати інвестицій (Gignac, Gerrans, & Andersen, 2023).

Методи

Для визначення рівня тривоги було обрано методику "шкали самооцінки тривожності Спілберга" (ШСТ Спілберга). Методика складається з двох шкал: шкала особистісної тривожності визначає рівень базової тривожності як рису особистості, яка формується у дитячому віці; шкала реактивної тривожності визначає рівень тривоги, який визначається за певним рівнем стресових ситуацій які її викликають і який не пов'язаний з особистісною тривожністю. Таким чином, особистісна тривога є рисою особистості, тоді як реактивна тривожність характеризується як стан. Оскільки валідизованої адаптації методики знайдено не було, ми здійснили переклад англомовної версії та перевірили внутрішню узгодженість за показниками α Кронбаха та ω Макдональда. Отже, за методикою "шкали самооцінки тривожності Спілберга" ми отримали α Кронбаха на рівні 0,84, що відповідає достатній внутрішній узгодженості пунктів психометричної шкали. Для додаткового аналізу було використано показник ω Макдональда, значення якого дорівнює 0,86, що вказує на високу внутрішню узгодженість шкали, що свідчить про надійне вимірювання досліджуваного явища.

З метою визначення особливостей ставлення та поведінки з грошима було використано модифікований варіант методики "Шкала грошових уявлень та поведінки" А. Фернема (Никоненко, 2018). Методика включає чотири шкали: шкала "Грошова одержимість" визначає, наскільки людина відчуває потребу в грошах. Високі показники за шкалою вказують на те, що думки та поведінка людини можуть бути зосереджені на постійному і неадекватному накопиченні грошей та пошуку додаткового заробітку; шкала "Влада" показує, на якому рівні респондент переконаний, що гроші є засобом впливу на людей та досягнення власних цілей. Наступна шкала "Економність" відображає, наскільки людина схильна до економії грошей на всьому, обмежувати себе в покупках та купувати товари довготривалого використання, сперечатися з приводу ціни. "Неадекватна поведінка" - остання шкала методики, яка показує, наскільки людина схильна до неконтрольованого витрачання грошей. Людина з високим рівнем неадекватної поведінки з грошима відчуває провину за неконтрольовану витрату коштів, коли купує щось для себе, але охоче витрачає їх на інших людей, часто купує непотрібні речі, погано контролює своє фінансове становище.

Для визначення ефективності інвестиційних рішень було взято розрахунок фінансових результатів за формулою P/L (дохід-збиток) за фактом продажу цінного паперу за кожну угоду та P/L у відсотках від портфеля. Дані для аналізу та обрахунку було отримано за 2024 р. Показник у відсотках дав можливість уникнути можливого викривлення фінансових результатів за рахунок різного об'єму угод з цінними паперами та розмірів інвестиційних портфелів.

Результати

Першим етапом проведення емпіричного дослідження стало складання опитувальника, який розміщувався в Google forms. Цей метод має ряд переваг, таких як доступність до опитування респондентів у різних куточках країни, швидкість поширення анкети, зрозумілість інтерфейсу та легкість у подальшій обробці отриманих даних. До того ж онлайн-форма забезпечувала анонімність, що підвищує шанси на збільшення загальної кількості респондентів та знижує ефект соціальної бажаності у відповідях.

Другим етапом можна виокремити аналіз отриманих даних, та, зокрема, описових статистик. Спершу було проведено аналіз вибірки за певними завчасно визначеними описовими критеріями. Вибірка нашого дослідження ставила 59 осіб: за статтю – 7 жінок (11,86 %) та 52 чоловіків (88,14 %). Також було зібрано дані стосовно освіти у сфері інвестування, таким чином було з'ясовано, що 31 людина не проходила навчальні курси (52,54 %), 27 осіб проходили навчальні курси (45,76 %) та одна людина проходила курси безпосередньо на момент опитування (1,69 %).

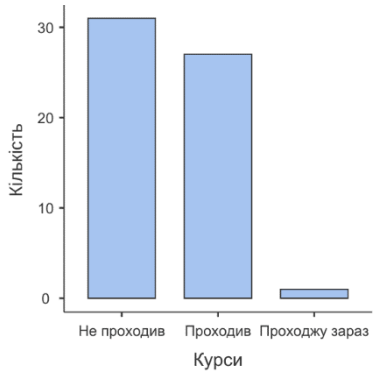


Рис. 1. Описові статистики проходження навчальних курсів

Із цих даних у контексті навчання інвестуванню в цінні папери можна зробити припущення, що доцільність у навчанні вбачають приблизно половина українських інвесторів. Це може бути викликано або високою вартістю самих навчальних програм, або низькою якістю цих програм для половини інвесторів з нашої вибірки.

Ще один критерій, який брався до оцінки вибірки дослідження, це об'єм інвестиційного портфеля.

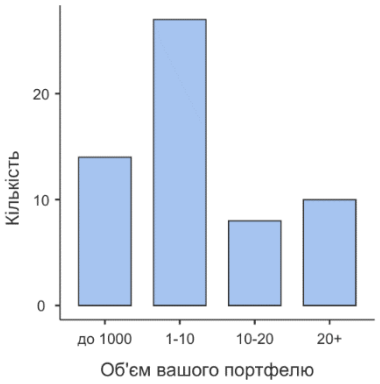


Рис. 2. Описові статистики об'єму інвестиційного портфелю

За цією категорією вибірку було розділено на групи: до 1 тис. доларів (14 осіб, 23,7 %), від 1 до 10 тис. доларів (27 осіб, 45,7 %), від 10 до 20 тис. доларів (8 осіб, 13,5 %) та понад 20 тис. доларів (10 осіб, 15,5 %).

З метою визначення особливостей вибірки українських інвесторів також було проаналізовано дані описових статистик за обраними методиками дослідження, а саме методики "Шкала самооцінки тривожності Спілберга" та "Шкали грошових уявлень та поведінки" А. Фернема, які представлено в табл. 1.

Відповідно до методики "Шкала самооцінки тривоги" Спілберга мінімально можливі бали за шкалою реактивної тривоги (РТ) становлять 5 балів, максимальні – 115. За шкалою особистісної тривоги (ОТ) мінімально можливі –20, максимальні – 80. Аналізуючи середні показники за шкалою РТ у відсотковому співвідношенні, бачимо, що тривога безпосередньо під час проходження опитування була на низькому рівні (24,7 %). З іншого боку, узагальнений середній рівень особистісної, загальної тривоги мав середній показник за шкалою ОТ (49,63 %).

Друга методика описової статистики, що підлягає аналізу, – "Шкала грошових уявлень та поведінки" А. Фернема. У стовпці "ГО" відображено результати за субшкалою "Грошова одержимість", "В" – "Влада", "Е" – "Економність", "НП" – "Неадекватна поведінка". За шкалами "ГО", "В", "Е" за усередненими даними вибірка має середні результати відповідно до мінімальних та максимальних балів шкал (44,1 %, 42 % та 45,8 % відповідно). За шкалою "НП" вибірка має низькі-середні бали, тобто наближений до низького рівень неадекватної поведінки з грошима (35,8 %). Таким чином, середні значення вибірки показують адекватність грошових уявлень та поведінки з грошима.

Також було здійснено аналіз даних, які вказують на рівень вираженості та кількість респондентів з низьким, середнім та високим рівнем за кожною зі шкал методики "Шкала грошових уявлень та поведінки" А. Фернема. Дані відображено в табл. 2.

Таблиця 1

Описові статистики за методиками "Шкала самооцінки тривоги" Спілберга та "Шкала грошових уявлень та поведінки" А. Фернема

Описові статистики	РТ	ОТ	ГО	В	Е	НП
Середнє	28,5	39,7	33,1	16,8	27,5	21,5
Стандартне відхилення	11,2	8,41	6,25	3,68	7,43	3,76
Мінімум	5	24	24	10	16	12
Максимум	60	68	53	30	48	29

Таблиця 2

Рівень вираженості грошових уявлень та поведінки

Типи грошових переконань та поведінки	Рівень вираженості		
	Високий	Середній	Низький
Грошова одержимість	3,4 %	15,3 %	81,4 %
Економність	8,5 %	6,8 %	84,7 %
Неадекватна поведінка з грошима	0 %	25,4 %	74,6 %
Влада	5,1 %	33,9 %	61,0 %

Аналізуючи дані табл. 2, можна сказати, що українські інвестори, з яких було сформовано нашу вибірку, мають переважно низький рівень неадекватної поведінки та уявлень щодо грошей. Це своєю чергою говорить про те, що люди, які інвестують кошти, більш адекватно поводяться з грошима. Отримані результати узгоджуються з даними, представленими в науковій статті "Психологічні особливості ставлення до грошей дорослої особистості". У ній зазначається, що люди, які більш раціонально ставляться до грошей, зазвичай краще контролюють свої фінансові рішення та рідше поводяться імпульсивно. Такі особи частіше орієнтуються на стабільність і намагаються уникати

необдуманих ризиків, особливо в умовах економічної нестабільності. Подібна тенденція спостерігається і в нашому дослідженні: більшість опитаних інвесторів мають низький рівень неадекватної грошової поведінки. Це свідчить про те, що вони загалом відповідально ставляться до грошей та приймають більш зважені фінансові рішення. Отже, інвестування можна розглядати не лише як спосіб отримання прибутку, а й як показник сформованої фінансової свідомості та вміння контролювати власну поведінку з грошима.

Варто звернути увагу на дані, що виділяються поміж інших. Наприклад, за шкалою "Влада" маємо найбільш рівномірний розподіл між показниками у вибірці. Найбільша кількість респондентів показали середній рівень вираженості цього показника серед інших, тобто третина вибірки вбачає додаткову можливість реалізації влади саме за допомогою грошей, і 5 % респондентів вважають, що це є одним з основних методів управління та впливу на людей.

Не менш цікаві результати отримані за шкалою "Економність". Так, найбільша кількість респондентів отримали високі результати саме за згаданою шкалою. Це може бути ознакою того, що люди, які інвестують кошти, можуть бути схильні до економності, ніж до неадекватної поведінки з грошима, використання їх як важелю впливу або бути одержимими грошима. При цьому найбільші середні значення за шкалою спостерігаються в осіб з об'ємом портфеля 1–10 тис. доларів (29 балів). І навпаки, досліджувані з більшим об'ємом коштів показують найнижчі середні результати (25 балів при об'ємі 10–20 тис. доларів).

Наступні дані описових статистик, які є достатньо важливими, це як у середньому змінюється прибуток за формулою P/L у грошовому відображенні та у відсотках від портфеля залежно від проходження курсів. Дані описових статистик відображено в табл. 3.

Таблиця 3

Описові статистики результатів P/L

	Курси	Результат P/L	Результат P/L у % від портфеля
Середнє	Не проходив	400	24,3
	Проходив	767	5,42

Аналізуючи отримані дані в таблиці, можна зробити висновок, що середні значення у грошовому вимірі більші в досліджуваних, які проходили навчальні курси, однак у відсотковому співвідношенні від об'єму портфеля результати нижчі. Причому по мірі збільшення об'єму портфеля, результат у відсотках від портфеля зменшується. Це може свідчити про те, що люди з більшою кількістю інвестованих коштів менш схильні до ризику та більш зосереджені на гарантованому прибутку, бо у грошовому вимірі це все ж більше, ніж з меншим об'ємом інвестованих коштів.

Наступним важливим кроком став пошук зв'язків між оцінюваними феноменами та показниками. Першочергово потрібно визначити спосіб пошуку, для цього було зроблено оцінку на нормальність розподілу вибірки за допомогою коефіцієнта Шапіро–Вілка, який показав відсутність нормального розподілу ($p < 0,05$), тому було прийнято рішення проводити пошук зв'язків за допомогою коефіцієнта кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу наявності позитивної кореляції представлено в табл. 4.

Таблиця 4

Позитивна кореляція між показниками шкали грошових уявлень і поведінки та шкали самооцінки тривожності

		Кількість закритих угод	РТ	ОТ	ГО	В	Е
РТ	Спірмен ρ(rho)	0,229*	—				
	df (ступенів свободи)	57	—				
	p-значення	0,040	—				
В	Спірмен ρ(rho)	-0,014	-0,139	-0,209	0,375**	—	
	df (ступенів свободи)	57	57	57	57	—	
	p-значення	0,543	0,853	0,944	0,002	—	
Е	Спірмен ρ(rho)	-0,200	-0,182	-0,442	0,557***	0,507***	—
	df (ступенів свободи)	57	57	57	57	57	—
	p-значення	0,936	0,916	1,000	<,001	<,001	—
НП	Спірмен ρ(rho)	-0,150	0,289*	0,355**	-0,021	0,227*	-0,030
	df (ступенів свободи)	57	57	57	57	57	57
	p-значення	0,871	0,013	0,003	0,562	0,042	0,588

Примітка: * – слабкий позитивний зв'язок, ** – середній, *** – сильний позитивний кореляційний зв'язок.

Перший слабкий позитивний зв'язок спостерігається між кількістю здійснених угод і реактивною тривожністю. Це може говорити про те, що люди можуть більш імпульсивно приймати рішення щодо купівлі чи продажу цінних паперів під впливом ситуаційних стресорів, які підвищують рівень ситуаційної тривожності.

Наступний слабкий зв'язок спостерігається між результатами за шкалою неадекватна поведінка та рівнем реактивної тривожності, що може свідчити про схильність людини діяти імпульсивно в контексті поведінки з грошима. Це також підтверджується середнім рівнем позитивного зв'язку між неадекватною поведінкою та особистісною тривожністю. Тобто за результатами аналізу можна стверджувати, що українські інвестори з вищим рівнем тривожності як риси особистості будуть більш схильні до необдуманих покупок, самозвинувачення себе за імпульсивні фінансові рішення та слабкого контролю фінансів.

Інший слабкий позитивний зв'язок знайдено між показниками "Неадекватна поведінка" та "Влада", це говорить про те, що особи з вибірки інвесторів, яким притаманні імпульсивні фінансові рішення, також можуть використовувати гроші для маніпуляцій, тиску та впливу на людей. Загалом такий спосіб використання грошей можна розглядати як прояв низького рівня соціальної відповідальності, що також говорить про неадекватну поведінку в контексті соціальної поведінки.

Середній рівень кореляції вбачається між значеннями шкал "Влада" та "Грошова одержимість". Інтерпретуючи ці дані, можна сказати, що люди, які активно шукають додаткові способи отримання доходу і постійно

заклопотані своїм фінансовим становищем, використовують гроші, зокрема, як вплив на інших людей.

Нарешті сильні позитивні зв'язки ми бачимо між шкалою "Економність", "Грошова одержимість" і "Влада". Загалом можна сказати, що зв'язок між економністю та грошовою одержимістю є доволі передбачуваними, бо люди, схильні до постійного пошуку додаткового доходу, імовірно, будуть схильні економити наявні кошти. Більш цікавим з нашого погляду є зв'язок між економністю та владою. З одного боку, економні люди схильні до зберігання коштів, однак, якщо людина вбачає в грошах спосіб впливу на інших людей для досягнення своїх цілей, вона не схильна економити на цьому, а отже, пріоритетом у розподілі фінансів є маніпулятивний характер грошових витрат.

Наступним кроком є визначення негативного кореляційного зв'язку. Результати визначення його представлено в табл. 5.

Перший слабкий негативний кореляційний зв'язок ми бачимо між результатами шкали "Грошова одержимість" та кількістю закритих угод. Це може говорити про те, що досліджувані з більшим рівнем грошової одержимості, схильності до накопичення та загостреною потребою у грошах рідше здійснює продаж цінних паперів, таким чином продовжуючи утримувати капітал у власності. Однак варто звернути увагу, що цей зв'язок все ж слабкий.

Таблиця 5

Негативна кореляція між показниками шкали грошових уявлень та поведінки та шкали самооцінки тривоги

		Кількість угод	ОТ
ГО	Спірмен ρ(rho)	-0,218*	-0,276*
	df (ступенів свободи)	57	57
	p-значення	0,049	0,017
Е	Спірмен ρ(rho)	-0,200	-0,442***
	df (ступенів свободи)	57	57
	p-значення	0,064	<.001

Наступний слабкий негативний зв'язок визначено між "Грошовою одержимістю" та рівнем особистісної тривоги. Це показує, що більш тривожні люди не зосереджені на накопиченні та примноженні доходів. Про це також говорить наступний сильний негативний кореляційний зв'язок, а саме негативний зв'язок між економністю та особистісною тривогою. Ці результати власне говорять про той факт, що чим вищий рівень тривоги, тим менш людина економна. Особливо цікавим цей результат виглядає при зіставленні його з результатами позитивної кореляції. Якщо тривожні люди зовсім не схильні до економії, як показує негативна кореляція, то натомість вони більш схильні до активного примноження капіталу саме за допомогою пошуку додаткових джерел доходу.

Незважаючи на те, що гіпотеза щодо зв'язку між тривожністю та ефективністю інвестиційних рішень не підтвердилась на достатньому рівні, варто також розглянути діаграму розсіювання, зображену на рис. 3.

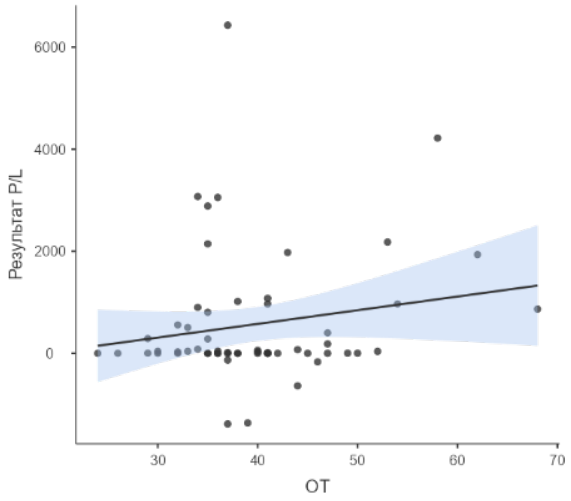


Рис. 3. Діаграма розсіювання

Отже, аналізуючи діаграму, можна побачити певну тенденцію. По-перше, приблизно на рівні 30 балів за шкалою особистісної тривожності ми бачимо, як виокремлюється частина вибірки, у якої зростають результати по мірі зростання рівня тривоги. Ця тенденція спостерігається приблизно до рівня 38 балів, на який припадають і найбільші фінансові результати за формулою P/L. Більшої ваги ці дані набирають, якщо прибрати частину вибірки з нульовим фінансовим результатом, тоді лінія регресу буде більш похилою і вказувати на сильнішу тенденцію.

Дискусія і висновки

Метою проведеного дослідження було визначення рівня тривожності, особливостей грошових уявлень та поведінки з грошима серед українців, які інвестують на американському фондовому ринку, а також виявлення можливих зв'язків між тривожністю та ефективністю інвестиційних рішень.

Отримані результати частково підтверджують висунуту гіпотезу про наявність зв'язку між тривожністю та грошовою поведінкою. Зокрема, виявлено позитивні кореляції між реактивною тривожністю та кількістю угод (слабкий зв'язок), що може вказувати на імпульсивність рішень під впливом ситуаційного стресу. Також встановлено зв'язок тривожності (особливо особистісної) з неадекватною поведінкою з грошима – імпульсивними витратами, слабким контролем фінансів та самозвинуваченням за необдумані дії. Це узгоджується з численними дослідженнями в поведінкових фінансах, де тривожність асоціюється з уникненням ризику, консервативними рішеннями або, навпаки, імпульсивними діями в стресових умовах.

Водночас прямий зв'язок між рівнем тривожності та фінансовим результатом (P/L у відсотках від портфеля) не підтвердився на статистично значущому рівні для всієї вибірки. Однак діаграма розсіювання демонструє цікаву тенденцію: у певному діапазоні особистісної тривожності (приблизно 30–38 балів за шкалою ОТ) спостерігається зростання фінансових результатів разом із підвищенням тривоги. Це може свідчити про те, що помірний рівень тривожності (не надто низький і не надто високий) іноді виступає мотиватором до більш активного та уважного моніторингу ринку, що в окремих випадках сприяє кращим рішенням. Подібні нелінійні ефекти описуються в літературі: надмірна тривога призводить до уникнення ризику або панічних продажів, тоді як помірна – до підвищеної пильності та уникнення надмірної самовпевненості.

Виявлений позитивний зв'язок між реактивною тривожністю та кількістю угод частково підтверджує результати досліджень Дж. С. Лернер та Д. Келтнер (Lerner, & Keltner, 2001), які показали, що тривога змінює оцінку ризику та

може стимулювати більш активну поведінку в умовах невизначеності. Аналогічно А. В. Ло, Д. СВ. Репін та Б. Н. Стінбаргер (Lo, Repin, & Steenbarger, 2005) встановили, що підвищене емоційне збудження трейдерів асоціюється зі змінами торгової активності та схильністю до частішого прийняття рішень під впливом ринкових коливань.

Українські інвестори у вибірці демонструють переважно адекватні грошові установки: низький-середній рівень неадекватної поведінки, середні показники за шкалами "Грошова одержимість", "Влада" та високу вираженість "Економності" (особливо в групі з портфелями 1–10 тис. дол.). Це узгоджується з іншими дослідженнями, які показують, що люди, схильні до інвестування, частіше мають раціональне ставлення до грошей, кращий самоконтроль і меншу імпульсивність порівняно із загальною популяцією. Проходження навчальних курсів пов'язане з вищими абсолютними прибутками (у доларах), але нижчими відсотковими результатами від портфеля. Це може пояснюватися тим, що освіченіші інвестори частіше обирають консервативніші стратегії та менш ризиковані активи, що знижує волатильність, але й потенційну дохідність у відсотках.

Переважно адекватні грошові установки українських інвесторів, виявлені у вибірці, також співвідносяться з результатами досліджень (Furnham, 2014), які показали, що особи, залучені до інвестиційної діяльності, зазвичай характеризуються вищим рівнем фінансового самоконтролю, планування та економності порівняно із загальною популяцією. Водночас висока вираженість економності у власників невеликих портфелів може відображати специфіку українського соціально-економічного контексту, де досвід фінансової нестабільності та війни підсилює орієнтацію на збереження ресурсів.

Загалом психологічні чинники, зокрема тривожність як риса особистості та реактивний стан, справді мають зв'язок з окремими проявами поведінки з грошима українських інвесторів на американському ринку. Хоча прямий негативний вплив тривожності на ефективність не домінує в цій вибірці, помірна тривога може виконувати адаптивну функцію, сприяючи дисципліні та уникненню надмірного ризику. Водночас висока тривожність асоціюється з імпульсивністю та слабшим контролем, що потенційно погіршує результати в довгостроковій перспективі. Отримані дані підкреслюють важливість психологічної складової в інвестиційній діяльності та необхідність розвитку фінансової грамотності та емоційної регуляції як інструментів пом'якшення негативного впливу тривожності. Подальші дослідження на більших вибірках, з урахуванням нелінійних ефектів та лонгітюдним дизайном, дозволять глибше зрозуміти ці взаємозв'язки та розробити рекомендації для інвесторів.

Варто також враховувати специфіку української вибірки. Більшість респондентів здійснюють інвестування в умовах повномасштабної війни, економічної нестабільності та постійного інформаційного навантаження. Такі умови можуть істотно підвищувати рівень тривожності незалежно від інвестиційної діяльності та впливати на фінансові рішення через механізми невизначеності, дефіциту контролю, сприйняття ризику та загального виснаження. Через це психологічні особливості українських інвесторів можуть суттєво відрізнятися від результатів досліджень, проведених у країнах зі стабільнішим соціально-економічним середовищем, що підкреслює важливість розвитку саме вітчизняних емпіричних досліджень у галузі психології інвестування.

До обмежень проведеного дослідження слід віднести відносно невеликий обсяг вибірки, використання самооцінкових психодіагностичних методик та крос-секційний дизайн, який не дозволяє робити висновки про причинно-наслідкові зв'язки. Крім того, показники інвестиційної ефективності оцінювалися в конкретний часовий період, що міг бути зумовлений загальною ринковою кон'юнктурою. Додатково до цього варто врахувати особливості підрахунку інвестиційних результатів, адже фактичний прибуток внаслідок продажу може мати в собі різні мотиви інвестора, включаючи зменшення податкового навантаження або зміну інвестиційної стратегії. У майбутніх дослідженнях доцільно використовувати лонгітюдний дизайн, більші вибірки, а також враховувати такі змінні, як досвід інвестування, фінансова самоефективність, толерантність до невизначеності, рівень фінансової грамотності, схильність до ризику та когнітивні викривлення.

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу temofey1488@gmail.com

Внесок авторів: Жанна Довбик – методологія, аналіз джерел, підготовка теоретичних засад дослідження; Матвій Парінов – концептуалізація, формальний аналіз, емпіричне дослідження.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Довбик, Ж., & Мікунов, А. (2025). Психологічні особливості ставлення дорослої людини до грошей. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*, 1, 27–36. https://doi.org/10.17721/bpsy.2025.1(21).4

Клименко, Н. (2023). Грошові переконання та поведінка жінок щодо грошей та їх зв'язок із соціально-демографічними, соціально-економічними та організаційно-професійними факторами. *Організаційна психологія. Економічна психологія*, 1(28), 106–115. https://doi.org/10.31108/2.2023.1.28.11

Коваленко, І. (2025). Фінансова тривожність як дослідницький аспект економічної психології. *Імідж сучасного педагога*, 5(224), 98–102. https://doi.org/10.33272/2522-9729-2025-5(224)-98-102

Никоненко, О. В. (2018). *Психологічні особливості монетарної соціалізації студентської молоді* [Неопублікована кандидатська дисертація]. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. https://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis._nikonenko-compressed_1547587214.pdf

Сімків, М. (2012). Модифікований варіант методики А. Фернема "Шкала грошових уявлень та поведінки" (ШГУП). *Освіта регіону*, 2. https://social-science.uu.edu.ua/article/829

Finet, A., Kristoforidis, K., & Laznicka, J. (2025). Investor emotions and cognitive biases in a bearish market simulation: A qualitative study. *Journal of Risk and Financial Management*, 18(9), Article 493. https://doi.org/10.3390/jrfm18090493

Furnham, A. (2014). *The new psychology of money*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203506011

Gignac, G. E., Gerrans, P., & Andersen, C. B. (2023). Financial literacy mediates the effect between verbal intelligence and financial anxiety. *Personality and Individual Differences*, 203, Article 112025. https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.112025

Lerner, J. S., & Keltner, D. (2001). Fear, anger, and risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(1), 146–159. https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.1.146

Lo, A. W., Repin, D. V., & Steenbarger, B. N. (2005). Fear and greed in financial markets: A clinical study of day-traders. *American Economic Review*, 95(2), 352–359. https://doi.org/10.1257/000282805774670095

Redawati, R., & Rizani, F. (2023). Behavioral finance in investment: A systematic review. *International Journal of Innovative Research in Multidisciplinary Education*, 2(10). https://doi.org/10.58806/ijirme.2023.v2i10n07

Refferences

Dovbyk, Zh., & Mikunov, A. (2025). Psykholohichni osoblyvosti stavlennia dorosloi liudyny do hroshei [Psychological features of an adult's attitude towards money]. *Visnyk Kyivskoho Natsionalnoho Universytetu Imeni Tarasa Shevchenka. Psykholohiia*, 1, 27–36 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.17721/bpsy.2025.1(21).4

Finet, A., Kristoforidis, K., & Laznicka, J. (2025). Investor emotions and cognitive biases in a bearish market simulation: A qualitative study. *Journal*

of Risk and Financial Management, *18*(9), Article 493. https://doi.org/10.3390/jrfm18090493

Furnham, A. (2014). *The new psychology of money*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203506011

Gignac, G. E., Gerrans, P., & Andersen, C. B. (2023). Financial literacy mediates the effect between verbal intelligence and financial anxiety. *Personality and Individual Differences*, 203, Article 112025. https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.112025

Klymenko, N. (2023). Hroshovi perekonannia ta povedinka zhinok shchodo hroshei ta ikh zviazok iz sotsialno-demohrafichnymy, sotsialno-ekonomichnymy ta orhanizatsiino-profesiinymy faktoramy [Women's money beliefs and behavior and their relationship with socio-demographic, socio-economic and organizational-professional factors]. *Orhanizatsiina Psykholohiia. Ekonomichna Psykholohiia*, 1(28), 106–115 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.31108/2.2023.1.28.11

Kovalenko, I. (2025). Finansova tryvožnist' yak doslidnytskyi aspekt ekonomichnoi psykholohii [Financial anxiety as a research aspect of economic psychology]. *Imidzh Suchasnoho Pedahoho*, 5(224), 98–102 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.33272/2522-9729-2025-5(224)-98-102

Lerner, J. S., & Keltner, D. (2001). Fear, anger, and risk. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(1), 146–159. https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.1.146

Lo, A. W., Repin, D. V., & Steenbarger, B. N. (2005). Fear and greed in financial markets: A clinical study of day-traders. *American Economic Review*, 95(2), 352–359. https://doi.org/10.1257/000282805774670095

Nikonenko, O. V. (2018). *Psykholohichni osoblyvosti monetarnoi sotsializatsii studentskoi molodi* [Psychological features of monetary socialization of student youth] [Unpublished doctoral dissertation]. Kostiuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine [in Ukrainian]. https://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis._nikonenko-compressed_1547587214.pdf

Redawati, R., & Rizani, F. (2023). Behavioral finance in investment: A systematic review. *International Journal of Innovative Research in Multidisciplinary Education*, 2(10). https://doi.org/10.58806/ijirme.2023.v2i10n07

Simkiv, M. (2012). Modyfikovanyi variant metodyky A. Fernema "Shkala hroshovykh uiavlen ta povedinky" (ShHUP) [A modified version of A. Furnham's Money Beliefs and Behavior Scale (MBBS)]. *Osvita Rehionu* [in Ukrainian]. https://social-science.uu.edu.ua/article/829

Отримано редакцією журналу / Received: 12.04.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Matviy PARINOV, psychological support service clerk
ORCID ID: 0009-0005-4301-2137
e-mail: temofey1488@gmail.com
National Guard of Ukraine, military unit 3078, Kyiv, Ukraine

Zhanna DOVBIK, Assist.
ORCID ID: 0009-0001-0106-567X
e-mail: j13annna@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

RESEARCH ON THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF ANXIETY AND THE EFFICIENCY OF INVESTMENTS OF UKRAINIAN INVESTORS

B a c k g r o u n d . ***The article is devoted to the study of personal factors that are related to ideas and behavior with money in the conditions of modern socio-political transformations. The relevance of the study is due to the lack of relevant studies in Ukraine of money ideas and behavior of Ukrainians who invest money in securities and the connection of certain personal characteristics with financial behavior and ideas. The study of the connection of individual personal characteristics with financial behavior can contribute to understanding the peculiarities of behavior and attitude towards money during war, increasing financial competence, in particular, control of one's financial behavior, which is especially relevant in conditions of national upheavals, such as economic crises and wars. The purpose of the article is to study the relationship of financial behavior and financial success with certain personal characteristics of an individual.***

M e t h o d s . ***The main attention is paid to the study of the level of anxiety and money ideas and behavior of Ukrainians during war. The article determines the average statistical values of investment training courses, the amount of invested capital, anxiety and money ideas and behavior, searches for connections between the level of anxiety, money ideas and behavior and financial success, by which we understand the effectiveness of securities purchase and sale transactions. The methodological basis of the study is the methods of comparative analysis of average values, correlation analysis between the variables under study, Spielberg's "State-Trait Anxiety Inventory", and A. Fernem's "Money Beliefs and Behaviour Scale".***

R e s u l t s . ***The results obtained indicate the presence of certain connections in the characteristics under study, in particular, positive correlations were found between state anxiety and the number of transactions, anxiety (especially trait anxiety) with inadequate behavior with money – impulsive spending. The connection between the level of anxiety and financial results was not confirmed at a statistically significant level***

C o n c l u s i o n s . ***The practical significance of the study lies in the possibility of using its results for the further development of the psychology of financial behavior, as well as for the development of programs to increase financial literacy and the formation of more rational strategies for making financial decisions under conditions of uncertainty.***

K e y w o r d s ***: anxiety, monetary behavior, monetary ideas, investing.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори не використовували інструменти штучного інтелекту.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors did not use artificial intelligence tools.

Етична декларація. Дослідження схвалено Етичною комісією ГО "Українська асоціація психології освіти та розвитку" (протокол № 1 від 30.04.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement The study was approved by the Ethics Committee of the Public Organization "Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology" (Protocol No. 1 dated April 30, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.9.072:615.851-057.8
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).16

Анна РАЩЕНКО, магістр, асп.
ORCID ID: 0009-0004-9369-0561
e-mail: psy.rashchenko@gmail.com
Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, Київ, Україна

ШКАЛИ "ДОВІРА ДО СЕБЕ" ТА "ДОВІРА ДО ГРУПИ": ПІЛОТНА АПРОБАЦІЯ СКЛАДОВИХ МЕТОДИКИ ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ДОВІРИ КЛІЄНТІВ ДО ГРУПОВОЇ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ

Вступ. ***В умовах тривалої військової агресії та комплексних соціокультурних криз в Україні гостро постає потреба в оптимізації доказових форм психологічної допомоги, зокрема групової психотерапії. Результативність групового процесу залежить від феномену довіри, проте в українському науковому просторі фіксується гострий дефіцит валідного інструментарію для вимірювання її специфічних векторів у психотерапевтичному контексті.***

Метою статті є теоретичне обґрунтування та емпірична пілотна апробація перших двох шкал авторської чотиривимірної методики визначення рівня довіри клієнтів до психотерапії: "Довіра до себе" та "Довіра до групи".

Методи. ***Сконструйовані дві авторські шкали: "Довіра до себе" та "Довіра до групи". Для перевірки конструктної валідності окремих тверджень використано стандартизовану "Методику довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе" А. Купрейченко (в адаптації О. Савченко, В. Петренко). Математико-статистична обробка здійснювалася в середовищі Jamovi 2.6.26 із застосуванням конфірматорного факторного аналізу (КФА), критеріїв альфа Кронбаха (α), дельта Фергюсона та ін.***

Результати. ***Дослідження проведено за участю 63 респондентів із досвідом групової взаємодії та психотерапії. КФА підтвердив структурну валідність шкали "Довіра до себе" (CFI = 0,975; TLI = 0,969; RMSEA = 0,032; загальна α = 0,806) та "Довіра до групи" (CFI = 0,939; TLI = 0,924; RMSEA = 0,068; загальна α = 0,832). Шкала "Довіра до себе" (14 тверджень) має трифакторну структуру, поєднуючи субшкали: "Орієнтація на себе", "Довіра власним відчуттям" та "Впевненість". Шкала "Довіра до групи" (12 тверджень) характеризується двофакторною структурою, що інтегрує субшкали: "Очікування від групової роботи" (проєктивні страхи) та "Готовність до взаємодії в групі".***

Висновки. ***Розроблений психодіагностичний інструментарій має достатні психометричні властивості, демонструє високу внутрішню узгодженість субшкал та дискримінативність тверджень. Практична цінність шкал полягає у можливості здійснення прескринінгу клієнтів перед залученням їх у груповий формат, прогнозування ризиків передчасного переривання психотерапії та гнучкого коригування терапевтичної стратегії для побудови надійного альянсу між психотерапевтом та клієнтом.***

Ключові слова: ***довіра, довіра до себе, довіра до групи, психотерапевтична група, групова психотерапія, терапевтичний альянс.***

Вступ

В умовах сучасних безпрецедентних соціальних, економічних та безпекових криз, що розгортаються на тлі тривалого воєнного конфлікту та постпандемічних наслідків, українське суспільство стикається з критичним рівнем психологічної травматизації (Ментальне здоров'я українців … війни, 2024). Зазначені обставини призводять до експоненційного зростання попиту на ефективні та доказові форми психологічної допомоги (Group therapy … successfully, 2023). Однією з найбільш оптимальних модальностей, що здатна відповісти на цей виклик, є групова психотерапія. Сучасні метааналітичні дослідження переконливо доводять, що групова психотерапія є еквівалентною індивідуальній терапії за своєю ефективністю при лікуванні широкого спектра нозологій, включаючи тривожні розлади, депресію, розлади харчової поведінки, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та наслідки складного горя (Marmarosh et al., 2022), (Rosendahl et al., 2021).

