

Волинський національний університет імені Лесі Українки  
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України  
Lesya Ukrainka Volyn National University  
Institute of Social and Political Psychology

p-2227-1376

e-2308-3743

# **ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРСПЕКТИВИ**

# **PSYCHOLOGICAL PROSPECTS**

ВИПУСК 43 ISSUE 43

Луцьк  
2024

*Рекомендовано до друку вченою радою Волинського національного університету імені Лесі Українки (протокол № 8 від 20.06.2024р.)*

**Головний редактор**

Наталія Коструба Луцьк, Україна

**Заст. головного редактора**

Жанна Вірна Луцьк, Україна

Ольга Кочубейник Київ, Україна

**Відповідальний секретар**

Оксана Фіщук Луцьк, Україна

**Редакційна колегія**

Балашов Едуард Острог, Україна

Бойко Марта США

Ярослав Гошовський Луцьк, Україна

Марія Ледзінська Варшава, Польща

Мирослава Мушкевич Луцьк, Україна

Барбара Гавда Люблін, Польща

Єва Малгожата Шелпітовська Люблін, Польща

Ольга Лазорко Луцьк, Україна

Магдалена Ровіцька Варшава, Польща

Isabel Maria Sousa Lopes Silva Порту, Португалія

Лариса Засекіна Луцьк, Україна

Наталія Савелюк Тернопіль, Україна

Анета Ріта Борковська Люблін, Польща

Олена Журавльова Луцьк, Україна

Тетяна Перепелюк Умань, Україна

Ольга Ковальова Мелітополь, Україна

Ana Maria Eung Парана, Бразилія

Анета Ріта Борковська Люблін, Польща

**Засновники:** Волинський національний університет імені Лесі Українки, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України.

*Журнал є науковим фаховим рецензованим виданням України, у якому можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук (категорія «Б») за спеціальністю 053 «Психологія» (відповідно до Наказу Міністерства освіти і науки України 02.07.2020 № 886 (Додаток 4) .*

**Адреса редакції:** 43025, м. Луцьк, вул. Винниченка, 30А. Тел. (факс): (0332) 24-40-12.

Ел. адреса: psyprojournal@gmail.com

Ідентифікатор медіа: R30-02342

**Видавець:** Волинський національний університет імені Лесі Українки (43025, м. Луцьк, просп. Волі, 13).

© Гончарова В. О. (обкладинка), 2024

© Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2024

© Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2024

*Approved by the Academic Council of Lesya Ukrainka Volyn National University,  
Record of proceedings # 8, 20.06.2024*

**Editor-in-Chief**

Natalia Kostruba Lutsk, Ukraine

**Associate Editors**

Zhanna Virna Lutsk, Ukraine

Olha Kochubeinyk Kyiv, Ukraine

**Editorial Assistant**

Oksana Fishchuk Lutsk, Ukraine

**Editorial Board**

Eduard Balashov Ostroh, Ukraine

Martha Bojko United States

Yaroslav Hoshovskyi Lutsk, Ukraine

Maria Ledzinska Warsaw, Poland

Myroslava Mushkevych Lutsk, Ukraine

Barbara Gawda Lublin, Poland

Ewa Małgorzata Szepietowska Lublin, Poland

Olha Lazorko Lutsk, Ukraine

Magdalena Rowicka Warsaw, Poland

Isabel Maria Sousa Lopes Silva Porto, Portugal

Larysa Zasiékina Lutsk, Ukraine

Natalia Savelyuk Ternopil, Ukraine

Aneta Rita Borkowska Lublin, Poland

Olena Zhuravlova Lutsk, Ukraine

Tetiana Perepeliuk Uman, Ukraine

Olha Kovalova Melitopol, Ukraine

Ana Maria Eyng Parana, Brazil

Aneta Rita Borkowska Lublin, Poland

**Founders:** Lesya Ukrainka Volyn National University,  
Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Pedagogical  
Sciences of Ukraine

*The Psychological Prospects Journal is a professional peer-reviewed scholarly periodical published semiannually, where results of Ph. D. and Doctoral theses in psychology can be published (supplement 4 to the decree of the Ministry of Education and Science of Ukraine of 02.07.2020 № 886).*

**Address:** 9 Potapova St., Lutsk, 43025, Ukraine, tel.: +380332244012.

E-mail: psyprojournal@gmail.com

Media ID: R30-02342

**Publisher:** Lesya Ukrainka Volyn National University (13 Voli Prosp., Lutsk, 43025, Ukraine).

© Honcharova, V. (cover), 2024

© Lesya Ukrainka Volyn National University, 2024

© Institute of Social and Political Psychology of the National  
Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, 2024

## **Ethics Statement**

The author who submits an article to the journal explicitly confirms that the paper presents a concise, accurate account of the research performed as well as an objective discussion of its significance. A paper should contain sufficient detail and references to public sources of information. Fabrication of data is an egregious departure from the expected norms of scholarly conduct, as is the selective reporting of data with the intent to mislead or deceive, as well as the theft of data or research results from others. Authors must obtain permission for use of any previously published materials from the original publisher. Plagiarism constitutes unethical scholarly behaviour and is unacceptable.

All co-authors share equal degree of responsibility for the paper they co-author. Submitting the same manuscript to more than one journal concurrently is unethical and unacceptable.

By acknowledging these facts the authors bear personal responsibility for the accuracy, credibility, and authenticity of research results described in their papers.

### **The Journal is indexed and listed in:**

Index Copernicus

Directory of Open Access Journals (DOAJ)

Google Scholar

ResearchBib

Ukrainian scientific periodicals

BASE

WorldCat

Open Ukrainian Citation Index (OUCI)

OpenAIRE

ScienceGate

Scilit

## ЗМІСТ

<b>Передмова .....</b>	<b>9</b>
<b>Бородулькіна Тетяна</b>	
Стабілізація психічного стану в уявленнях студентів-психологів .....	10
<b>Вінков Веніамін</b>	
Українці в умовах війни: особливості переживання загроз та наслідків для ідентичності .....	25
<b>Virna Zhanna, Eung Ana Maria</b>	
Child violence: from psychoanalysis to the reality of protecting children's rights in Brazil.....	48
<b>Гошовська Дарія, Гошовський Ярослав</b>	
Самоспівчуття і посттравматичний стресовий розлад у мілітарному досвіді ветеранів.....	64
<b>Дворник Марина, Лазоренко Борис, Ларіна Тетяна, Громова Ганна,     Погорільська Наталія, Савінов Володимир, Гундертайло Юлія</b>	
Здоровий спосіб життя українців під час війни: первинний аналіз даних опитування.....	80
<b>Коць Михайло, Бабій Микола, Дучимінська Тамара</b>	
Діагностика психічного здоров'я першокурсників закладів вищої освіти в умовах воєнного стану .....	103
<b>Кульчицька Анна, Федотова Тетяна, Кихтюк Оксана</b>	
Соціально-психологічні особливості дітей, постраждалих від сімейного насильства .....	120