Окрім клінічної ефективності у редукції симптомів, груповий формат пропонує терапевтичні переваги (positive outcomes): він формує у клієнтів відчуття належності, зменшує соціальну ізоляцію, стимулює альтруїзм та надає простір для пошуку екзистенційних смислів, що є критично важливим в умовах масової травми та руйнування звичного соціального капіталу (Alexander, 2004; Marmarosh et al., 2022). Проте ефективність групового процесу фундаментально залежить від здатності клієнтів формувати терапевтичний альянс не лише з терапевтом, але й з іншими учасниками групи, а також від їхньої здатності спиратися на власні внутрішні ресурси (Yalom, & Leszcz, 2020). Ключовим інтегральним концептом, що лежить в основі цих процесів, виступає феномен довіри (Hett, 2024).

У межах нашого дослідження довіра концептуалізується як складний, багатовимірний і динамічний феномен. Довіра – "це той додатковий внутрішній стимул, що посилює поведінкову інтенцію, дозволяє долати невизначеність, спричинену браком інформації, або обирати альтернативу у ситуації множинного вибору" (Савченко та ін., 2022, с. 17).

Незважаючи на визнання центральної ролі довіри у формуванні соціальних стосунків, в українському науковому просторі спостерігається гострий дефіцит валідного психодіагностичного інструментарію, здатного вимірювати специфічні вектори довіри саме в контексті групової психотерапії. Існуючі шкали здебільшого вимірюють генералізовану довіру (довіру до світу, себе та інших) (Савченко та ін., 2022), інституційну довіру (прихильність до організації, до закладу освіти (Савченко, & Проніна, 2025), залишаючи поза увагою унікальну феноменологію клієнтського досвіду в психотерапії.

Для подолання цього методичного розриву нами було розпочато розробку нової авторської методики, концептуальна рамка якої включає чотири взаємопов'язані шкали: довіру до себе, до психотерапевтичної групи, до методу психотерапії та психотерапевта. У цій статті ми зосередимося на розробці та перевірці психометричних властивостей двох шкал "Довіра до себе" та "Довіра до групи".

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування та емпірична апробація перших двох шкал авторської

© Ращенко Анна, 2026

чотиривимірної методики визначення рівня довіри клієнтів до психотерапії: "Довіра до себе" та "Довіра до групи".

Методи

Продемонстровані основні етапи розробки авторських шкал "Довіра до себе", "Довіра до групи". Для перевірки конструктної валідності окремих тверджень методики було використано стандартизовану українськомовну "Методику довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе" (Н. Купрейченко, в українській адаптації О. Савченко, В. Петренка). Для доведення структурної валідності розроблених шкал та перевірки їхньої внутрішньої структури було застосовано конфірматорний факторний аналіз (КФА). Оцінка адекватності моделей здійснювалася на основі стандартних індексів прилягання: Хі-квадрат, CFI (порівняльний індекс відповідності Бентлера), TLI (індекс Такера–Льюїса), RMSEA (середньоквадратична помилка апроксимації) із зазначенням нижньої та верхньої межі довірчого інтервалу. Оцінка надійності-узгодженості шкал здійснювалася шляхом розрахунку коефіцієнтів альфа Кронбаха (α). Додатково аналізувалися показники дискримінативності окремих тверджень за показником дельта Фергюсона, а також коефіцієнти кореляції пункту із залишком шкали (Item-Total Correlation). Перевірка емпіричного розподілу даних на нормальність здійснювалася за допомогою критерію Шапіро–Вілка (W). Статистична обробка даних проводилася з використанням спеціалізованого пакету Jamovi 2.6.26.

Результати

За визначенням провідної дослідниці феномену довіри Гов'єр (Govier, 1993), довіра до себе є необхідною умовою особистісної автономії та самоповаги. Вона передбачає позитивне оцінювання індивідом власних мотивацій і компетентностей, готовність покладатися на свої судження та здатність конструктивно приймати власну вразливість. Т. Гов'єр підкреслює, що процедурна автономія неможлива без довіри до власної пам'яті, суджень і совісті: людина, яка не довіряє собі, стає надмірно податливою до впливу інших і втрачає здатність захищати свої цінності (Govier, 1993). На думку Маклеод (McLeod, 2002), діяти автономно означає виконувати моральні зобов'язання перед самим собою. Довіра до себе, за К. Маклеод, є схожою за механізмами до довіри до інших людей: людина очікує від себе чесності, послідовності та здатності діяти у власних інтересах навіть у стресових умовах (McLeod, 2002). У контексті переживання травматичного досвіду (що особливо актуально для українських реалій), злам міжособистісної довіри часто призводить до руйнування базової довіри до себе (Govier, 1993).

Таким чином, для нашого дослідження ми операціоналізували конструкт "Довіра до себе" як комплексну установку особистості, що включає віру у власну здатність долати життєві кризи, спиратися на внутрішні відчуття та переконання, усвідомлювати та відстоювати власні психологічні межі, а також підтримувати внутрішнє благополуччя без надмірної залежності від зовнішнього схвалення.

Сформована довіра до групи впливає на різні групові феномени. Так, класична теорія І. Ялома виокремлює 11 взаємозалежних терапевтичних чинників: інстиляція надії, універсальність, передача інформації, альтруїзм, коригувальна рекапітуляція первинної сімейної групи, розвиток навичок соціалізації, імітаційна поведінка, міжособистісне навчання, групова згуртованість, катарсис та екзистенційні фактори (Yalom, & Leszcz, 2020).

Сучасні теорії, зокрема прив'язаності та основані на менталізації підходи до формування психологічних інтервенцій (Mentalization-Based Treatment, MBT), акцентують увагу на понятті "епістемічної довіри" – довіри до автентичності та особистої значущості інформації, що передається міжособистісно (Bateman, & Fonagy, 2013). У станах гострої тривоги чи прикордонної організації особистості клієнти часто перебувають у стані епістемічної недовіри: вони закриті для соціального навчання і сприймають будь-який зворотний зв'язок від групи як загрозу або напад. Відповідно, розвиток довіри до групи означає перехід від захисної ригідності до відкритості, готовності приймати зворотний зв'язок та асимілювати його (Bateman, & Fonagy, 2013).

З огляду на це, конструкт "Довіра до групи" було концептуалізовано як позитивні очікування клієнта, учасника групи, від взаємодії з іншими учасниками, які допомагають долати страх засудження, знецінення та байдужості, а також формують готовність бути вразливим, ділитися переживаннями, просити про допомогу та надавати її іншим.

Термін "довіра до групи / психотерапевтичної групи" рідко трапляється в психологічній літературі, оскільки найчастіше довіру розглядають не як самостійний феномен, а як складову інших складних феноменів, а саме: груповий альянс, групова згуртованість і груповий клімат. Довіру в межах групового альянсу розглядають як зв'язок між учасниками групи, який визначає ступінь прихильності (Alldredge et al., 2021), а також згоду між учасниками групи щодо психотерапевтичних завдань і глобальних цілей психотерапії (Johnson et al., 2008).

Спираючись на теоретичну модель, ми розробили первинний набір тверджень для шкал. При формулюванні питань ми дотримувалися принципів феноменологічної ясності, уникали подвійних заперечень та специфічного професійного жаргону. Для оцінки тверджень передбачалося використання стандартної 5-бальної шкали Лікерта (від "повністю не згоден" до "повністю згоден"). Для шкали "Довіра до себе" було розроблено 30 первинних тверджень. Вони охоплювали такі сфери: впевненість у здатності долати виклики (напр., "Я покладаюсь на свою здатність долати життєві виклики та перешкоди"), довіра до інтуїції ("Я довіряю своїй інтуїції, яка допомагає мені в невизначених ситуаціях"), захист особистісних кордонів ("Я не дозволяю іншим використовувати мене, порушувати мої межі"), прийняття власних помилок та забезпечення самотурботи ("Я вмію потурбуватися про себе"). Включалися також обернені питання для перевірки надійності ("Я сумніваюся у своїй здатності долати тривалий стрес...").

Для шкали "Довіра до групи" було згенеровано 19 тверджень. Зміст питань стосувався очікувань клієнта від міжособистісної взаємодії у терапевтичному середовищі. Частина питань фокусувалася на негативних очікуваннях та тривозі (напр., "Я очікую, що мене можуть засуджувати тоді, коли я буду повністю відвертим", "Я припускаю, що можу бути непоміченим, проігнорованим членами групи"). Інша частина відображала проактивну позицію та надію на успішну взаємодію ("Я готовий(-а) бути вразливим(-ою) і розкриватися перед групою", "Я маю готовність просити, отримувати та надавати допомогу в цій групі").

Для психометричної апробації та зменшення пулу питань було проведено емпіричне дослідження. Участь у дослідженні була добровільною, всі учасники надали інформовану згоду. Оскільки процедура збирання даних не потребувала прямого контакту з досліджуваними,

дотримувався принцип добровільності участі і застосовувалися лише засоби психологічної оцінки, то схвалення дотримання етичних принципів та дозвіл на проведення дослідження було отримано в Етичній комісії Українського психометричного товариства (УПМТ) (протокол № 02-2025 від 08.04.2025). Дослідження проводилося у форматі онлайн-опитування. До участі запрошувалися ті респонденти, які мали досвід індивідуальної психотерапії чи групової форми психологічної допомоги, однак до складу увійшли і 17 осіб, які не мали такого досвіду. Обов'язковою умовою участі в дослідженні був наявний досвід участі в тривалих тренінгових програмах, навчальних проєктах або командної проєктної діяльності, оскільки важливим аспектом вимірювання було визначення довіри до інших, в аспекті групової взаємодії. Вибірка охоплювалала 63 респонденти. Детальний соціально-демографічний та професійний портрет вибірки представлено в табл. 1.

Таблиця 1

Основні характеристики вибірки

№	Характеристика	Категорія	Кількість	Відсоток
1	Стать	Жіноча	52	82,5
		Чоловіча	11	17,5
2	Вік	18–25 років	14	22,2
		26–35 років	20	31,7
		36–45 років	17	27,0
		Понад 45 років	12	19,0
3	Рівень освіти	Неповна вища освіта	3	4,8
		Бакалавр/спеціаліст	24	38,0
		Магістр	31	49,2
		Науковий ступінь	5	7,9
4	Сфера діяльності/навчання	Психологія	24	38,1
		Непсихологічна	39	61,9
5	Досвід індивідуальної психотерапії	Наявний	46	73,0
		Відсутній	17	27,0
6	Напрям психотерапії	Психодинамічний	29	42,9
		Інші напрями	19	30,2
		Відсутній	17	27,0
7	Досвід отримання групової психологічної допомоги	Наявний	45	71,4
		Відсутній	18	28,6
8	Напрям групової роботи (множинний вибір)	Психотерапевтична група	33	52,4
		Тренінгова група	23	36,5
		Група психологічної підтримки	9	14,3
		Навчальні вебінари по самодопомозі	15	23,8
		Відсутній	18	28,6
9	Кількість годин індивідуальної психотерапії	Відсутній	17	27,0
		До 10 кейсів	11	17,5
		Від 10 до 30 кейсів	9	14,3
		Від 30 до 100 кейсів	10	15,9
		Понад 100 кейсів	16	25,4

Для доведення структурної валідності розроблених шкал та перевірки їхньої внутрішньої структури було застосовано конфірматорний факторний аналіз (КФА). Орієнтирами виступали значення CFI та TLI понад 0,90, а також RMSEA менше 0,08 (до 0,10 на етапі розробки), які інтерпретувалися як показники прийнятної відповідності (goodness-of-fit). Усвідомлюючи обмеженість вибірки (N=63) для пілотного дослідження, ми застосували процедуру конфірматорного факторного аналізу (КФА) попри консервативні методологічні рекомендації щодо мінімального обсягу масиву (понад 100 осіб). У сучасній літературі виокремлюють щонайменше три основні стратегії обробки результатів на малих вибірках: 1) зіставлення результатів конфірматорного та експлораторного аналізів (MacCallum et al., 1999); 2) крос-валідизація на паралельних вибірках (Koul et al., 2018); 3) використання процедури бутстрепінгу (Bootstrapping) для доведення стійкості отриманої факторної структури (Nevitt, & Hancock, 2001). До того ж ми врахували критерії надвизначеності моделей на малих вибірках, які орієнтують на виділення невеликої кількості латентних конструктів. Тому, попри значну кількість первинних змінних (30 та 19), ми зосередилися на одно-, дво- та трифакторних моделях, де кожен фактор представлений щонайменше 3–4 індикаторами (Wolf et al., 2013). Оскільки дані не перевірялися на відповідність багатовимірному нормальному розподілу, для оцінювання параметрів було застосовано КФА з робустним (стійким до ненормальності) розрахунком стандартних помилок у модулі SEM програми Jamovi. Водночас для коригування критерію хі-квадрат та отримання точних індексів придатності моделі ми зупинилися на процедурі бутстрепінгу Боллена–Стайна (Nevitt, & Hancock, 2001). У подальших дослідженнях задля уникнення ефекту надлишкового підгону (overfitting) моделі планується застосувати крос-валідацію за допомогою сучасної процедури виключення одного елемента (LOO) (Iglesias et al., 2025).

Психометрична перевірка та структурне моделювання шкали "Довіра до себе". Первинна перевірка 30-пунктової версії шкали "Довіра до себе" за допомогою КФА (методом MLM – Robust Maximum Likelihood; з оптимізатором NLMINB) виявила, що однофакторна модель є статистично нежиттєздатною та не відповідає емпіричним даним. Ми здійснили серію ітерацій для скорочення інструменту та пошуку оптимальної факторної структури (див. табл. 2).

Таблиця 2

Індекси відповідності моделей за конфірматорним факторним аналізом шкали "Довіра до себе"

Модель	Хі-квадрат	df	p	CFI	TLI	RMSEA	RMSEA lower	RMSEA upper
Однофакторна модель (30 тверджень)	732	405	<0,001	0,514	0,478	0,100	0,084	0,115
Однофакторна скорочена модель (10 тв.)	81,5	35	<0,001	0,837	0,790	0,127	0,074	0,178
Однофакторна скорочена модель (7 тв.)	21,3	14	0,095	0,954	0,932	0,078	0,00	0,161
Двофакторна модель (7 та 3 твердження)	45,8	34	0,085	0,956	0,941	0,056	0,00	0,117
Трифакторна модель (6, 4 та 4 твердження)	87,4	74	0,137	0,975	0,969	0,032	0,00	0,085

Примітка: X^2 – емпіричне значення Хі-квадрата, df – кількість ступенів свободи, p – рівень значущості, CFI – порівняльний індекс відповідності Бентлера, TLI – індекс Такера–Льюїса, RMSEA – середньоквадратична помилка апроксимації, RMSEA lower – нижнє значення довірчого інтервалу RMSEA, RMSEA upper – верхнє значення довірчого інтервалу RMSEA.

Як свідчать дані табл. 2, первинна модель (30 пунктів) мала низькі індекси відповідності: CFI = 0,514 та TLI = 0,478. Шляхом послідовного вилучення тверджень, що мали низькі факторні навантаження (менше 0,30) або перехресні навантаження на кілька факторів, було сформовано скорочену базу з 14 тверджень. Найкращі показники апроксимації продемонструвала ***трифакторна модель***. Для цієї моделі критерій Chi-square = 87,4 є статистично незначущим (p = 0,137), що підтверджує узгодженість теоретичної моделі з емпіричними даними. Індекси CFI (0,975) та TLI (0,969) – в зоні високих показників, а середньоквадратична помилка RMSEA (0,032) вказує на високу точність наближення. Попри бажання реалізувати процедур бутстрепінгу, у нашому випадку через обмежений обсяг масиву (N=63) та специфіку розподілу відповідей алгоритм реплікацій Боллена–Стайна продемонстрував проблему незбігу та призвів до появи від'ємної дисперсії залишків (Heywood case). Задля забезпечення математичної коректності моделі та отримання незміщених параметрів було прийнято рішення відмовитися від бутстрепінгу на користь КФА з робустним оцінюванням стандартних помилок. Це дозволило усунути аномалії дисперсій та досягти достатніх індексів придатності структури. Подальша перевірка коефіцієнтів прилягання на паралельних вибірках дозволить перевірити відтворюваність обраної моделі.

Остаточні результати за КФА для фінальних 14 тверджень наведено в табл. 3. Твердження згруповано у три змістовні субшкали.

Таблиця 3

Результати трифакторної структури шкали "Довіра до себе"

Субшкала	№	Твердження	Оцінка	SE	Z	P
Орієнтація на себе	1	Я покладаюся на свою здатність долати життєві виклики та перешкоди	1,302	0,620	2,10	0,036
	4	Я маю життєві цінності, на які завжди орієнтуюся при прийнятті рішень	1,000	0,000		
	7	Я можу відстояти свої переконання, коли це для мене важливо	2,332	0,958	2,44	0,015
	10	Я можу самостійно захистити себе в конфліктній ситуації	2,506	1,197	2,09	0,036
Довіра власним відчуттям	2	Я довіряю своїй інтуїції, яка допомагає мені в невизначених ситуаціях	1,000	0,000		
	5	Я завжди покладаюсь на свої відчуття та приймаю рішення, відповідно до них	1,390	0,360	3,86	<0,001
	8	Я часто сумніваюсь під час прийняття мною важливих рішень	-0,834	0,368	-2,26	0,024
	11	Я довіряю своїм враженням стосовно інших людей, місць, ситуацій	0,653	0,185	3,54	<0,001
Впевненість	3	Я впевнений(–а), що маю достатньо навичок та ресурсів для самостійного досягнення важливих цілей	1,000	0,000		
	6	Я не маю сумнівів щодо своїх принципів навіть тоді, коли інші не погоджуються, вказують на помилковість	0,685	0,251	2,73	0,006
	9	Я точно знаю, чим хочу займатися у житті	0,909	0,199	4,55	<0,001
	12	Я переконаний(-а), що своїми діями та рішеннями забезпечую власне благополуччя	0,885	0,229	3,86	<0,001
	13	Я задоволений(-а) тим, ким я є наразі	1,428	0,226	5,37	<0,001
	14	Я впевнений(-а), що своїми діями та вчинками не завдаю собі шкоди	1,003	0,287	3,49	<0,001

Примітка: SE – стандартизована помилка; Z – стандартизована оцінка; p – рівень значущості.

Усі твердження, за винятком пункту 5, продемонстрували високі та статистично значущі факторні навантаження (Z > 2,0; p < 0,05). Пункт 5 ("У складних ситуаціях я повністю покладаюсь на свою внутрішню силу...") мав дещо нижче навантаження (Z=1,19; p=0,235), проте він був залишений, бо його зміст робить суттєвий внесок у повноту відображення цієї форми довіри.

Результати проведення оцінки надійності та дискримінативності шкали та окремих субшкал наведено в табл. 4 і 5.

Аналіз кореляцій пунктів із залишком шкали (Item-Total Correlation) показав, що всі пункти корелюють із загальним результатом у межах від 0,268 до 0,605. Найнижче значення отримано за пунктом 10. Видалення будь-якого з пунктів не призводить до суттєвого підвищення показника α Кронбаха (навпаки, переважно знижує його), що свідчить про достатню узгодженість одиниць інструменту. Рівень дискримінативності пунктів є достатнім та високим (від 0,537 до 0,796), отже, кожне питання успішно розрізняє респондентів із високим та низьким рівнем довіри до себе.

Загальний показник α Кронбаха для шкали "Довіра до себе" становить 0,806, що вказує на високу надійність. Субшкала "Впевненість" має найвищу узгодженість (0,823). Субшкали "Орієнтація на себе" та "Довіра власним відчуттям" демонструють дещо нижчі показники (0,625 та 0,652), що є закономірним для шкал, які складаються лише з 4 пунктів.

Психометрична перевірка та структурне моделювання шкали "Довіра до групи". Аналогічному аналізу було піддано початковий пул з 19 питань шкали "Довіра до групи" (див. табл. 6).

Таблиця 4

Показники внутрішньої узгодженості та дискримінативності окремих пунктів методики "Довіра до себе"

№ твердження	Середнє значення	Стандартне відхилення	Показник кореляції твердження з залишком шкали	Показник надійності Кронбаха при видаленні	Показник валідності твердження	Рівень дискриміна тивності
1	4,46	0,714	0,341	0,800	0,419	0,571
2	3,98	0,813	0,496	0,789	0,342	0,651
3	3,62	0,991	0,586	0,780	0,377	0,753
4	4,37	0,604	0,287	0,803	0,147	0,582
5	3,92	0,789	0,418	0,795	0,208	0,684
6	3,92	0,789	0,428	0,794	0,432	0,723
7	4,21	0,744	0,240	0,806	0,192	0,653
8	2,25	1,03	0,289	0,810	-0,332	0,796
9	4,13	0,942	0,538	0,784	0,240	0,663
10	3,97	0,740	0,268	0,805	0,204	0,659
11	4,19	0,618	0,356	0,799	0,106	0,537
12	4,13	0,833	0,508	0,788	0,227	0,679
13	3,73	1,153	0,605	0,777	0,362	0,766
14	3,71	0,923	0,611	0,778	0,354	0,721

Примітка: Показник валідності твердження розраховувався через коефіцієнт кореляції зі шкалою "Довіра до себе" "Методики довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе".

Таблиця 5

Показники надійності та валідності за субшкалами методики "Довіра до себе"

Субшкала	α Кронбаха	Середній показник кореляції твердження з залишком шкали	Середній показник валідності тверджень	Середній рівень дискримінативності
Орієнтація на себе	0,625	0,411	0,241	0,617
Довіра власним відчуттям	0,652	0,457	0,247	0,667
Впевненість	0,823	0,594	0,331	0,718
Довіри до себе	0,806	0,427	0,282	0,674

Таблиця 6

Індекси відповідності моделей за конфірматорним факторним аналізом шкали "Довіра до групи"

Модель	Хі–квадрат	df	p	CFI	TLI	RMSEA	RMSEA lower	RMSEA upper
Однофакторна модель (19 тверджень)	369	152	<0,001	0,574	0,521	0,138	0,114	0,161
Однофакторна скорочена модель (10 тверджень)	82,9	35	<0,001	0,834	0,786	0,135	0,086	0,183
Однофакторна скорочена модель (8 тв.)	43,1	20	0,002	0,894	0,852	0,128	0,065	0,189
Двофакторна модель (6 та 6 твердження)	79,0	53	0,012	0,939	0,924	0,068	0,00	0,116
Трифакторна модель (4, 3 та 3 твердження)	62,0	32	0,001	0,869	0,816	0,107	0,046	0,160

Примітка: X^2 – емпіричне значення Хі-квадрата, df – кількість ступенів свободи, p – рівень значущості, CFI – порівняльний індекс відповідності Бентлера, TLI – індекс Такера–Льюїса, RMSEA – середньоквадратична помилка апроксимації, RMSEA lower – нижнє значення довірчого інтервалу RMSEA, RMSEA upper – верхнє значення довірчого інтервалу RMSEA.

Як і в попередньому випадку, однофакторна модель на 19 тверджень не підтвердилася (CFI = 0,574; RMSEA = 0,138). Після проведення серії проб КФА з вилученням пунктів із перехресними навантаженнями, оптимальною була визнана двофакторна модель, яка включає 12 тверджень, розподілених на два рівноцінні фактори по 6 питань. Індекси прилягання цієї моделі наближені до стандартів, хоча і не перевищують рекомендовані значення (>0,95 для CFI, TLI; <0,05 - RMSEA): CFI = 0,939, TLI = 0,924, RMSEA = 0,068. Інші результати КФА представлено в табл. 7. Аналогічно до попереднього етапу дослідження від використання бутстрепінгу Боллена–Стайна довелося відмовитися. Наявний обсяг даних виявився недостатнім для стабільної генерації субвибірок, унаслідок чого алгоритм продемонстрував проблему незбіжності реплікацій та спричинив критичне зміщення помилок вимірювання.

Факторні навантаження не для всіх пунктів є високо значущими ($p < 0,05$). На відміну від попереднього застосування стандартного методу максимальної правдоподібності (ML), за якого всі параметри моделі були значущими, застосування робустного оцінювання зумовило втрату статистичної значущості окремих факторних навантажень унаслідок математичного коригування стандартних помилок з урахуванням ненормальності розподілу даних. Однак структура шкали виявилася достатньо передбачуваною: перший фактор акумулював негативні, тривожні очікування (страх засудження, байдужості, критики), тоді як другий фактор об'єднав проактивні інтенції клієнта (готовність розкриватися, надавати та отримувати допомогу).

Аналіз показників надійності шкали "Довіра до групи" (див. табл. 8 та 9) підтвердив її достатньо високі психометричні властивості.

Методика характеризується високим рівнем надійності-узгодженості: загальна α Кронбаха = 0,832. Середній рівень дискримінативності пунктів (0,730) доводить, що всі твердження є інформативними, дозволяючи диференціювати клієнтів за рівнем довіри до групи.

Важливим етапом апробації методики є визначення того, чи відповідає розподіл балів закону нормального розподілу, що необхідно для подальшого застосування параметричних методів статистики. Описові статистики наведено в табл. 10.

Аналіз даних за критерієм Шапіро–Вілка засвідчує, що інтегральні бали за шкалами "Довіра до себе" ($W = 0,962$, $p = 0,051$) та "Довіра до групи" ($W = 0,976$, $p = 0,256$) розподілені нормально. Це відкриває шлях для використання параметричних критеріїв. Водночас

ми фіксуємо певну лівосторонню асиметрію (негативні показники А) за більшістю субшкал. Ця зміщеність у бік високих балів логічно пояснюється специфікою вибірки: як зазначалося раніше, понад 70 % респондентів мали тривалий досвід особистої психотерапії, що закономірно підвищує їхній базовий рівень довіри за різними аспектами.

Таблиця 7

Результати двофакторної структури шкали "Довіра до групи"

Субшкала	№	Твердження	Оцінка	SE	Z	P
Очікування від групової роботи	1	Я очікую, що мене можуть засуджувати тоді, коли я буду повністю відвертим	1,000	0,000		
	3	Я очікую, що можуть критикувати за мої щирі думки, пропозиції	1,219	0,190	6,40	<0,001
	5	В мене є сумніви, що інші учасники групи зможуть зрозуміти та щиро підтримати мене	0,628	0,162	3,87	<0,001
	7	Я переймаюсь стосовно байдужості з боку інших членів групи	0,575	0,190	3,02	0,003
	9	Я очікую, що інші учасники будуть неконструктивними у взаємодії зі мною (надавати оцінки, поради, перебивати та ін.)	0,481	0,182	2,64	0,008
	11	Я припускаю, що можу бути непоміченим, проігнорованим членами групи	0,840	0,179	4,69	<0,001
Готовність до взаємодії в групі	2	Я очікую, що зворотний зв'язок від інших членів групи буде конструктивним і корисним	1,000	0,000		
	4	Мені буде комфортно ділитися особистим досвідом та емоціями в групі	4,164	2,336	1,78	0,075
	6	Я готовий(–а) бути вразливим(–ою) і розкриватися перед групою	4,649	2,318	2,01	0,045
	8	Я не готовий(–а) обговорювати свої переживання з групою	-2,778	1,723	-1,61	0,107
	10	Я маю готовність просити, отримувати та надавати допомогу в цій групі	2,875	1,704	1,69	0,091
	12	Я усвідомлюю важливість своєї участі в цій групі	2,916	1,459	2,00	0,046

Примітка: SE – стандартизована помилка; Z–стандартизована оцінка; p – рівень значущості.

Таблиця 8

Показники внутрішньої узгодженості та дискримінативності окремих пунктів методики "Довіра до групи"

№ твердження	Середнє значення	Стандартне відхилення	Показник кореляції твердження із залишком шкали	Показник надійності Кронбаха при видаленні	Показник валідності твердження	Рівень дискримінативності
1	2,73	1,050	0,514	0,817	0,360	0,773
2	3,59	0,754	0,180	0,838	0,102	0,579
3	2,67	1,122	0,644	0,806	0,470	0,801
4	3,38	1,170	0,669	0,803	–0,421	0,776
5	2,79	0,883	0,596	0,812	0,347	0,709
6	3,44	1,104	0,667	0,804	–0,392	0,729
7	2,38	1,023	0,387	0,827	0,260	0,749
8	2,43	1,011	0,379	0,828	0,259	0,748
9	2,43	0,946	0,207	0,840	0,249	0,732
10	3,95	0,923	0,517	0,817	–0,236	0,679
11	2,54	1,216	0,514	0,818	0,497	0,822
12	3,90	0,928	0,569	0,814	–0,287	0,666

Примітка: Показник валідності твердження розраховувався через коефіцієнт кореляції з відповіддю на 8 питання "Методики довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе".

Таблиця 9

Показники надійності та валідності за субшкалами методики "Довіра до групи"

Субшкала	α Кронбаха	Середній показник кореляції твердження із залишком шкали	Середній показник валідності тверджень	Середній рівень дискримінативності
Очікування від групової роботи	0,786	0,541	0,364	0,764
Готовність до взаємодії в групі	0,818	0,583	0,283	0,696
Довіра до групи	0,832	0,487	0,323	0,730

Примітка: Показник валідності твердження розраховувався через коефіцієнт кореляції з відповіддю на 8 питання "Методики довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе".

Таблиця 10

Описові статистики за субшкалами та загальними показниками шкал "Довіра до себе" та "Довіра до групи"

Субшкали/ шкали	M	SE	CI, 95%		Md	SD	A	E	W	p
			lower	upper						
Орієнтація на себе	17,0	0,24	16,5	17,5	17,0	1,93	–0,40	0,08	0,949	0,011
Довіра власним відчуттям	14,6	0,32	14,0	15,3	14,0	2,54	0,06	–0,44	0,998	0,097
Впевненість	22,9	0,54	21,9	24,0	24,0	4,25	–0,94	0,72	0,935	0,002
Довіра до себе	54,6	0,83	542,9	56,2	55,0	6,59	–0,43	-0,37	0,962	0,051
Очікування від групової роботи	20,5	0,55	19,4	21,6	21,0	4,36	–0,43	–0,35	0,966	0,082
Готовність до взаємодії в групі	21,8	0,54	20,8	22,9	23,0	4,30	–0,54	–0,11	0,948	0,009
Довіра до групи	42,3	0,91	40,5	44,1	44,0	7,24	–0,32	–0,38	0,976	0,256

Примітка: M – середнє значення, SE – стандартна помилка середнього, CI, 95 % – 95 %-й довірчий інтервал (lower – нижня межа, upper – верхня межа), Md – медіана, SD – стандартне відхилення, A – асиметрія (стандартна помилка – 0,302), E – ексцес (стандартна помилка – 0,5950, W – значення критерію Шапіро–Вілка, p – рівень значущості.

Дискусія і висновки

Виділена трифакторна модель шкали "Довіра до себе" комплексно операціоналізує здатність особистості функціонувати як автономний суб'єкт психотерапевтичного процесу.

Перша субшкала "Орієнтація на себе", що включає твердження про життєві цінності, відстоювання переконань та здатність захистити себе в конфлікті (твердження 4, 7, 10), є емпіричним підтвердженням філософсько-психологічної концепції автономії (Govier, 1993; McLeod, 2002). Захист власних кордонів виступає не агресивним актом, а актом збереження цілісності Я в умовах соціального тиску. У груповій психотерапії, яка часто моделює фруструючі ситуації реального життя (конфлікти, проєктивні ідентифікації), ця здатність є критично важливою (Yalom, & Leszcz, 2020). Якщо клієнт має низький бал за цим фактором, групова динаміка може його травмувати (повторна травматизація), оскільки він не зможе вибудувати межу між собою та іншими учасниками, надто включатися в інтервенції, орієнтовані на інших учасників.

Друга субшкала "Довіра власним відчуттям" відображає ірраціональний, емоційно-соматичний рівень довіри. Питання про покладання на внутрішню силу та довіру першим враженням (твердження 2, 8, 11) апелюють до концепту "організмічного оцінювального процесу" (Rogers, 1959). У ситуаціях високої невизначеності (якими є перші сесії терапевтичної групи) логічних аргументів для довіри незнайомцям об'єктивно не вистачає. Саме тут включається інтуїтивна довіра до себе – своєрідний епістемічний компас, який допомагає клієнту відрізняти безпечний простір від небезпечного (Bateman, & Fonagy, 2013).

Третя субшкала "Впевненість", що включає питання щодо задоволення собою, наявності достатніх ресурсів та вміння турбуватися про себе (твердження 3, 6, 13, 14), глибоко резонує з теорією самоефективності Бандури (Bandura, 1977). Самоефективність у цьому контексті означає впевненість клієнта в тому, що незалежно від інтенсивності емоційних переживань, з якими він стикнеться під час групової роботи (наприклад, під час інтенсивного катарсису), його психіка має достатньо копінг-стратегій для самовідновлення. Високий бал за цією субшкалою може свідчати про наявність міцного психологічного імунітету, "здатності людини чинити опір несприятливим та загрозливим чинникам своєї стабільності та ефективності функціонування" (Савченко, & Борисова, 2025, с. 206).

Двофакторна структура шкали "Довіра до групи" віддзеркалює дуальну природу групової динаміки – баланс між тривогою та бажанням приналежності (Yalom, & Leszcz, 2020). Субшкала "Очікування від групової роботи" є інвертованою і фіксує інтенсивність проєктивних страхів: страх засудження (пункт 1), критики (пункт 3), знецінення та байдужості (пункти 7, 9). Ці страхи є універсальними для стадії формування групи, коли учасники відчувають високу соціальну тривогу. Зниження балів за цими страхами (або високі бали при оберненому підрахунку) вказує на активацію терапевтичного чинника *універсальності* та *інстиляції надії* (Yalom, & Leszcz, 2020).

Субшкала "Готовність до взаємодії в групі" вимірює активну соціально-психологічну залученість клієнта (engagement) та його готовність до ризику. Ключовим тут є пункт 6: "Я готовий бути вразливим і розкриватися перед групою". З позицій сучасних досліджень емоційна вразливість і відкритість у групі є сигналом готовності до інвестування власних ресурсів у стосунки з іншими. Окрім того, готовність просити і надавати допомогу (пункт 10) є прямою операціоналізацією групової *згуртованості* (Yalom, & Leszcz, 2020).

Розроблені інструменти набувають особливого значення в контексті сучасної України. За даними масштабних досліджень, рівень тривожності, ПТСР та виснаження серед українців сягає критичних значень, причому домінує страх за безпеку близьких та відчуття втрати контролю над власним життям (Ментальне здоров'я українців … війни, 2024). Досвід війни та вимушеної міграції завдає нищівного удару по соціальному капіталу ("trust in society"), генеруючи так звану культурну травму (Alexander, 2004). У таких умовах міжособистісна та інституційна довіра руйнуються (Hett, 2024). Для комбатантів, ветеранів та внутрішньо переміщених осіб групова психотерапія часто стає єдиним простором, де можна легалізувати свій болючий досвід і відновити почуття "ми" (Hett, 2024). Проте ці люди часто приходять у групи з надзвичайно високим рівнем підозрілості, епістемічної недовіри та надмірним використанням ізолюючих захисних реакцій.

Саме тому можливість точно виміряти рівень "Довіри до себе" (чи вірить травмована особа у свою здатність витримати ретравматизацію у спогадах) та "Очікувань від групи" (чи проєктує вона на групу агресію зовнішнього світу) має ключове значення для фахівця. Якщо терапевт зафіксує аномально високі бали за субшкалою негативних очікувань, він зможе адаптувати стратегію ведення групи, наприклад, приділити більше часу встановленню правил безпечної взаємодії, перш ніж переходити до катартичних чи конфронтаційних інтервенцій. Інструмент також є надзвичайно корисним для дослідження ефективності онлайн-терапії, яка сьогодні стає доступним форматом для сотень тисяч українців, які перебувають за кордоном, у небезпечних місцях проживання.

Як і кожне пілотне дослідження, наш проєкт має певні ***обмеження***. По-перше, вибірка (N=63), є недостатньо великою для остаточних висновків щодо психометричної апробації. Для перевірки валідності та стандартизації показників потрібне масштабування дослідження (N > 200).

По-друге, вибірка мала виражений зсув: понад 70 % учасників володіли попереднім досвідом довгострокової індивідуальної та групової психотерапії. Цей факт гарантував високу осмисленість їхніх відповідей. У подальшому дослідженні ми плануємо включити у вибірку респондентів, які звертаються по психологічну допомогу вперше (naive clients), що дозволить порівняти їхні профілі довіри з профілями "досвідчених" клієнтів. Крім того, наступним кроком наших досліджень буде проведення первинної перевірки двох інших шкал, що входять до загальної структури авторської методики ("Довіра до методу психотерапії" та "Довіра до психотерапевта").

Обґрунтовано доцільність створення нового спеціалізованого психодіагностичного інструментарію, спрямованого на вимір феномену довіри в специфічних умовах групової взаємодії, який можна використати і для аналізу довіри до групової психотерапії. В подальших дослідженнях ми спробуємо використати цей інструментарій для оцінки динаміки довіри в процесі проходження тривалої психотерапії. Концептуалізація двох досліджених конструктів ("Довіра до себе" та "Довіра до групи") синтезує ключові філософські й психологічні моделі автономії особистості (Т. Гов'єр, К. Маклеод), теорію самоефективності (А. Бандура) та теорію терапевтичних факторів групової динаміки (І. Ялом).

Здійснений конфірматорний факторний аналіз дозволив оптимізувати початковий пул питань і підтвердив структурну валідність шкал. Шкала "Довіра до себе" має трифакторну структуру: "Орієнтація на себе", "Довіра власним відчуттям" та "Впевненість" (CFI = 0,975; TLI =

0,969; RMSEA = 0,032). Шкала "Довіра до групи" має двофакторну структуру: "Очікування від групової роботи" та "Готовність до взаємодії в групі" (CFI = 0,939; TLI = 0,924; RMSEA = 0,068). Розроблені складові методики вимірювання рівня довіри до групової психотерапії мають значний прикладний потенціал. Зважаючи на нагальні потреби українського суспільства в умовах подолання наслідків колективної травматизації, наявність такого інструменту дозволить фахівцям (психотерапевтам, клінічним психологам) здійснювати прескринінг клієнтів перед залученням їх у груповий формат. Шкали надають можливість прогнозувати ризики передчасного переривання терапії, викликаного надмірною тривогою (через дефіцит базової довіри до групи) або нездатністю витримувати групову напругу (через дефіцит довіри до себе), та вчасно адаптувати стратегію фасилітації для формування надійного терапевтичного альянсу.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з крос-валідацією розроблених шкал на альтернативних вибірках, що дасть змогу оцінити відтворюваність індексів придатності моделі, верифікувати стійкість її структури та нівелювати ефект специфічного підгону результатів під конкретний масив даних.

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу psy.rashchenko@gmail.com

Джерела фінансування. Автор заявляє про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел:

Ментальне здоров'я українців та їх ставлення до психологічної допомоги під час війни (2024). *Gradus Research*. https://mms.gov.ua/news/tretia-khvylia-doslidzhennia-gradus-research-psykhichne-zdorovia-ta-stavlennia-ukraintsiv-do-psykholohichnoi-dopomohy-pid-chas-viiny

Савченко, О. В., & Борисова, О. С. (2025). Адаптація українською мовою "Опитувальника психологічної імунної системи (Psychological Immune System Inventory (PISI)": скорочена версія. *Український психологічний журнал,* 1, 204–226. https://doi.org/10.17721/upj.2025.1(23).10

Савченко, О. В., Петренко, В. В., & Тімакова, А. В. (2022). "Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе" (А. Купрейченко): україномовна адаптація, валідизація та стандартизація. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія,* 5, 16–22. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.5.3

Савченко О. В., & Проніна Є. В. (2025) Українськомовна адаптація методики "Опитувальник відданості організації": лояльність до організації та закладу освіти. Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія "Психологія". Вид-во НаУОА, 19, 50–62. http://doi.org/10.25264/2415-7384-2025-19-50-62

Alexander, J. C. (2004). Cultural trauma and collective identity. In J. C. Alexander, R. Eyerman, B. Giesen, N. J. Smelser, & P. Sztompka (Eds.), *Cultural Trauma and Collective Identity* (pp. 1–30). University of California Press. https://doi.org/10.1525/california/9780520235946.003.0001

Alldredge, C. T., Burlingame, G. M., Yang, C., & Rosendahl, J. (2021). Alliance in group therapy: A meta-analysis. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice,* 25(1), 13–28. https://doi.org/10.1037/gdn0000135

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review,* 84(2), 191–215. https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191

Bateman, A., & Fonagy, P. (2013). Mentalization-based treatment. *Psychoanalytic Inquiry,* 33(6), 595–613. https://doi.org/10.1080/07351690.2013.835170

Govier, T. (1993). Self-trust, autonomy, and self-esteem. *Hypatia,* 8(1), 99–120. https://doi.org/10.1111/j.1527-2001.1993.tb00630.x

Group therapy is as effective as individual therapy, and more efficient. Here's how to do it successfully (2023). *American Psychological Association*. https://www.apa.org/monitor/2023/03/continuing-education-group-therapy

Hett, V. (2024). Towards mutual trust and understanding: establishing effective communication between Ukrainian refugees and Swiss government institutions. *Frontiers in Human Dynamics,* 6, 1445749. https://doi.org/10.3389/fhumd.2024.1445749

Iglesias, D., Sorrel, M. A., & Olmos, R. (2025). Cross-validation and predictive metrics in psychological research: Do not leave out the leave-one-out. Behavior Research Methods, 57(3), 85. https://doi.org/10.3758/s13428-024-02588-w

Johnson, D. P., Penn, D. L., Bauer, D. J., Meyer, P., & Evans, E. (2008). Predictors of the therapeutic alliance in group therapy for individuals with treatment-resistant auditory hallucinations. *British Journal of Clinical Psychology,* 47(2), 171–183. https://doi.org/10.1348/014466507X241604

Koul, A., Becchio, C., & Cavallo, A. (2018). Cross-Validation Approaches for Replicability in Psychology. *Frontiers in Psychology*, 9, 1117. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01117

MacCallum, R. C., Widaman, K. F., Zhang, S., & Hong, S. (1999). Sample size in factor analysis. Psychological Methods, 4(1), 84–99. https://doi.org/10.1037/1082-989X.4.1.84

Marmarosh, C. L., Sandage, S. J., Wade, N., Captari, L. E., & Crabtree, S. A. (2022). New horizons in group psychotherapy research and practice from third wave positive psychology: a practice-friendly review. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome,* 25(3), 258–270. https://doi.org/10.4081/ripppo.2022.643

McLeod, C. (2002). *Self-trust and reproductive autonomy*. MIT Press. https://doi.org/10.7551/mitpress/6157.001.0001

Nevitt, J., & Hancock, G. (2001). Performance of Bootstrapping Approaches to Model Test Statistics and Parameter Standard Error Estimation in Structural Equation Modeling. Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 8(3), 353–377. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0803_2

Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships: As developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science* (Vol. 3, pp. 184–256). McGraw-Hill. https://www.beeleaf.com/wp-content/uploads/2017/09/rogers_chapter_in_koch-1.pdf

Rosendahl, J., Alldredge, C. T., Burlingame, G. M., & Strauss, B. (2021). Recent developments in group psychotherapy research. *American Journal of Psychotherapy,* 74(2), 52–59. https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.20200031

Wolf, E. J., Harrington, K. M., Clark, S. L., & Miller, M. W. (2013). Sample Size Requirements for Structural Equation Models: An Evaluation of Power, Bias, and Solution Propriety. Educational and Psychological Measurement, 73(6), 913–934. https://doi.org/10.1177/0013164413495237

Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2020). *The theory and practice of group psychotherapy* (6th ed.). Basic Books. https://pinkpantheractivists.au/wp/wp-content/uploads/2024/05/Theory-and-Practice-of-Group-Psychhe-Irvin-D.-Yalom-Molyn-Leszcz.pdf

References

The Mental Health of Ukrainians and Their Attitudes Toward Psychological Support During the War (2024). *Gradus Research* [in Ukrainian]. https://mms.gov.ua/news/tretia-khvylia-doslidzhennia-gradus-research-psykhichne-zdorovia-ta-stavlennia-ukraintsiv-do-psykholohichnoi-dopomohy-pid-chas-viiny

Savchenko, O. V., & Borisova, O. S. (2025). Adaptation of the "Psychological Immune System Inventory (PISI)" into Ukrainian: A Shortened Version. *Ukrainian Psychological Journal*, 1, 204–226 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.17721/upj.2025.1(23).10

Savchenko, O. V., Petrenko, V. V., & Timakova, A. V. (2022). "Methodology of Trust/Distrust of the World, Other People, and Oneself" (A. Kupreichenko): Ukrainian-language adaptation, validation, and standardization. *Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology*, 5, 16–22 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.5.3

Savchenko, O. V., & Pronina, E. V. (2025) Ukrainian-language adaptation of the "Organizational Commitment Questionnaire" methodology: loyalty to the organization and educational institution. *Scientific Notes of the National University "Ostroh Academy": "Psychology" Series*. NaUOA Publishing House, 19, 50–62 [in Ukrainian]. http://doi.org/10.25264/2415-7384-2025-19-50-62

Alexander, J. C. (2004). Cultural trauma and collective identity. In J. C. Alexander, R. Eyerman, B. Giesen, N. J. Smelser, & P. Sztompka (Eds.), *Cultural Trauma and Collective Identity* (pp. 1–30). University of California Press. https://doi.org/10.1525/california/9780520235946.003.0001

Alldredge, C. T., Burlingame, G. M., Yang, C., & Rosendahl, J. (2021). Alliance in group therapy: A meta-analysis. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice,* 25(1), 13–28. https://doi.org/10.1037/gdn0000135

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review,* 84(2), 191–215. https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191

Bateman, A., & Fonagy, P. (2013). Mentalization-based treatment. *Psychoanalytic Inquiry,* 33(6), 595–613. https://doi.org/10.1080/07351690.2013.835170

Govier, T. (1993). Self-trust, autonomy, and self-esteem. *Hypatia,* 8(1), 99–120. https://doi.org/10.1111/j.1527-2001.1993.tb00630.x

Group therapy is as effective as individual therapy, and more efficient. Here's how to do it successfully (2023). *American Psychological Association*. https://www.apa.org/monitor/2023/03/continuing-education-group-therapy

Hett, V. (2024). Towards mutual trust and understanding: establishing effective communication between Ukrainian refugees and Swiss government institutions. *Frontiers in Human Dynamics,* 6, 1445749. https://doi.org/10.3389/fhumd.2024.1445749

Iglesias, D., Sorrel, M. A., & Olmos, R. (2025). Cross-validation and predictive metrics in psychological research: Do not leave out the leave-one-out. Behavior Research Methods, 57(3), 85. https://doi.org/10.3758/s13428-024-02588-w

Johnson, D. P., Penn, D. L., Bauer, D. J., Meyer, P., & Evans, E. (2008). Predictors of the therapeutic alliance in group therapy for individuals with treatment-resistant auditory hallucinations. *British Journal of Clinical Psychology,* 47(2), 171–183. https://doi.org/10.1348/014466507X241604

Koul, A., Becchio, C., & Cavallo, A. (2018). Cross-Validation Approaches for Replicability in Psychology. Frontiers in Psychology, 9, 1117. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01117

MacCallum, R. C., Widaman, K. F., Zhang, S., & Hong, S. (1999). Sample size in factor analysis. Psychological Methods, 4(1), 84–99. https://doi.org/10.1037/1082-989X.4.1.84

Marmarosh, C. L., Sandage, S. J., Wade, N., Captari, L. E., & Crabtree, S. A. (2022). New horizons in group psychotherapy research and practice from third wave positive psychology: a practice-friendly review. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome,* 25(3), 258–270. https://doi.org/10.4081/ripppo.2022.643

McLeod, C. (2002). *Self-trust and reproductive autonomy*. MIT Press. https://doi.org/10.7551/mitpress/6157.001.0001

Nevitt, J., & Hancock, G. (2001). Performance of Bootstrapping Approaches to Model Test Statistics and Parameter Standard Error Estimation in Structural Equation Modeling. Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 8(3), 353–377. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0803_2

Rogers, C. R. (1959). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationships: As developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science* (Vol. 3, pp. 184–256). McGraw-Hill. https://www.beeleaf.com/wp-content/uploads/2017/09/rogers_chapter_in_koch-1.pdf

Rosendahl, J., Alldredge, C. T., Burlingame, G. M., & Strauss, B. (2021). Recent developments in group psychotherapy research. *American Journal of Psychotherapy,* 74(2), 52–59. https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.20200031

Wolf, E. J., Harrington, K. M., Clark, S. L., & Miller, M. W. (2013). Sample Size Requirements for Structural Equation Models: An Evaluation of Power, Bias, and Solution Propriety. Educational and Psychological Measurement, 73(6), 913–934. https://doi.org/10.1177/0013164413495237

Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2020). *The theory and practice of group psychotherapy* (6th ed.). Basic Books. https://pinkpantheractivists.au/wp/wp-content/uploads/2024/05/Theory-and-Practice-of-Group-Psychhe-Irvin-D.-Yalom-Molyn-Leszcz.pdf

Отримано редакцією журналу / Received: 24.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

ДОДАТОК
Шкала "ДОВІРА ДО СЕБЕ"

Інструкція: Уважно прочитайте кожне твердження та оцініть, наскільки воно влучно описує ваш особистісний досвід, Ваш досвід участі в психотерапевтичних сесіях. Не витрачайте занадто багато часу на кожне твердження. Довіряйте своїй першій реакції.

Для відповіді використовуйте 5-бальну шкалу Лікерта:
1 – Повністю не згоден(-на)
2 – Не згоден(-на)
3 – Важко сказати / Нейтрально
4 – Згоден(-на)
5 – Повністю згоден(-на)

Список питань:
1. Я покладаюся на свою здатність долати життєві виклики та перешкоди.
2. Я довіряю своїй інтуїції, яка допомагає мені в невизначених ситуаціях.
3. Я впевнений(-а), що маю достатньо навичок та ресурсів для самостійного досягнення важливих цілей.
4. Я маю життєві цінності, на які завжди орієнтуюся при прийнятті рішень.
5. Я завжди покладаюсь на свої відчуття та приймаю рішення, відповідно до них.
6. Я не маю сумнівів щодо своїх принципів навіть тоді, коли інші не погоджуються, вказують на помилковість.
7. Я можу відстояти свої переконання, коли це для мене важливо.
8. Я часто сумніваюсь під час прийняття мною вагомих рішень.
9. Я точно знаю, чим хочу займатися у житті.
10. Я можу самостійно захистити себе в конфліктній ситуації.
11. Я довіряю своїм враженням стосовно інших людей, місць, ситуацій.
12. Я переконаний(-а), що своїми діями та рішеннями забезпечую власне благополуччя.
13. Я задоволений(-а) тим, ким я є наразі.
14. Я впевнений(-а), що своїми діями та вчинками не завдаю собі шкоди.

Ключі:
"Орієнтація на себе": пункти 1, 4, 7, 10.
"Довіра власним відчуттям": пункти 2, 5, 8 (R), 11.
"Впевненість": пункти 3, 6, 9, 12, 13, 14.
Інтегральний бал за шкалою "Довіра до себе" дорівнює сумі балів усіх 14 тверджень.

Шкала "ДОВІРА ДО ГРУПИ"

Інструкція: Уявіть, що ви найближчим часом візьмете участь у груповій роботі (тренінгу, навчальному проєкті, психотерапевтичній групі та ін.). Уявіть собі майбутню групу, вашу роботу в цій групі. Зосередьте увагу на ваших очікуваннях. Уважно прочитайте кожне твердження та оцініть, наскільки воно влучно описує їх.

Для відповіді використовуйте 5-бальну шкалу Лікерта:
1 – Повністю не згоден(-на)
2 – Не згоден(-на)
3 – Важко сказати / Нейтрально
4 – Згоден(-на)
5 – Повністю згоден(-на)

Список питань:
1. Я очікую, що мене можуть засуджувати тоді, коли я буду повністю відвертим.
2. Я очікую, що зворотний зв'язок від інших членів групи буде конструктивним і корисним.
3. Я очікую, що можуть критикувати за мої щирі думки, пропозиції.
4. Мені буде комфортно ділитися особистим досвідом та емоціями в групі.
5. В мене є сумніви, що інші учасники групи зможуть зрозуміти та щиро підримати мене.
6. Я готовий(-а) бути вразливим(-ою) і розкриватися перед групою.
7. Я переймаюсь стосовно байдужості з боку інших членів групи.
8. Я не готовий(-а) обговорювати свої переживання з групою.
9. Я очікую, що інші учасники будуть неконструктивними у взаємодії зі мною (надавати оцінки, поради, перебивати та ін.).
10. Я маю готовність просити, отримувати та надавати допомогу в цій групі.
11. Я припускаю, що можу бути непоміченим, проігнорованим членами групи.
12. Я усвідомлюю важливість своєї участі в цій групі.

Ключі:
"Очікування від групової роботи": пункти 1 (R), 3 (R), 5 (R), 7 (R), 9 (R), 11 (R).
"Готовність до взаємодії в групі": пункти 2, 4, 6, 8 (R), 10, 12.
Інтегральний бал за шкалою "Довіра до групи" дорівнює сумі балів обох субшкал з урахуванням реверсних тверджень (R).

Anna RASCHENKO, Master of Arts, PhD Student
ORCID ID: 0009-0004-9369-0561
e-mail: psy.rashchenko@gmail.com
Kyiv National Economic University named after Vadym Hetman, Kyiv, Ukraine

THE "SELF-TRUST" AND "TRUST IN THE GROUP" SCALES: PILOT TESTING OF COMPONENTS OF A METHODOLOGY FOR MEASURING THE LEVEL OF CLIENTS' TRUST IN GROUP PSYCHOTHERAPEUTIC WORK

Background. *Amid prolonged military aggression and complex sociocultural crises in Ukraine, there is an urgent need to optimize evidence-based forms of psychological assistance, particularly group psychotherapy. The effectiveness of the group process depends on the phenomenon of trust; however, there is a severe shortage of valid instruments in the Ukrainian scientific community for measuring its specific dimensions in a psychotherapeutic context.*

The aim of this article is to provide a theoretical justification and empirical validation of the first two scales of the author's four-dimensional methodology for determining clients' level of trust in psychotherapy: "Self-Trust" and "Trust in the Group."

Methods. *Two author-developed scales were constructed: "Self-Trust" and "Trust in the Group". To test the construct validity of individual statements, the standardized "Methodology of Trust/Distrust of the World, Other People, and Oneself" by A. Kupreichenko (adapted by O. Savchenko and V. Petrenko) was used. Mathematical and statistical analysis was performed in the Jamovi 2.6.26 environment using confirmatory factor analysis (CFA), Cronbach's alpha (α), Ferguson's delta, and other criteria.*

Results. *The study involved 63 participants with experience in group interaction and psychotherapy. CFA confirmed the structural validity of the "Self-Trust" scale (CFI = 0.975; TLI = 0.969; RMSEA = 0.032; overall α = 0.806) and the "Trust in the Group" scale (CFI = 0.939; TLI = 0.924; RMSEA = 0.068; overall α = 0.832). The "Self-Trust" scale (14 items) has a three-factor structure, comprising the subscales: "Self-Focus," "Trust in One's Own Feelings," and "Self-Assurance." The "Trust in the Group" scale (12 items) is characterized by a two-factor structure, integrating the subscales: "Expectations of Group Work" (projective fears) and "Readiness for Group Interaction."*

Conclusions. *The developed psychodiagnostic instrument has sufficient psychometric properties, demonstrating high internal consistency of the subscales and discriminative power of the statements. The practical value of the scales lies in the ability to prescreen clients before involving them in a group setting, predict the risks of premature termination of psychotherapy, and flexibly adjust the therapeutic strategy to build a reliable alliance between the psychotherapist and the client.*

Keywords: *trust, self-trust, trust in the group, psychotherapy group, group psychotherapy, therapeutic alliance.*

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автор використовував Gemini для пошуку наукових джерел, Zotero для оформлення списку джерел за стандартом APA. Уся надана ШІ інформація була ретельно перевірена авторами.

Declaration on Generative Artificial Intelligence and Technologies That Use Artificial Intelligence. While preparing this article, the author used Gemini to search for scientific sources and Zotero to format the references according to APA style. All information provided by AI was carefully verified by the authors.

Етична декларація. Протокол дослідження та його відповідність етичним стандартам схвалено Етичною комісією Українського психометричного товариства (УПМТ) (протокол № 02-2025 від 08.04.2025). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь. Автор гарантує повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethics Statement. The research protocol and its compliance with ethical standards were approved by the Ethics Committee of the Ukrainian Psychometric Society (NGO "UPMS") (Protocol № 02-2025 dated April 15, 2025). All study participants provided written informed consent to participate. The author guarantee complete anonymity and confidentiality of personal information.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.923:159.9.072:159.947
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).17

Олена РОНЖЕС, д-р філософії, магістр
ORCID ID: 0000-0003-3260-8996
e-mail: olena.ronzhes@gmail.com
Харківський національний університет ім. В. Н. Каразіна, Харків, Україна

ІНДЕКС СЕНСОВНОГО ЖИТТЯ: РОЗРОБКА ТА ПІЛОТНА АПРОБАЦІЯ МЕТОДИКИ

В с т у п . *У сучасних умовах невизначеності, криз та цифровізації соціального середовища проблема сенсу життя набуває особливої ваги як ресурс збереження суб'єктності та внутрішньої узгодженості особистості. Водночас наявні психодіагностичні інструменти переважно фіксують загальний рівень сенсу або його пошуку, тому меншою мірою дозволяють аналізувати його структурну та процесуальну реалізацію. Метою дослідження є розробка та пілотна апробація методики "Індекс сенсовного життя" (ІСЖ) як інструменту кількісного аналізу екзистенційних категорій, а також дослідження зв'язку ІСЖ із самооцінкою відчуття щастя.*

М е т о д и . *Методику розроблено на основі положень логотерапії В. Франкла та екзистенційної психології із застосуванням концептуального моделювання доменно-вимірної структури. Опитувальник включає 15 тверджень, об'єднаних у п'ять доменів (сенс і життєва спрямованість, самотрансценденція, самодистанціювання, умови для самореалізації, глибинні зв'язки), кожен з яких представлений трьома вимірами (ціннісна орієнтація, реалізація, рефлексія). Пілотне дослідження проведено онлайн на вибірці 76 респондентів віком 18–71 років. Застосовано описову статистику, аналіз надійності (α Кронбаха, ω Макдональда), експлораторний факторний аналіз та кореляційний аналіз.*

Р е з у л ь т а т и . *Інтегральний показник ІСЖ продемонстрував високий рівень внутрішньої узгодженості (ω = 0,900; α = 0,899). Факторний аналіз виявив один домінантний фактор (39,6 % дисперсії), узгоджується з припущенням про інтегральний характер конструкту сенсовного життя. Встановлено статистично значущий позитивний зв'язок між ІСЖ та самооцінкою відчуття щастя (ρ = 0,661; p < .001). Найсильніші зв'язки із самооцінкою відчуття щастя виявлено для доменів "умови для самореалізації" (ρ = 0,661) та "глибинні зв'язки" (ρ = 0,620), тоді як найслабший виявлено для домену самодистанціювання. Додатковий аналіз суб'єктивного зворотного зв'язку респондентів показав високий рівень відповідності результатів самосприйняттю респондентів (M = 4,52 із 5, N = 25).*

В и с н о в к и . *Методика ІСЖ є внутрішньо узгодженим інструментом із вираженою інтегральною структурою, що дозволяє кількісно оцінювати сенсовне життя як багатовимірний процес реалізації суб'єктності. Виявлений зв'язок із переживанням щастя підтверджує положення логотерапії про його похідний характер від реалізації сенсу. Отримані результати засвідчують перспективність подальшої валідації методики та її застосування у дослідженнях екзистенційного благополуччя та суб'єктності в умовах сучасного соціального контексту.*

К л ю ч о в і с л о в а : *сенс життя; сенсовне життя; екзистенційні категорії; суб'єктність; логотерапія; самооцінка щастя; психометрична апробація.*

Вступ

Проблема сенсу життя набуває особливого значення в сучасному турбулентному світі соціальної нестабільності, невизначеності та криз, який описують концепціями VUCA та BANI (Lichtenthaler, 2025), а сенс життя виступає психологічним ресурсом збереження цілісності та суб'єктності особистості (Ronzhes, & Khmelova, 2025a). В умовах втрати звичних опор система цінностей та сенси виступають як орієнтири та основа інтеграції досвіду, регуляції поведінки та підтримання внутрішньої узгодженості особистості. Відсутність такого вектора підвищує вразливість до дезорієнтації, екзистенційного вакууму, зовнішнього тиску та фрагментації життєвого досвіду людини.

Особливої актуальності проблема сенсу життя набуває в контексті цифровізованого соціуму: сучасна людина функціонує в умовах постійного інформаційного потоку та надлишку зовнішніх смислів. Сторонні оцінки особистості та загального контексту, нав'язування моделей поведінки, а також вплив алгоритмічних систем і штучного інтелекту (ШІ) маніпулюють вибором та ставленням як соціальних груп, так і окремих користувачів. За таких умов збереження суб'єктності пов'язане не лише з адаптацією людини до цифрового середовища (ЦС) (Ронжес, 2025), а передусім із здатністю утримувати власний ціннісний центр, що сприяє автономному вибору (Helter та ін., 2021) відповідно до спрямованості життєвих орієнтирів особистості.

Зростання потреби формування та аналізу визначення цих категорій як на індивідуальному, так і на суспільному і на глобальному популяційному рівнях, визначає системний характер проблеми, відповідаючи важливості узгодженості сенсів на мікро-, мезо- та макрорівні глобальної системи (Bertalanffy, 1950; Boulding, 1956). В контексті розширення можливостей та свободи окремої людини завдяки прямому та опосередкованому ефекту поширення цифрових технологій (ЦТ) доречним є розвиток теоретичних і практичних досліджень системи сенсів та цінностей окремої людини, які сприяють становленню суб'єктності особистості (Ryan, & Deci, 2023). Проте відсутність усталеного розуміння екзистенційних понять як питання життєвих сенсів і цінностей може ускладнювати роботу дослідників з широкими масами, що необхідно для різноманітності вибірки та нормального розподілу даних. Рішенням цієї проблеми, на нашу думку, може бути розширення таких досліджень поняттям "щастя". Хоча "щастя" також не має усталеного узгодженого розуміння (передусім через індивідуальне унікальне значення цього терміна) (Trakhtenberg, 2009), проте прагнення до щастя в тій чи іншій формі притаманне кожній людині, включно з розумінням власного екзистенційного благополуччя (Levenets, 2021).

Теоретичним підґрунтям нашого дослідження є екзистенційна логотеорія В. Франкла, у межах якої сенс життя розглядається як унікальний і ситуаційно зумовлений феномен, що реалізується через відповідальний вибір (Frankl, 1963). Розуміння щастя в логотерапії виступає не як самостійна гедоністична мета (Ronzhes, & Khmelova, 2025), а як супровідний ефект реалізації особистістю свого життєвого сенсу (Horn, 2013). Такий підхід збігається з нашим баченням проблеми та дає змогу розглядати

© Ронжес Олена, 2026

переживання щастя як індикатор, пов'язаний із сенсовним наповненням життя, але не тотожний йому.

Попри значну кількість досліджень сенсу життя, наявні психодіагностичні інструменти не є кількісними та здебільшого спрямовані на оцінку наявності або пошуку сенсу. Інструменти, що дозволяють кількісно аналізувати сенсовне життя як процес, який включає ціннісну орієнтацію, реалізацію у діях та рефлексію, а також компактні кількісні інструменти для емпіричного аналізу, представлені меншою мірою та не валідовані для української аудиторії. Тому актуальним є розроблення психодіагностичного інструменту, який дозволяє операціоналізувати екзистенційні категорії та досліджувати сенсовне життя як багатовимірний процес, пов'язаний із суб'єктністю особистості.

Метою дослідження є розробка та пілотна апробація методики "Індекс сенсовного життя" (ІСЖ) як інструменту для кількісного аналізу екзистенційних категорій, а також дослідження зв'язку інтегрального показника сенсовного життя індивіда із самооцінкою відчуття щастя.

Завдання дослідження: розробити структуру методики ІСЖ на основі положень логотерапії; провести пілотну апробацію методики; оцінити внутрішню узгодженість інструменту; дослідити факторну структуру ІСЖ; проаналізувати зв'язок між ІСЖ та самооцінкою відчуття щастя.

Гіпотези, які можуть бути перевірені на пілотному етапі дослідження, такі: існує статистично значущий позитивний зв'язок між показником ІСЖ та самооцінкою відчуття щастя; окремі домени ІСЖ мають різну силу зв'язку із самооцінкою відчуття щастя.

Огляд літератури

Теоретичні підходи до екзистенційних питань. Витоки екзистенційного європейського мислення пов'язують із С. К'єркегором (Kierkegaard, 1982) і Ф. Ніцше (Nietzsche, 2006), які наголошували на унікальності особистого вибору, відповідальності та внутрішньому переживанні буття (Aho, 2023). У XX ст. ці ідеї розвинув Ж.-П. Сартр, зазначаючи, що людина не має наперед заданої сутності й конструює себе через власні вибір і дію (Sartre, 1957). Паралельно з ним у феноменологічно-екзистенційному руслі працював Л. Бінсвангер (Binswanger, 1968). Подальший розвиток екзистенційної традиції у психотерапії представлено роботами Р. Мея та Дж. Б'юдженталя, які робили фокус на екзистенційному способі існування людини в світі, а також на автентичності, відповідальності та здатності бути в реальному діалозі зі світом (Hoffman, 2017). Значний внесок у систематизацію екзистенційного підходу зробив І. Ялом, який виокремив смерть, свободу, ізоляцію та безсенсовність як базові екзистенційні феномени людського існування, і розглядав їх як фундаментальні виклики, з якими людина стикається у процесі життя та на які змушена знаходити власні відповіді (Yalom, 2020). У цьому контексті сенс життя постає як спосіб інтеграції та подолання екзистенційних викликів, що безпосередньо пов'язано з формуванням суб'єктності особистості.

Австрійський психотерапевт В. Франкл сформулював логотерапію як підхід, де ключовою мотивацією людини є воля до сенсу, яка поряд із свободою волі та сенсом життя задає рамку всієї логотерапевтичної роботи (Frankl, 1990).

Сьогодні екзистенційний і логотерапевтичний підходи часто зближуються в практиці та доповнюють один одного, проте зберігають суттєві розбіжності: екзистенційна терапія більше говорить про умови людського існування, а логотерапія – про сенс і ціннісну реалізацію. Такий підхід збігається з нашими завданнями щодо методики ІСЖ, тому теоретичним підґрунтям конструювання методики обрано логотеорію В. Фракла.

Проблема сенсу життя є центральною у логотерапії В. Франкла, де вона розглядається як базова мотиваційна сила людського існування (Frankl, 1990; Crumbaugh, & Maholick, 1964; Ronzhes, & Khmelyova, 2025b). Прагнення до сенсу визначається фундаментальною характеристикою особистості. Але сенс (не тільки у глобальному розумінні життєвого вектора, а й ситуативний) не задається наперед і не є універсальним, а відкривається самою людиною у конкретній життєвій ситуації через відповідальний вибір і реалізується в діях. Ключовими механізмами реалізації сенсу, які дозволяють людині адаптуватися до зовнішніх умов та зберігати внутрішню свободу навіть у складних або неконтрольованих ситуаціях, виступають самотрансценденція (спрямованість за межі власного "Я"), та самодистанціювання (здатність займати позицію активного спостерігача щодо власних переживань і обставин). Такий підхід збігається із сучасними потребами збереження суб'єктності у крихкому мінливому світі криз і трансформацій, що додатково свідчить про доречність вибору саме логотерапевтичних засад для розробки психометричної методики ІСЖ.

Наявні методики психодіагностики сенсу життя. У сучасному світовому психодіагностичному полі існує низка інструментів для дослідження сенсу життя (Vos, 2023; Uher et al., 2025; Picardi, & Filastro, 2025), серед яких найбільш поширеними є Meaning in Life Questionnaire (MLQ) (Steger та ін., 2006; Negri та ін., 2019; Jovanović та ін., 2024), Purpose in Life Test (PIL) (García-Alandete та ін., 2017), Spiritual Well-Being Scale (SWBS) (Sharif-Nia та ін., 2023; Paloutzian, & Ellison, 1982**)**, а також існують Life Attitude Profile (LAP) **(**Anagnostopoulos, 2023**),** Existential Well-Being Scale (EWB) (Picardi, & Filastro, 2025), Oxford CAPabilities questionnaire – Mental Health (OxCAP-MH) (Balázs та ін., 2024) та ін. (табл. 1). Такі методики або їхні підшкали, як, наприклад, у шкалі Ріфф (Eztests, 2021), дозволяють оцінювати наявність сенсу, його пошук або пов'язані аспекти благополуччя.

Найближчими до логотерапевтичної традиції є насамперед методики PIL та MLQ (Vos та ін., 2015). PIL концептуально пов'язана з уявленням про мету та значущість життя за Франклом, тоді як MLQ є зручною для сучасного емпіричного дослідження завдяки компактності та чіткому розрізненню між наявністю сенсу та його пошуком. Водночас обидва інструменти переважно фіксують загальний рівень сенсу або пошуку сенсу і меншою мірою дозволяють аналізувати структуру реалізації сенсу.

Методика LAP є змістовно ширша і ближча до багатовимірного екзистенційного аналізу, оскільки охоплює не лише мету життя, а й екзистенційний вакуум, контроль та інші установки. Проте її обсяг і складніша інтерпретація роблять цю методику менш зручною для компактного онлайн-застосування, особливо в пілотних або прикладних форматах.

Методики SWBS, EWB, SPQL і шкала Ріфф корисні тим, що дають змогу вбудувати проблему сенсу у ширший контекст духовного, екзистенційного чи психологічного благополуччя. Однак саме це і є їхнім методологічним обмеженням у межах цієї роботи: вони зміщують акцент із сенсу як центрального логотерапевтичного розуміння на ширші категорії благополуччя. Для концептуального підходу побудови ІСЖ це принципово, оскільки в концепції ІСЖ сенс життя не зливається з благополуччям і не редукується до задоволеності життям чи позитивного афекту.