**Малімон Людмила, Пархоменко Вікторія**

Ресурси резильєнтності осіб з травматичним досвідом ..... 132

**Пасічник Леся**

Психологічні особливості поведінки особистості з різними адикціями ..... 143

**Рудницький Олександр**

Психоемоційне вигорання особистості : теоретичні аспекти проблеми ..... 161

**Хайрулін Олег**

Репрезентації ігрового моделювання життєдіяльності  
людини в умовах невизначеності ..... 181

**Хазратова Нігора, Олійник Алла, Сидоркіна Марина**

Особистісні дескриптори зрілості громадянської ідентичності студентів ... 203

**Пам'ятка авторів** ..... 217

## TABLE OF CONTENTS

<b>Preface</b> .....	9
<b>Tetiana Borodulkina</b>	
Stabilization of the mental state in the perceptions of psychology students.....	10
<b>Veniamin Vinkov</b>	
Ukrainians in the war conditions: characteristics of the experience of threats and consequences for identity .....	25
<b>Zhanna Virna, Ana Maria Eyng</b>	
Child violence: from psychoanalysis to the reality of protecting children's rights in Brazil .....	48
<b>Daria Hoshovska, Yaroslav Hoshovskiy</b>	
Self-compassion and post-traumatic stress disorder in the military experience of veterans .....	64
<b>Maryna Dvornyk, Borys Lazorenko, Tetiana Larina, Hanna Hromova, Nataliia Pohorilska, Volodymyr Savinov, Yuliia Hundertailo</b>	
Healthy lifestyle of ukrainians during war: primary analysis of survey data .....	80
<b>Mykhailo Kots, Mykola Babii, Tamara Duchyminska</b>	
Freshmen mental health diagnostics in higher education institutions under martial law .....	103
<b>Anna Kulchytska, Tetiana Fedotova, Oksana Kyhtuik</b>	
Socio-psychological characteristics of children victims of family violence.....	120
<b>Liudmyla Malimon, Viktoriia Parkhomenko</b>	
Resilience resources of individuals with traumatic experience.....	132

**Lesia Pasichnyk**

Psychological peculiarities of behaviour of a person with various addictions .....143

**Oleksandr Rudnytskyi**

Psychoemotional burnout of personality: theoretical aspects of the problem..... 161

**Oleg Khairulin**

Game modeling representations of human life activity in uncertainty  
conditions ..... 181

**Nigora Khazratova, Alla Olijnyk, Maryna Sydorkina**

Personal descriptors of civic identity of students.....203

**Guidelines for Authors**..... 217



## PREFACE

The war has been going on in Ukraine for the third year. Scientific psychological research is often concerned with assessing the damage of such long-term stress and finding ways to support the mental health of citizens.

This issue of Psychological Prospects Journal examines in detail the psychological state and attitude of Ukrainians to their health in conditions of war and uncertainty about the future, and analyzes the long-term military operations consequences for civic identity. Two articles are devoted to the topic of violence against children. In war, violence is used as a tool to intimidate the enemy, and situations of family violence in such conditions are becoming more frequent. The war also provokes and exacerbates issues of addictions, emotional burnout, and post-traumatic stress disorder. People who are unable to live in such a disturbing reality may resort to addictive behavior as a destructive way to overcome difficult life situations. Long-term stress, changes in working conditions increase the risk of professional burnout. A separate important topic is the psychological state of people with combat experience, their reintegration into society through family and community support. The issue also includes research and recommendations on mental health diagnosis, mental state stabilization, and the development of psychological resilience resources.

All these topics are presented for a wide audience. Great gratitude to all scientists who continue their activities in wartime conditions and work on psychological support programs.

*Editor-in-Chief Nataliia Kostruba*

## СТАБІЛІЗАЦІЯ ПСИХІЧНОГО СТАНУ В УЯВЛЕННЯХ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

**Бородулькіна Тетяна**

Національний університет «Запорізька політехніка»

Запоріжжя, Україна

[borodulkina.tatyana@gmail.com](mailto:borodulkina.tatyana@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7793-0412>

**Мета.** На основі аналізу результатів проведеного теоретичного та емпіричного дослідження описати уявлення студентів-психологів про стабілізацію психіки з метою подальшого врахування отриманих результатів у професійному навчанні, зокрема, у викладанні таких дисциплін як «Кризова психологія», «Психологічна допомога в надзвичайних ситуаціях» та ін.

**Методи.** Онлайн опитування у Google-формах; контент-аналіз; частотний аналіз; інтерпретація та узагальнення результатів емпіричного дослідження.

**Результати.** Найбільш частотними словами у відповідях респондентів про стабілізацію психічного стану виявилися: «стан»; «психічний», «психологічний», «психіка», «психоемоційний», душа /душевний; «я»; «людина», «люди»; «стабілізація», «стабільний» / «нестабільний», «стабілізувати», «стабільність»; «емоції», «емоційний», «емоційність»; «спокійний», «спокій», «заспокоєння», «заспокоїтись»; «норма», «нормальний», «нормалізація», «нормалізувати»; «стрес», «стресовий» і подібні; їх використала переважна більшість респондентів, відповідаючи на запитання «Як Ви розумієте вираз «стабілізація психічного стану»?». Контент-аналіз відповідей на запитання «В яких випадках людині необхідно стабілізувати свій психічний стан?» виявив, що більшість респондентів вважає, що стабілізація психічного стану потрібна при дисгармонії та розбалансуванні психічної та емоційної сфери, стресі, погіршенні самопочуття; значна частина респондентів до випадків, в яких людина може потребувати стабілізації психіки, відносить зовнішні фактори (травматичні, екстремальні та надзвичайні події). Результати контент-аналізу відповідей на запитання «Навіщо людині стабілізувати свій психічний стан?» показують, що меншість респондентів має активну позицію, спрямовану на зміни психічного стану, його покращення, досягнення результату; більшість орієнтована або на збереження того стану, який є, або на уникнення негативних наслідків.

**Висновки.** Результати як теоретичного огляду, так і пошукового опитування, звертають увагу, з одного боку, на поверховість, стереотипність та наявність різноманітних тлумачень стабілізації психічних станів сучасними дослідниками, з іншого боку, на стереотипність, формальність та абстрактність розуміння стабілізації психічного стану майбутніми психологами.

**Ключові слова:** кризова допомога, етапи надання психологічної допомоги, перша психологічна допомога, війна, професійна свідомість.

**Tetiana Borodulkina. Stabilization of the mental state in the perceptions of psychology students.**

**Purpose.** Based on the analysis of the results of the theoretical and empirical study, to describe the perceptions of psychology students about mental stabilization in order to further take into account the results obtained in professional training, in particular, in teaching such disciplines as «Crisis Psychology», «Psychological Assistance in Emergency Situations», etc.

**Methods.** Online survey in Google forms; content analysis; frequency analysis; interpretation and generalization of empirical research results.

**Results.** The most frequent words in the respondents' answers about stabilization of the mental state were: «state»; «mental», «psychological», «psyche», «soul»; «me»; «person», «people»; «stabilization», «stable» / «unstable», «stabilize», «stability»; «emotions», «emotional», «emotionality»; «calm», «calm down», «normal», «normalization», «normalize»; «stress», «stressful» and similar; they were used by the vast majority of respondents when answering the question «How do you understand the expression «stabilization of mental state»?». The content analysis of answers to the question «In what cases does a person need to stabilize their mental state?» revealed that the majority of respondents believe that stabilization of the mental state is necessary in case of disharmony and imbalance of the mental and emotional sphere, stress, deterioration of health; a significant number of respondents consider external factors (traumatic, extreme and emergency events) to be cases in which a person may need mental stabilization. The results of the content analysis of answers to the question «Why should a person stabilize their mental state?» show that a minority of respondents have an active position aimed at changing their mental state, improving it, and achieving results; the majority is focused either on maintaining the current state or avoiding negative consequences.

**Conclusions.** The results of both the theoretical review and the survey draw attention, on the one hand, to the superficiality, stereotypicality, and the presence of various interpretations of the stabilization of mental states by modern researchers, and, on the other hand, to the stereotypicality, formality, and abstractness of future psychologists' understanding of the stabilization of mental states.

**Key words:** crisis assistance, stages of psychological assistance, first psychological aid, war, professional consciousness.

**Вступ.** Тривала війна в Україні стала викликом для кожного українця, для його психічного здоров'я та внутрішньої стійкості. Психологи також відчують нові виклики в своїй роботі завдяки колу проблем, з якими їм щоденно треба працювати, запитам від клієнтів та замовників психологічних послуг, які у великій мірі стосуються кризової допомоги та надання першої психологічної допомоги. Однією з професійних тем, важливість якої підкреслила війна, вважаємо «стабілізацію психічного стану людини». Звичайно, про стабілізацію психічного стану українським психологам було відомо і до війни, але в умовах воєнного стану ця тема набуває особливої актуальності, і, відповідно, потребує більшої чіткості як на теоретичному рівні, так і в практичному вимірі.

Огляд наукових публікацій, доступних через вільні пошукові системи, дає можливість впевнитися, що стабілізація психічного стану людини часто згадується науковцями і найчастіше розглядається ними як обов'язковий елемент надання першої психологічної допомоги потерпілим у різних надзвичайних та екстремальних ситуаціях, при чому, в першу чергу, мова йде про надання психологічної допомоги, зокрема, учасникам бойових дій (Блінов, 2023), мешканцям деокупованих населених пунктів (Лебедева, Христенко, 2023) та ін. Стабілізація психічного стану представлена більше в практичному вимірі, є елементом (етапом) психологічної корекції та/або реабілітації (Ілов, Бородулькіна, 2022); описана через конкретні методи та вправи (дихальні, фізичні, майндфулнес-техніки та ін.).

Відмітимо, що багато хто з науковців та практиків згадує це словосполучення – «стабілізація психічного стану», – але майже не розкриває його значення, що, на нашу думку, призводить до дещо стереотипного розуміння стабілізації психіки переважно як забезпечення сталості, незмінності. Таке обмежене розуміння стабілізації психіки підійде не для кожної стабілізуючої техніки та вправи, не для кожного конкретного випадку. Так, наприклад, розуміння стабілізації як забезпечення сталості та незмінності психічного стану людини є недоречним по відношенню до таких інструментів антропософської медицини та психотерапії, як евритмія та малювання форм (Бородулькіна, 2023а; Бородулькіна, 2023б), бо очікуваний ефект від застосування цих методів (в тому числі і з метою стабілізації) як раз зворотний – приведення в рух

внутрішнього простору людини, а не досягання сталості, застигlosti та нерухливості психічних станів (Бородулькіна, 2023а; Бородулькіна, 2023б). Якщо, наприклад, спробувати «стабілізувати», «заспокоїти» механічний годинник, то чи буде він виконувати свою основну функцію, чи буде він собою, тобто годинником? Людина – складніше, ніж механічний годинник, тому, звичайно, треба розуміти, що саме і в якій ситуації потребує стабілізації, а що саме при цьому (часто одночасно) потрібно привести в рух.

Подальший огляд науково-практичних праць демонструє те, що в кожному окремому випадку, під стабілізацією часто мається на увазі щось різне, що охоплює різні простори буття людини.

Наприклад, Бессел ван дер Колк зазначає, що «повертатись до травми під час психотерапії можна лише тоді, коли пацієнт почуватиметься цілком присутнім у реальному часі і таким спокійним, упевненим і «заземленим», наскільки це можливо <...> Психотерапія не буде ефективною, поки щось затягуватиме людину в минуле» (Колк, 2023:107). Тобто, стабілізація в даному випадку розповсюджується не тільки безпосередньо на психічний стан людини (спокійний, врівноважений), але і на переживання себе в часовому просторі «минуле-теперішнє-майбутнє». Також Бессел ван дер Колк звертає увагу на збалансованість нервової системи (симпатичної і парасимпатичної) та на показник варіабельності серцевого ритму (Колк, 2023:412).

Пітер А. Левін звертає увагу на важливість встановлення зв'язків при роботі з травмою, характеризує травму передусім як втрату зв'язків між власним «Я» людини та її тілом, між людиною та оточуючим світом (Levine, 2008). Стабілізаційні дії, у зв'язку з цим, спрямовані на «прихід до себе» і на налагодження контакту з оточуючим світом і людьми.

Часто стабілізація описується через низку широко відомих стабілізаційних вправ, які найчастіше спрямовані на нормалізацію дихання, заземлення («Дихання по квадрату» (Гусєв & Цибух, 2022:62); Техніка дихання «Свічка-квітка» (Гусєв & Цибух, 2022:62); Техніка «5-4-3-2-1» (Гусєв & Цибух, 2022:62); «Обійми метелика» (Психологія здоров'я Health Psychology, 2020), «Безпечне місце» (Психологія здоров'я Health Psychology, 2019) та ін.); Техніка релаксації Джейкобсона (Physiotattva, 2021); протоколи негайної стабілізації під час гострої реакції на стрес, наприклад ISP (Quinn,

2020). Вже існують (Rädda Barnen, 2023) і створюються нові мобільні додатки для стабілізації емоційного стану і ментального здоров'я (Хорошевська, Алексєєва, 2023), в яких користувачам пропонується виконати за чіткими інструкціями певні стабілізаційні вправи. Розуміння того, для стабілізації саме чого ця конкретна вправа застосовується, розуміння механізму стабілізації психічного стану дасть змогу фахівцям використовувати ці вправи більш свідомо, ефективно та доречно.

Стабілізація психіки є окремим випадком психологічної корекції, формою психологічної інтервенції. В той же час вважаємо, разом з О. Іловим, що «будь-яка форма психологічної допомоги (психодіагностика, психологічне консультування, психологічна корекція, психологічна реабілітація, психотерапія) не може розпочатися, якщо людина, якій ця допомога надається, знаходиться в нестабільному розбалансованому психічному стані. Якщо це так, то фахівець має допомогти людині стабілізувати свій психічний стан для можливості надання тієї чи іншої форми психологічної допомоги» (Ілов, Бородулькіна, 2022:324).