Окрему цінність має методика OxCAP-MH, яка добре відбиває ресурсний і соціально-контекстний вимір, тобто те, чи має людина можливості для реалізації себе. Проте

OxCAP-MH не є методикою сенсу життя у вузькому логотерапевтичному розумінні, а тому може радше виступати зовнішнім орієнтиром для конвергентної перевірки окремих доменів, ніж прямим аналогом ІСЖ.

Таким чином, наявні методики оцінюють загальну наявність / пошук сенсу, занурюють сенс у ширший конструкт благополуччя або є достатньо об'ємними й менш придатними для компактного багатовимірного скринінгу. На цьому тлі ІСЖ пропонується як компактний інструмент, який, проте, не редукує сенс до єдиного глобального показника.

Таблиця 1

Порівняння наявних методик, близьких до дослідження сенсовного життя

Методика	Що переважно вимірює	Орієнтовна структура / тривалість	Сильні сторони	Основні обмеження щодо теми ІСЖ
Purpose in Life Test (PIL / PIL-20)	Відчуття мети, значущості та осмисленості життя; частково екзистенційний вакуум	20 пунктів; орієнтовно 10–15 хв	Класичний інструмент для загальної оцінки сенсу, концептуально близький до логотерапевтичної традиції за Франклом	Більшою мірою дає загальний індекс сенсу, ніж профіль окремих екзистенційних компонентів; менше розкриває процесуальність реалізації сенсу
Meaning in Life Questionnaire (MLQ)	Два аспекти: наявність сенсу та пошук сенсу	10 пунктів; орієнтовно 5–10 хв	Коротка, зручна, психометрично добре відома; придатна для скринінгу	Дає двовимірну, але доволі загальну картину; не розкриває окремо самотрансценденцію, самодистанціювання, умови реалізації та глибинні зв'язки
Life Attitude Profile (LAP)	Багатовимірні екзистенційні установки: мета, вакуум, контроль, ставлення до життя і смерті, воля до сенсу	56 пунктів; орієнтовно 20–25 хв	Дає ширшу екзистенційну картину, ніж короткі шкали	Довга, складніша в інтерпретації; менш придатна для компактного скринінгу або швидкого онлайн-застосування
Spiritual Well-Being Scale (SWBS)	Духовней екзистенційне благополуччя; релігійне та екзистенційне благополуччя	20 пунктів, орієнтовно 10–15 хв	Дає важливий духовно-екзистенційний вимір, корисний у порівняльних дослідженнях	Фокус зміщений у бік благополуччя; не є суто логотерапевтичним інструментом сенсовного життя
Existential Well-Being Scale (EWB)	Екзистенційне благополуччя, прийняття, турбота про інших, зв'язок із життям / світом	Коротка стандартизована шкала	Ближча до екзистенційного поля, ніж загальні шкали благополуччя; має добру внутрішню узгодженість	Орієнтована на благополуччя, а не на структуру реалізації сенсу як процесу
Oxford CAPabilities questionnaire – Mental Health (OxCAP-MH)	Можливості, свободи, самовизначення, соціальні умови психічного благополуччя	16 пунктів, орієнтовно 10–15 хв	Добре відбиває ресурсний і соціально-контекстний вимір	Не вимірює сенс життя як центральний конструкт; ближча до capability / well-being підходу
Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф (підшкала Purpose in Life)	Загальне психологічне благополуччя; ціль у житті як один із компонентів	Залежно від версії 18–84 пункти	Дає широкий контекст особистісного функціонування	Сенс тут лише один із компонентів ширшого конструкту; не фокусується на логотерапевтичних механізмах
Шкали екзистенційного вакууму / відповідні підшкали LAP	Порожнеча, безцільність, внутрішня спустошеність	Залежно від форми	Добре виявляють зону ризику екзистенційної втрати	Більше описують дефіцит, ніж багатовимірну структуру сенсовного життя

Методи

Розробка методики "Індекс сенсовного життя" здійснювалася у кілька етапів і ґрунтувалася на поєднанні теоретичного аналізу та емпіричної перевірки. На першому етапі для виокремлення ключових екзистенційних категорій було проведено теоретичний аналіз основних положень екзистенційної психології та логотерапії, зокрема концептів сенсу життя, вибору, самотрансценденції, самодистанціювання та самореалізації. Також було проаналізовано наявні психодіагностичні методики, релевантні темі. На другому етапі було сформовано первинну модель методики, що передбачала структурування виокремлених концептів у вигляді доменів та вимірів, які розглядалися як аналітичні одиниці і могли бути емпірично оцінені. На третьому етапі для кількісної оцінки доменів було розроблено пункти опитувальника. Твердження формулювалися з урахуванням вимог зрозумілості та нейтральності, що є особливо важливим при роботі з екзистенційними категоріями.

Емпірична частина дослідження мала пілотний дизайн і була спрямована на первинну психометричну апробацію методики ІСЖ. Збір даних проводився в онлайн-форматі за розробленою методикою ІСЖ. У дослідженні взяли участь 76 повнолітніх респондентів: дорослі українці (віком 18–71 років, із них 12 чоловіків та 64 жінки), які користуються цифровими технологіями. Дані було зібрано на добровільній основі з дотриманням принципів анонімності та конфіденційності. Вибірка формувалася за принципом добровільної участі методом снігової кулі.

Опитувальник складається з 15 тверджень, оцінюваних за лінійною шкалою від 0 ("зовсім не згоден / згодна") до 10 ("повністю згоден / згодна"). Методика спрямована на оцінку інтегрального показника сенсовного життя та його складових доменів. Додатково респондентам було надано питання щодо самооцінки відчуття щастя за шкалою від 0 до 10 (Ronzhes, 2024). Це питання не включалося до структури ІСЖ і розглядалося як окремий показник для подальшого порівняльного аналізу.

Після заповнення анкети респонденти отримували індивідуальний зворотний зв'язок із пілотною інтерпретацією результатів, що також дозволяло зібрати якісний фідбек щодо суб'єктивної релевантності отриманих показників. Для автоматизованої обробки даних був сконструйований вебінструмент, який дозволяє респонденту

отримати пілотні результат та інтерпретацію одразу після анкетування, а також надати свої коментарі щодо методики ІСЖ. Технічно вебінструмент реалізовано через такі засоби: гугл-форму; гугл-таблицю; авторську програму на App script для миттєвої обробки даних та додавання результатів у гугл-таблицю опитування; вебсторінку для надання респонденту ймовірних результатів та отримання зворотного зв'язку.

Для статистичного аналізу даних застосовувалися методи описової статистики, аналіз нормальності розподілу, оцінка внутрішньої узгодженості шкали за коефіцієнтами α Кронбаха та ω Макдональда, експлораторний факторний аналіз (EFA), а також кореляційний аналіз (коефіцієнт Пірсона) для оцінки зв'язків між показниками ІСЖ та самооцінкою відчуття щастя. Перед проведенням факторного аналізу було перевірено придатність вибірки за допомогою критерію Кайзера–Мейєра–Олкіна (KMO) та тесту сферичності Бартлетта. Статистична обробка здійснювалася з використанням програмного забезпечення JASP.

Результати

Розробка методики "Індекс сенсовного життя". ІСЖ розроблена як спроба операціоналізації екзистенційних категорій через систему доменів, які відображають структурні компоненти сенсовного життя: сенс та життєва спрямованість, самотрансценденція, самодистанціювання, умови для самореалізації та глибинні зв'язки з іншими.

Опитувальник містить 15 тверджень, які оцінюються за шкалою від 0 до 10. Твердження рівномірно розподілені між п'ятьма зазначеними доменами, кожен з яких представлений трьома вимірами. Відповідно до логотерапевтичного припущення, що сенс життя реалізується як процес, що включає ціннісну орієнтацію, реалізацію в діях та рефлексію, у кожному домені окремо представлені три виміри: ціннісна орієнтація, дія та рефлексія (табл. 2).

Таблиця 2

Структура методики ІСЖ: значення доменів і вимірів та відповідні твердження

Домен	Зміст домену	Вимір 1: ціннісна орієнтація	Вимір 2: реалізація	Вимір 3: рефлексія
1. Сенс і життєва спрямованість	Усвідомлення цілей і напрямку життя	Орієнтація на сенс. *1. Я маю чітке відчуття, для чого я живу*	Реалізація цілей. *2. Мої щоденні дії відповідають моїм глибоким цінностям*	Осмислення життєвого шляху. *3. Моє життя має цінність для мене та/або не тільки для мене навіть у складні часи*
2. Самотрансценденція	Спрямованість за межі власного "Я"	Цінність внеску. *4. Те, що я роблю, приносить користь іншим людям або світу*	Дії для інших. *5. Мені важливо залишити після себе щось, що буде корисним іншим*	Усвідомлення значущості. *6. Я часто думаю про те, як бути частиною чогось більшого, ніж я сам(а), або відчуваю себе частиною більшого*
3. Самодистанціювання	Здатність до рефлексивної позиції	Усвідомлення переживань. *7. У стресових ситуаціях я здатен(на) подивитися на себе з боку*	Контроль реакцій. *8. Навіть у важкі моменти я відчуваю глибший сенс того, що відбувається, або намагаюся знайти його*	Аналіз власного стану. *9. Я не дозволяю емоціям повністю визначати мої вчинки*
4. Умови для самореалізації	Сприйняття можливостей реалізації	Відчуття ресурсів. *10. У мене є реальні можливості розвивати свої здібності*	Використання можливостей. *11. Моє середовище та/або оточення дозволяють мені бути собою та висловлювати свої думки*	Усвідомлення умов. *12. Я почуваюся в безпеці та маю підтримку для самореалізації*
5. Глибинні зв'язки	Якість значущих стосунків	Цінність взаємодії. *13. У моєму житті є люди, яким я можу довіряти на глибокому рівні*	Реальні зв'язки. *14. Зараз я почуваюся частиною спільноти або групи, де мене приймають*	Рефлексія відносин. *15. У мене є можливість для щирого, осмисленого спілкування з іншими*

Домен 1 "Сенс та життєва спрямованість" відображає наявність або відсутність внутрішнього вектора життя, який задає цілісність досвіду та визначає напрям особистісних рішень. Саме цей домен пов'язаний із здатністю людини усвідомлювати, для чого вона діє, та підтримувати довготривалу перспективу.

Домен 2 "Самотрансценденція" відображає здатність виходити за межі власних потреб і зосереджуватися на цінностях, що перевищують межі індивідуального "Я". У логотерапії цей аспект розглядається як ключовий механізм реалізації сенсу через служіння, відповідальність і включеність у щось більше за себе.

Домен 3 "Самодистанціювання" репрезентує рефлексивну здатність особистості займати позицію спостерігача щодо власних емоційних станів і реакцій. Цей компонент розглядається як необхідна умова збереження свободи вибору та суб'єктної позиції в ситуаціях напруження або кризи.

Домен 4 "Умови для самореалізації" відображає суб'єктивне переживання можливостей діяти, реалізовувати здібності та втілювати цінності в реальному житті. Він фіксує не зовнішні обставини як такі, а їх переживання людиною як сприятливих або обмежувальних для реалізації сенсу.

Домен 5 "Глибинні зв'язки з іншими" репрезентує міжособистісний вимір сенсу життя, пов'язаний із досвідом належності, довіри та значущих стосунків. У логотерапевтичному контексті цей домен відображає реалізацію сенсу у зустрічі з іншим.

Сформована доменна структура дозволяє розглядати ІСЖ як багатовимірний, але цілісний інструмент, спрямований на кількісну оцінку переживання сенсу життя як процесу реалізації суб'єктності.

Крім того, методика передбачає розмежування між інтегральним показником сенсовного життя та самооцінкою відчуття щастя, що дає змогу емпірично дослідити їх взаємозв'язок без змішування цих конструктів. Додатково наприкінці опитувальника респондентам запропоновано окреме питання щодо самооцінки відчуття щастя за шкалою від 0 до 10: "Наскільки ви зараз відчуваєте себе щасливою людиною? *(1 – зовсім не щасливо / 10 – дуже щасливо)*". Цей показник не включався до структури інтегрального індексу сенсовного життя та використовувався окремо для подальшого аналізу зв'язку між ІСЖ і суб'єктивною оцінкою щастя.

Слід враховувати, що питання про самооцінку відчуття щастя розміщене після блоку тверджень екзистенційного змісту. Така послідовність могла частково задавати респондентам певний інтерпретаційний контекст, у межах якого оцінка щастя здійснювалася вже не як цілком ізольоване судження, а на тлі попередньої актуалізації сенсу, цінностей, самореалізації та значущих зв'язків.

Розрахунок показників обчислюється як середнє значення суми відповідей на релевантні питання: так, кожен домен визначається як середнє значення трьох відповідних пунктів (домен 1: питання 1, 2, 3; домен 2: питання 4, 5, 6; домен 3: питання 7, 8, 9; домен 4: питання 10, 11, 12; домен 5: питання 13, 14, 15). Інтегральний показник ІСЖ обчислюється як середнє значення п'яти доменів (або середнє значення від суми відповідей на питання 1–15). Крім цього, наприкінці опитувальника респондентам пропонувалося окреме питання щодо самооцінки відчуття щастя за шкалою від 0 до 10. Цей показник не включається до структури ІСЖ та використовується для аналізу його зв'язку із сенсовним життям, тобто зіставлення самооцінки респондентом відчуття щастя із сенсовністю його життя.

Метаматико-статистичний аналіз пілотних результатів. На першому етапі було проаналізовано *описові статистики* інтегрального показника ІСЖ та його доменів. У вибірці найвищий середній показник зафіксовано для домену 5 "Глибинні зв'язки" (M = 8,035), найнижчий – для домену 3 "Самодистанціювання" (M = 7,167), що може свідчити про відносно меншу вираженість рефлексивної позиції порівняно з іншими компонентами сенсовного життя, наприклад стосунками та включеністю у взаємодію з іншими. Загальний індекс ІСЖ становив 7,682, а середня самооцінка щастя – 6,974.

Усі основні показники нормальності розподілу відхиляються від нормального розподілу (що підтверджено критерієм Шапіро–Вілка) (табл. 3), тому в подальшому аналізі поряд із параметричними методами доречно використовувати непараметричні коефіцієнти кореляції Spearman ρ.

Таблиця 3

Описові статистики ІСЖ та його доменів

Показник	M	SD	Min	Max	Shapiro–Wilk	p
Домен 1. Сенс і життєва спрямованість	7,675	1,614	2,670	10,00	0,932	< .001
Домен 2. Самотрансценденція	7,838	1,679	4,000	10,00	0,931	< .001
Домен 3. Самодистанціювання	7,167	1,564	3,000	10,00	0,965	.034
Домен 4. Умови для самореалізації	7,693	1,727	3,000	10,00	0,930	< .001
Домен 5. Глибинні зв'язки	8,035	1,888	2,670	10,00	0,884	< .001
Інтегральний показник ІСЖ	7,682	1,348	4,270	10,00	0,941	.001
Самооцінка відчуття щастя	6,974	1,811	3,000	10,00	0,937	< .001

Аналіз *внутрішньої узгодженості* показав високий рівень надійності інтегрального показника ІСЖ (ω = 0,900, α = 0,899), що свідчить про високу узгодженість пунктів і дозволяє розглядати методику як цілісний інструмент.

Показники надійності (McDonald's ω та Cronbach's α) підшкал варіюють від помірних до високих, що є типовим для коротких трьохпунктових субшкал. Найнижчий α зафіксовано для домену 2 "Самотрансценденція" (0,629), найвищий – для домену 5 "Глибинні зв'язки" (0,836).

Водночас аналіз субшкал показує певну варіативність рівня узгодженості між доменами, що є очікуваним з огляду на невелику кількість пунктів у кожному з них (по три). Це вказує на доцільність подальшої перевірки субшкал у майбутніх дослідженнях. Аналіз кореляцій "пункт–шкала" засвідчив, що всі твердження роблять позитивний внесок у загальну узгодженість методики. Видалення окремих пунктів не призводило до істотного зростання коефіцієнтів надійності, що підтверджує доцільність збереження повної структури шкали на етапі пілотної апробації. Найнижчі скориговані кореляції "пункт–шкала" мають пункти-питання 5 та 9, а найвищі – пункти-питання 1, 14, 15 (табл. 4).

Таблиця 4

Пункти з найслабшим і найсильнішим внеском у загальну шкалу

Пункт і твердження	Item–rest correlation	α if item dropped
9. *Я не дозволяю емоціям повністю визначати мої вчинки*	0,335	0,900
5. *Мені важливо залишити після себе щось, що буде корисним іншим"*	0,346	0,900
10. *У мене є реальні можливості розвивати свої здібності*	0,689	0,889
14. *Зараз я почуваюся частиною спільноти або групи, де мене приймають*	0,718	0,886
15. *У мене є можливість для щирого, осмисленого спілкування з іншими*	0,712	0,887
1. *Я маю чітке відчуття, для чого я живу*	0,756	0,886

Для аналізу факторної структури методики було проведено *експлораторний факторний аналіз*. Показник адекватності вибірки Кайзера–Маєра–Олкіна (KMO) становить 0,848, що свідчить про придатність даних для факторного аналізу. Тест сферичності Бартлетта виявився статистично значущим ($\chi^2(105) = 583,765$, $p < .001$), що підтверджує наявність кореляцій між змінними та можливість факторизації.

Результати експлораторного факторного аналізу показали наявність одного домінантного фактора із власним значенням 5,940, який пояснює 39,6 % дисперсії. Такі результати дозволяють розглядати ІСЖ як інтегральний показник сенсовного життя, незважаючи на наявність доменної структури.

Scree plot та паралельний аналіз, проведені для визначення кількості факторів, свідчать на користь однофакторної структури методики. Як видно з рис. 1, лише

перший фактор має власне значення, яке перевищує відповідні значення, отримані на основі симульованих даних. Інші фактори не перевищують цей поріг, що підтверджує доцільність виділення одного фактора.

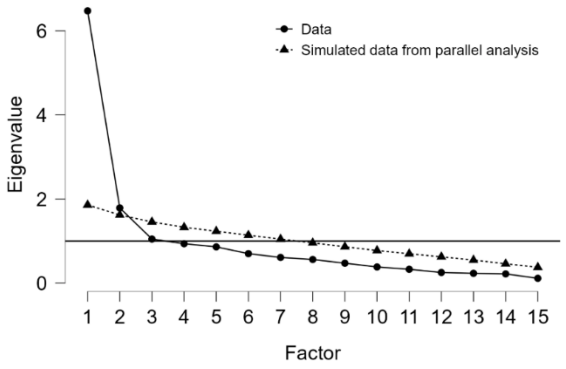


Рис. 1. Scree plot та результати паралельного аналізу для визначення кількості факторів ІСЖ

Домени ІСЖ було сформовано як теоретично обґрунтовані аналітичні компоненти сенсовного життя відповідно до положень логотерапії. Експлораторний факторний аналіз показав, що ці компоненти характеризуються високою внутрішньою інтегрованістю та утворюють єдиний латентний конструкт. Отже, інтегральний показник ІСЖ відображає загальний рівень сенсовного життя, тоді як доменні показники зберігають самостійну аналітичну цінність для більш детального опису його окремих аспектів.

Високі факторні навантаження спостерігаються для більшості пунктів шкали, незалежно від їх доменної належності (табл. 5). Така структура свідчить про доречність інтерпретації ІСЖ як інтегрального показника переживання сенсу життя, що включає різні, але взаємопов'язані аспекти. Отримані результати узгоджуються з теоретичним припущенням про цілісність сенсового досвіду та можливість його узагальненого кількісного представлення на рівні загального індексу.

Твердження 5 ("Мені важливо залишити після себе щось, що буде корисним іншим") та 9 ("Я не дозволяю емоціям повністю визначати мої вчинки") мають дуже високу унікальність (0,888 і 0,892 відповідно), тобто слабше входять у загальний фактор. Найвищі факторні навантаження мають пункти 1, 14, 15, 12, 10, тоді як 5 і 9 виглядають найслабшими щодо інтегрального фактора і можуть бути кандидатами для подальшого перегляду формулювань.

Таблиця 5

Факторні навантаження пунктів ІСЖ

Пункт та відповідне твердження	Фактор 1	Унікальність
1. *Я маю чітке відчуття, для чого я живу*	0,812	0,341
14. *Зараз я почуваюся частиною спільноти або групи, де мене приймають*	0,790	0,376
15. *У мене є можливість для щирого, осмисленого спілкування з іншими*	0,768	0,410
12. *Я почуваюся в безпеці та маю підтримку для самореалізації*	0,738	0,455
10. *У мене є реальні можливості розвивати свої здібності*	0,722	0,479
3. *Моє життя має цінність для мене та/або не тільки для мене навіть у складні часи*	0,692	0,521
4. *Те, що я роблю, приносить користь іншим людям або світу*	0,675	0,544
11. *Моє середовище та/або оточення дозволяють мені бути собою та висловлювати свої думки*	0,623	0,612
8. *Навіть у важкі моменти я відчуваю глибший сенс того, що відбувається, або намагаюся знайти його*	0,589	0,653
2. *Мої щоденні дії відповідають моїм глибоким цінностям*	0,581	0,663
7. *У стресових ситуаціях я здатен(на) подивитися на себе з боку*	0,571	0,674
13. *У моєму житті є люди, яким я можу довіряти на глибокому рівні*	0,518	0,732
6. *Я часто думаю про те, як бути частиною чогось більшого, ніж я сам(а), або відчуваю себе частиною більшого*	0,424	0,820

На рівні доменів найвищі кореляції самооцінки щастя зафіксовано з доменом 4 "Умови для самореалізації" (ρ = 0,661) та з доменом 5 "Глибинні зв'язки з іншими" (ρ = 0,620). Помірні зв'язки виявлено з доменами 1 "Сенс і життєва спрямованість" та 2 "Самотрансценденція". Найслабший, але статистично значущий зв'язок спостерігається між щастям і доменом 3 "Самодистанціювання" (ρ = 0,293, p = .010).

Виявлено статистично значущий позитивний зв'язок між інтегральним показником ІСЖ та самооцінкою відчуття щастя (ρ = 0,661; p < .001). У нашому дослідженні самооцінка щастя не розглядалася як прямий показник екзистенційного благополуччя або реалізації сенсу життя. Вона використовувалася як окремий суб'єктивний показник, зв'язок якого із сенсовним життям становив дослідницький інтерес. Отже, отримані результати не дозволяють робити висновок про тотожність самооцінки щастя логотерапевтичному розумінню щастя за В. Франклом, а лише демонструють наявність статистичного зв'язку між цими конструкціями.

Така картина (табл. 6) свідчить про те, що переживання щастя у учасників опитування більшою мірою пов'язане з міжособистісним виміром та можливістю реалізації, ніж із рефлексивними аспектами сенсовного життя. Візуалізація кореляцій у вигляді теплової карти демонструє високі позитивні зв'язки інтегрального показника ІСЖ з усіма його доменами, що дозволяє припустити його інтегральний характер (рис. 2).

Додатково було проаналізовано *суб'єктивну оцінку відповідності пілотної інтерпретації самосприйняттю респондентів*. Після отримання автоматизованої інтерпретації частина учасників (N = 25) надала зворотний зв'язок та оцінила релевантність за шкалою від 0 до 5. Середній показник становив M = 4,52 (SD = 0,59), при цьому більшість респондентів (96 %) оцінили відповідність на рівні 4–5 балів. Це свідчить про високий рівень суб'єктивної оцінки релевантності пілотної інтерпретації результатів та їхню узгодженість із самосприйняттям учасників. Окремі респонденти також залишили текстові коментарі, які загалом підтверджують сприйняття методики як релевантної і як такої, що відображає індивідуальний досвід.

Узагальнення отриманих результатів пілотного дослідження показує, що методика ІСЖ може розглядатися як внутрішньо узгоджений інструмент із вираженою інтегральною структурою. Виявлені кореляційні зв'язки підтримують гіпотезу про зв'язок сенсовного життя з переживанням щастя, водночас демонструючи диференційований внесок

окремих доменів. Найбільший внесок у зв'язок із щастям мають домени, пов'язані із самореалізацією та міжособистісними відносинами, тоді як рефлексивні компоненти відіграють менш виражену роль. Виявлений зв'язок між ІСЖ та відчуттям щастя узгоджується з припущенням щодо розгляду щастя як феномену, пов'язаного з реалізацією сенсу, але не зведеного до нього. Диференційований характер кореляцій між щастям і доменами ІСЖ вказує на складну внутрішню структуру сенсовного досвіду та потребує подальшого дослідження. Отримані емпіричні дані вказують на перспективність подальшої валідації розробленої методики ІСЖ та її використання як інструменту для дослідження сенсу життя й пов'язаних із ним екзистенційних процесів.

Таблиця 6

Кореляції між ІСЖ, доменами та самооцінкою щастя

Змінні	ρ Spearman	p
Інтегральний ІСЖ – самооцінка щастя	0,661	< .001
Інтегральний ІСЖ – Домен 1	0,835	< .001
Інтегральний ІСЖ – Домен 2	0,715	< .001
Інтегральний ІСЖ – Домен 3	0,735	< .001
Інтегральний ІСЖ – Домен 4	0,812	< .001
Інтегральний ІСЖ – Домен 5	0,762	< .001
Самооцінка щастя – Домен 1	0,530	< .001
Самооцінка щастя – Домен 2	0,444	< .001
Самооцінка щастя – Домен 3	0,293	.010
Самооцінка щастя – Домен 4	0,661	< .001
Самооцінка щастя – Домен 5	0,620	< .001
Домен 1 – Домен 2	0,515	< .001
Домен 1 – Домен 3	0,541	< .001
Домен 1 – Домен 4	0,655	< .001
Домен 1 – Домен 5	0,633	< .001
Домен 2 – Домен 3	0,541	< .001
Домен 2 – Домен 4	0,370	< .001
Домен 2 – Домен 5	0,303	.008
Домен 3 – Домен 4	0,457	< .001
Домен 3 – Домен 5	0,353	.002
Домен 4 – Домен 5	0,.777	< .001

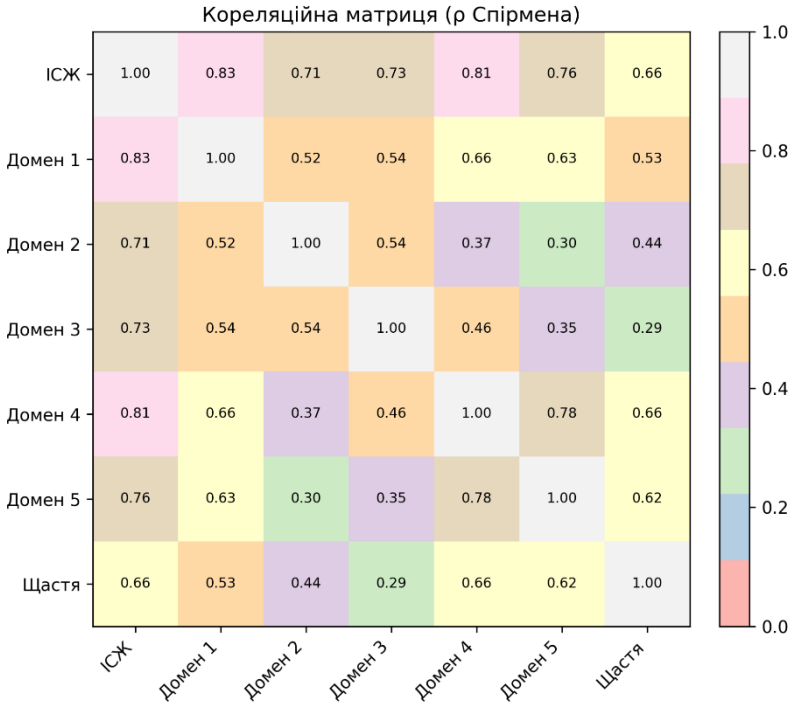


Рис. 2. Теплова карта кореляцій між інтегральним показником ІСЖ, його доменами та самооцінкою відчуття щастя

Дискусія і висновки

Таким чином, отримані результати пілотної апробації свідчать про високий рівень внутрішньої узгодженості методики ІСЖ та про відображення єдиного латентного конструкту, тому вона може розглядатися як цілісний інструмент для оцінки сенсовного життя. Результати факторного аналізу, зокрема наявність одного домінантного фактора, свідчать про інтегральний характер сенсовного життя як психологічного явища. Отримана однофакторна структура не суперечить запропонованій доменній моделі ІСЖ, а свідчить про інтегрованість теоретично виокремлених компонентів у межах єдиного конструкта сенсовного життя. Це дозволяє використовувати інтегральний показник для загальної оцінки, а доменні показники – для

більш детального психологічного аналізу. Незважаючи на те, що методика структурована за доменним принципом, отримані дані дають змогу припустити, що всі домени є складовими єдиного більш загального виміру, пов'язаного з переживанням сенсу життя.

Водночас варто зазначити, що доменна структура не втрачає свого значення, оскільки окремі компоненти сенсовного життя демонструють різну силу зв'язку із самооцінкою відчуття щастя. Виявлений статистично значущий позитивний зв'язок між ІСЖ та самооцінкою відчуття щастя узгоджується з положеннями логотерапії В. Франкла, відповідно до яких щастя не є самостійною метою, а виникає як наслідок реалізації сенсу. Водночас важливим є те, що зв'язок між ІСЖ та самооцінкою щастям не є тотожним, що визначає доцільність їх розмежування як окремих конструктів, а самооцінка щастя виступає як супровідний, але не визначальний показник сенсовного життя.

Додатковим суб'єктивним свідоцтвом значущості методики ІСЖ є висока оцінка відповідності результатів від респондентів, які надали зворотний зв'язок.

Обмеження дослідження. Отримані результати слід інтерпретувати з урахуванням низки обмежень. По-перше, дослідження має пілотний характер і базується на відносно невеликій вибірці, що обмежує можливості узагальнення результатів. По-друге, у межах цього дослідження не проводилася перевірка тест-ретест надійності, що не дозволяє оцінити стабільність показників у часі. По-третє, відсутній аналіз конвергентної та дискримінантної валідності з використанням інших психодіагностичних інструментів. Окремим обмеженням є використання одноелементної самооцінки щастя, яка не дозволяє охопити багатовимірність цього конструкта.

Також слід враховувати, що інтерпретація рівнів ІСЖ на цьому етапі має орієнтовний характер і базується на теоретичних засадах, тому й потребує подальшої емпіричної перевірки та уточнення.

Подальші дослідження також можуть бути спрямовані на розширення вибірки та перевірку факторної структури методики на більшій кількості респондентів.

Також перспективним напрямом є проведення досліджень конвергентної валідності з використанням існуючих інструментів вимірювання сенсу життя. Для подальшої валідації ІСЖ найбільш доречними зовнішніми методиками порівняння виглядають MLQ і PIL як найближчі за тематикою сенсу життя, а також, за потреби, OxCAP-MH для перевірки збігу саме з доменом умов для самореалізації.

Окремим напрямом є аналіз тест-ретест надійності та дослідження чутливості методики до змін у межах інтервенційних програм або значних для особистості змін та подій. Також перспективним є розвиток наявного цифрового інструменту методики до формату для збору лонгітюдних даних і аналізу динаміки сенсовного життя.

Отже, поставлені завдання було виконано, отримані результати підтримують обидві гіпотези: існує статистично значущий позитивний зв'язок між показником ІСЖ та самооцінкою відчуття щастя; окремі домени ІСЖ мають різну силу зв'язку із самооцінкою відчуття щастя. Інтегральний характер ІСЖ та його зв'язок із щастям свідчать про те, що наявність сенсовного вектора забезпечує внутрішню узгодженість і спрямованість життєвої активності, тому сенс життя може бути розглянутий як важливий компонент суб'єктності особистості.

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу olena.ronzhes@gmail.com

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Ронжес, О. (2025). *Психологічна, психофізіологічна та соціальна адаптація людини в період активного переходу до цифрових технологій* [Дисертація д-ра філософії, Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна]. https://www.researchgate.net/publication/392763886_PhD_Thesis_Psihologicna_psihofiziologicna_ta_socialna_adaptacia_ludini_v_period_aktivnogo_perehodu_do_cifrovih_tehnologij_Psychological_psychophysiological_and_social_adaptation_of_a_person_during_the

Aho, K. (2023). *Existentialism (stanford encyclopedia of philosophy)*. Stanford Encyclopedia of Philosophy. https://plato.stanford.edu/entries/existentialism

Anagnostopoulos, F. (2023). Life attitude profile. У *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (pp. 3834–3836). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1_1637

Balázs, P. G., Łaszewska, A., Simon, J., & Brodszky, V. (2024). Population normative data for OxCAP-MH capability scores. *The European Journal of Health Economics*, 26, 223–231. https://doi.org/10.1007/s10198-024-01696-w

Bertalanffy, L. V. (1950). An outline of general system theory. *The British Journal for the Philosophy of Science*, 1(2), 134–165. https://doi.org/10.1093/bjps/i.2.134

Binswanger, L. (1968). *Being-in-the-world: Selected papers*. Harper & Row. https://archive.org/details/beingintheworlds00bins

Boulding, K. E. (1956). General systems theory—the skeleton of science. *Management Science*, 2(3), 197–208. https://doi.org/10.1287/mnsc.2.3.197

Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200–207. https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1097-4679(196404)20:2%3C200::AID-JCLP2270200203%3E3.0.CO;2-U

Eztests. (2021). *Шкала психологічного благополуччя [К. ріфф]*. Психологічні методики та тести. https://www.eztests.xyz/tests/personality_ryff/

Frankl, V. (1963). *Man's Search for Meaning*. Washington Square Press. https://dn710208.ca.archive.org/0/items/frankl-viktor-mans-search-for-meaning-1963/FRANKL_Viktor_Man%27s_Search_For_Meaning-1963_text.pdf

Frankl, V. E. (1990). Science, man and meaning. У *From neuron to action* (pp. 329–334). Springer Berlin Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-662-02601-4_37

García-Alandete, J., Marco, J. H., & Pérez, S. (2017). Purpose-in-Life test: Comparison of the main models in patients with mental disorders. *The Spanish Journal of Psychology*, 20. https://doi.org/10.1017/sjp.2017.28

Helter, T. M., et al. (2021). Internal and external aspects of freedom of choice in mental health: Cultural and linguistic adaptation of the Hungarian version of the OxCAP-MH. *BMC Psychology*, 9(1). https://doi.org/10.1186/s40359-021-00660-0

Hoffman, L. (2017). *Key figures in existential-humanistic therapy – existential therapy*. Existential Therapy – An Introduction to Existential-Humanistic Psychology and Therapy. https://existential-therapy.com/key-figures-in-existential-humanistic-therapy/

Horn, C. (2013). Happiness and the meaning of life. In: *On Meaning in Life*. Berlin–Boston: De Gruyter. https://doi.org/10.1515/9783110324242.9

Jovanović, V., Ilić, M., Šakan, D., & Brdar, I. (2024). The meaning in life questionnaire: Revisiting the evidence of validity and measurement invariance using the exploratory structural equation modeling. *Assessment*. https://doi.org/10.1177/10731911241304223

Kierkegaard, S. (1982). The concept of anxiety. *Psychological Medicine. Princeton university press*, 12(1), 215. https://doi.org/10.1017/s0033291700043567

Lichtenthaler, U. (2025). From VUCA and BANI to a PUMO world: Why agile innovation is not enough. *International Journal of Innovation and Technology Management*. https://doi.org/10.1142/S0219877025500129

Levenets, N. (2021). Existential factors of subjective well-being in student youth. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. Psychology Series*, 70, 15–21. https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/17449

Negri, L., Bassi, M., & Delle Fave, A. (2019). Italian validation of the meaning in life questionnaire: Factor structure, reliability, convergent, and discriminant validity. *Psychological Reports*, 123(2), 578–600. https://doi.org/10.1177/0033294118821302

Nietzsche, F. (2006). *Thus spoke zarathustra (Cambridge texts in the history of philosophy)*. Cambridge University Press.

Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). *Manual for the Spiritual Well-Being Scale*. Westmont College. https://www.westmont.edu/sites/default/files/users/user401/SWBS%20Manual%2 02.0_0.pdf

Picardi, A., & Filastro, A. (2025). Development and validation of a self-report measure of existential well-being. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 21(1). https://doi.org/10.2174/0117450179366317250410071321

Ronzhes, O., Khmelova, N. (2025a). Development of existential subjectivity of youth: Testing of the logotherapeutic training "Ways to the Future". *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 31, 39–50. https://sppstudios.com.ua/en/journals/vol-31-no-1-2025/development-of-existenti al-subjectivity-of-youth-testing-of-the-logotherapeutic-training-ways-to-the-future

Ronzhes, O., & Khmelyova, N. (2025b). Meaning of life and happiness in logotherapy: Challenges of social and political implementation. *Problems of Political Psychology*, 17. https://doi.org/10.33120/popp-vol17-year2025-193

Ronzhes, O. (2024). Meaningful Life Index (MLI). Google Forms. URL: https://forms.gle/2oFZKkwfwT9B6Jyy7

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2023). Self-Determination theory. У *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (pp. 6229–6235). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1_2630

Sartre, J. P. (1957). *Being and nothingness: An essay on phenomenological ontology*. Methuen & Co. https://dhspriory.org/kenny/PhilTexts/Sartre/BeingAndNothingness.pdf

Sharif-Nia, H., Froelicher, E. S., Hejazi, S., Moshtagh, M., Goudarzian, A. H., & Ebrahimi, F. (2023). Cross-Cultural evaluation of the psychometric properties of the spiritual well-being scale: A systematic review. *Journal of Religion and Health*. https://doi.org/10.1007/s10943-023-01778-8

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80

Trakhtenberg, E. C. (2009). *What Constitutes Happiness? Self-Perceived Quality of Life Scale: Theoretical Framework and Development*. Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller.

Uher, J., et al. (2025). Psychology's Questionable Research Fundamentals (QRFs): Key problems in quantitative psychology and psychological measurement beyond Questionable Research Practices (QRPs). *Frontiers in Psychology*, 16. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1553028

van Bruggen, V., ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2017). The existential concerns questionnaire (ecq)-development and initial validation of a new existential anxiety scale in a nonclinical and clinical sample. *Journal of Clinical Psychology*, 73(12), 1692–1703. https://doi.org/10.1002/jclp.22474

Vos, J. (2023). Existential psychological therapies: An overview of empirical research. *Pratiques Psychologiques*, 29(4), 211–229. https://doi.org/10.1016/j.prps.2023.06.001

Vos, J., Craig, M., & Cooper, M. (2015). Existential therapies: A meta-analysis of their effects on psychological outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 83(1), 115–128. https://doi.org/10.1037/a0037167

Yalom, I. D. (2020). *Existential psychotherapy*. Basic Books.

References

Aho, K. (2023). *Existentialism (stanford encyclopedia of philosophy)*. Stanford Encyclopedia of Philosophy. https://plato.stanford.edu/entries/existentialism

Anagnostopoulos, F. (2023). Life attitude profile. У *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (pp. 3834–3836). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1_1637

Balázs, P. G., Łaszewska, A., Simon, J., & Brodszky, V. (2024). Population normative data for OxCAP-MH capability scores. *The European Journal of Health Economics*, 26, 223–231. https://doi.org/10.1007/s10198-024-01696-w

Bertalanffy, L. V. (1950). An outline of general system theory. *The British Journal for the Philosophy of Science*, 1(2), 134–165. https://doi.org/10.1093/bjps/i.2.134

Binswanger, L. (1968). *Being-in-the-world: Selected papers*. Harper & Row. https://archive.org/details/beingintheworlds00bins

Boulding, K. E. (1956). General systems theory—the skeleton of science. *Management Science*, 2(3), 197–208. https://doi.org/10.1287/mnsc.2.3.197

Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200–207. https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/1097-4679(196404)20:2%3C200::AID-JCLP2270200203%3E3.0.CO;2-U

Eztests. (2021). *Шкала психологічного благополуччя [К. ріфф]*. Психологічні методики та тести. https://www.eztests.xyz/tests/personality_ryff/

Frankl, V. (1963). *Man's Search for Meaning*. Washington Square Press. https://dn710208.ca.archive.org/0/items/frankl-viktor-mans-search-for-meaning-1963/FRANKL_Viktor_Man%27s_Search_For_Meaning-1963_text.pdf

Frankl, V. E. (1990). Science, man and meaning. У *From neuron to action* (pp. 329–334). Springer Berlin Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-662-02601-4_37

García-Alandete, J., Marco, J. H., & Pérez, S. (2017). Purpose-in-Life test: Comparison of the main models in patients with mental disorders. *The Spanish Journal of Psychology*, 20. https://doi.org/10.1017/sjp.2017.28

Helter, T. M., et al. (2021). Internal and external aspects of freedom of choice in mental health: Cultural and linguistic adaptation of the Hungarian version of the OxCAP-MH. *BMC Psychology*, 9(1). https://doi.org/10.1186/s40359-021-00660-0

Hoffman, L. (2017). *Key figures in existential-humanistic therapy – existential therapy*. Existential Therapy – An Introduction to Existential-Humanistic Psychology and Therapy. https://existential-therapy.com/key-figures-in-existential-humanistic-therapy/

Horn, C. (2013). Happiness and the meaning of life. In: *On Meaning in Life*. Berlin–Boston: De Gruyter. https://doi.org/10.1515/9783110324242.9

Jovanović, V., Ilić, M., Šakan, D., & Brdar, I. (2024). The meaning in life questionnaire: Revisiting the evidence of validity and measurement invariance using the exploratory structural equation modeling. *Assessment*. https://doi.org/10.1177/10731911241304223

Kierkegaard, S. (1982). The concept of anxiety. *Psychological Medicine. Princeton university press*, 12(1), 215. https://doi.org/10.1017/s0033291700043567

Lichtenthaler, U. (2025). From VUCA and BANI to a PUMO world: Why agile innovation is not enough. *International Journal of Innovation and Technology Management*. https://doi.org/10.1142/S0219877025500129

Levenets, N. (2021). Existential factors of subjective well-being in student youth. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. Psychology Series*, 70, 15–21. https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/17449

Negri, L., Bassi, M., & Delle Fave, A. (2019). Italian validation of the meaning in life questionnaire: Factor structure, reliability, convergent, and discriminant validity. *Psychological Reports*, 123(2), 578–600. https://doi.org/10.1177/0033294118821302

Nietzsche, F. (2006). *Thus spoke zarathustra (Cambridge texts in the history of philosophy)*. Cambridge University Press.

Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). *Manual for the Spiritual Well-Being Scale*. Westmont College. https://www.westmont.edu/sites/default/files/users/user401/SWBS%20Manual%2 02.0_0.pdf

Picardi, A., & Filastro, A. (2025). Development and validation of a self-report measure of existential well-being. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 21(1). https://doi.org/10.2174/0117450179366317250410071321

Ronzhes, O., Khmelova, N. (2025a). Development of existential subjectivity of youth: Testing of the logotherapeutic training "Ways to the Future". *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 31, 39–50. https://sppstudios.com.ua/en/journals/vol-31-no-1-2025/development-of-existenti al-subjectivity-of-youth-testing-of-the-logotherapeutic-training-ways-to-the-future

Ronzhes, O., & Khmelyova, N. (2025b). Meaning of life and happiness in logotherapy: Challenges of social and political implementation. *Problems of Political Psychology*, 17. https://doi.org/10.33120/popp-vol17-year2025-193

Ronzhes, O. (2024). Meaningful Life Index (MLI). Google Forms. URL: https://forms.gle/2oFZKkwfwT9B6Jyy7

Ronzhes, O. (2025). *Psychological, psychophysiological and social adaptation of a person during the period of active transition to digital technologies* [Doctoral dissertation, V. N. Karazin Kharkiv National University] [in Ukrainian]. https://www.researchgate.net/publication/392763886_PhD_Thesis_Psihologicna_psihofiziologicna_ta_socialna_adaptacia_ludini_v_period_aktivnogo_perehodu_do_cifrovih_tehnologij_Psychological_psychophysiological_and_social_adaptation_of_a_person_during_the

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2023). Self-Determination theory. У *Encyclopedia of quality of life and well-being research* (pp. 6229–6235). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-031-17299-1_2630

Sartre, J. P. (1957). *Being and nothingness: An essay on phenomenological ontology*. Methuen & Co. https://dhspriory.org/kenny/PhilTexts/Sartre/BeingAndNothingness.pdf

Sharif-Nia, H., Froelicher, E. S., Hejazi, S., Moshtagh, M., Goudarzian, A. H., & Ebrahimi, F. (2023). Cross-Cultural evaluation of the psychometric properties of the spiritual well-being scale: A systematic review. *Journal of Religion and Health*. https://doi.org/10.1007/s10943-023-01778-8

Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80

Trakhtenberg, E. C. (2009). *What Constitutes Happiness? Self-Perceived Quality of Life Scale: Theoretical Framework and Development*. Saarbrücken: VDM Verlag Dr. Müller.

Uher, J., et al. (2025). Psychology's Questionable Research Fundamentals (QRFs): Key problems in quantitative psychology and psychological measurement beyond Questionable Research Practices (QRPs). *Frontiers in Psychology*, 16. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1553028

van Bruggen, V., ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2017). The existential concerns questionnaire (ecq)-development and initial validation of a new existential anxiety scale in a nonclinical and clinical sample. *Journal of Clinical Psychology*, 73(12), 1692–1703. https://doi.org/10.1002/jclp.22474

Vos, J. (2023). Existential psychological therapies: An overview of empirical research. *Pratiques Psychologiques*, 29(4), 211–229. https://doi.org/10.1016/j.prps.2023.06.001

Vos, J., Craig, M., & Cooper, M. (2015). Existential therapies: A meta-analysis of their effects on psychological outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 83(1), 115–128. https://doi.org/10.1037/a0037167

Yalom, I. D. (2020). *Existential psychotherapy*. Basic Books.

Отримано редакцією журналу / Received: 03.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Olena RONZHES, PhD (Psychology), Master of Arts
ORCID ID: 0000-0003-3260-8996
e-mail: olena.ronzhes@gmail.com
V. N. Karazin Kharkiv National University, Kharkiv, Ukraine

MEANINGFUL LIFE INDEX: DEVELOPMENT AND PILOT TESTING OF THE METHODOLOGY

Background. ***In the contemporary context of uncertainty, crises, and the digitalization of the social environment, the problem of meaning in life acquires particular importance as a resource for maintaining personal agency and internal coherence. At the same time, existing psychodiagnostic instruments mainly assess the general level of meaning or the search for it and are less capable of capturing its structural and processual realization. The aim of this study is to develop and conduct a pilot testing of the "Meaningful Life Index" (MLI) as a tool for the quantitative analysis of existential categories, as well as to examine its relationship with self-reported happiness.***

Methods. ***The methodology was developed based on the principles of V. Frankl's logotherapy and existential psychology using a conceptual domain–dimension modeling approach. The questionnaire consists of 15 items grouped into five domains (meaning and life direction, self-transcendence, self-distancing, conditions for self-realization, and deep connections), each represented by three dimensions (value orientation, implementation, and reflection). The pilot study was conducted online on a sample of 76 respondents aged 18–71 years. Descriptive statistics, reliability analysis (Cronbach's α, McDonald's ω), exploratory factor analysis, and correlation analysis were applied.***

Results. ***The overall MLI demonstrated a high level of internal consistency (ω = 0.900; α = 0.899). Factor analysis revealed a single dominant factor (39.6 % of variance), confirming the integrative nature of the meaningful life construct. A statistically significant positive correlation was found between MLI and self-reported happiness (ρ = 0.661; p < .001). The strongest associations with happiness were observed for the domains "conditions for self-realization" (ρ = 0.661) and "deep connections" (ρ = 0.620), while the weakest was found for the self-distancing domain. Additional analysis of participants' feedback indicated a high level of correspondence between the results and respondents' self-perception (M = 4.52 out of 5, N = 25).***

Conclusions. ***The MLI is an internally consistent instrument with a pronounced integrative structure, allowing for the quantitative assessment of meaningful life as a multidimensional process of agency realization. The identified relationship with happiness supports the logotherapeutic assumption that happiness emerges as a byproduct of meaning realization. The results demonstrate the potential for further validation of the method and its application in research on existential well-being and agency in the contemporary social context.***

Keywords: ***meaning in life; meaningful life; existential categories; agency; logotherapy; self-reported happiness; psychometric validation/***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. У процесі підготовки рукопису було використано інструменти штучного інтелекту виключно для допомоги у перевірці граматики, орфографії та стилістичного оформлення тексту. ШІ не використовувався для проведення аналізу даних, інтерпретації результатів чи формування наукових висновків. Відповідальність за зміст, точність та наукову коректність матеріалу повністю несе автор.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies During the preparation of the manuscript, artificial intelligence tools were used solely to assist with grammar checking, spelling, and stylistic formatting of the text. AI was not used for data analysis, interpretation of results or drawing scientific conclusions. The author bears full responsibility for the content, accuracy, and scientific integrity of the material.

Етична декларація. Дослідження схвалено етичним комітетом Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна (протокол № 10 від 19.05.2025). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement. The study was approved by the Ethics Committee of V. N. Karazin Kharkiv National University (Protocol No. 10 dated May 19, 2025). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.923:7.01:159.954
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).18

Тетяна САЗОНОВА, асп.
ORCID ID: 0009-0006-2305-7933
e-mail: tpsazonova@gmail.com
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРЕДИКТОРИ ОСОБИСТІСНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ТВОРЧОЇ МИСТЕЦЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Вступ. *Сучасна мистецька діяльність розгортається в умовах швидких соціокультурних, технологічних та економічних змін, що висувають нові психологічні вимоги до митця. Професійний успіх залежить не лише від знань і здібностей, а й від особистісних рис, які забезпечують творчість, стійкість та адаптацію. Мета статті – визначити характеристики, що сприяють або перешкоджають готовності до мистецької діяльності.*

Методи. *У дослідженні використано авторський опитувальник особистісної готовності до творчої мистецької діяльності, опитувальник сильних рис характеру VIA-IS, короткий опитувальник "Велика п'ятірка" (BFI-10), Шкали психологічного благополуччя К. Ріфф, Шкалу толерантності до неоднозначності MSTAT-II, Шкалу когнітивної гнучкості (CFS), Опитувальник професійної життєстійкості та 10-пунктову шкалу резильєнтності Коннора–Девідсона (CD-RISC-10). Статистична обробка включала оцінку надійності авторського опитувальника, кореляційний аналіз і покроковий множинний регресійний аналіз для визначення психологічних предикторів окремих складових особистісної готовності.*

Результати. *Встановлено, що особистісна готовність до мистецької діяльності є багатомірним психологічним конструктом, який охоплює усвідомленість професійного вибору, творчу ідентичність, внутрішню мотивацію до творчої професії, автономію та сміливість самовираження, толерантність до невизначеності, ставлення до оцінювання і вразливості, ресурсність і готовність до професійної реалізації. Найвагомішими позитивними предикторами є сенс життя, відкритість досвіду, професійна життєстійкість, автономія, когнітивна відкритість, винахідливість, почуття прекрасного, хоробрість, психологічна включеність, самоприйняття та лідерські якості. Водночас встановлено, що нейротизм, надмірна орієнтація на жорсткий контроль, висока нормативність поведінки, надмірна стриманість і консерватизм можуть істотно знижувати готовність до творчої мистецької діяльності.*

Висновки. *Особистісна готовність до мистецької діяльності формується внаслідок взаємодії ціннісно-смислових, ресурсно-інструментальних і особистісно-регулятивних чинників. Провідне значення мають осмисленість професійної діяльності, внутрішня мотивація до творчості, відкритість новому досвіду, психологічна стійкість, автономність і здатність конструктивно діяти в умовах невизначеності.*

Ключові слова: *особистісна готовність; мистецька діяльність; мистецькі професії; творча ідентичність; внутрішня мотивація; психологічні ресурси; психологічне благополуччя; психологічні предиктори.*

Вступ

Сучасне мистецтво функціонує в умовах стрімких соціокультурних, технологічних та економічних трансформацій, що істотно змінюють не лише художні практики, а й психологічний зміст професійної діяльності митця. Будучи однією з форм суспільної свідомості, мистецтво є носієм культурних цінностей, способом осмислення соціальної реальності та важливим механізмом формування колективної ідентичності. У сучасних дослідженнях дедалі більше уваги приділяється не стільки естетичним характеристикам художнього твору, скільки психологічним, соціальним і технологічним умовам його створення та сприйняття.

У сучасних зарубіжних дослідженнях дедалі більше уваги приділяється трансформації мистецтва під впливом цифрових технологій. Так, Й. ван Хес, Т. Гроотсвагерс, Г. Квек та М. Варлет показали, що використання генеративного штучного інтелекту істотно змінює процес художнього сприйняття, критерії оцінювання мистецьких творів, уявлення про авторство та автентичність творчості (Hees et. al., 2025). Це свідчить про формування нового соціокультурного середовища, у якому майбутній митець має володіти художніми компетентностями і психологічною готовністю до професійної діяльності в умовах технологічних інновацій.

Подібні тенденції простежуються і в дослідженнях М. Ян, який довів, що сучасний розвиток декоративно-вжиткового мистецтва ґрунтується на інтеграції традиційної художньої культури та цифрових технологій (Yang, 2024). За таких умов професійна успішність митця дедалі більше визначається відкритістю новому досвіду, когнітивною гнучкістю, здатністю до неперервного навчання та адаптації.

Водночас сучасні дослідження творчого процесу демонструють, що художня діяльність є складною формою психологічної саморегуляції. Зокрема, А. Сольберг розглядає творчість як ітеративний процес взаємодії (тобто багаторазового повторення послідовності дій) митця з матеріалом, у якому художнє рішення формується шляхом постійного експериментування, перегляду попередніх рішень та конструктивного використання професійних обмежень (Solberg, 2020). У цьому підході підкреслюють важливість психологічної стійкості, винахідливості, здатності витримувати невизначеність і приймати професійний ризик як необхідні складові творчої діяльності.

Філософсько-психологічне осмислення мистецтва також зазнає суттєвого переосмислення. Дж. Стюарт, аналізуючи сучасну інтерпретацію естетики Гегеля, наголошує, що мистецтво залишається способом духовного самовираження особистості, у якому творча діяльність є формою реалізації людської свободи та особистісного смислу (Stewart, 2023). Таким чином, професійна діяльність митця, поряд із технічним виконанням художніх завдань, потребує сформованої системи особистісних цінностей, внутрішньої мотивації та професійної ідентичності.

У міждисциплінарних дослідженнях художнього сприйняття Ф. Відхоельцль та Е. Такмаз, використовуючи сучасні

© Сазонова Тетяна, 2026

моделі машинного навчання, показали можливість автоматизованого розпізнавання емоційного змісту абстрактного мистецтва (Widhoelzl, & Takmaz, 2024). Їхні результати підтверджують складність психологічних механізмів творчості та художнього сприйняття, а також необхідність подальшого вивчення особистісних чинників, що лежать в основі створення художнього образу.

Окремий напрям сучасних досліджень становить психологія професійного становлення митців. М. Бенедек, Е. Яук та А. Нойбауер встановили, що професійні художники істотно відрізняються від представників інших професій вищими показниками відкритості досвіду, творчої самоефективності, творчої ідентичності та внутрішньої мотивації (Benedek, Jauk, & Neubauer, 2025). Інші вчені показали, що художня ідентичність студентів формується як складний процес інтеграції особистісного досвіду, професійного самовизначення та творчого стилю, який значною мірою зумовлюється освітнім середовищем.

У дослідженнях психологічних ресурсів майбутніх митців встановлено визначальну роль психологічного благополуччя. Так, С. Цзінь та Ю. Є довели, що мистецька освіта позитивно впливає на психологічне благополуччя студентів завдяки розвитку креативності та самоефективності, які є чинниками професійного становлення (Jin, & Ye, 2022). Подібні результати отримали Р. М. Л. де Кастро та співавтори, показавши, що участь у мистецькій діяльності сприяє розвитку емпатії, особистісного зростання, рефлексії та інших психологічних ресурсів, необхідних для майбутньої професійної діяльності (de Castro et. al., 2022).

Особливу увагу сучасні автори (Henriksen et. al., 2022) приділяють ролі невизначеності у творчому процесі. Д. Хенріксен, К. Річардсон, Н. Грубер та П. Мішра обґрунтовують, що невизначеність є невід'ємною складовою творчої діяльності, а відкритість досвіду, психологічна гнучкість і толерантність до неоднозначності є необхідними умовами розвитку творчого потенціалу особистості.

Таким чином, у сучасних зарубіжних дослідженнях йдеться про те, що мистецька діяльність дедалі більше визначається взаємодією психологічних, соціокультурних і технологічних чинників. Водночас більшість наявних праць присвячена окремим аспектам творчості: впливу цифрових технологій, художньому сприйняттю, творчій ідентичності, психологічному благополуччю, мистецькій освіті або особливостям творчого процесу. Значно менше уваги приділено комплексному дослідженню особистісної готовності до творчої мистецької діяльності як самостійного психологічного феномену, визначенню її структурних компонентів та системи психологічних предикторів. У зв'язку з цим виникає необхідність емпіричного дослідження психологічних особливостей особистості, які забезпечують ефективне функціонування майбутнього митця в умовах сучасної мистецької діяльності.

Мета статті – з'ясувати особистісні характеристики, які сприяють формуванню готовності до творчої мистецької діяльності або, навпаки, знижують її.

Методи

В емпіричному дослідженні взяли участь 247 студентів закладів вищої освіти м. Києва, які здобувають освіту за мистецькими спеціальностями, віком від 17 до 30 років (середній вік – 19 років). Для дослідження психологічних предикторів особистісної готовності до творчої мистецької діяльності застосовано комплекс психодіагностичних методик. Особистісну готовність до творчої мистецької діяльності оцінювали за допомогою авторського опитувальника особистісної готовності до творчої мистецької діяльності. Для визначення її психологічних предикторів використано: опитувальник сильних рис характеру VIA-IS (C. Peterson, M. Seligman); короткий опитувальник «Велика п'ятірка» BFI-10 (B. Rammstedt, O. John); Шкали психологічного благополуччя К. Ріфф; Шкалу толерантності до неоднозначності MSTAT-II (D. McLain); Шкалу когнітивної гнучкості CFS (M. Martin, R. Rubin); Опитувальник професійної життєстійкості О. Кокуна; 10-пунктову шкалу резильєнтності Коннора–Девідсона CD-RISC-10. Статистичне опрацювання даних передбачало оцінювання надійності авторського опитувальника, кореляційний аналіз та множинний регресійний аналіз. Для визначення сукупності психологічних характеристик, що статистично прогнозують окремі складові особистісної готовності до творчої мистецької діяльності, застосовано покроковий множинний лінійний регресійний аналіз.

Результати

У вивченні надійності та валідності авторського опитувальника, спрямованого на дослідження особистісної готовності до мистецьких професій, доведено високий рівень надійності кожної складової опитувальника та однорідність внесених до неї тверджень. Кореляційним аналіз показав, що всі складові позитивно пов'язані між собою та з інтегральним показником на достатньому, але не на надмірному рівні.

Застосувавши регресійний аналіз для складових особистісної готовності до мистецької навчальної діяльності, здійснено спробу підтвердити та уточнити висновки, отримані в результаті проведеного кореляційного аналізу. Зокрема, використано покроковий регресійний аналіз для розрахунку лінійної регресії.

А. Усвідомленість професійного вибору. Проведений регресійний аналіз завершився на 7 кроці (пояснюється приблизно 38 % варіації, для психологічних досліджень складних особистісних конструктів такий показник є високим і репрезентативним). У табл. 1 показано модель для кроку 5.

Таблиця 1

Регресійна модель для залежної змінної "А. Усвідомленість професійного вибору"

Модель	R	R-квадрат	Скорегований R-квадрат	Стандартна похибка оцінки
7	,618[g]	,382	,364	,4788

g. Предиктори: (константа), включеність, почуття прекрасного, уміння бачити перспективу, справедливість, оптимізм (орієнтація на майбутнє), професійний компонент (життєстійкості), сенс життя

R = 0.618 свідчить про наявність сильного та стійкого сукупного зв'язку між незалежними змінними (предикторами) та залежною змінною. Стандартна похибка оцінки становить всього 0,482, що підтверджує високу точність регресійного рівняння. Модель пояснює лише частину варіації, але проведений ANOVA-аналіз показав значущу відмінність між часткою варіації, що ввійшла до моделі, та залишком (p<0,000). Як видно з табл. 2 незалежними змінними (предикторами) стали: включеність, почуття прекрасного, уміння бачити перспективу, справедливість, оптимізм (орієнтація на майбутнє), професійний компонент, сенс життя. У табл. 2 показано коефіцієнти для незалежних змінних.

Найвищий коефіцієнт має показник "Включеність", який як складник життєстійкості визначає глибоку залученість студента в події власного життя. Студенти з високою включеністю сприймають навчання та перші творчі спроби як важливий, життєво необхідний досвід, що напряму максимізує свідоме ставлення до обраного шляху. "Професійний компонент" життєстійкості дає змогу розрізнити творчість як майбутню професію від творчості як хобі. Наявність цього компонента вказує на те, що студент адаптує свій креативний потенціал до реальних умов праці, готовий діяти системно, сприймаючи труднощі професіоналізації як робочі завдання. "Справедливість" вказує на те, що усвідомлений вибір творчого шляху потребує від особистості внутрішньої чесності та об'єктивності в оцінці своїх можливостей та готовності нести відповідальність за результати мистецької праці. "Почуття прекрасного" вказує на те, що естетична чутливість, здатність помічати та цінувати красу є базовою цінністю для мистецької особистості. Почуття прекрасного слугує емоційним та ціннісним орієнтиром, що робить вибір професії внутрішньо виправданим. "Сенс життя" вказує, що наявність життєвих цілей у царині творчості виступає важливою опорою для усвідомлення професійного покликання; творча професія є способом реалізації загального життєвого сенсу. Показники "Уміння бачити перспективу" та "Оптимізм (орієнтація на майбутнє)" мають недостатню значущість, проте разом вказують на орієнтацію студентів на позитивне майбутнє.

Таблиця 2

Коефіцієнти для регресійної моделі для залежної змінної "А. Усвідомленість професійного вибору"

Регресійна модель		Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Значущість
		B	Стандартна помилка	Бета		
7	(Константа)	1,487	,246		6,05	,000
	Включеність	,040	,015	,192	2,66	,008
	Почуття прекрасного	,053	,023	,141	2,32	,021
	Уміння бачити перспективу	,040	,024	,099	1,67	,094
	Справедливість	,049	,021	,124	2,35	,020
	Оптимізм (орієнтація на майбутнє)	,043	,023	,107	1,88	,061
	Професійний компонент (життєстійкості)	,056	,024	,165	2,35	,019
	Сенс життя	,037	,019	,124	1,97	,050

Б. Творча ідентичність. Проведений регресійний аналіз завершився на 5 кроці (пояснюється приблизно 37 % варіації, для психологічних досліджень складних особистісних конструктів такий показник є високим і репрезентативним). У табл. 3 показано модель для кроку 5.

R = 0,606 свідчить про наявність сильного та стійкого сукупного зв'язку між незалежними змінними (предикторами) та залежною змінною. Стандартна похибка оцінки підтверджує високу точність регресійного рівняння. Модель пояснює лише частину варіації, але проведений ANOVA-аналіз показав значущу відмінність між часткою варіації, що ввійшла до моделі, та залишком (p<0,000). Як видно з табл. 3 незалежними змінними (предикторами) стали: відкритість досвіду, почуття прекрасного, винахідливість, професійний компонент (життєстійкості), контроль. У табл. 4 показані коефіцієнти для незалежних змінних.

Таблиця 3

Регресійна модель для залежної змінної "Б. Творча ідентичність"

Модель	R	R-квадрат	Скорегований R-квадрат	Стандартна похибка оцінки
5	,606[e]	,368	,354	,5442

e. Предиктори: (константа), відкритість досвіду, почуття прекрасного, винахідливість, професійний компонент (життєстійкості), контроль

Таблиця 4

Коефіцієнти для регресійної моделі для залежної змінної "Б. Творча ідентичність"

Регресійна модель		Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Значущість
		B	Стандартна помилка	Бета		
5	(Константа)	1,609	,238		6,75	,000
	Відкритість досвіду	,135	,027	,325	4,98	,000
	Почуття прекрасного	,070	,026	,165	2,65	,008
	Винахідливість	,070	,026	,164	2,68	,008
	Професійний компонент (життєстійкості)	,100	,028	,260	3,51	,001
	Контроль	-,047	,017	-,202	-2,85	,005

Показник "Відкритість досвіду" як і показник "Винахідливість" вказують на мистецьку чутливість, гнучкість у появі творчих ідей, здатність знаходити нестандартні рішення, практичну здатність знаходити нестандартні виходи із ситуацій та генерувати ідеї, що разом створюють базу мистецької ідентичності. "Професійний компонент (життєстійкості)" свідчить про те, що творча ідентичність формується не у вакуумі фантазій, а через реальне зіткнення з професійним контекстом та вміння долати труднощі у ньому. Опанування специфіки професійної діяльності допомагають закріпити образ "Я-професіонал у мистецькій сфері". "Почуття прекрасного" вказує на те, що здатність глибоко переживати красу підтримує Я-концепцію студентів як творчих особистостей, митців. Шкала "Контроль" у структурі життєстійкості відображає переконання людини в тому, що вона може повністю керувати подіями свого життя, контролювати процеси та результати. Творча ідентичність часто вимагає відмови від жорстких рамок, готовності до спонтанності, імпровізації. Прагнення до надмірного раціонального контролю блокує креативне самовідчуття і заважає формуванню гнучкої мистецької ідентичності. Саме тому для цього предиктора отримано негативний коефіцієнт.

В. Внутрішня мотивація до творчої професії. Проведений регресійний аналіз завершився на 6 кроці (пояснюється приблизно 28 % варіації, для психологічних досліджень складних особистісних конструктів такий показник є високим і репрезентативним). У табл. 5 показано модель для кроку 6.

Таблиця 5

Регресійна модель для залежної змінної "В. Внутрішня мотивація до творчої професії"

Модель	R	R-квадрат	Скорегований R-квадрат	Стандартна похибка оцінки
6	,526[f]	,276	,258	,5253

f. Предиктори: (константа), відкритість досвіду, сенс життя, когнітивна відкритість, смиренність та скромність, почуття прекрасного, винахідливість

R = 0,526 свідчить про наявність сильного та стійкого сукупного зв'язку між незалежними змінними (предикторами) та залежною змінною. Стандартна похибка оцінки підтверджує високу точність регресійного рівняння. Модель пояснює лише частину варіації, але проведений ANOVA-аналіз показав значущу відмінність між часткою варіації, що ввійшла до моделі, та залишком (p<0,000). Як видно з табл. 5 незалежними змінними (предикторами) стали: відкритість досвіду, сенс життя, когнітивна відкритість, смиренність та скромність, почуття прекрасного, винахідливість. У табл. 6 показано коефіцієнти для незалежних змінних.

Таблиця 6

Коефіцієнти для регресійної моделі для залежної змінної "В. Внутрішня мотивація до творчої професії"

Регресійна модель		Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Значущість
		B	Стандартна помилка	Бета		
5	(Константа)	1,458	,289		5,04	,000
	Відкритість досвіду	,057	,026	,153	2,16	,031
	Сенс життя	,054	,019	,176	2,87	,004
	Когнітивна відкритість	,032	,012	,165	2,62	,009
	Смиренність та скромність	-,073	,020	-,211	-3,61	,000
	Почуття прекрасного	,057	,026	,149	2,18	,030
	Винахідливість	,051	,026	,135	1,98	,048

Отримані результати також перегукуються із результатами для складових "А. Усвідомленість професійного вибору" та "Б. Творча ідентичність". Це стосується показників "Сенс життя", "Відкритість досвіду", "Винахідливість", "Почуття прекрасного". Тобто внутрішня мотивація до мистецької професії базується на тому, що особистість відчуває себе творцем і вірить у вірність зробленого професійного вибору. До того ж "Винахідливість" за своєю суттю схожа з показником "Когнітивна відкритість", разом вони перетворюють будь-яку складну творчу, мистецьку проблему на захопливий ментальний пошук, що підкріплює інтерес до процесу її розв'язання. Негативний знак коефіцієнта для показника "Смиренність та скромність" вказує на те, що прагнення до стриманості, надмірного самообмеження, розсудливості та консервативного контролю за творчими імпульсами руйнує внутрішню мотивацію митця до творчості.

Г. Автономія та сміливість самовираження. Проведений регресійний аналіз завершився на 3 кроці (пояснюється приблизно 39 % варіації, для психологічних досліджень складних особистісних конструктів такий показник є високим і репрезентативним). У табл. 7 показано модель для кроку 3.

Таблиця 7

Регресійна модель для залежної змінної "Г. Автономія та сміливість самовираження"

Модель	R	R-квадрат	Скорегований R-квадрат	Стандартна похибка оцінки
3	,628[c]	,395	,387	,5411

c. Предикторм: (константа), автономія, лідерські якості, почуття прекрасного

R = 0,628 свідчить про наявність сильного та стійкого сукупного зв'язку між незалежними змінними (предикторами) та залежною змінною. Стандартна похибка оцінки підтверджує високу точність регресійного рівняння. Модель пояснює лише частину варіації, але проведений ANOVA-аналіз показав значущу відмінність між часткою варіації, що ввійшла до моделі, та залишком (p<0,000). Як видно з табл. 7 незалежними змінними (предикторами) стали: автономія, лідерські якості, почуття прекрасного. У табл. 8 показано коефіцієнти для незалежних змінних.

Таблиця 8

Коефіцієнти для регресійної моделі для залежної змінної "Г. Автономія та сміливість самовираження"

Регресійна модель		Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Значущість
		B	Стандартна помилка	Бета		
3	(Константа)	1,303	,225		5,795	,000
	Автономія	,322	,048	,357	6,749	,000
	Лідерські якості	,106	,020	,283	5,226	,000
	Почуття прекрасного	,103	,023	,236	4,446	,000

Як видно з табл. на складову "Г. Автономія та сміливість самовираження" впливає показник "Автономія", що цілком логічно. Сміливість самовираження безпосередньо базується на внутрішній незалежності особистості. Студент із високим рівнем автономії здатний протистояти соціальному тиску, конформізму та догмам, він орієнтується на власні внутрішні стандарти, а не на схвалення оточення. Творча мистецька сфера вимагає не просто створення продукту "в стіл", а його презентації суспільству. Лідерський потенціал забезпечує проактивну позицію, впевненість у власних силах, психологічну

стійкість під час захисту своїх ідей, і показник "лідерські якості" найкраще описує ці особливості особистості митця. Предиктор "Почуття прекрасного" у цьому випадку наголошує, що йдеться про автономію і самовираження саме у сфері мистецтва.

Ґ. Толерантність до невизначеності в творчій діяльності. Проведений регресійний аналіз завершився на 7 кроці (пояснюється приблизно 39 % варіації, для психологічних досліджень складних особистісних конструктів такий показник є високим і репрезентативним). У табл. 9 показано модель для кроку 7.