Вважаємо, що глибина та адекватність розуміння процесу стабілізації як діючими психологами, так і майбутніми фахівцями, обумовлює ефективність та доречність їхніх стабілізуючих дій у конкретних професійних ситуаціях. Стабілізацію часто пов'язують з усвідомленням («стабілізувати» означає: «зробити свідомим» (Овсяннікова, 2023). Усвідомлювати більш чітко свої професійні дії під час стабілізації психіки інших вважаємо важливою компетентністю для фахівців, які надають психологічну допомогу.

**Мета дослідження:** на основі аналізу результатів проведеного теоретичного та емпіричного дослідження описати уявлення студентів-психологів про стабілізацію психіки з метою подальшого врахування отриманих результатів у професійному навчанні психологів, зокрема, у викладанні таких дисциплін як «Кризова психологія», «Психологічна допомога в надзвичайних ситуаціях» та ін.

**Методи та процедура дослідження.** В результаті кількох онлайн опитувань, проведених нами у 2022 р. (жовтень-грудень) та 2023 р. (лютий-червень; жовтень) серед студентів-психологів різних курсів Національного університету «Запорізька політехніка», нами зібрано матеріал для подальшого аналізу уявлень майбутніх

психологів про стабілізацію психічного стану людини. Учасникам дослідження пропонувалося пройти опитування у Google-формах та відповісти на ряд відкритих запитань про розуміння ними стабілізації психічного стану людини. В цій статті наведено результати аналізу відповідей на частину запропонованих запитань, а саме: «Як Ви розумієте вираз «стабілізація психічного стану»?» (n=113); «В яких випадках людині необхідно стабілізувати свій психічний стан?» (n=113); «Навіщо людині стабілізувати свій психічний стан?» (n=112). Результати аналізу деяких відповідей на інші питання («Як людина може стабілізувати свій психічний стан?»; «Що Вам допомагає заспокоїтися в ситуації небезпеки?») одного з цих онлайн опитувань, проведеного восени 2022 р. (n=54), представлено в науковій роботі та публікаціях здобувачки спеціальності 053 «Психологія» Національного університету «Запорізька політехніка» А. Башлій, виконаних під нашим науковим керівництвом (Башлій, 2023; Башлій, Бородулькіна, 2022).

**Обговорення результатів.** Результати частотного аналізу відповідей студентів-психологів на запитання: «Як Ви розумієте вираз «стабілізація психічного стану»?» наведено у табл. 1 (представлено слова (або групи слів), які зустрічаються у відповідях респондентів з частотою більше 20). На цьому етапі всі отримані відповіді було розглянуто як загальний текст, підраховувалася частота слів, що зустрічалися у відповідях різних учасників (з масиву слів було вилучено всі службові частини мови: частки, прийменники та сполучники). Всього було охоплено частотним аналізом 1061 слово.

Так, найбільш частотними словами у відповідях респондентів про стабілізацію психічного стану виявилися: «стан»; «психічний», «психологічний», «психіка», «психоемоційний», «душа» / «душевний»; «свій» / «себе» / «своїх» та подібне, «я», «мій» / «мене»; «людина», «люди»; «стабілізація», «стабільний» / «нестабільний», «стабілізувати», «стабільність»; «емоції», «емоційний», «емоційність»; «спокійний», «спокій», «заспокоєння», «заспокоїтися», «заспокоїти»; «норма», «нормальний», «нормалізація», «нормалізувати»; «стрес», «стресовий». Подальший аналіз показав, що ці найбільш частотні слова (табл.1) при відповіді на запитання «Як Ви розумієте вираз «стабілізація психічного стану»?» використала переважна більшість респондентів (109 осіб

(96,46%) з 113), у відповідях яких зустрічалося від 1 до 17 таких слів (середнє – 3,6; мода – 3; медіана – 3). Отримані результати дають нам змогу припустити, що уявлення у студентів-психологів про стабілізацію психічного стану є достатньо схожими між собою, переважно стереотипними та формальними.

Таблиця 1

**Результати частотного аналізу масиву відповідей респондентів на запитання «Як Ви розумієте вираз «стабілізація психічного стану»?»**

№	Слово (або група слів)	Частота	Відсоток від загальної кількості слів (N=1061)
1	Стан	96	9,04
2	Психічний (51), психологічний (15), психіка (9), психоемоційний (2), душа /душевний (2)	79	7,44
3	Свій / себе /своїх та подібне (33), я (7), мій / мене (5)	45	4,24
4	Людина (42), люди (2)	44	4,14
5	Стабілізація (19), стабільний / нестабільний (13), стабілізувати (2), стабільність (2)	36	3,39
6	Емоції (15), емоційний (18), емоційність (1)	34	3,20
7	Спокійний (11), спокій (9), заспокоєння (6), заспокоїтися (1), заспокоїти (4)	31	2,92
8	Норма (10), нормальний (9), нормалізація (4), нормалізувати (1)	24	2,26
9	Стрес (18), стресовий (4)	22	2,07
Всього		364	34,30

Наступним кроком був контент-аналіз отриманих відповідей на запитання «Як Ви розумієте вираз «стабілізація психічного стану»?» за критерієм: «спрямованість на себе – спрямованість на іншого», результати якого наведено в табл. 2.

Відповіді майже половини респондентів (46%) представлені в узагальненому вигляді (абстрактно); 33,6 % респондентів надали відповіді, які стосуються стабілізації психічного стану іншої людини; 20,4% респондентів – надали відповіді, які стосуються стабілізації власного психічного стану. Проведений аналіз підтвердив попередній висновок про переважну формальність уявлень студентів-психологів про стабілізацію психічного стану.



Таблиця 2

**Результати контент-аналізу відповідей респондентів на запитання «Як Ви розумієте вираз «стабілізація психічного стану»?» за критерієм «спрямованість на себе – спрямованість на іншого»**

№	Параметр	Приклади відповідей	Частота	Відсоток (від загальної кількості респондентів)
1	Відповідь стосується стабілізації власного психічного стану	«контроль над собою під час кризових ситуацій»; «коли ти щось робиш, щоб нормалізувати свій психічний стан»; «врівноважити свій психологічний стан»	23	20,4
2	Відповідь стосується стабілізації психічного стану іншої людини	«привести людину до стабільного психічного стану»; «приведення людини до стану спокою, емоційної рівноваги»	38	33,6
3	Відповідь представлена в узагальненому вигляді (абстрактно)	«покращення психічного стану»; «врівноваженість»; «заспокоєння, сповільнення»	52	46

Також ми проаналізували уявлення майбутніх психологів про випадки, в яких людині необхідна стабілізація психічних станів. Результати контент-аналізу відповідей респондентів на запитання «В яких випадках людині необхідно стабілізувати свій психічний стан?» наведено в табл. 3. Більшість респондентів (83,18%) вважає, що стабілізація психічного стану потрібна при дисгармонії та розбалансуванні психічної та емоційної сфери, при стресі, погіршенні самопочуття. Значна частина респондентів (28,31%) до випадків, в яких людина може потребувати стабілізації психіки, відносить зовнішні фактори – різноманітні травматичні, екстремальні та надзвичайні події, серед яких називають і війну.