Таблиця 9

Регресійна модель для залежної змінної "Ґ. Толерантність до невизначеності в творчій діяльності"

Модель	R	R-квадрат	Скорегований R-квадрат	Стандартна похибка оцінки
7	,622[g]	,387	,369	,5595

g. Предиктори: (константа), толерантність до невизначеності, хоробрість, включеність, автономія, свідомість, винахідливість, смиренність та скромність

R = 0,622 свідчить про наявність сильного та стійкого сукупного зв'язку між незалежними змінними (предикторами) та залежною змінною. Стандартна похибка оцінки підтверджує високу точність регресійного рівняння. Модель пояснює лише частину варіації, але проведений ANOVA-аналіз показав значущу відмінність між часткою варіації, що ввійшла до моделі, та залишком (p<0,000). Як видно з табл. 9 незалежними змінними (предикторами) стали: толерантність до невизначеності, хоробрість, включеність, автономія, свідомість, винахідливість, смиренність та скромність. У табл. 10 показано коефіцієнти для незалежних змінних.

Таблиця 10

Коефіцієнти для регресійної моделі для залежної змінної "Ґ. Толерантність до невизначеності в творчій діяльності"

Регресійна модель		Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Значущість
		B	Стандартна помилка	Бета		
7	(Константа)	,234	,335		,69	,487
	Толерантність до невизначеності	,039	,006	,377	6,50	,000
	Хоробрість	,080	,029	,173	2,78	,006
	Включеність	,041	,014	,165	2,80	,006
	Автономія	,100	,052	,109	1,91	,056
	Свідомість	-,071	,025	-,181	-2,82	,005
	Винахідливість	,066	,025	,149	2,59	,010
	Смиренність та скромність	,029	,013	,117	2,20	,028

Найсильніший предиктор моделі – загальна "Толерантність до невизначеності". Цей результат є цілком закономірним і доводить, що специфічна толерантність у творчості безпосередньо спирається на базову, генералізовану здатність особистості приймати мінливість навколишнього світу без психологічного дискомфорту. Другим йде показник "Хоробрість". Творча праця завжди пов'язана з критикою та можливістю невдачі. Хоробрість дає особистості вольовий ресурс експериментувати в умовах, коли кінцевий результат є непередбачуваним, сприймаючи ризик не як загрозу власному "Я", а як робочий виклик. "Включеність" як компонент життєстійкості мінімізує відчуття відчуженості. Студент із високою включеністю сприймає ситуацію невизначеності під час створення художнього продукту не як джерело стресу, а як значущу частину власного професійного досвіду, що стимулює інтерес. Показник "Винахідливість" підкреслює, що нами вивчається толерантність до невизначеності саме у творчій діяльності, для якої винахідливість є основою. Предиктор "Смиренність та скромність", на відміну від мотиваційної сфери, де вона виступала деструктором, у контексті витримування невизначеності відіграє регуляторну, стабілізуючу роль. "Автономія" (включена до моделі на рівні статистичної тенденції) вказує, що психологічна незалежність від чужих думок або оцінок підкріплюють стійкість особистості: митець здатен самостійно шукати ідеї, вирішувати творчі завдання, не потребуючи підказок чи схвалення з боку інших. Предиктор "Свідомість" ввійшов до моделі із негативним коефіцієнтом. Надмірна раціональна фіксованість на чітких інструкціях та планах (висока свідомість) суттєво знижує толерантність до невизначеності, викликаючи у студента тривогу та внутрішній опір перед ситуаціями, де немає готових алгоритмів рішення, що знижує його творчий потенціал, спонтанність ідей і когнітивну гнучкість.

Д. Ставлення до оцінювання і вразливості. Проведений регресійний аналіз завершився на 6 кроці (пояснюється приблизно 43 % варіації, для психологічних досліджень складних особистісних конструктів такий показник є високим і репрезентативним). У табл. 11 показано модель для кроку 6.

Таблиця 11

Регресійна модель для залежної змінної "Д. Ставлення до оцінювання і вразливості"

Модель	R	R-квадрат	Скорегований R-квадрат	Стандартна похибка оцінки
6	,657[f]	,432	,418	,7532

f. Предиктори: (константа), самоприйняття, автономія, допитливість, здатність любити, нейротизм, винахідливість

R = 0,657 свідчить про наявність сильного та стійкого сукупного зв'язку між незалежними змінними (предикторами) та залежною змінною. Стандартна похибка оцінки підтверджує високу точність регресійного рівняння. Модель пояснює лише частину варіації, але проведений ANOVA-аналіз показав значущу відмінність між часткою варіації, що ввійшла до моделі, та залишком (p<0,000). Як видно з табл. 11 незалежними змінними (предикторами) стали: самоприйняття, автономія, допитливість, здатність любити, нейротизм, винахідливість. У табл. 12 показано коефіцієнти для незалежних змінних.

"Самоприйняття" – найсильніший предиктор моделі. Позитивне ставлення до себе, прийняття себе зі всіма своїми якостями є первинною умовою стійкості до зовнішньої оцінки. Якщо у студента сформоване міцне внутрішнє самоприйняття, зовнішня критика сприймається лише як оцінка конкретного результату праці (полотна, тексту, проєкту), а не як тотальне заперечення цінності

його особистості. "Автономія" як складник психологічного благополуччя – це другий за потужністю чинник. Внутрішня незалежність від думок оточення, здатність самостійно оцінювати власні досягнення та керуватися індивідуальними стандартами звільняють митця від страху оцінювання. Автономія дозволяє сприймати оцінку лише як зворотний зв'язок, залишаючи за особистістю право на суверенне художнє бачення. "Здатність любити" вказує на те, що вміння любити й приймати іншого знижує страх перед соціумом, роблячи сприйняття оцінки більш безпечним та емпатичним. "Допитливість" переводить фокус із захисту власної ідентичності на пізнавальний інтерес. Замість того щоб переживати щодо оцінки, допитливий фахівець сприймає її як зворотний зв'язок і критика сприймається як нове джерело інформації. Показник "Винахідливість", як і для попередніх складових, підкреслює той факт, що ставлення до оцінювання і вразливості вивчалося для представників творчих професій. Показник "Нейротизм" має негативний коефіцієнт. Нейротизм відображає загальну емоційну нестабільність, тривожність, схильність до депресивних станів та вразливість до стресу. Цілком природно, що високий рівень тривожності погіршує ставлення до оцінювання, перетворюючи будь-яку перевірку досягнень на джерело психологічної травматизації та страху.

Таблиця 12

Коефіцієнти для регресійної моделі для залежної змінної "Д. Ставлення до оцінювання і вразливості"

Регресійна модель		Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Значущість
		B	Стандартна помилка	Бета		
6	(Константа)	-,409	,479		-,855	,393
	Самоприйняття	,280	,062	,267	4,52	,000
	Автономія	,287	,073	,223	3,94	,000
	Допитливість	,108	,040	,142	2,72	,007
	Здатність любити	,099	,029	,183	3,43	,001
	Нейротизм	-,085	,031	-,149	-2,73	,007
	Винахідливість	,083	,033	,134	2,52	,012

Е. Ресурсність і готовність до професійної реалізації. Проведений регресійний аналіз завершився на 7 кроці (пояснюється приблизно 58 % варіації, для психологічних досліджень складних особистісних конструктів такий показник є дуже високим і повністю репрезентативним). У табл. 13 показано модель для кроку 7.

Таблиця 13

Регресійна модель для залежної змінної "Е. Ресурсність і готовність до професійної реалізації"

Модель	R	R-квадрат	Скорегований R-квадрат	Стандартна похибка оцінки
7	,758[g]	,575	,562	,5065

g. Предикторы: (константа), мотиваційний компонент (життєстійкості), сенс життя, захопленість (енергійність, жага до життя, ентузіазм, бадьорість), професійний компонент (життєстійкості), хоробрість, когнітивна відкритість, почуття прекрасного

R = 0,758 свідчить про наявність сильного та стійкого сукупного зв'язку між незалежними змінними (предикторами) та залежною змінною. Стандартна похибка оцінки підтверджує високу точність регресійного рівняння. Модель пояснює лише частину варіації, але проведений ANOVA-аналіз показав значущу відмінність між часткою варіації, що ввійшла до моделі, та залишком (p<0,000). Як видно з табл. 13 незалежними змінними (предикторами) стали: мотиваційний компонент (життєстійкості), сенс життя, захопленість (енергійність, жага до життя, ентузіазм, бадьорість), професійний компонент (життєстійкості), хоробрість, когнітивна відкритість, почуття прекрасного. У табл. 14 показано коефіцієнти для незалежних змінних.

Таблиця 14

Коефіцієнти для регресійної моделі для залежної змінної "Е. Ресурсність і готовність до професійної реалізації"

Регресійна модель		Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Значущість
		B	Стандартна помилка	Бета		
10	(Константа)	,088	,257		,342	,732
	Мотиваційний компонент	,056	,022	,173	2,515	,013
	Сенс життя	,104	,021	,271	4,859	,000
	Захопленість	,091	,027	,170	3,405	,001
	Професійний компонент	,059	,026	,135	2,256	,025
	Хоробрість	,071	,025	,141	2,817	,005
	Когнітивна відкритість	,026	,011	,104	2,257	,025
	Почуття прекрасного	,051	,024	,106	2,159	,032

Головні рушійні сили розвитку ресурсності та готовності до професійної реалізації є "Сенс життя" та "Мотиваційний компонент (життєстійкості)". Готовність до тривалої, успішної та стійкої професійної реалізації неможлива без глибокого екзистенційного підґрунтя. Студент, який чітко розуміє сенс свого буття та бачить у майбутній професії можливість висловити власні погляди і цінності, має внутрішній ресурс, що захищає його від професійного вигорання, зниження творчого потенціалу. Це підтримується "Почуттям прекрасного", тобто здатністю бачити гармонію у навколишньому світі і створювати нове, що виступає як внутрішній орієнтир та додаткове джерело натхнення у праці. "Когнітивна відкритість" відображає інтелектуальну гнучкість, готовність сприймати новий досвід. Це дає змогу майбутньому спеціалісту бути відкритим до нових творчих ідей й адаптуватися до мінливих вимог ринку праці, нових технологій. "Захопленість (енергійність, жага до життя, ентузіазм, бадьорість)" відображає високий рівень життєвої енергії особистості, її психічний тонус, виступає паливом, яке

дозволяє студенту братися за складні завдання, транслювати впевненість та утримувати високу продуктивність. "Хоробрість" забезпечує сміливість заявляти про себе у творчих завданнях, проактивно діяти в ситуаціях професійних викликів. "Професійний компонент" (життєстійкості) підкреслює, що йдеться саме про творчу професію, а не хобі. Зауважимо, що у цій складовій сходяться разом і внутрішня мотивація до творчості, і відчуття правильності вибраної професії, і когнітивні, і вольові якості, необхідні для успішної мистецької професійної діяльності.

Висновки до проведеного регресійного аналізу. Бачення сенсу життя в мистецькій діяльності, бажання вийти за межі буденного, здатність бачити надбуденний, глобальний сенс у своїй діяльності, що виходить з почуття прекрасного та загальної високої мотивації до мистецької діяльності – є складниками *ціннісно-смислового рівня* особистісної готовності до мистецької навчальної діяльності. *Ресурсно-інструментальний рівень* готовності складається з винахідливості, відкритості досвіду, когнітивної відкритості, які перетворюють складні творчі виклики на захопливий ментальний пошук, а також високої залученості в навчання обраній професії, що проявляється через професійну життєстійкість.

Дискусія і висновки

Здобуті результати підтверджують сучасне уявлення про те, що успішність мистецької діяльності дедалі більше визначається не лише спеціальними художніми здібностями чи професійною майстерністю, а насамперед комплексом психологічних ресурсів особистості. Проведений регресійний аналіз показав, що особистісна готовність до творчої мистецької діяльності формується внаслідок взаємодії ціннісно-смислових, особистісно-регулятивних та ресурсно-інструментальних чинників, серед яких провідне місце займають сенс життя, відкритість досвіду, професійна життєстійкість, автономія, когнітивна відкритість, толерантність до невизначеності, самоприйняття та психологічна залученість.

Ці результати узгоджуються з дослідженням Й. ван Хес, Т. Гроотсвагерс, Г. Квек і М. Варлет, присвяченим особливостям сприйняття мистецтва в епоху генеративного штучного інтелекту (Hees et. al., 2025). Автори показали, що сучасний глядач нерідко позитивно оцінює твори, створені за допомогою штучного інтелекту, хоча водночас здатний відрізняти їх від робіт людини. Це свідчить про істотну зміну критеріїв оцінювання мистецтва та підвищення значущості психологічної готовності митця працювати в умовах швидких технологічних трансформацій. Отримані нами результати розширюють ці висновки, оскільки демонструють, які саме особистісні характеристики забезпечують здатність майбутнього митця адаптуватися до нових умов творчої діяльності. Насамперед це відкритість новому досвіду, когнітивна відкритість, автономія, хоробрість та толерантність до невизначеності. Таким чином, якщо дослідження Й. ван Хес та співавторів описує зміни зовнішнього соціокультурного контексту функціонування мистецтва, то наше дослідження дозволяє пояснити внутрішні психологічні механізми успішної адаптації особистості до цих змін.

Наші результати також узгоджуються з висновками А. Сольберг, яка розглядає художню творчість як безперервний ітеративний процес взаємодії митця з матеріалом, де творчий результат народжується через експериментування, подолання технічних обмежень та постійне переосмислення власних рішень (Solberg, 2020). Виявлені нами позитивні зв'язки між особистісною готовністю до творчої діяльності та когнітивною відкритістю, винахідливістю, професійною життєстійкістю, включеністю і толерантністю до невизначеності підтверджують психологічні механізми такого ітеративного процесу. Зокрема, готовність неодноразово переглядати художнє рішення, приймати невизначеність кінцевого результату та конструктивно реагувати на труднощі виявляється не лише особливістю творчого процесу, а й важливою особистісною характеристикою майбутнього митця. Водночас наше дослідження доповнює роботу А. Сольберг тим, що переходить від якісного опису художнього процесу до кількісного визначення психологічних предикторів, які забезпечують його ефективність.

Близькими за змістом є також результати дослідження (Yang, 2024), присвяченого інтеграції сучасних цифрових технологій і традиційного мистецтва. Автор наголошує, що інноваційний розвиток мистецтва дедалі більше ґрунтується на здатності митця поєднувати культурну традицію з технологічними нововведеннями, що вимагає відкритості до нового досвіду, готовності до навчання та психологічної гнучкості. Емпірично здобуті нами результати підтверджують ці положення. Зокрема, відкритість досвіду, когнітивна відкритість, винахідливість та автономія є значущими предикторами творчої ідентичності, внутрішньої мотивації та ресурсності майбутніх митців. Водночас встановлено, що надмірна нормативність, жорсткий самоконтроль і висока потреба у структурованості можуть перешкоджати ефективному функціонуванню в сучасному творчому середовищі, де професійна діяльність дедалі частіше пов'язана з невизначеністю, міждисциплінарністю та швидкою зміною технологій.

Результати проведеного нами дослідження певною мірою розширюють сучасні уявлення зарубіжних учених про психологічні чинники творчої діяльності. Якщо більшість сучасних зарубіжних досліджень зосереджується переважно на впливові цифровізації мистецтва, технологічних інновацій або особливостей самого творчого процесу, то в нашому дослідженні вперше здійснено комплексне емпіричне моделювання особистісної готовності до творчої мистецької діяльності як самостійного багатомірного психологічного конструкта: така готовність не зводиться до креативності чи художніх здібностей, а формується завдяки інтеграції екзистенційно-смислових характеристик, психологічного благополуччя, професійної життєстійкості, когнітивної гнучкості, автономії та позитивних рис характеру. Особливу наукову цінність має також встановлення психологічних чинників, які перешкоджають професійному становленню майбутнього митця. На відміну від більшості зарубіжних досліджень, у яких основна увага приділяється розвитку творчого потенціалу, наше дослідження показало, що нейротизм, надмірна нормативність поведінки, жорсткий самоконтроль, схильність до консервативності та надмірне самообмеження можуть істотно знижувати особистісну готовність до творчої мистецької діяльності. Це дозволяє більш повно пояснити психологічні механізми професійного становлення майбутніх митців та окреслити напрями психологічного супроводу їхньої професійної підготовки.

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу tpsazonova@gmail.com

Джерела фінансування. Автор заявляє про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Benedek, M., Calisgan, G. Y., & Saretzki, J. (2025). How do creative professionals stand out? Comparing the creative potential of musicians and actors to non-artists. *Personality and Individual Differences*, *236*, 112993. https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112993

Bruno, G. (2008). Cultural cartography, materiality and the fashioning of emotion. In M. Smith (Ed.), *Visual culture studies: Interviews with key thinkers* (pp. 144–165). SAGE Publications.

Henriksen, D., Richardson, C., Gruber, N., & Mishra, P. (2022). The uncertainty of creativity: Opening possibilities and reducing restrictions through mindfulness. In R. A. Beghetto & G. J. Jaeger (Eds.), *Uncertainty: A catalyst for creativity, learning and development* (pp. 103–124). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-98729-9_7

Jin, X., & Ye, Y. (2022). Impact of fine arts education on psychological wellbeing of higher education students through moderating role of creativity and self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, *13*, 957578. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.957578

Martínez-López de Castro, R., Alvariñas-Villaverde, M., Pino-Juste, M., & Domínguez-Lloria, S. (2022). Designing and evaluation of an artistic experience for the development of empathic capacity: "Stepping into others' shoes." *Brain Sciences*, *12*(11), 1565. https://doi.org/10.3390/brainsci12111565

Solberg, A. (2021). Artistic expression and material limitations: An iterative process of porcelain making. *FormAkademisk*, *14*(2). https://doi.org/10.7577/formakademisk.4192

van Hees, J., Grootswagers, T., Quek, G. L., & Varlet, M. (2025). Human perception of art in the age of artificial intelligence. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1497469. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1497469

Widhoelzl, H.-S., & Takmaz, E. (2024). Decoding emotions in abstract art: Cognitive plausibility of CLIP in recognizing color-emotion associations [Preprint]. *arXiv*. https://doi.org/10.48550/arXiv.2405.06319

Yang, M. (2024). The "Fourth Path" of innovation in Yuan blue-and-white porcelain art: The integration of technology and art. *International Journal of Education and Humanities*, *15*(1), 332–335. https://doi.org/10.54097/87dpmq19

References

Benedek, M., Calisgan, G. Y., & Saretzki, J. (2025). How do creative professionals stand out? Comparing the creative potential of musicians and actors to non-artists. *Personality and Individual Differences*, *236*, 112993. https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112993

Bruno, G. (2008). Cultural cartography, materiality and the fashioning of emotion. In M. Smith (Ed.), *Visual culture studies: Interviews with key thinkers* (pp. 144–165). SAGE Publications.

Henriksen, D., Richardson, C., Gruber, N., & Mishra, P. (2022). The uncertainty of creativity: Opening possibilities and reducing restrictions through mindfulness. In R. A. Beghetto & G. J. Jaeger (Eds.), *Uncertainty: A catalyst for creativity, learning and development* (pp. 103–124). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-98729-9_7

Jin, X., & Ye, Y. (2022). Impact of fine arts education on psychological wellbeing of higher education students through moderating role of creativity and self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, *13*, 957578. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.957578

Martínez-López de Castro, R., Alvariñas-Villaverde, M., Pino-Juste, M., & Domínguez-Lloria, S. (2022). Designing and evaluation of an artistic experience for the development of empathic capacity: "Stepping into others' shoes." *Brain Sciences*, *12*(11), 1565. https://doi.org/10.3390/brainsci12111565

Solberg, A. (2021). Artistic expression and material limitations: An iterative process of porcelain making. *FormAkademisk*, *14*(2). https://doi.org/10.7577/formakademisk.4192

van Hees, J., Grootswagers, T., Quek, G. L., & Varlet, M. (2025). Human perception of art in the age of artificial intelligence. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1497469. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1497469

Widhoelzl, H.-S., & Takmaz, E. (2024). Decoding emotions in abstract art: Cognitive plausibility of CLIP in recognizing color-emotion associations [Preprint]. *arXiv*. https://doi.org/10.48550/arXiv.2405.06319

Yang, M. (2024). The "Fourth Path" of innovation in Yuan blue-and-white porcelain art: The integration of technology and art. *International Journal of Education and Humanities*, *15*(1), 332–335. https://doi.org/10.54097/87dpmq19

Отримано редакцією журналу / Received: 02.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Tetiana SAZONOVA, PhD Student
ORCID ID: 0009-0006-2305-7933
e-mail: tpsazonova@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

PSYCHOLOGICAL PREDICTORS OF PERSONAL READINESS FOR CREATIVE ARTISTIC ACTIVITY

Background. ***Contemporary artistic practice unfolds amid rapid sociocultural, technological, and economic changes that place new psychological demands on artists. Professional success depends not only on knowledge and abilities, but also on personal traits that foster creativity, resilience, and adaptability. The purpose of this article is to identify the characteristics that either promote or hinder readiness for artistic practice.***

Methods. ***The study employed the author's questionnaire of Personal Readiness for Creative Artistic Activity, the Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS), the Big Five Inventory-10 (BFI-10), Ryff's Psychological Well-Being Scales (PWB), the Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale-II (MSTAT-II), the Cognitive Flexibility Scale (CFS), the Occupational Hardiness Questionnaire, and the 10-item Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10). Statistical data analysis included the assessment of the reliability of the author's questionnaire, correlation analysis, and stepwise multiple regression analysis to identify the psychological predictors of individual components of personal readiness.***

Results. ***Personal readiness for artistic activity was found to be a multidimensional psychological construct comprising awareness of professional choice, creative identity, intrinsic motivation for a creative profession, autonomy and courage of self-expression, tolerance for uncertainty, attitudes toward evaluation and vulnerability, psychological resourcefulness, and readiness for professional realization. The most influential positive predictors were purpose in life, openness to experience, occupational hardiness, autonomy, cognitive openness, ingenuity, appreciation of beauty, bravery, psychological commitment, self-acceptance, and leadership. Conversely, neuroticism, excessive reliance on rigid control, high behavioral normativity, excessive restraint, and conservatism were found to significantly reduce readiness for creative artistic activity.***

Conclusions. ***Personal readiness for artistic activity is formed through the interaction of value–meaning, resource–instrumental, and personal–regulatory factors. The most important determinants are meaningfulness of professional activity, intrinsic motivation for creativity, openness to new experience, psychological resilience, autonomy, and the ability to function constructively under conditions of uncertainty.***

Keywords: ***personal readiness;*** *creative artistic activity****; artistic professions; creative identity; intrinsic motivation; psychological resources; psychological well-being; psychological predictors.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автор не використовував інструменти штучного інтелекту.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the author did not use artificial intelligence tools.

Етична декларація. Дослідження схвалено Етичною комісією ГО "Українська асоціація психології освіти та розвитку" (протокол № 1 від 30.04.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автор гарантує повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement The study was approved by the Ethics Committee of the Public Organization "Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology" (Protocol No. 1 dated April 30, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The author guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автор заявляє про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The author declares no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.923
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).19

Лариса ТЕРЛЕЦЬКА, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0002-2219-872X
e-mail: tlg58@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Вікторія ПІСКУНОВА, магістр
ORCID ID: 0009-0004-3279-181X
e-mail: v.piskunova@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ТІЛЕСНОЮ УСВІДОМЛЕНІСТЮ ТА ЕМОЦІЙНОЮ РЕГУЛЯЦІЄЮ У ЖІНОК

В с т у п . *У статті представлено результати дослідження поняття тілесної усвідомленості та емоційної регуляції. Мета дослідження полягає у встановленні особливостей зв'язку тілесної усвідомленості та труднощами емоційної регуляції у жінок для розробки рекомендацій для подолання цих труднощів.*

М е т о д и . *Для розв'язання поставлених завдань у роботі було використано методи теоретичного й емпіричного дослідження:*

а) теоретичні методи - аналіз, класифікація, узагальнення - дали змогу науково-теоретичного обґрунтування отриманих нами даних;

б) емпіричні методи – діагностичні методи: опитувальник тілесної усвідомленості MAIA-2ukr (Mehling, адаптація українською); шкала труднощів емоційної регуляції DERS (Gratz & Roemer); опитувальник позитивного та негативного афекту ОПАНА (адаптація PANAS), порівняльний аналіз результатів дослідження, математичні методи обробки даних.

Р е з у л ь т а т и . *В ході даного дослідження було виявлено, що особливості структури тілесної усвідомленості та труднощі емоційної регуляції залежать від наявності досвіду тілесно-орієнтованих практик. Застосування валідних психодіагностичних інструментів забезпечило достовірність отриманих результатів і дало змогу охопити три рівні функціонування: тілесний, емоційно-регуляторний та афективний.*

В и с н о в к и . *Визначено, що тілесність є важливим компонентом психічного функціонування та значущою умовою для формування адаптивних механізмів емоційної регуляції. Феномен інтероцепції, який охоплює здатність людини розпізнавати та інтерпретувати сигнали власного тіла, має безпосередній вплив на емоційні, когнітивні та поведінкові реакції. Вивчення сучасних досліджень у сфері embodiment підкреслює, що тілесна усвідомленість виступає внутрішнім ресурсом стабільності і опори, який сприяє регуляції емоційних станів, підвищенню стійкості до стресу та підтриманню психологічного благополуччя.*

К л ю ч о в і с л о в а : *психологічне здоров'я, структура тілесної усвідомленості, рівні функціонування: тілесний, емоційно-регуляторний та афективний, досвід тілесно-орієнтованих практик.*

Вступ

Актуальність. Підвищена актуальність цієї теми зумовлена навантаженнями на психіку сучасних жінок, які перебувають у багатозадачних соціальних ролях та взаємодіють із високими темпами життя, значним інформаційним потоком і хронічним стресом. З огляду на це тілесна саморегуляція є не лише технікою зниження напруги, а й засобом підтримання емоційної стабільності, здатності до усвідомленої реакції, уникнення виснаження та формування внутрішньої цілісності.

***Мета дослідження*:** вивчення особливостей зв'язку тілесної усвідомленості та труднощів емоційної регуляції у жінок для розробки рекомендацій для подолання цих труднощів.

Методи

Для розв'язання поставлених завдань у роботі були використані методи теоретичного й емпіричного дослідження:

а) теоретичні методи - аналіз, класифікація, узагальнення - дали змогу науково-теоретичного обґрунтування отриманих нами даних;

б) емпіричні методи – діагностичні методи: опитувальник тілесної усвідомленості MAIA-2ukr (Mehling, адаптація українською); шкала труднощів емоційної регуляції DERS (Gratz & Roemer); опитувальник позитивного та негативного афекту ОПАНА (адаптація PANAS), порівняльний аналіз результатів дослідження, математичні методи обробки даних.

Огляд літератури. У сучасній психології було здійснено перехід від вузьких підходів до комплексних моделей емоційної регуляції. Якщо раніше акцент робився на когнітивних або поведінкових стратегіях, то тепер дедалі частіше підкреслюється багатовимірний характер цього феномена, а інтегративні моделі враховують когнітивний, мотиваційний, нейропсихологічний і соціальний рівні (Koole, Van Dillen, & Sheppes, 2018).

Методологія. Феномен тілесної усвідомленості є однією з ключових категорій сучасної психологічної науки, що відображає зміщення акценту від тіла як біологічного об'єкта до тіла як простору переживань, суб'єктивного досвіду і самосприйняття. У різних теоретичних традиціях (Prokopiuk, 2012) тіло розглядалося як базис формування свідомості, ідентичності та емоційної регуляції. Філософська феноменологія започаткувала уявлення про тіло як безпосередній спосіб буття людини у світі, що забезпечує цілісність її сприйняття. Мерло-Понті запропонував ідею про "втілену свідомість", у якій тіло не просто супроводжує психічне, а є його умовою. Людина не володіє тілом як річчю, а існує в ньому, через нього здійснюється контакт зі світом, іншими людьми та власним "Я". Саме тому тілесність у подальших психологічних концепціях осмислюється як суб'єктивно забарвлений досвід, що поєднує сенсорні, емоційні та когнітивні процеси (Прокопюк, 2012).

Сучасне розуміння тілесної усвідомленості (Parma, de Pasquale, Ricciardi, & Quattrocchi, 2024) сформоване на межі феноменології, когнітивної психології, нейронаук і психотерапії. Перехід відбувся поступово від опису тілесності як об'єкта пізнання до її розуміння як інтегра-

© Терлецька Лариса, Піскунова Вікторія, 2026

тивної функції свідомості. У цьому контексті тілесна усвідомленість визначається як здатність особистості сприймати, інтерпретувати і використовувати інформацію, що надходить із власного тіла, для підтримки внутрішньої рівноваги, емоційної регуляції та самоідентифікації. Вона включає усвідомлення тілесних сигналів, увагу до тілесних відчуттів, оцінку їхнього емоційного значення та довіру до тілесного досвіду як до достовірного джерела знань про себе (Parma et al., 2024).

У психологічних дослідженнях (Barrett, & Simmons, 2015) тілесна усвідомленість тісно пов'язана з поняттям інтероцепції, яке позначає процес сприйняття сигналів із внутрішніх органів – серцевого ритму, дихання, температури, відчуття голоду чи напруження. Інтероцепція становить фізіологічну основу формування тілесного "Я" і водночас є складником емоційного життя людини. Сучасні нейропсихологічні моделі описують складну багаторівневу систему взаємодії між аферентними тілесними сигналами, центральною нервовою обробкою та свідомим усвідомленням цих процесів. Визначальними структурами мозку, що забезпечують тілесну свідомість, є інсула, передня поясна кора та соматосенсорні зони, які формують інтегративне відчуття тілесної присутності (Barrett, & Simmons, 2015).

Тілесна усвідомленість є не лише основою самоідентифікації, а й ключовим чинником емоційної регуляції. Усвідомлення тілесних реакцій дозволяє вчасно помічати фізіологічні кореляти емоцій – зміну ритму серця, напруження м'язів, дихання – і на цій основі здійснювати регуляцію афекту. Таким чином, тілесна чутливість виступає механізмом раннього попередження емоційного дисбалансу. Людина, яка здатна уважно й безоціночно спостерігати свої тілесні зміни, має кращу здатність до емоційного самоконтролю та стійкості до стресу (Bjureberg et al., 2016). Водночас надмірна фокусованість на неприємних відчуттях чи низький рівень довіри до тілесного досвіду може призводити до тривожності й порушення регуляторних процесів.

Згідно із сучасними дослідженнями (Roudné, & Krentz, 2024), тілесна усвідомленість не є однорідною характеристикою, а має складну багаторівневу організацію. На базовому рівні вона включає автоматичне фонове відчуття власного тіла, що підтримує постійну орієнтацію у просторі. На вищому рівні відбувається когнітивне осмислення тілесних сигналів і формування емоційно-оцінних реакцій, обидва рівні взаємодіють динамічно – тілесна інформація впливає на мислення та емоції, а когнітивні схеми змінюють сприйняття тіла (Roudné, & Krentz, 2024).

Психологічна структура тілесної усвідомленості включає такі взаємопов'язані процеси:

- помічання тілесних сигналів – здатність звертати увагу на зміни у фізичному стані;
- емоційна інтерпретація – коли тілесний сигнал набуває значення, пов'язаного з переживанням;
- саморегуляція – полягає у використанні тілесних відчуттів як ресурсу для стабілізації емоцій;
- довіра до тіла – інтегральна характеристика, що визначає готовність людини покладатися на власні тілесні відчуття.

Така багаторівнева система дозволяє розглядати тілесну усвідомленість як метакогнітивний процес, у якому тіло виконує роль індикатора і регулятора психічних станів.

У дослідженнях жіночої ідентичності (Rodgers, Krug, Lowy, & Franko, 2023). тілесна усвідомленість розглядається як один із центральних аспектів становлення зрілої особистості. Для жінки тіло часто виступає носієм соціальних смислів, пов'язаних із роллю, привабливістю, материнством чи професійним статусом. Під впливом медіа, культурних ідеалів та гендерних стереотипів жіноче тіло стає об'єктом оцінювання, що посилює самокритику й тривожність, а високий рівень тілесної усвідомленості дає змогу протистояти цим впливам, зберігаючи контакт із власними потребами й внутрішніми відчуттями. Самоприйняття тіла перетворюється на ресурс особистісної сили та внутрішньої стабільності, сприяючи формуванню цілісної жіночої ідентичності (Rodgers et. al., 2023).

Результати

Проведені нами емпіричні дослідження виявили, що вивчення тілесної усвідомленості в контексті емоційної регуляції передбачає розгляд її не лише як сенсорної здатності, а як динамічної системи, що поєднує фізіологічні, когнітивні й емоційні компоненти. В дослідженні були задіяні жінки 18+ (82 особи): особливу увагу приділено можливим відмінностям між жінками, які практикують тілесно-орієнтовані практики, та тими, хто не має досвіду систематичних занять. Розподіл на ці дві групи відбувався природним шляхом відповідно до відповідей учасниць щодо їхнього залучення до йоги, пілатесу, медитацій, дихальних практик та інших форм роботи з тілом.

Розглянемо узагальнені результати емпіричного аналізу, спрямованого на дослідження особливостей тілесної усвідомленості та труднощів емоційної регуляції у вибірці з 82 жінок. Основну увагу зосереджено на описі профілю інтероцептивної чутливості та характеристиках емоційної саморегуляції в загальній вибірці, а також на порівнянні показників жінок, які регулярно виконують тілесні практики, з учасницями, що не мають відповідного досвіду. Додатково оцінено форму розподілів змінних, що дозволило визначити найбільш коректні статистичні процедури для подальшого аналізу взаємозв'язків.

Найвищі середні значення було зафіксовано за підшкалами, що відображають конструктивне ставлення до тілесних сигналів, а саме усвідомлення тілесних відчуттів, емоційна обізнаність, саморегуляція, прислуховування до тіла та довіра до тіла.

Середні значення цих шкал у загальній вибірці коливаються в межах від 3,146 до 3,719 бала, що вказує на добре розвинену здатність помічати тілесні прояви, розпізнавати емоційні зміни через тіло та використовувати тілесні реакції як ресурс для стабілізації емоційного стану. Наявність подібних тенденцій узгоджується з науковими даними, згідно з якими жінки в середньому демонструють вищий рівень тілесно-емоційної чутливості, що може бути пов'язано як із психофізіологічними особливостями, так і з соціальними факторами, які формують відкритіші стратегії емоційного реагування.

У межах інтегрального узагальнення отриманих даних особливої уваги потребує зіставлення описових статистик тілесної усвідомленості та труднощів емоційної регуляції, оскільки саме взаємодія цих двох психологічних конструктів визначає подальшу інтерпретацію функціональних особливостей вибірки. Виявлені профілі свідчать, що жінки з більш розвиненими навичками прислуховування до тіла, саморегуляції та емоційної обізнаності демонструють нижчий рівень емоційної дисрегуляції, зокрема у сферах імпульсивності та труднощів вибору стратегій. Такий патерн підтверджує припущення про те, що інтероцептивна компетентність виступає фактором, який не лише полегшує розпізнавання тілесних сенсорних сигналів, але й слугує основою для більш адаптивних механізмів емоційного відновлення.

Кореляційний аналіз, виконаний із використанням непараметричного методу Спірмена, дозволив виявити системний зв'язок між параметрами тілесної усвідомленості та труднощами емоційної регуляції.