Таблиця 3

**Результати контент-аналізу відповідей респондентів на запитання «В яких випадках людині необхідно стабілізувати свій психічний стан?»**

№	Параметр	Приклади відповідей	Частота	Відсоток (від загальної кількості респондентів)
1	При дисгармонії та розбалансуванні емоційної сфери, психічних станів, самопочуття	«емоційні потрясіння»; «надмірна тривожність»; «сильний страх»; «панічна атака»; «підвищена агресія» та ін.	58	51,32
2	При стресі	«при стресі»; «при постійному стресі»; «коли треба подолати стрес»; «у випадках сильного стресу»; «надмірний стрес»; «у стані гострого або хронічного стресу» та ін.	36	31,85
3	Під час або після переживання різноманітних травматичних, екстремальних та надзвичайних подій; в умовах війни	«під час кризових явищ та подій; сильні стресові події»; «втрата близької людини»; «після трагедій, катастроф, життєвих потрясінь, таких як смерть близької людини та інші»; «при непередбачуваних обставинах»; «під час стихійного лиха, після ракетного чи іншого обстрілу, пожежі та будь-якій іншій ситуації, коли наявна загроза життю та здоров'ю»; «при катастрофах, вибухах, смерті близької людини, втраті будинку»; «в умовах війни, пандемії або ж страшної ситуації для людини»; «під час війни»; «в стресових випадках, коли є загроза життю» та ін.	32	28,31
4	Коли стан заважає повсякденному у життю, соціальним контактам та	«якщо людина відчуває себе зовсім погано, не в змозі нормально комунікувати в суспільстві»; «у випадках, коли психічний стан людини не є стабільним та заважає йому у повсякденному житті»; «тоді,	14	12,38

	справам	коли вона починає частіше нервувати, зривається просто так на оточуючих, відчуває себе некомфортно в своєму житті»; «...коли реакція людини може їй нашкодити»; «коли це заважає її звичайному життю» та ін.		
5	В будь-яких ситуаціях	«коли людина працювала на стресовій роботі, не слідкувала за фізичним і психічним здоров'ям, не відпочивала»; «я вважаю, що стабілізувати свій психічний стан необхідно майже щодня. Тому що людина може отримати стрес і зранку вдома, і по дорозі на роботу, вдень людина може зіштовхнутися з різними стресовими ситуаціями – клієнти, колеги, особисті питання» та ін.	10	8,84
6	При психічних розладах	«при наявності психічних захворювань»; «у випадку психічних розладів»; «коли в людини є певні проблеми з психікою, вона має депресивний стан, суїцидальні думки чи якісь інші відхилення від норми» та ін.	9	7,96
7	При травмі, після травматичного досвіду	«при психічних травмах»; «психологічна травма» та ін.	7	6,19
8	Коли втрачається контроль	«якщо людина під час стресу не контролює себе»; «коли людина неспокійна, неврівноважена і не може контролювати себе та свої дії»; «неможливість самостійно керувати своїми емоціями» та ін.	6	5,30
9	Коли є загроза для оточуючих	«у випадках, коли це може нашкодити оточуючим»; «людина приносить дискомфорт іншим своєю поведінкою»; «наражає на небезпеку інших» та ін.	4	3,53

Наступним кроком був контент-аналіз відповідей 112 респондентів на запитання: «Навіщо людині стабілізувати свій

психічний стан?». Більшість опитуваних (76,78%) дала безпосередню відповідь на поставлене запитання, пояснюючи, для чого треба стабілізувати свій психічний стан. Але достатньо велика кількість респондентів (23,21%) проігнорувала форму запитання: такі відповіді торкалися або визначення стабілізації взагалі, або певних її характеристик, міркувань про те, чому без неї погано та ін. («бо якщо постійно нервувати, то буде і погане здоров'я, бо наше здоров'я залежить від нашої психіки»); при цьому певна частина відповідей була дуже розмитою та занадто узагальненою («стабільність це завжди добре»; «може призвести до виникнення хвороб» та ін.).

Крім того, відповіді на це запитання – «Навіщо людині стабілізувати свій психічний стан?» – було розподілено на три групи в залежності від установки на: 1) сталість і збереження стану; 2) зміни та покращення стану; 3) уникнення негативного стану або його наслідків (табл. 4).

Таблиця 4

**Результати контент-аналізу відповідей респондентів на запитання «Навіщо людині стабілізувати свій психічний стан?»**

№	Параметр	Приклад відповіді	Частота	Відсоток
1	Для того, щоб бути/залишатися в нормальному здоровому стані, в рівновазі та спокої	«щоб відчувати себе здоровою»; «щоб нормально себе почувати»; «для того, щоб її психічний стан був у нормі»; «щоб відчувати емоційну рівновагу»; «для підтримання нормальної життєдіяльності, для власного здоров'я та комфорту»	57	50,89
2	Для того, щоб досягти певних змін в своєму стані, стосунках з оточуючими, діяльності, тощо	«для покращення якості життя»; «щоб краще почувати себе»; «дозволяє знайти свій потенціал»	26	23,21
3	Для того, щоб уникнути негативних станів, запобігти певним негативним наслідкам нестабільного стану та ін.	«щоб не було нервового зриву»; «аби не нашкодити собі і оточуючим»; «щоб не було гірше»; «щоб не зійти з розуму»; «щоб не допустити порушень у психічному здоров'ї»; «щоб менше нервувати»	42	37,5

Отримані результати показують, що меншість респондентів (23,21%) має активну позицію, спрямовану на зміни психічного стану, його покращення, досягнення результату; більшість орієнтована або на збереження того стану, який є (50,89%), або на уникнення негативних наслідків (37,5%).

**Висновки і перспективи.** Результати як теоретичного огляду, так і пошукового опитування, звертають увагу, з одного боку, на поверховість, стереотипність та наявність різноманітних тлумачень стабілізації психічних станів сучасними дослідниками, з іншого боку, на стереотипність, формальність та абстрактність розуміння стабілізації психічного стану майбутніми психологами. В той же час, враховуючи очевидну популярність та практичну значущість теми стабілізації психічного стану в українському професійному колі допомагаючих практиків, вважаємо необхідним уточнення цього поняття в психологічній літературі, розкриття його значення на більш глибокому та ґрунтовному рівні. Такі питання, як: «Що саме (який психічний стан) і для чого треба стабілізувати, а що привести в рух в певній кризовій/надзвичайній ситуації?»; «В якого масштабу ситуації та при яких обставинах виникає необхідність стабілізації психіки?»; «Які методи стабілізації використовувати в конкретній ситуації при конкретному наявному стані людини?», – можуть стати основою подальших теоретичних розглядів стабілізації психічного стану в професійній літературі, при вивченні відповідних навчальних дисциплін («Кризова психологія», «Психологія надзвичайних ситуацій» та ін.).

#### Література:

1. Башлій, А.Г. (2023). Стабілізація психічних станів здобувачів вищої освіти в умовах війни. *Діяльність психолога в умовах війни: збірник тез Міжнародної студентської конференції, 23–24 березня 2023 р. Львів* (13-15). Видавництво Львівської політехніки.
2. Башлій, А.Г., & Бородулькіна, Т.О. (2022). Стабілізація психічних станів здобувачів вищої освіти в умовах війни (до постановки проблеми). У В.Л. Погребна, В.В. Кузьмін, Н.В. Островська, Т.О. Бородулькіна та ін. (Ред.). *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі: Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Запоріжжя, 02 листопада 2022 р.)* (315-316). НУ «Запорізька політехніка».
3. Блінов, О. А. (2023). Інтегративна методика управління стресом (ІМУС-ІМСМ) у госпітальній практиці надання психологічної допомоги учасникам бойових дій. *Психологія життєвого простору особистості в сучасних умовах кризи, глобалізації та цифрової трансформації суспільного життя : Матер. Міжнар. наук.-практич.конфер., (м. Одеса, 14-15 вересня 2023 р.)* (39-42). Міжнародний гуманітарний університет. <https://doi.org/10.32837/11300.26354>

4. Бородулькіна, Т. (2023а). Особливості впливу на психічний стан людини виконання евримічних вправ (результати експериментальних досліджень). *Психологічні перспективи*. 41 (Чер 2023), 25–40. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-bor>.
5. Бородулькіна, Т.О. (2023б). Терапевтичне малювання форм в психологічній роботі з дітьми під час війни в Україні. *Актуальні проблеми клінічної психології та нейропсихології: зб. тез доп. II міжнар. наук.-практ. конф. (27-28 квіт. 2023 р., м. Луцьк, Україна)* (11-13). ФОП Іванюк В.П.
6. Гусєв, А. І., & Цибух, Л. М. (2022). Стабілізація психічного стану здобувачів вищої освіти в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (2), 60-64. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.2.12>.
7. Ілов, О.А., & Бородулькіна, Т.О. (2022). Стабілізація психічних станів особистості в умовах війни (до постановки проблеми). У В.Л. Погребна, В.В. Кузьмін, Н.В. Островська, Т.О. Бородулькіна та ін. (Ред.). *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі: Матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Запоріжжя, 02 листопада 2022 р.)* (323-324). НУ «Запорізька політехніка».
8. Колк, ван дер Б. (2023). *Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому*. Харків: Віват.
9. Лебедева, С.Ю., & Христенко, В.Є. (2023). Особливості надання психологічної допомоги мешканцям деокупованих територій Харківської області. *Психологія життєвого простору особистості в сучасних умовах кризи, глобалізації та цифрової трансформації суспільного життя: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, (14-15 вересня 2023р.)* (180-183). Міжнародний гуманітарний університет. <https://doi.org/10.32837/11300.26406>
10. Овсяннікова, Я.О. (2023). Деякі аспекти щодо збереження ментального здоров'я особистості в умовах війни. *Психологія життєвого простору особистості в сучасних умовах кризи, глобалізації та цифрової трансформації суспільного життя: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, (14-15 вересня 2023р.)* (226-228). Міжнародний гуманітарний університет. <https://doi.org/10.32837/11300.26418>.
11. Психологія здоров'я Health Psychology (2019, 2 липня). «Безпечне місце» – швидке досягнення психічної рівноваги [Відео]. YouTube. [https://www.youtube.com/watch?v=cj\\_kCnBSSsw&list=PL2WAA7eo4VqbOVHaVfumeHhuQ02uQ5Ave&index=6](https://www.youtube.com/watch?v=cj_kCnBSSsw&list=PL2WAA7eo4VqbOVHaVfumeHhuQ02uQ5Ave&index=6)
12. Психологія здоров'я Health Psychology (2020, 20 березня). Обійми метелика [Відео]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=LAJUyNZX7ng&list=PL2WAA7eo4VqbOVHaVfumeHhuQ02uQ5Ave&index=5>
13. Хорошевська, І.О., & Алексеєва, І.Д. (2023). Створення методики розроблення дизайну мобільного додатку для стабілізації емоційного стану. *Вчені записки Таврійського національного університету ім. В. І. Вернадського*, 34(73), 5, 266-272. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5941/2023.5/41>
14. Levine, P. A. (2008). *Healing Trauma: A Pioneering Program for Restoring the Wisdom of Your Body*. Boulder, Colorado: Sounds True.
15. Physiotattva (21.12. 2021). *Jacobson's method of relaxation | Exercise for Stress Management | Physiotattva* [Відео]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=cT47ldZkqBI>
16. Rädde Barnen (2023). *Safe Place* (Version 5.0) [Mobile app]. <https://apps.apple.com/ua/app/safe-place/id1445174667?l=uk>
17. Quinn, G. (2020). Self-Care Procedure for Coronavirus (SCP-C) Worksheet for Mental Health Practitioners. In M.Luber's (ed.) *EMDR Resources in the Era of COVID 19*. Philadelphia, PA. <https://www.emdr-israel.org/wp-content/uploads/2020/04/Practitioners-SCPC-April-29.-2020.pdf>

## References

1. Bashlii, A.H. (2023). Stabilizatsiia psikhichnykh staniv zdobuvachiv vyshchoi osvity v umovakh viiny. [Stabilization of the mental states of students of higher education in the conditions of war]. *Diiálnist psykholoha v umovakh viiny: zbirnyk tez Mizhnarodnoi studentskoi konferentsii, 23–24 bereznia 2023 r. Lviv (13-15)*. Vydavnytstvo Lvivskoi politekhniky. [in Ukrainian].
2. Bashlii, A.H., & Borodulkina, T.O. (2022). Stabilizatsiia psikhichnykh staniv zdobuvachiv vyshchoi osvity v umovakh viiny (do postanovky problemy). [Stabilization of the mental states of students of higher education in the conditions of war (before the problem is posed)]. U V.L. Pohrebna, V.V. Kuzmin, N.V. Ostrovska, T.O. Borodulkina ta in. (Red.). *Suspilstvo i osobystist u suchasnomu komunikatsiinomu dyskursi: Materialy IV Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (m. Zaporizhzhia, 02 lystopada 2022 r.) (315-316)*. NU «Zaporizka politekhnika». [in Ukrainian].
3. Blinov, O. A. (2023). Intehrativna metodyka upravlinnia stresom (IMUS-IMSM) u hospitalnii praktytsi nadання psykholohichnoi dopomohy uchasnykam boiovykh dii. [Integrative method of stress management (IMUS-IMSM) in the hospital practice of providing psychological assistance to combatants]. *Psykholohiia zhyttievoho prostoru osobystosti v suchasnykh umovakh kryzy, hlobalizatsii ta tsyfrovoyi transformatsii suspilnoho zhyttia : Mater. Mizhnar. nauk.-praktych.konfer., (m. Odesa, 14-15 veresnia 2023 r.) (39-42)*. *Mizhnarodnyi humanitarnyi universytet*. <https://doi.org/10.32837/11300.26354> [in Ukrainian].
4. Borodulkina, T. (2023a). Osoblyvosti vplyvu na psikhichni stan liudyny vykonannya evrytmichnykh vprav (rezultaty eksperymentalnykh doslidzhen). [Features of the influence of the performance of eurhythmic exercises on the mental state of a person (the results of the experimental research)]. *Psykholohichni perspektyvy. 41 (Cher 2023), 25–40*. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-bor>. [in Ukrainian].
5. Borodulkina, T.O. (2023b). Terapevtychne maliovannia form v psykholohichnii roboti z ditmy pid chas viiny v Ukraini [Therapeutic drawing of forms in psychological work with children during the war in Ukraine]. *Aktualni problemy klinichnoi psykholohii ta neiropsykholohii: zb. tez dop. II mizhnar. nauk.-prakt. konf. (27-28 kvit. 2023 r., m. Lutsk, Ukraina) (11-13)*. FOP Ivaniuk V.P. [in Ukrainian].
6. Husiev, A. I., & Tsybukh, L. M. (2022). Stabilizatsiia psikhichnoho stanu zdobuvachiv vyshchoi osvity v umovakh viiny. [Stabilization of the mental state of students of higher education in the conditions of war]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykholohiia, (2), 60-64*. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.2.12>. [in Ukrainian].
7. Ilov, O.A., & Borodulkina, T.O. (2022). Stabilizatsiia psikhichnykh staniv osobystosti v umovakh viiny (do postanovky problemy). [Stabilization of mental states of the individual in the conditions of war (before the problem is posed)]. U V.L. Pohrebna, V.V. Kuzmin, N.V. Ostrovska, T.O. Borodulkina ta in. (Red.). *Suspilstvo i osobystist u suchasnomu komunikatsiinomu dyskursi: Materialy IV Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (m. Zaporizhzhia, 02 lystopada 2022 r.) (323-324)*. NU «Zaporizka politekhnika». [in Ukrainian].
8. Kolk, van der B. (2023). Tilo vede lik. Yak lyshyty psykhotravmy v mynulomu. [The body heals. How to leave psychological trauma in the past]. Kharkiv: Vivat. [in Ukrainian].
9. Liebidieva, S.Iu., & Khrystenko, V.Ie. (2023). Osoblyvosti nadання psykholohichnoi dopomohy meshkantsiam deokupovanykh terytorii Kharkivskoi oblasti. [Peculiarities of providing psychological assistance to residents of the de-occupied territories of the Kharkiv region]. *Psykholohiia zhyttievoho prostoru osobystosti v suchasnykh umovakh kryzy, hlobalizatsii ta tsyfrovoyi transformatsii suspilnoho zhyttia: Materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii, (14-15 veresnia 2023r.) (180-183)*. *Mizhnarodnyi humanitarnyi universytet*. <https://doi.org/10.32837/11300.26406> [in Ukrainian].