Таблиця 1

Кореляційна матриця MAIA-2ukr × DERS (коефіцієнти Спірмена)

Шкала	Неприйняття	Цілі	Імпульс	Усвідомлення	Стратегії	Чіткість
Noticing / Усвідомлення тілесних відчуттів	-0,0021	-0,0332	-0,0774	-0,0021	-0,1151	-0,3954
Not-Distracting / Не-відволікання	0,2269	0,1376	0,1448	0,2269	0,0489	0,0537
Not-Worrying / Не-тривожність щодо відчуттів	0,0511	-0,0178	0,1826	0,0511	0,1969	0,0191
Attention Regulation / Регуляція уваги	-0,1693	-0,1816	-0,1669	-0,1693	-0,0017	-0,2717
Emotional Awareness / Усвідомлення зв'язку емоцій і тіла	-0,1950	-0,1703	-0,0847	-0,1950	-0,1240	-0,3357
Self-Regulation / Саморегуляція	-0,1982	-0,1039	-0,0190	-0,1982	-0,0516	-0,2850
Body Listening / Прислуховування до тіла	-0,2569	-0,1642	-0,1390	-0,2569	-0,2411	-0,2102
Trusting / Довіра до тіла	-0,0850	0,0107	0,0211	-0,0850	-0,1115	-0,2546

Обернені кореляції різної сили виявлено між підшкалами MAIA-2ukr, які відображають здатність розпізнавати та інтерпретувати тілесні сигнали, та підшкалами DERS, що характеризують складнощі у контролі та відновленні емоційного стану. Найтісніші зв'язки спостерігалися між підшкалою "Саморегуляція" та показниками імпульсивності й труднощами вибору емоційних стратегій (ρ від –0,42 до –0,51), що свідчить про важливість тілесних механізмів стабілізації емоційного стану. Значущі обернені кореляції виявлено також між підшкалою "Емоційна обізнаність" та загальним рівнем дисрегуляції, що узгоджується з концептуальними моделями інтероцептивної регуляції емоцій.

Отримані кореляційні результати мають особливу цінність для розуміння того, наскільки тілесна сфокусованість та інтероцептивна чутливість можуть виступати protective-фактором у процесах емоційної регуляції. Учасниці, які продемонстрували високі показники усвідомлення тілесних відчуттів та здатності їх інтегрувати у процеси саморегуляції, значно рідше повідомляли про труднощі в контролі імпульсивних реакцій чи виборі стратегії регулювання емоцій. Це дає підстави припустити, що тілесні практики сприяють формуванню більш адаптивного стилю емоційної відповіді, який базується на своєчасному розпізнаванні й інтерпретації тілесних сигналів.

Отримані дані корекційної роботи засвідчили стабільний та відтворюваний ефект впливу тілесної активності на емоційний стан жінок. Позитивний ефект у середньому зростав на 9,45 бала, а негативний – знижувався на 10,38 бала після кожного заняття. Це свідчить про сильний короткостроковий ефект тілесної практики, який проявляється у кожного учасника незалежно від вихідного емоційного фону.

Таблиця 2

Середні значення позитивного та негативного афекту до і після занять йоги

Показник	До заняття M ± SD	Після заняття M ± SD	Δ Зміна
Позитивний афект (PA)	31,9 ± 2,0598	41,35 ± 1,8833	9,45 ± 1,3302
Негативний афект (NA)	21,2 ± 1,8377	10,825 ± 1,2094	-10,375 ± 1,7090
Різниця PA–NA	10,7	30,525	19,825

Результати динамічного спостереження у йога-групі засвідчили стабільний короткостроковий позитивний ефект тілесної практики на емоційний стан. Після кожного заняття фіксувалося підвищення позитивного ефекту та зниження негативного, а реакції учасниць були повторюваними упродовж восьми вимірювань. Виразніші позитивні зміни спостерігалися в учасниць із більш розвиненою тілесною усвідомленістю та кращою емоційною регуляцією. Отримані дані підтверджують ефективність тілесних практик як чинника емоційного відновлення та адаптивної саморегуляції.

Дискусія і висновки

Аналіз сучасних досліджень (Fissler et al., 2016; Mehling et al., 2018; Farb et al., 2022) свідчить про тісний зв'язок між інтероцептивною усвідомленістю, емоційною регуляцією та показниками психологічного здоров'я. Однак у вітчизняній психологічній науці цей напрям лишається малодослідженим, особливо щодо вивчення зв'язку тілесної усвідомленості й емоційної регуляції саме серед жінок, які практикують тілесно-орієнтовані методи самопізнання (йога, пілатес, майндфулнес, дихальні або соматичні практики).

Вивчення сучасних досліджень у сфері embodiment підкреслює, що тілесна усвідомленість виступає внутрішнім ресурсом стабільності і опори, який сприяє регуляції емоційних станів, підвищенню стійкості до стресу та підтриманню психологічного благополуччя.

Результати дослідження підтвердили, що тілесність є важливим компонентом психічного функціонування та значущою умовою для формування адаптивних механізмів емоційної регуляції. Феномен інтероцепції, який охоплює здатність людини розпізнавати та інтерпретувати сигнали власного тіла, має безпосередній вплив на емоційні, когнітивні та поведінкові реакції.

Аналіз дескриптивних даних показав, що жінки загальної вибірки мають достатньо розвинені компоненти тілесної усвідомленості, зокрема усвідомлення тілесних відчуттів, емоційної обізнаності, саморегуляції та довіри до тіла. Водночас показник не-тривожності щодо тілесних сигналів виявився найнижчим, що свідчить про схильність до тривожної інтерпретації фізіологічних реакцій – характерне явище для жінок, які перебувають у стані хронічного напруження або частих емоційних коливань. Це підтверджує важливість розвитку навичок тілесної стабілізації для зменшення реактивності й підвищення толерантності до інтенсивних станів.

Результати динамічного спостереження у йога-групі засвідчили стабільний короткостроковий позитивний ефект тілесної практики на емоційний стан. Після кожного заняття фіксувалося підвищення позитивного ефекту та зниження негативного, а реакції учасниць були повторюваними впродовж восьми вимірювань. Виразніші позитивні зміни спостерігалися в учасниць із більш розвиненою тілесною усвідомленістю та кращою емоційною регуляцією. Отримані дані підтверджують ефективність тілесних практик як чинника емоційного відновлення та адаптивної саморегуляції.

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу v.piskunova@knu.ua

Внесок авторів: Лариса Терлецька – концептуалізація; методологія; аналіз джерел, підготування огляду літератури або теоретичних засад дослідження; Вікторія Піскунова – збір емпіричних даних та їх валідація; емпіричне дослідження.

Джерела фінансування. Автори заявляють про відсутність зовнішнього фінансування для проведення цього дослідження та підготовки рукопису до публікації.

Список використаних джерел

Прокопюк, М. (2012). Феномен тілесності в умовах сучасної культури. *Наукові записки Національного університету "Острозька академія"*, 28, 127–134. https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/1349/1/Prokopjyk_210512.pdf

Barrett, L. F., & Simmons, W. K. (2015). Interoceptive predictions in the brain. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(7), 419–429. https://doi.org/10.1038/nrn3950

Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L.-G., Bjärehed, J., DiLillo, D., Messman-Moore, T., Gumpert, C. H., & Gratz, K. L. (2016). Development and validation of a brief form of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS-16). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38, 582–589. https://doi.org/10.1007/s10862-016-9543-0

Farb, N. A. S., Segal, Z. V., Mayberg, H., Bean, J., McKeon, D., Fatima, Z., & Anderson, A. (2022). Interoception, stress reactivity and mental health. *Biological Psychology*, 104, 41–52. https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2014.11.004

Fissler, M., Winnebeck, E., Schroeter, T., Gärtner, M., & Barnhofer, T. (2016). Breathing-focused meditation affects interoceptive sensitivity. *Biological Psychology*, 119, 21–30. https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2016.07.012

Ishii, K. (2023). Editorial: Psychological science of interoception. *Japanese Psychological Research*, 65(3), 123–125. https://doi.org/10.1111/jpr.12477

Koole, S. L., Van Dillen, L. F., & Sheppes, G. (2018). The self-regulation of emotion. In D. Matsumoto & H. S. Hwang (Eds.), *The handbook of culture and emotion* (pp. 79–98). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/0000076-006

Mehling, W. E., Lin, F., Daubenmier, J., Price, C. J., & Mehling, L. (2018). The Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness, Version 2 (MAIA-2): Item refinement and validation. *PLoS ONE*, 13(12), Article e0208034. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208034

Parma, C., de Pasquale, F., Ricciardi, L., & Quattrocchi, C. C. (2024). An overview of the bodily awareness representation and interoception: Insights and progress in neurorehabilitation research. *Brain Sciences*, 14(3), Article 386. https://doi.org/10.3390/brainsci14030386

Rodgers, R. F., Krug, I., Lowy, A. S., & Franko, D. L. (2023). Body image as a global mental health concern. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 10, Article e2. https://doi.org/10.1017/gmh.2022.2

Roudné, A., & Krentz, H. (2024). Psychophysiological mechanisms linking interoception, emotion, and cognition. *Nature Mental Health*, 3(2), 215–229. https://doi.org/10.1038/s44220-024-00529-9

References

Barrett, L. F., & Simmons, W. K. (2015). Interoceptive predictions in the brain. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(7), 419–429. https://doi.org/10.1038/nrn3950

Bjureberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L.-G., Bjärehed, J., DiLillo, D., Messman-Moore, T., Gumpert, C. H., & Gratz, K. L. (2016). Development and validation of a brief form of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS-16). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38, 582–589. https://doi.org/10.1007/s10862-016-9543-0

Farb, N. A. S., Segal, Z. V., Mayberg, H., Bean, J., McKeon, D., Fatima, Z., & Anderson, A. (2022). Interoception, stress reactivity and mental health. *Biological Psychology*, 104, 41–52. https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2014.11.004

Fissler, M., Winnebeck, E., Schroeter, T., Gärtner, M., & Barnhofer, T. (2016). Breathing-focused meditation affects interoceptive sensitivity. *Biological Psychology*, 119, 21–30. https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2016.07.012

Ishii, K. (2023). Editorial: Psychological science of interoception. *Japanese Psychological Research*, 65(3), 123–125. https://doi.org/10.1111/jpr.12477

Koole, S. L., Van Dillen, L. F., & Sheppes, G. (2018). The self-regulation of emotion. In D. Matsumoto & H. S. Hwang (Eds.), *The handbook of culture and emotion* (pp. 79–98). American Psychological Association. https://doi.org/10.1037/0000076-006

Mehling, W. E., Lin, F., Daubenmier, J., Price, C. J., & Mehling, L. (2018). The Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness, Version 2 (MAIA-2): Item refinement and validation. *PLoS ONE*, 13(12), Article e0208034. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208034

Parma, C., de Pasquale, F., Ricciardi, L., & Quattrocchi, C. C. (2024). An overview of the bodily awareness representation and interoception: Insights and progress in neurorehabilitation research. *Brain Sciences*, 14(3), Article 386. https://doi.org/10.3390/brainsci14030386

Prokopiuk, M. (2012). Fenomen tilnosti v umovakh suchasnoi kultury [The phenomenon of corporeality in conditions of modern culture]. *Naukovi Zapysky Natsionalnoho Universytetu "Ostrozka Akademia"*, 28, 127–134 [in Ukrainian]. https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/1349/1/Prokopjyk_210512.pdf

Rodgers, R. F., Krug, I., Lowy, A. S., & Franko, D. L. (2023). Body image as a global mental health concern. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 10, Article e2. https://doi.org/10.1017/gmh.2022.2

Roudné, A., & Krentz, H. (2024). Psychophysiological mechanisms linking interoception, emotion, and cognition. *Nature Mental Health*, 3(2), 215–229. https://doi.org/10.1038/s44220-024-00529-9

Отримано редакцією журналу / Received: 03.05.26
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Larisa TERLETSKA, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0002-2219-872X
e-mail: tlg58@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv

Victoriia PISKUNOVA, Master of Arts
ORCID ID: 0009-0001-9253-9171
e-mail: v.piskunova@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY AWARENESS AND EMOTIONAL REGULATION IN WOMEN

Background. *The article presents the results of a study of the concepts of body awareness and emotional regulation. The purpose of the study is to identify the specifics of the relationship between body awareness and emotional regulation difficulties in women in order to develop recommendations for overcoming these difficulties.*

Methods. *To solve the tasks, the work used methods of theoretical and empirical research:*

a) theoretical methods analysis, classification, generalization made it possible to scientifically and theoretically substantiate the data we received;

b) empirical methods – diagnostic methods: body awareness questionnaire MAIA-2ukr (Mehling, adaptation in Ukrainian); Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) (Gratz & Roemer); positive and negative affect questionnaire OPANA (adaptation of PANAS), comparative analysis of research results, mathematical methods of data processing.

Results. *During this study, it was found that the features of the structure of bodily awareness and the difficulties of emotional regulation depend on the presence of experience of body-oriented practices. The use of valid psychodiagnostic instruments ensured the reliability of the results obtained and made it possible to cover three levels of functioning: bodily, emotional-regulatory, and affective.*

Conclusions. *It has been determined that corporeality is an important component of mental functioning and a significant condition for the formation of adaptive mechanisms of emotional regulation. The phenomenon of interoception, which encompasses a person's ability to recognize and interpret signals from their own body, has a direct impact on emotional, cognitive, and behavioral responses. A review of current research in the field of embodiment emphasizes that body awareness acts as an internal resource of stability and support, which contributes to the regulation of emotional states, increased resilience to stress, and maintenance of psychological well-being.*

Keywords. *Psychological health, structure of bodily awareness, levels of functioning: bodily, emotional-regulatory, and affective, experience of bodily-oriented practices.*

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори використовували ChatGPT для пошуку наукових джерел. Після використання цього інструмента автори перевірили та проаналізували запропоновані джерела.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors used ChatGPT 4o to search for scientific literature. Following the use of this tool, the authors reviewed, verified, and analyzed the suggested sources.

Етична декларація. Дослідження схвалено Етичною комісією ГО "Українська асоціація психології освіти та розвитку" (протокол № 1 від 30.04.2026). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement The study was approved by the Ethics Committee of the Public Organization "Ukrainian Association of Educational and Developmental Psychology" (Protocol No. 1 dated April 30, 2026). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Стаття та будь-який пов'язаний з нею опублікований матеріал поширюється за ліцензією Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).
The article and any related published material are licensed under the Creative Commons Attribution License (CC BY 4.0).

УДК 159.9:616.89
DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2026.1(23).20

Тетяна ЯБЛОНСЬКА, д-р психол. наук, проф.
ORCID ID: 0000-0001-7272-9691
e-mail: yablonska@knu.ua
Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Юлія ГОРБАНЮК, д-р габ., проф.
ORCID ID: 0000-0001-7732-7819
e-mail: julia.gorbaniuk@kul.pl
Люблінський католицькоий університет Яна Павла II, Люблін, Польща

ОСОБЛИВОСТІ ВТОРИННОЇ ТРАВМИ СПЕЦІАЛІСТІВ СФЕРИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ВІЙНИ

В с т у п . *Сучасні дослідження свідчать про масштабні негативні психологічні наслідки для ментального здоров'я населення, пов'язані з війною. Це зумовлює високу інтенсивність праці спеціалістів сфери ментального здоров'я і ризик їх вторинної травматизації, оскільки їх праця передбачає постійний контакт з травмівним досвідом клієнтів. Тож важливим є вивчення рівня вторинної травми спеціалістів, а також потенційних захисних факторів. Метою дослідження було вивчення особливостей вторинної травми спеціалістів сфери ментального здоров'я, які надають допомогу постраждалим від війни в Україні. Вибірку дослідження становили 170 осіб (психологи, психотерапевти, соціальні працівники, волонтери).*

М е т о д и . *У дослідженні використано такі методи: соціодемографічна анкета, The Secondary Traumatic Stress Scale (STSS), Шкала "Реакція на тривалий травматичний стрес" (CTSR-10), Шкала сприйнятого стресу (PSS-10), Шкала резильєнтності (CD-RISC).*

Р е з у л ь т а т и . *Вторинний травматичний стрес визначено як комплекс поведінки та емоцій, що виступають наслідком взаємодії з травмівним досвідом клієнта. Його симптомами є інтрузії, уникнення, надмірне збудження. Охарактеризовано специфіку роботи спеціалістів із клієнтами, які мають травмівний досвід, зокрема її інтенсивність і складнощі. Виявлено вираженість вторинної травми, а також хронічного травматичного та сприйнятого стресу спеціалістів. Встановлено, що показники вторинного травматичного стресу є значуще вищими в соціальних працівників порівняно з психологами і психотерапевтами. Виявлено, що вік спеціалістів негативно корелює з показниками вторинного травматичного стресу; при цьому не має зв'язку з резильєнтністю. Між професійним досвідом і вторинною травмою не зафіксовано значущих зв'язків; водночас виявлено слабкий обернений зв'язок між віком та показниками хронічного травматичного стресу і вторинної травматизації. Виявлено сильні обернені зв'язки резильєнтності з показниками вторинного травматичного стресу спеціалістів, що підтверджує важливість розвитку резильєнтності як потенційно захисного фактору.*

В и с н о в к и . *Результати дослідження підтверджують високу актуальність проблеми вторинної травматизації для спеціалістів сфери ментального здоров'я, особливо соціальних працівників. Це обґрунтовує важливість розробки і проведення спеціалізованих заходів для підтримки резильєнтності працівників сфери психічного здоров'я.*

К л ю ч о в і с л о в а : *ментальне здоров'я, травма, травматичний досвід, вторинна травма, резильєнтість.*

Вступ

Актуальність дослідження. Війна, що триває в Україні з 22 лютого 2022 р., спричиняє багато людських втрат серед військовослужбовців і цивільних осіб. Мільйони людей втратили свої домівки й були змушені переміститися в більш безпечні регіони України чи закордон, що також пов'язане з травмівним досвідом. Статистика та психологічні дослідження свідчать, що з початку війни істотно погіршилися показники ментального здоров'я населення, зріс рівень психічної травматизації. Згідно з оцінкою ВООЗ станом на жовтень 2024 р., 68 % українців повідомляли про погіршення стану здоров'я порівняно з довоєнним періодом. Як найпоширеніші проблеми респонденти вказували порушення психічного здоров'я (46 %), психічні розлади (41 %) та неврологічні захворювання (39 %) (Three years of war, 2024).

Дослідження свідчать про масштабні негативні психологічні наслідки тривалого стресу, зумовленого війною, такі як поширеність симптомів посттравматичного розладу (ПТСР) та моральної шкоди серед цивільного населення України (Kurapov et al., 2025; Засєкіна, Засєкін, & Куперман, 2023). За даними багатьох досліджень, жінки повідомляють про вищий рівень депресії, тривоги, симптомів ПТСР (Kobayashi, Sledjeski, & Delahanty, 2019; Яблонська, Внрнік, & Гайворонський, 2025). Досвід міграції також відносять до травматичного досвіду, що спричиняє довгострокові негативні наслідки для психічного та фізичного здоров'я біженців (Sangalang et al., 2019). Так, серед переміщених українців фіксується значно вища поширеність ПТСР і депресивних епізодів, яка у десять разів перевищує показник у загальній популяції (Skalski-Bednarz et al., 2023; Засєкіна, Засєкін, & Куперман, 2023).

Через чотири роки після початку війни, попри певну адаптацію до нових умов життя, більшість українців відчувають негативні наслідки для свого ментального здоров'я, що зумовлює значну суспільну потребу в психологічній допомозі. Безперечно, все це створює істотне навантаження на сферу охорони ментального здоров'я і зумовлює високу інтенсивність праці спеціалістів та ризик їх вторинної травматизації, оскільки значна частина осіб, які звертаються по психологічну допомогу, мають травматичний досвід. Тож фахівці сфери психічного здоров'я працюють дуже інтенсивно і, часто стикаючись із травматичним досвідом клієнтів, наражаються на ризик вторинної травми.

Праця спеціалістів сфери ментального здоров'я (психологів, психотерапевтів, соціальних працівників, волонтерів) передбачає постійний контакт із травматичними спогадами пацієнтів, що може призвести до передачі

© Яблонська Тетяна, Горбанюк Юлія, 2026

типових симптомів травми: підвищеного збудження, уникання та підозріливості, навіть якщо сам спеціаліст ніколи не стикався з травматичними подіями (Kizilhan, 2020, Figley, 1995). За даними Rzeszutek (2014), третина терапевтів, які надавали допомогу жертвам сексуальних злочинів, мали високі рівні вторинного травматичного стресу, особливо – гіперболізовану пильність, підозрілість та страх за близьких. Симптоми вторинного травматичного стресу були зафіксовані у фахівців, які працюють у різних сферах, включаючи роботу з особами, які зловживають психоактивними речовинами, жертвами домашнього і сексуального насильства та соціальну роботу (Kintzle, Yarvis, & Bride, 2013). Figley (1995) пояснює цю вразливість тим фактом, що працівники постійно оточені надзвичайною інтенсивністю факторів, що викликають травму, і що, незважаючи на всі зусилля, залучення до інтенсивної роботи є природним побічним продуктом терапевтичних стосунків.

Вторинна травма характеризується травматизацією спеціаліста, який надає допомогу потерпілому, насамперед особі з травматичним досвідом. В умовах війни спеціаліст має постійний контакт із травматичним досвідом клієнтів, що може призвести до передачі симптомів травми (Пащенко, 2025, Лікарчук, 2024; Засєкіна, & Бурцан, 2023). Особливо складні наслідки, аж до вторинного травматичного стресу або посттравматичного стресового розладу, виникають, якщо фахівець мав подібний травматичний досвід. Тож важливим є дослідження рівня вторинної травматизації спеціалістів сфери ментального здоров'я в умовах війни, а також вивчення факторів, які здатні їй запобігати.

Метою дослідження було вивчення особливостей вторинної травми спеціалістів сфери ментального здоров'я, які надають допомогу постраждалим від війни в Україні.

Вибірку дослідження становили 170 осіб – спеціалістів сфери ментального здоров'я (психологи, психотерапевти, соціальні працівники, а також волонтери), які надають допомогу постраждалим від війни в Україні. Критеріями включення були: вік понад 18 років, професійна діяльність у сфері ментального здоров'я або волонтерська діяльність, досвід практичної допомоги постраждалим.

З 170 учасників жінки становили (92,9 %), чоловіки – 7,1 %. Середній вік опитаних становив роки (SD = 39,4, SD = 12,31). Сфера професійної діяльності опитаних: 64,7 % опитаних склали психологи, 13,5 % – психотерапевти, 12,4 % – соціальні працівники, 1,8 % – волонтери, решта – студенти, військовослужбовці, психіатри. Що стосується стажу професійної діяльності, то він становив: 1–3 роки (34,1 %), 4–10 років (25,3 %), 10–20 років (19,4 %), понад 20 років (21,2 % опитаних).

Опитування проводилося онлайн з травня по серпень 2025 р. Учасники набиралися методом "снігової кулі" через соціальні мережі, професійні асоціації і контакти. Після отримання згоди їм було запропоновано заповнити соціодемографічну анкету та опитувальники через форми Google. Було забезпечено інформовану згоду учасників; їх повідомляли про анонімність, конфіденційність та захист даних. Дизайн та методики дослідження схвалив Етичний комітет факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка (Протокол № 15 від 27.06.2025).

Методологічною основою дослідження були модель вторинного травматичного стресу (Figley, 1995), з одного боку, та модель резильєнтності та стійкості до втоми від співчуття (Ludick, & Figley, 2017) – з іншого. Для розуміння особливостей вторинної травми враховувалися такі дані, як вік, рід та стаж професійної діяльності, частота взаємодії з клієнтами, які мають травматичний досвід.

У цьому дослідженні нас цікавило, наскільки виражена вторинна травма (вторинний травматичний стрес) у працівників сфери ментального здоров'я та волонтерів, які надають допомогу особам, що постраждали від війни в Україні. Також вивчався зв'язок вторинної травми з іншими видами стресу (тривалого травматичного і сприйнятого стресу) та резильєнтності, що важливо для розробки спеціалізованих підтримуючих програм для спеціалістів сфери ментального здоров'я.

Методи

Вимірювання. Соціодемографічні характеристики досліджуваних (вік, стать, рід діяльності, професійний досвід і частота взаємодії з психологічною травмою клієнтів) вимірювалися за допомогою анкети.

Основним інструментом вивчення вторинної травми, або вторинного травматичного стресу спеціалістів, була методика The Secondary Traumatic Stress Scale (STSS) (Ting, Frey, Sanders, Bride & Harrington, 2005). Шкала STSS демонструє сильні психометричні властивості, включаючи високу внутрішню узгодженість (від 0,93 до 0,95 для всієї шкали (Kintzle, Yarvis, & Bride, 2013), конвергентну, дискримінантну та факторіальну валідність (Bride et al., 2004). Методика включає шкали: інтрузії, уникнення, збудження. Розраховувалися бали по кожній шкалі окремо, а також загальний показник вторинного травматичного стресу.

Шкала "Реакція на тривалий травматичний стрес" (Continuous Traumatic Stress Response Scale (CTSR-10) (Goral et al., 2021; укр. адапт. Рудись, 2024) оцінює певні переживання після контакту індивіда з важкими або стресовими подіями. Ці твердження поділяються на дві субшкали: виснаження та відчуження; страх і безпорадність, також вираховується загальний показник. У цьому дослідженні враховувався загальний показник вираженості реакції на тривалий травматичний стрес.

Шкала сприйнятого стресу (PSS-10) (Perceived Stress Scale-10, Cohen, Kamarck, & Mermelstein, 1983; адапт. Вельдбрехт, & Тавровецька, 2022), яка вимірює стресові реакції в актуальній ситуації.

Шкала резильєнтності Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) (Connor, & Davidson, 2003). Факторна структура методики складається з двох шкал: особистісна компетентність та прийняття себе і життя, які, за даними досліджень, позитивно корелюють з показниками фізичного здоров'я, морального стану і життєвого задоволення і негативно – з депресією. Шкала має багатофункціональне застосування. Вважається, що CD-RISC вимірює кілька компонентів стійкості: здатність пристосовуватися до змін, здатність впоратися зі стресом, здатність залишатися зосередженим і чітко мислити, здатність впоратися з неприємними почуттями, такими як гнів, біль або смуток (Hibberd, & Vandenberg, 2015).

Здійснено частотний та кореляційний аналіз з використанням Jamovi 2.6.23.

Результати

У сучасних дослідженнях вторинної травми використовуються різні конструкти: "вікарна/вторинна травма" (Pearlman, & Mac Ian, 1995), "вторинний травматичний стрес" та "втома від співчуття" (Figley, 1995). Така різноманітність термінології ускладнює єдине розуміння феномену та його концептуалізацію. Сучасні дослідники виокремлюють три основні теоретико-методологічні підходи вивчення цього феномену: "вікарна травма" в конструктивістській теорії саморозвитку, "вторинний травматичний стрес" (ВТС) і "травматичне контр перенесення". Ці дослідження

описують несприятливі для спеціаліста наслідки роботи з травмованими клієнтами.

Концепція вторинного травматичного стресу розроблена Figley (1995) на основі спостереження за роботою фахівців із психічного здоров'я та їхнім психоемоційним станом. Емпатична взаємодія, як неодмінна складова роботи спеціаліста з клієнтами, часто вимагає обговорення деталей травматичного досвіду, що може мати негативний емоційний вплив на фахівця (Figley 2002; Boscarino, Figley, & Adams, 2004). Симптоми, пов'язані з повторним переживанням травматичної події клієнта – це: бажання уникати клієнта і нагадувань про його травму, постійне збудження через глибоке знання про травматичний досвід клієнта та ін. (Figley, 1995, 2002; Jenkins, & Baird, 2002).

За визначенням Figley (1995), вторинний травматичний стрес є комплексом поведінки та емоцій, що виступають наслідком знання про травмуючу подію, яку пережив значущий інший, та бажання допомогти травмованій особі. Дослідники Bride, Figley, Wilson, Thomas стверджували, що вторинний травматичний стрес характеризується трьома симптомами, що подібні до симптомів ПТСР і включають критерії: інтрузії (повторне переживання), уникнення (поведінкове, когнітивне або дисоціативне), надмірне збудження. Водночас його початок може бути раптовим і швидким, розвиватися внаслідок одноразового впливу психічної травми клієнта (Bride, & Figley, 2007; Wilson, & Thomas, 2004).

Вторинний травматичний стрес та втома від співчуття пов'язуються також з вигоранням. Однак більшість дослідників наголошують на істотних розбіжностях між цими конструктами, насамперед щодо факторів стресу та часу початку і розгортання реакції: у випадку вигорання це кумулятивний ефект, у випадку вторинного травматичного стресу – раптовий (Gentry, Baranowski, & Dunning, 2002; Figley, 2002; Bride, Radey, & Figley, 2007). Крім того, запропоновано конструкт втоми від співчуття, який є ширшим поняттям, ніж вторинний травматичний стрес і включає як його симптоми, так і симптоми професійного вигорання (Austin et al., 2017; Molnar et al., 2017).

Дослідники Ludick та Figley (2017) розглядають *поняття вторинний травматичний стрес* та споріднене поняття *втома від співчуття* як прояв фізичних, психічних і поведінкових проблем зі здоров'ям, які можуть виникати внаслідок регулярного контакту зі стражданнями інших. Припускається, що схильність до вторинного травматичного стресу та втома від співчуття залежать від особистої історії травм та інших життєвих обставин.

Ще один підхід (Perlman, & Saakvitne,1995) пояснює механізм вторинної травматизації через травматичне контрперенесення і визначає цей феномен як: 1) форму афективної, ментальної та фізичної реакції психологів на травмуючий матеріал клієнтів; 2) захист спеціаліста від впливу матеріалу клієнта, що викликає інтрапсихічні конфлікти та асоціації, психічне збудження (Ray, Wong, White, & Heaslip, 2013). Контрперенесення розглядається як захисна реакція у відповідь на травму клієнта, що може приймати форму як уникнення, так і надмірної проєктивної ідентифікації на основі особистого життя спеціаліста або його неопрацьованих травм. Виникаючи в процесі терапевтичної взаємодії, воно спричиняє зниження самосвідомості, посилення психічних захистів і провокує зміну власної ідентичності, руйнує переконання та світогляд фахівця. При цьому проєктивна ідентифікація спеціаліста з клієнтом призводить до його злиття з почуттями та ускладнює побудову терапевтичного альянсу. Тож психічні процеси, такі як емпатійне залучення психолога, травматичне контрперенесення, проєктивна ідентифікація, створюють умови для емоційного зараження та "індукції травми" у внутрішньому світі психолога (Лікарчук, 2024).

Таким чином, у сучасних дослідженнях феномени впливу професійної діяльності на спеціаліста, який працює з особами з травматичним досвідом, найчастіше диференціюються. Водночас вторинну травму включено до критеріїв DSM-5 як різновид посттравматичного стресового розладу, де її визначають як внутрішню трансформацію спеціаліста, що відбувається внаслідок емпатичного залучення до досвіду травми клієнта та її наслідків (American Psychiatric Association, 2023).

У цьому дослідженні вивчалися рівні вираженості вторинної травматизації спеціалістів сфери ментального здоров'я, які надають допомогу особам із травматичним досвідом, а також деякі дані як незалежні змінні потенційного впливу. До них належали вік, досвід професійної роботи, частота контакту з клієнтами з травматичним досвідом.

Опитування показало, що серед категорій клієнтів, яким спеціалісти надають допомогу, найчастіше вказані: внутрішньо переміщені особи (44,7 % опитаних), громадяни, які перебувають в Україні (64,1 %), особи, які виїхали за кордон (42,4 %). 68,2 % спеціалістів вказали, що працюють з дорослими, 38,2 % – з дітьми та підлітками; військовослужбовці є клієнтами 16,6 % спеціалістів, демобілізовані військовослужбовці – 11,2 % опитаних. Інші, менш численні категорії становили дружини і сім'ї військовослужбовців, особи, які постраждали під час надзвичайних ситуацій, та рятувальники, жертви домашнього насильства, узалежнені та особи з психічними розладами.

Частоту взаємодії спеціалістів із клієнтами, які мають травматичний досвід, представлено на рис. 1.

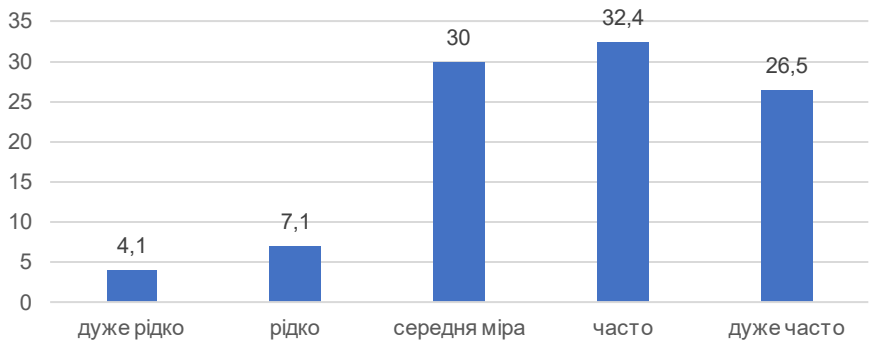


Рис. 1. Частота взаємодії спеціалістів із травматичним досвідом клієнтів, N = 170, %

При цьому 48,2 % опитаних зазначили, що цей травматичний досвід пов'язаний із втратою близької особи / осіб внаслідок війни, 70,6 % опитаних – з фізичною або психічною травматизацією клієнта та / або його близьких внаслідок війни, 23,5 % – з насильством, 67,1 % – з ранньою дитячою травмою.

Серед складнощів у роботі з клієнтами, які мають травматичний досвід, спеціалісти сфери ментального здоров'я вказали насамперед: недостатність підготовки до роботи з сильними емоціями або наслідками травми (48,8 %), те, що досвід клієнта є тригером для власних травм спеціаліста (19,4 %), надмірне співпереживання та емоційне вигорання внаслідок цього (47,6 %). Серед менш представлених відповідей: власне виснаження через постійне перебування в умовах війни, втоми від невизначеності (1,8 %), інтенсивність роботи, велика кількість запитів (1,2 %), вигорання і втома через постійне контейнування важких переживань (0,6 %), вигорання через відсутність розуміння і підтримки на роботі (0,6 %), брак досвіду (1,8 %), значна тривалість роботи, зокрема час на становлення довіри і настання реальних змін (1,2 %). Не мають складнощів у роботі з такими клієнтами 3,6 % спеціалістів.

В результаті емпіричного дослідження було виявлено досить високі показники вторинного травматичного стресу спеціалістів сфери ментального здоров'я. В табл. 1 представлено описові статистики щодо вимірюваних показників.

Оскільки перевірка даних на нормальність розподілу показала, що за більшістю шкал розподіл відрізняється від нормального, в процесі математико-статистичного аналізу було використано непараметричні критерії. Результати кореляційного аналізу представлено в табл. 2.