10. Ovsianikova, Ya.O. (2023). Deiaki aspekty shchodo zberezhennia mentalnoho zdorovia osobystosti v umovakh viiny. [Some aspects regarding the preservation of mental health of the individual in the conditions of war]. *Psykhologhiia zhyttievoho prostoru osobystosti v suchasnykh umovakh kryzy, hlobalizatsii ta tsyfrovoy transformatsii suspilnoho zhyttia: Materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii, (14-15 veresnia 2023r.)* (226-228). *Mizhnarodnyi humanitarnyi universytet*. <https://doi.org/10.32837/11300.26418>. [in Ukrainian].
11. Psykhologhiia zdorovia Health Psychology (2019, 2 lypnia). «Bezpechne mistse» – shvydke dosiahnennia psykhičnoi rivnovahy [Video]. [«Safe place» - quick achievement of mental balance]. YouTube. [https://www.youtube.com/watch?v=cj\\_kCnBSSsw&list=PL2WAA7eo4VqbOVHaVfumeHhuq02uQ5Ave&index=6](https://www.youtube.com/watch?v=cj_kCnBSSsw&list=PL2WAA7eo4VqbOVHaVfumeHhuq02uQ5Ave&index=6) [in Ukrainian].
12. Psykhologhiia zdorovia Health Psychology (2020, 20 bereznia). Obiimy metelyka [Video]. [Butterfly hugs]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=LAJUyNZX7ng&list=PL2WAA7eo4VqbOVHaVfumeHhuq02uQ5Ave&index=5> [in Ukrainian].
13. Khoroshevska, I.O., & Aliksieieva, I.D. (2023). Stvorennia metodyky rozroblennia dyzainu mobilnoho dodatku dlia stabilizatsii emotsiinoho stanu [Creation of a methodology for the development of the design of a mobile application to stabilize the emotional state]. *Vcheni zapysky Tavriiskoho natsionalnoho universytetu im. V. I. Vernadskoho*, 34(73), 5, 266-272. DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5941/2023.5/41> [in Ukrainian].
14. Levine, P. A. (2008). *Healing Trauma: A Pioneering Program for Restoring the Wisdom of Your Body*. Boulder, Colorado: Sounds True.
15. Physiotattva (21.12. 2021). *Jacobson's method of relaxation | Exercise for Stress Management | Physiotattva* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=cT47ldZkqBI>
16. Rädä Barnen (2023). *Safe Place* (Version 5.0) [Mobile app]. <https://apps.apple.com/ua/app/safe-place/id1445174667?l=uk>
17. Quinn, G. (2020). Self-Care Procedure for Coronavirus (SCP-C) Worksheet for Mental Health Practitioners. In M.Luber's (ed.) *EMDR Resources in the Era of COVID 19*. Philadelphia, PA. <https://www.emdr-israel.org/wp-content/uploads/2020/04/Practitioners-SCPC-April-29.-2020.pdf>

Received: 07.05.2024

Accepted: 28.05.2024



## УКРАЇНЦІ В УМОВАХ ВІЙНИ: ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ ЗАГРОЗ ТА НАСЛІДКІВ ДЛЯ ІДЕНТИЧНОСТІ

**Вінков Веніамін**

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,  
м. Київ, Україна

[ven.vinkov@gmail.com](mailto:ven.vinkov@gmail.com)

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-1237-0637>

**Мета.** Актуальність дослідження викликана тривалою війною з Російською Федерацією, наслідки яких відобразилися на всіх рівнях суспільного життя. Це стало справжнім випробуванням для громадян України, коли необхідно швидко приймати рішення щодо власної безпеки і безпеки свої рідних, пошуку нової роботи, переїзду в іншу частину України, повернення на звільнені від окупації території тощо. Такі зміни супроводжуються набуттям нового життєвого досвіду, переосмисленням цінностей, перегляду власних переконань, пошуку опори в собі та в своєму оточенні, самовизначенням в нових сферах діяльності. Метою наукового дослідження ставилося емпірично дослідити, яким чином залежно від проявів ідентичності громадян України відбуваються зміни в поведінці в умовах небезпеки.

**Методи.** Онлайн-опитування, частотний аналіз, порівняльний аналіз за критерієм Краскела-Волеса, інтерпретація та узагальнення результатів емпіричного дослідження.

**Результати.** Виявлено соціально-психологічні зміни в поведінці громадян внаслідок впливу війни залежно від їхньої ідентичності. Найбільш стійкою до війни виявилася громадянсько-європейська ідентичність. Опитані з такою ідентичністю зазнали найбільшої травматизації, проте вони змогли зберегти довіру до людей, контроль над власним життям та надію на краще, що характеризує високий рівень адаптованості до воєнних умов. Респонденти з низьким проявом громадянської ідентичності, хоча і мають низький рівень травматизації, проте у них спостерігається втрата довіри до інших людей, інертність щодо власних переконань і цінностей під впливом війни, брак рефлексії щодо власної поведінки в умовах небезпеки, посилення зневіри, почування себе жертвою обставин і втрата контролю за перебігом свого життя.