Таблиця 1

Описові статистики дослідження, N=170

Показники	Середнє	Медіана	SD	Мінімум	Максимум	Шапіро–Вілк	
						W	W
Вік	39,4	39	12,31	17	68	0,978	0,009
STSS_інтрузія	10,4	10	3,46	5	20	0,957	<.001
STSS_уникнення	15,8	15	5,02	7	29	0,975	0,003
STSS_збудження	12,3	12	4,02	5	24	0,973	0,002
Загальний показник STSS	38,6	37	11,14	17	68	0,977	0,006
CD-RISC	28,3	29	6,5	12	40	0,983	0,036
Тривалий травматичний стрес	11,5	10	7,11	0	44	0,92	<.001
Сприйнятий стрес	18,1	18	6,46	3	36	0,991	0,341

Таблиця 2

Результати кореляційного аналізу, Спірмен ρ(rho)

	Вік	Проф. стаж	STSS інтрузія	STSS уникання	STSS збудження	Заг. STSS	CD-RISC	Тривалий травматичний стрес
Вік								
Проф. стаж	0.611 p≤0,001							
STSS інтрузія	-0.126	-0.004						
STSS уникнення	-0.259 p≤0,001	-0.061	0.639 p≤0,001					
STSS збудження	-0.282 p≤0,001	-0.058	0.568 p≤0,001	0.743 p≤0,001				
Заг. STSS	-0.245 p≤0,01	-0.042	0.810 p≤0,001	0.917 p≤0,001	0.879 p≤0,001			
CD-RISC	0.099	-0.020	-0.416 p≤0,001	-0.598 p≤0,001	-0.496 p≤0,001	-0.578 p≤0,001		
Тривалий травматичний стрес	-0.212 p≤0,01	-0.007	0.438 p≤0,001	0.593 p≤0,001	0.569 p≤0,001	0.603 p≤0,001	-0.493 p≤0,001	
Сприйнятий стрес	-0,142	0,057	0,524 p≤0,001	0,642 p≤0,001	0,602 p≤0,001	0,674 p≤0,001	-0,512 p≤0,001	0,582 p≤0,001

Як видно з табл. 2, вік спеціалістів негативно корелює із загальним показником вторинного травматичного стресу (ρ = -0.245, p ≤ 0,01) та окремими його шкалами: шкалою уникнення (ρ = -0.259, p ≤ 0,001) і збудження (ρ = -0.282, p ≤ 0,001). Тобто з віком спеціалісти сфери ментального здоров'я зміцнюють свою стійкість до взаємодії з травматичним досвідом (ρ = -0.212, p ≤ 0,01) та вторинного травматичного стресу; при цьому показник резильєнтності не має зв'язку з віком. Між професійним досвідом і резильєнтністю, з одного боку, і вторинною травмою – з іншого, не зафіксовано значущих зв'язків. Водночас виявлено слабкий обернений зв'язок між віком та показниками травми (-0.212, p ≤ 0,001) і вторинної травматизації (уникнення ρ = -0.259, p ≤ 0,001; збудження ρ = -0.282; p ≤ 0,001; загальний показник ρ = -0.245, p ≤ 0,01), тож можна стверджувати, що в ракурсі протистояння травмі більшу роль відіграє не професійний, а життєвий досвід спеціаліста.

Виявлено сильні внутрішні зв'язки між шкалами вторинного травматичного стресу, що свідчить про комплексність цього феномену і взаємопов'язаність його проявів, а також зв'язки окремих шкал і загального показника вторинного травматичного стресу з хронічним стресом (від ρ = 0,438 до ρ = 0,603, p≤0,001) і сприйнятим стресом (від ρ = 0,524 до ρ = 0,672, p≤0,001). Очікувано виявлено сильні обернені зв'язки резильєнтності з різними шкалами і загальним показником вторинного травматичного стресу спеціалістів сфери ментального здоров'я

(від ρ = -0,416 до ρ = - 0,578, p ≤ 0,001), що підтверджує важливість розвитку резильєнтності як потенційно захисного фактору.

За допомогою одностороннього аналізу ANOVA конкретизовано відмінності показників вторинної травматизації, різних видів стресу та резильєнтності спеціалістів залежно від виду діяльності (табл. 3 і 4).

Таблиця 3

Відмінності досліджуваних показників залежно від виду діяльності спеціалістів сфери ментального здоров'я

Шкали	F	df1	df2	p
STSS інтрузія	5,217	3	20,2	0,008
STSS уникнення	3,987	3	20,5	0,022
STSS збудження	4,605	3	20,2	0,013
STSS (заг.)	5,701	3	20,3	0,005
SD-RISC	0,314	3	20,3	0,815
Тривалий травматичний стрес	2,323	3	19,8	0,106
Сприйнятий стрес	2,73	3	22,3	0,068

Як видно з табл. 4, найвищі рівні окремих шкал (інтрузії, уникнення і збудження) та загального показника вторинного травматичного стресу відзначаються у соціальних працівників. У них також зафіксовано статистично значуще вищі показники реакцій на хронічний та сприйнятий стрес порівняно з іншими спеціалістами сфери ментального здоров'я. В усіх спеціалістів серед показників вторинного травматичного стресу найбільше виражені реакції уникнення, дещо менше виражене збудження, показники інтрузії перебувають на низькому рівні.

Таблиця 4

Описові статистики груп порівняння

Шкали	Діяльність	N	середнє	SD	SE
STSS інтрузія	психолог	111	10	3,12	0,297
	психотерапевт	26	9,54	2,86	0,561
	соціальний працівник	27	13,5	4,04	0,778
	інше	6	9,17	3,6	1,47
STSS уникнення	психолог	111	15,23	4,92	0,467
	психотерапевт	26	14,92	3,72	0,729
	соціальний працівник	27	19	5,35	1,029
	інше	6	17	5,76	2,352
STSS збудження	психолог	111	11,76	3,85	0,366
	психотерапевт	26	11,88	2,94	0,577
	соціальний працівник	27	15,15	4,26	0,819
	інше	6	12,5	5,54	2,262
STSS (заг.)	психолог	111	36,98	10,48	0,995
	психотерапевт	26	36,35	8,58	1,682
	соціальний працівник	27	47,3	12	2,309
	інше	6	38,67	13,09	5,346
SD-RISC	психолог	111	28,53	6,48	0,615
	психотерапевт	26	27,96	4,93	0,966
	соціальний працівник	27	27,26	7,59	1,46
	інше	6	30	8,6	3,512
Тривалий травматичний стрес	психолог	111	10,62	6,25	0,593
	психотерапевт	26	10,69	5,74	1,126
	соціальний працівник	27	15,7	9,49	1,827
	інше	6	13,33	9,75	3,981
Сприйнятий стрес	психолог	111	17,5	6,62	0,629
	психотерапевт	26	17,5	6,53	1,28
	соціальний працівник	27	20,48	5,62	1,081
	інше	6	21	4,1	1,673

Спеціалісти, які працюють з травмою, найчастіше застосовують такі способи самопідтримки і відновлення: відпочинок (сон читання книг, перегляд фільмів) – 84,7 %, активний відпочинок чи переключення (подорожі, спорт) – 60 %, спілкування з близькими, друзями – 62,9 %, психотерапію, супервізії – 58,8 %.

Дикусія і висновки

Порівняння результатів проведеного дослідження з іншими розвідками в цій галузі підтверджує вираженість симптоматики вторинного травматичного стресу у спеціалістів, які надають психологічну та соціальну допомогу постраждалим з досвідом травми. Прояви вторинної травми спеціалістів подібні до симптомів ПТСР, але охоплюють ширший спектр, який може призвести до супутніх захворювань, таких як депресія і тривожні розлади, а також дезадаптивних стратегій подолання (Greene et al., 2018; Potluri, & Patel, 2021). Як свідчать сучасні дослідження, безперервний травматичний стрес призводить до порушення адаптації та спричиняє проблеми з ментальним здоров'ям, включаючи тривогу та депресію (Guidi et al., 2020; Itzhaky et al., 2017). При цьому симптоми вторинної травматизації, які нагадують симптоми ПТСР, виникають внаслідок поточних, а не минулих і припинених травматичних подій та можуть істотно погіршувати повсякденне функціонування та якість життя (Kaminer, Eagle, & Crawford-Browne, 2018).

У проведеному дослідженні виявлено статистично значущий вищий рівень показників вторинної травматизації в соціальних працівників порівняно з психологами і психотерапевтами. Водночас показники резильєнтності різних груп спеціалістів, а також рівень тривалого травматичного та сприйнятого стресу не мають істотних відмінностей. Тож можна припустити, що саме специфіка і

умови діяльності соціальних працівників зумовлюють вищий рівень їх вторинної травматизації.

Труднощі, які відзначали досліджувані у своїй роботі, – висока інтенсивність праці, необхідність контейнування складних емоцій клієнта, а часом брак достатніх знань і вмінь для роботи із сильними емоціями клієнта, перебування самих спеціалістів у стресогенних умовах та невизначеності – також кореспондуються з факторами ризику вторинної травматизації, виокремлюваними в інших дослідженнях. Так, виявлено, що саме спільне переживання болю та травми клієнтів порушує емоційні межі працівників (Asnaani et al., 2020), що збільшує ризик вторинного травматичного стресу. Крім того, інтенсивне робоче навантаження та робота в умовах постійного стресу спричиняє професійне вигорання та фізичну та психічну втому у працівників психічного здоров'я (Xiong et al.,2024).

Отже, результати проведеного дослідження кореспондуються з наявними в літературі даними щодо високого рівня вторинної травматизації працівників сфери психічного здоров'я. Вторинна травматизація спеціалістів асоціюється з переживанням тривалого травматичного та сприйнятого стресу, а також обернено корелює з резильєнтністю. Це підтверджує важливість розробки і проведення спеціалізованих заходів, які підтримуватимуть резильєнтність працівників сфери психічного здоров'я, таких як додаткове навчання, супервізії, діяльність у професійних об'єднаннях. Вагоме значення мають також організація професійної діяльності, дотримання балансу між навантаженням і відпочинком, повноцінний відпочинок і дозвілля.

Обмеження дослідження. В сучасних дослідженнях підкреслюється вищий рівень ризику вторинної травматизації для жінок, які працюють у сфері ментального здоров'я, проте в нашому дослідженні співвідношення жіночої і чоловічої частини вибірки не дозволило здійснити порівняльний аналіз. Цей аспект становить перспективу подальшого вивчення проблеми вторинної травматизації спеціалістів сфери ментального здоров'я.

Відкрита наука. Дані, наведені в цій статті, можна отримати за запитом у автора. Запити щодо доступу до цих наборів даних слід надсилати на адресу yablonska@knu.ua

Внесок авторів: Тетяна Яблонська – концептуалізація, методологія, збір даних, формальний аналіз, валідація даних, написання (оригінальна чернетка); Юлія Горбанюк – концептуалізація, методологія, збір даних, формальний аналіз, написання (перегляд і редагування).

Джерела фінансування. Дослідження проведено в рамках стажування за програмою PROM в Люблінському католицькому університеті Яна Павла II у липні 2025 р.; стажування фінансовано NAWA (Національна агенція академічного обміну, Польща).

Список використаних джерел

Вельдбрехт, О. О., & Тавровецька, Н. І. (2022). Шкала сприйнятого стресу (PSS-10): адаптація та апробація в умовах війни. *Журнал сучасної психології*, 2, 16–27. https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2

Засєкіна, Л., & Бурцан, В. (2023). Спільна резильєнтність у спільній травматичній реальності практичних психологів: досвід України та найкращі практики Європейського Союзу. *Психологічні перспективи*, 42, 55–67. https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-zas

Лікарчук, Є. В. (2024). Теоретико-методологічні підходи до вивчення проблеми вікарної травми психологів, які працюють в умовах військових конфліктів. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 3, 82–88. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.3.16

Пащенко, С. Ю. (2025). Вікарна травма соціальних працівників в умовах російсько-української війни. В Ю. М. Швалб (Ред.), *Розвивальний потенціал сучасної соціальної роботи: методологія та технології: матеріали X Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної конференції* (с. 145–147). КНУ імені Тараса Шевченка.

Рудись, А. Ф. (2024). *Психометричні властивості української версії шкали "Реакція на тривалий травматичний стрес" на вибірці повнолітніх українців* [Магістерська робота, Український католицький університет].

Яблонська, Т., Вернік, О., & Гайворонський, Г. (2025). Стратегії подолання переміщених українських матерів. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, 13, 49–70. https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-13-3

American Psychiatric Association. (2023). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed., text rev.; DSM-5-TR). Halytska Vydavnycha Spilka.

Asnaani, A., Tyler, J., McCann, J., Brown, L., & Zang, Y. (2020). Anxiety sensitivity and emotion regulation as mechanisms of successful CBT outcome for anxiety-related disorders in a naturalistic treatment setting. *Journal of Affective Disorders*, 267, 86–95. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.160

Austin, A. E., Shanahan, M. E., Barrios, Y. V., & Macy, R. J. (2017). A systematic review of interventions for women parenting in the context of intimate partner violence. *Trauma, Violence, & Abuse*, 20(4), 498–519. https://doi.org/10.1177/1524838017719233

Boscarino, J. A., Figley, C. R., & Adams, R. E. (2004). Compassion fatigue following the September 11 terrorist attacks: A study of secondary trauma among New York City social workers. *International Journal of Emergency Mental Health*, 6(2), 57–66.

Bride, B. E., & Figley, C. R. (2007). The fatigue of compassionate social workers: An introduction to the special issue on compassion fatigue. *Clinical Social Work Journal*, 35(3), 151–153. https://doi.org/10.1007/s10615-007-0093-5

Bride, B. E., Radey, M., & Figley, C. R. (2007). Measuring compassion fatigue. *Clinical Social Work Journal*, 35(3), 155–163. https://doi.org/10.1007/s10615-007-0091-7

Bride, B. E., Robinson, M. M., Yegidis, B., & Figley, C. R. (2004). Development and validation of the Secondary Traumatic Stress Scale. *Research on Social Work Practice*, 14(1), 27–35. https://doi.org/10.1177/1049731503254106

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396. https://doi.org/10.2307/2136404

Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. https://doi.org/10.1002/da.10113

Figley, C. R. (1995). *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized*. Brunner/Mazel.

Figley, C. R. (2002). Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self care. *Journal of Clinical Psychology*, 58(11), 1433–1441. https://doi.org/10.1002/jclp.10090

Gentry, E. J., Baranowski, A. B., & Dunning, K. (2002). Treating compassion fatigue. In C. R. Figley (Ed.), *Treating compassion fatigue* (pp. 123–138). Taylor & Francis.

Goral, A., Feder-Bubis, P., Lahad, M., Galea, S., O'Rourke, N., & Aharonson-Daniel, L. (2021). Development and validation of the Continuous Traumatic Stress Response scale (CTSR) among adults exposed to ongoing security threats. *PLoS ONE*, 16(5), Article e0251724. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251724

Greene, T., Itzhaky, L., Bronstein, I., & Solomon, Z. (2018). Psychopathology, risk, and resilience under exposure to continuous traumatic stress: A systematic review of studies among adults living in Southern Israel. *Traumatology*, 24(2), 83–103. https://doi.org/10.1037/trm0000136

Guidi, J., Lucente, M., Sonino, N., & Fava, G. A. (2020). Allostatic load and its impact on health: A systematic review. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 90(1), 11–27. https://doi.org/10.1159/000510696

Hibberd, R., & Vandenberg, B. (2015). Development and validation of the Perceived Life Significance Scale. *Death Studies*, 39(6), 369–383. https://doi.org/10.1080/07481187.2014.958627

Itzhaky, L., Gelkopf, M., Levin, Y., Stein, J. Y., & Solomon, Z. (2017). Psychiatric reactions to continuous traumatic stress: A latent profile analysis of two Israeli samples. *Journal of Anxiety Disorders*, *51*, 94–100. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.06.006

Jenkins, S. R., & Baird, S. (2002). Secondary traumatic stress and vicarious trauma: A validational study. *Journal of Traumatic Stress*, 15(5), 423–432. https://doi.org/10.1023/A:1020193526843

Kaminer, D., Eagle, G., & Crawford-Browne, S. (2018). Continuous traumatic stress as a mental and physical health challenge: Case studies from South Africa. *Journal of Health Psychology*, 23(8), 1038–1049. https://doi.org/10.1177/1359105316642831

Kintzle, S., Yarvis, J. S., & Bride, B. E. (2013). Secondary traumatic stress in military primary and mental health care providers. *Military Medicine*, 178(12), 1310–1315. https://doi.org/10.7205/MILMED-D-13-00087

Kizilhan, J. I. (2020). Stress on local and international psychotherapists in the crisis region of Iraq. *BMC Psychiatry*, 20, Article 110. https://doi.org/10.1186/s12888-020-02508-0

Kobayashi, I., Sledjeski, E. M., & Delahanty, D. L. (2019). Gender and age interact to predict the development of posttraumatic stress disorder symptoms following a motor vehicle accident. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(3), 328–335. https://doi.org/10.1037/tra0000366

Kurapov, A., Balashevych, O., Borodko, Y., Vovk, Y., Borozenets, A., & Danyliuk, I. (2025). Psychological wellbeing of Ukrainian civilians: A data report on the impact of traumatic events on mental health. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1553555. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1553555

Ludick, M., & Figley, C. R. (2017). Toward a mechanism for secondary trauma induction and reduction: Reimagining a theory of secondary traumatic stress. *Traumatology*, 23(1), 112–123. https://doi.org/10.1037/trm0000096

Molnar, B. E., Sprang, G., Killian, K. D., Gottfried, R., Emery, V., & Bride, B. E. (2017). Advancing science and practice for vicarious

traumatization/secondary traumatic stress: A research agenda. *Traumatology*, 23(2), 129–142. https://doi.org/10.1037/trm0000122

Pearlman, L. A., & Mac Ian, P. S. (1995). Vicarious traumatization: An empirical study of the effects of trauma work on trauma therapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, *26*(6), 558–565. https://doi.org/10.1037/0735-7028.26.6.558

Pearlman, L. A., & Saakvitne, K. W. (1995). *Trauma and the therapist: Countertransference and vicarious traumatization in psychotherapy with incest survivors*. W. W. Norton & Company.

Potluri, S., & Patel, A. R. (2021). Using a continuous traumatic stress framework to examine ongoing adversity among Indian women from slums: A mixed-methods exploration. *Journal of Traumatic Stress*, 34(5), 917–928. https://doi.org/10.1002/jts.22699

Ray, S. L., Wong, C., White, D., & Heaslip, K. (2013). Compassion satisfaction, compassion fatigue, work life conditions, and burnout among frontline mental health care professionals. *Traumatology*, 19(4), 255–267. https://doi.org/10.1177/1534765612471144

Rzeszutek, M. (2014). Secondary traumatic stress among psychotherapists: Determinants and consequences. *Polish Journal of Social Sciences*, 9, 63–74.

Sangalang, C. C., Becerra, D., Mitchell, F. M., Lechuga-Peña, S., Lopez, K., & Kim, I. (2019). Trauma, post-migration stress, and mental health: A comparative analysis of refugees and immigrants in the United States. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 21(5), 909–919. https://doi.org/10.1007/s10903-018-0826-2

Skalski-Bednarz, S. B., Konaszewski, K., Muszyńska, J., Maier, K., & Surzykiewicz, J. (2023). Negative situation appraisal and mental well-being among refugees in Germany: Serial mediation by religious coping and sense of coherence. *International Migration*, 61(1), 139–151. https://doi.org/10.1111/imig.13087

Ting, L., Frey, J., Sanders, S., Bride, B., & Harrington, D. (2005). The Secondary Traumatic Stress Scale (STSS). *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 11(3–4), 177–194. https://doi.org/10.1300/J137v11n03_09

World Health Organization. (2025, February 24). *Three years of war: Rising demand for mental health support, trauma care and rehabilitation*. https://www.who.int/ukraine/news/item/24-02-2025-three-years-of-war-rising-demand-for-mental-health-support-trauma-care-and-rehabilitation

Wilson, J. P., & Thomas, R. B. (2004). *Empathy in the treatment of trauma and PTSD*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203020999

Xiong, Q., Luo, F., Chen, Y. et al. (2024). Factors influencing fatigue, mental workload and burnout among Chinese health care workers during public emergencies: An online cross-sectional study. *BMC Nursing*, 23, Article 428. https://doi.org/10.1186/s12912-024-02070-0

Zasiekina, L., Zasiekin, S., & Kuperman, V. (2023). Post-traumatic stress disorder and moral injury among Ukrainian civilians during the ongoing war. *Journal of Community Health*, 48(5), 784–792. https://doi.org/10.1007/s10900-023-01225-5

References

American Psychiatric Association. (2023). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed., text rev.; DSM-5-TR). Halytska Vydavnycha Spilka.

Asnaani, A., Tyler, J., McCann, J., Brown, L., & Zang, Y. (2020). Anxiety sensitivity and emotion regulation as mechanisms of successful CBT outcome for anxiety-related disorders in a naturalistic treatment setting. *Journal of Affective Disorders*, 267, 86–95. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.160

Austin, A. E., Shanahan, M. E., Barrios, Y. V., & Macy, R. J. (2017). A systematic review of interventions for women parenting in the context of intimate partner violence. *Trauma, Violence, & Abuse*, *20*(4), 498–519. https://doi.org/10.1177/1524838017719233

Boscarino, J. A., Figley, C. R., & Adams, R. E. (2004). Compassion fatigue following the September 11 terrorist attacks: A study of secondary trauma among New York City social workers. *International Journal of Emergency Mental Health*, 6(2), 57–66.

Bride, B. E., & Figley, C. R. (2007). The fatigue of compassionate social workers: An introduction to the special issue on compassion fatigue. *Clinical Social Work Journal*, 35(3), 151–153. https://doi.org/10.1007/s10615-007-0093-5

Bride, B. E., Radey, M., & Figley, C. R. (2007). Measuring compassion fatigue. *Clinical Social Work Journal*, 35(3), 155–163. https://doi.org/10.1007/s10615-007-0091-7

Bride, B. E., Robinson, M. M., Yegidis, B., & Figley, C. R. (2004). Development and validation of the Secondary Traumatic Stress Scale. *Research on Social Work Practice*, 14(1), 27–35. https://doi.org/10.1177/1049731503254106

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385–396. https://doi.org/10.2307/2136404

Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. https://doi.org/10.1002/da.10113

Figley, C. R. (1995). *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized*. Brunner/Mazel.

Figley, C. R. (2002). Compassion fatigue: Psychotherapists' chronic lack of self care. *Journal of Clinical Psychology*, 58(11), 1433–1441. https://doi.org/10.1002/jclp.10090

Gentry, E. J., Baranowski, A. B., & Dunning, K. (2002). Treating compassion fatigue. In C. R. Figley (Ed.), *Treating compassion fatigue* (pp. 123–138). Taylor & Francis.

Goral, A., Feder-Bubis, P., Lahad, M., Galea, S., O'Rourke, N., & Aharonson-Daniel, L. (2021). Development and validation of the Continuous Traumatic Stress Response scale (CTSR) among adults exposed to ongoing security threats. *PLoS ONE*, 16(5), Article e0251724. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251724

Greene, T., Itzhaky, L., Bronstein, I., & Solomon, Z. (2018). Psychopathology, risk, and resilience under exposure to continuous traumatic stress: A systematic review of studies among adults living in Southern Israel. *Traumatology*, 24(2), 83–103. https://doi.org/10.1037/trm0000136

Guidi, J., Lucente, M., Sonino, N., & Fava, G. A. (2020). Allostatic load and its impact on health: A systematic review. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 90(1), 11–27. https://doi.org/10.1159/000510696

Hibberd, R., & Vandenberg, B. (2015). Development and validation of the Perceived Life Significance Scale. *Death Studies*, *39*(6), 369–383. https://doi.org/10.1080/07481187.2014.958627

Itzhaky, L., Gelkopf, M., Levin, Y., Stein, J. Y., & Solomon, Z. (2017). Psychiatric reactions to continuous traumatic stress: A latent profile analysis of two Israeli samples. *Journal of Anxiety Disorders*, *51*, 94–100. https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2017.06.006

Jenkins, S. R., & Baird, S. (2002). Secondary traumatic stress and vicarious trauma: A validational study. *Journal of Traumatic Stress*, 15(5), 423–432. https://doi.org/10.1023/A:1020193526843

Kaminer, D., Eagle, G., & Crawford-Browne, S. (2018). Continuous traumatic stress as a mental and physical health challenge: Case studies from South Africa. *Journal of Health Psychology*, 23(8), 1038–1049. https://doi.org/10.1177/1359105316642831

Kintzle, S., Yarvis, J. S., & Bride, B. E. (2013). Secondary traumatic stress in military primary and mental health care providers. *Military Medicine*, 178(12), 1310–1315. https://doi.org/10.7205/MILMED-D-13-00087

Kizilhan, J. I. (2020). Stress on local and international psychotherapists in the crisis region of Iraq. *BMC Psychiatry*, 20, Article 110. https://doi.org/10.1186/s12888-020-02508-0

Kobayashi, I., Sledjeski, E. M., & Delahanty, D. L. (2019). Gender and age interact to predict the development of posttraumatic stress disorder symptoms following a motor vehicle accident. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(3), 328–335. https://doi.org/10.1037/tra0000366

Kurapov, A., Balashevych, O., Borodko, Y., Vovk, Y., Borozenets, A., & Danyliuk, I. (2025). Psychological wellbeing of Ukrainian civilians: A data report on the impact of traumatic events on mental health. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1553555. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1553555

Likarchuk, Ye. V. (2024). Teoretyko-metodolohichni pidkhody do vyvchennia problemy vikarnoi travmy psykholohiv, yaki pratsiuiut v umovakh viiskovykh konfliktiv [Theoretical and methodological approaches to studying the problem of vicarious trauma of psychologists working in military conflicts]. *Naukovyi Visnyk Uzhhorodskoho Natsionalnoho Universytetu. Seriia: Psykholohiia*, 3, 82–88 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.3.16

Ludick, M., & Figley, C. R. (2017). Toward a mechanism for secondary trauma induction and reduction: Reimagining a theory of secondary traumatic stress. *Traumatology*, 23(1), 112–123. https://doi.org/10.1037/trm0000096

Molnar, B. E., Sprang, G., Killian, K. D., Gottfried, R., Emery, V., & Bride, B. E. (2017). Advancing science and practice for vicarious traumatization/secondary traumatic stress: A research agenda. *Traumatology*, *23*(2), 129–142. https://doi.org/10.1037/trm0000122

Pashchenko, S. Yu. (2025). Vikarna travma sotsialnykh pratsivnykiv v umovakh rosiisko-ukrainskoi viiny [Vicarious trauma of social workers under conditions of the Russian-Ukrainian war]. In Yu. M. Shvalb (Ed.), *Rozvyvalnyi potentsial suchasnoi sotsialnoi roboty: metodolohiia ta tekhnolohii: materialy X Vseukrainskoi z mizhnarodnoiu uchastiu naukovo-praktychnoi konferentsii* (pp. 145–147). KNU imeni Tarasa Shevchenka [in Ukrainian].

Pearlman, L. A., & Mac Ian, P. S. (1995). Vicarious traumatization: An empirical study of the effects of trauma work on trauma therapists. *Professional Psychology: Research and Practice*, 26(6), 558–565. https://doi.org/10.1037/0735-7028.26.6.558

Pearlman, L. A., & Saakvitne, K. W. (1995). *Trauma and the therapist: Countertransference and vicarious traumatization in psychotherapy with incest survivors*. W. W. Norton & Company.

Potluri, S., & Patel, A. R. (2021). Using a continuous traumatic stress framework to examine ongoing adversity among Indian women from slums: A mixed-methods exploration. *Journal of Traumatic Stress*, 34(5), 917–928. https://doi.org/10.1002/jts.22699

Ray, S. L., Wong, C., White, D., & Heaslip, K. (2013). Compassion satisfaction, compassion fatigue, work life conditions, and burnout among frontline mental health care professionals. *Traumatology*, 19(4), 255–267. https://doi.org/10.1177/1534765612471144

Rudys, A. F. (2024). *Psykhometrychni vlastyvosti ukrainskoi versii shkaly "Reaktsiia na tryvalyi travmatychnyi stres" na vybirtsi povnolitnikh ukraintsiv* [Psychometric properties of the Ukrainian version of the "Continuous Traumatic Stress Response" scale on a sample of adult Ukrainians] [Master's thesis, Ukrainian Catholic University] [in Ukrainian].

Rzeszutek, M. (2014). Secondary traumatic stress among psychotherapists: Determinants and consequences. *Polish Journal of Social Sciences*, 9, 63–74.

Sangalang, C. C., Becerra, D., Mitchell, F. M., Lechuga-Peña, S., Lopez, K., & Kim, I. (2019). Trauma, post-migration stress, and mental health: A comparative analysis of refugees and immigrants in the United States. *Journal of Immigrant and Minority Health*, 21(5), 909–919. https://doi.org/10.1007/s10903-018-0826-2

Skalski-Bednarz, S. B., Konaszewski, K., Muszyńska, J., Maier, K., & Surzykiewicz, J. (2023). Negative situation appraisal and mental well-being among refugees in Germany: Serial mediation by religious coping and sense of coherence. *International Migration*, 61(1), 139–151. https://doi.org/10.1111/imig.13087

Ting, L., Frey, J., Sanders, S., Bride, B., & Harrington, D. (2005). The Secondary Traumatic Stress Scale (STSS). *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 11(3–4), 177–194. https://doi.org/10.1300/J137v11n03_09

Veldbrekht, O. O., & Tavrovetska, N. I. (2022). Shkala spryiniatoho stresu (PSS-10): adaptatsiia ta aprobatsiia v umovakh viiny [Perceived Stress Scale (PSS-10): Adaptation and validation under war conditions]. *Zhurnal Suchasnoi Psykholohii*, 2, 16–27 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2

Wilson, J. P., & Thomas, R. B. (2004). *Empathy in the treatment of trauma and PTSD*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203020999

World Health Organization. (2025, February 24). *Three years of war: Rising demand for mental health support, trauma care and rehabilitation*. https://www.who.int/ukraine/news/item/24-02-2025-three-years-of-war-rising-demand-for-mental-health-support-trauma-care-and-rehabilitation

Xiong, Q., Luo, F., Chen, Y., et al. (2024). Factors influencing fatigue, mental workload and burnout among Chinese health care workers during public emergencies: An online cross-sectional study. *BMC Nursing*, 23, Article 428. https://doi.org/10.1186/s12912-024-02070-0

Yablonska, T., Vernik, O., & Haivoronskyi, H. (2025). Stratehii podolannia peremishchenykh ukrainskykh materiv [Coping strategies of displaced Ukrainian mothers]. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, 13, 49–70 [in Ukrainian]. https://doi.org/10.32782/2663-970X/2025-13-3

Zasiekina, L., & Burtsan, V. (2023). Shared resilience in the shared traumatic reality of applied psychologists: The Ukrainian experience and the best practices of the European Union. *Psychological Prospects Journal*, 42, 55–67. https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-zas

Zasiekina, L., Zasiekin, S., & Kuperman, V. (2023). Post-traumatic stress disorder and moral injury among Ukrainian civilians during the ongoing war. *Journal of Community Health*, 48(5), 784–792. https://doi.org/10.1007/s10900-023-01225-5

Отримано редакцією журналу / Received: 24.12.25
Схвалено до друку / Accepted: 15.07.26
Опубліковано / Published: 16.07.26

Tetiana YABLONSKA, DSc (Psychology), Prof.
ORCID ID: 0000-0001-7272-9691
e-mail: yablonska@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Yulia GORBANIUK, Dr habil., Prof.
ORCID ID: 0000-0001-7732-7819
e-mail: julia.gorbaniuk@kul.pl
John Paul II Catholic University of Lublin, Lublin, Poland

FEATURES OF SECONDARY TRAUMA OF MENTAL HEALTH PROFESSIONALS IN WAR CONDITIONS

B a c k g r o u n d . ***Modern research indicates large-scale negative psychological consequences for the mental health of the population associated with war. This determines the high intensity of work of mental health professionals and the risk of their secondary traumatization, since their work involves constant contact with the traumatic experience of clients. Therefore, it is important to study the level of secondary trauma of professionals, as well as potential protective factors. The study aimed to examine the characteristics of secondary trauma among mental health professionals assisting war victims in Ukraine. The study sample comprised 170 people (psychologists, psychotherapists, social workers, and volunteers).***

M e t h o d s . ***sociodemographic questionnaire, The Secondary Traumatic Stress Scale (STSS), The Continuous Traumatic Stress Response Scale (CTSR-10), The Perceived Stress Scale (PSS-10), The Connor-Davidson Resilience scale (CD-RISC).***

R e s u l t s . ***Secondary traumatic stress is defined as a complex of behaviors and emotions that result from interaction with a client's traumatic experience. Its symptoms are intrusions, avoidance, and excessive arousal. The specific features of professionals' work with clients who have experienced trauma, including its intensity and associated challenges, are characterized. The severity of secondary trauma, as well as chronic traumatic and perceived stress of specialists, is revealed. It was found that secondary traumatic stress indicators are significantly higher in social workers compared to psychologists and psychotherapists. It was found that the age of specialists is negatively correlated with indicators of secondary traumatic stress; at the same time, it has no connection with resilience. No significant relationships were found between professional experience and secondary trauma; however, a weak inverse relationship was found between age and indicators of chronic traumatic stress and secondary traumatization. Strong inverse relationships between resilience and indicators of secondary traumatic stress among professionals were found, confirming the importance of developing resilience as a potentially protective factor.***

C o n c l u s i o n s . ***The results of the study confirm the high relevance of the problem of secondary traumatization for mental health professionals, especially social workers. This confirms the importance of developing and implementing specialized interventions to support the resilience of mental health workers.***

K e y w o r d s ***: mental health, trauma, traumatic experience, secondary traumatic stress, resilience.***

Декларація про генеративний штучний інтелект та технології, що використовують штучний інтелект. Під час підготовки цієї статті автори не використовували інструменти штучного інтелекту.

Declaration of Generative AI and AI-Assisted Technologies. During the preparation of this work, the authors did not use artificial intelligence tools.

Етична декларація. Дизайн та методики дослідження схвалено Етичним комітетом факультету психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка (Протокол № 15 від 27.06.2025). Усі учасники дослідження надали письмову інформовану згоду на участь та публікацію отриманих даних. Автори гарантують повну анонімність та конфіденційність персональної інформації.

Ethical Statement. The study design and methodologies were approved by the Ethics Committee of the Faculty of Psychology at Taras Shevchenko National University of Kyiv (Protocol No. 15 dated June 27, 2025). All study participants provided written informed consent for their participation and the publication of the obtained data. The authors guarantee full anonymity and confidentiality of personal information.

Тетяна Яблонська є членом редколегії видання, тому не брала участі у рецензуванні та прийнятті рішення щодо публікації цієї статті.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробці дизайну дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

Tetiana Yablonska is a member of the Editorial Board of this journal and therefore was not involved in the peer-review process or the decision-making regarding the publication of this article.

The authors declare no conflict of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analysis or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.

Наукове видання

ВІСНИК

КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

ПСИХОЛОГІЯ

Випуск 1(23)

Оригінал-макет виготовлено Видавничо-поліграфічним центром "Київський університет"

Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за підбір, точність наведених фактів, цитат, економіко-статистичних даних, власних імен та інших відомостей. Редколегія залишає за собою право скорочувати та редагувати подані матеріали. Рукописи та електронні носії не повертаються.

Opinions, statements, accuracy of the quotations, economic and statistical data, terminology, proper names and other information are made on the responsibility of the authors. The Editorial Board reserves the right to shorten and edit the submitted materials.

Формат 60x84$^{1/8}$. Обл.-вид. арк. 23,52. Ум. друк. арк. 17,7. Наклад 300. Зам. № 226-11937
Гарнітура Arial. Папір офсетний. Друк офсетний. Вид. № Пс1.
Підписано до друку 16.07.26

Видавець і виготовлювач
ВПЦ "Київський університет"
Б-р Тараса Шевченка 14, м. Київ, 01601, Україна
☎ (38044) 239 32 22; (38044) 239 31 58; (38044) 239 31 28
e-mail: vpc@knu.ua
http: vpc.knu.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 1103 від 31.10.02