**Висновки.** На основі отриманих даних буде виділено соціально-психологічні ефекти спільнотної взаємодії в умовах воєнно-політичного протистояння і вироблено стратегії порозуміння всередині українського суспільства між протилежними за політичними вподобаннями і поглядами спільнотами.

**Ключові слова:** соціальна ідентичність, загрози ідентичності, соціальні зміни, безпека, війна.

**Veniamin Vinkov. Ukrainians in the war conditions: characteristics of the experience of threats and consequences for identity.**

**Purpose.** The relevance of the study is caused by the long war with the Russian Federation, the consequences of which were reflected at all levels of social life. This has become a real test for citizens of Ukraine, when it is necessary to quickly make decisions regarding their own safety and the safety of their relatives, finding a new job, moving to another part of Ukraine, returning to the territories freed from occupation, etc. Such changes are accompanied by gaining new life experience, rethinking values, revising one's beliefs, finding support in oneself and in one's environment, self-determination in new spheres of activity. The paper aim of the research was to empirically investigate how, depending on the manifestations of the identity of the citizens of Ukraine, changes in behavior occur in dangerous conditions.

**Methods.** Online survey, frequency analysis, comparative analysis according to Kruskal-Wallis test, interpretation and generalization of empirical research results.

**Results.** Social and psychological changes in the behavior of citizens as a result of the impact of the war, depending on their identity, have been revealed. The Civil-European identity proved to be the most resistant to the war. Respondents with this identity experienced the most trauma, but they were able to maintain trust in people, control over their own lives and hope for the best, which characterizes a high level of adaptation to wartime conditions. Respondents with a low manifestation of civic identity, although they have a low level of traumatization, but they have a loss of trust in other people, inertia regarding their own beliefs and values under the influence of war, lack of reflection on their own behavior in conditions of danger, increased hopelessness, feeling like a victim of circumstances and loss of control over the course of one's life.

**Conclusions.** On the basis of the obtained data, the social and psychological effects of community interaction in the conditions of military-political confrontation will be highlighted and strategies for understanding within Ukrainian society between communities with opposite political preferences and views will be developed.

**Keywords:** social identity, identity threats, social changes, security, war.

**Вступ.** Актуальність дослідження викликана тривалою війною з Російською Федерацією, наслідки яких відобразилися на всіх рівнях суспільного життя. Це стало справжнім випробуванням для громадян України, де необхідно швидко приймати рішення щодо власної безпеки і безпеки свої рідних, пошуку нової роботи, переїзду в іншу частину України, повернення на звільнені від окупації території тощо. Такі зміни супроводжуються набуттям нового життєвого досвіду, переосмисленням цінностей, перегляду власних переконань,

пошуку опори в собі та в своєму оточенні, самовизначенням в нових сферах діяльності. Відновлення потребуватиме значних фінансових, матеріальних, соціальних ресурсів, а головне психологічних. І від того як швидко громадяни знайдуть опору в собі, надію на краще, віру в перемогу, залежатиме, коли вони зможуть залікувати свої травми.

Розвиток ідентичності нерозривно пов'язано із соціальним середовищем і будь-які зміни в цьому середовищі неодмінно впливають на саму ідентичність. За своїм походженням ідентичність є соціальною, оскільки вона формується в результаті взаємодії особи з іншими людьми та зумовлюється змінами в соціальному оточенні (Кухарук, 2019; Лукасевич, 2020; Яблонська, 2010). Г. Абрашкевічус (2012) підкреслює факт, що для формування соціальної ідентичності вирішальним чинником є історичний досвід, цінності даного соціуму в процесі історичного розвитку і ступінь присвоєння їх кожним індивідом.

Віднесення людиною себе до різних груп свідчить про багатовекторність у розвитку ідентичності, формує її адаптивність до соціальних змін, проте і закладає підґрунтя до поглиблення внутрішнього конфлікту, переживання кризи ідентичності, коли людина змушена здійснити власний вибір внаслідок впливу певних подій на її життя, що можуть нести загрози для її розвитку.

У соціальній психології і соціології існує значна кількість праць, що присвячена вивченню загроз ідентичності. Серед причин таких загроз дослідники виділяють кризу ідентичності, породжену політикою невизнання з боку суспільства права на спільнотну належність (Бистрицький, 2013; Зеленкевич, 2019) та пов'язані із цим такі негативні явища як маргіналізація, соціокультурні деструкції, аномія (Хашиєва, 2015), суспільні зміни (Набруско, 2012; Степико, 2012) та глобалізаційні процеси (Римаренко, 2017), війни, катастрофи, терористичні акти, травмівні соціальні події (Горностай, 2012), шкідливі інформаційні впливи (Бойко, 2019, Кулалаєва, 2015).

Війна, як і будь-яка подія, що несе загрозу для існування і збереження ідентичності, змушує людину, яка ж і є носієм цієї ідентичності, переосмислювати крихкість життя, переоцінювати наявні соціальні зв'язки, звертатися до ресурсів спільноти, до якої вона себе відносить (Povrzanovic, 1997). У випадку знайдення таких ресурсів шанс зберегти ідентичність зростає, проте в інших випадках,

де такий пошук є неможливим або запропоновані моделі розвитку не відповідають наявним потребам, людина переорієнтовує себе на пошук інших соціальних груп, які допомогли б задовольнити ці потреби.

Із 2014 року значна частина громадян України опинилася на окупованих територіях і емпіричні дослідження G. Sasse і A. Lackner зафіксували у цих громадян послаблення громадянської ідентичності, пов'язаної з українською державою (Sasse, Lackner, 2018). Інше дослідження показало, що відбулося посилення громадянської ідентичності українців на підконтрольних Києву територіях протягом зазначеного періоду (Kulyk, 2016; Onuch, Hale, Sasse, 2018). Але починаючи з 2022 р. дослідники фіксують посилення громадянської ідентичності серед більшості громадян України (Wilson, 2023).

Відповідно **метою** дослідження ставилося емпірично дослідити, яким чином залежно від проявів ідентичності громадян України відбуваються зміни в поведінці в умовах небезпеки.

**Методи та процедура дослідження.** У жовтні 2023 р. науковими співробітниками лабораторії психології мас і спільнот Інституту соціальної та політичної психології НАПН України було проведено емпіричне дослідження, метою якого було виявити особливості переживання загроз та наслідків для ідентичності. У цій статті ми презентуємо результати проведеного опитування, що стосується безпекового аспекту спільнотної взаємодії.

Опитування проводилося он-лайн із використанням Google-форми. За своєю суттю питання анкети включали три блоки питань: дослідження проявів ідентичності, загроз з боку різних соціальних груп та психологічний блок, що мав показати, які зміни викликає небезпека в поведінці громадян.

Загальна кількість респондентів проведеного дослідження становила 1271 особу, з них – 67,4% жінок і 32,6% чоловіків. Вибірка розподілилася на наступні вікові групи: 18-29 років – 42,1%, 30-44 роки – 31,8%, 45-59 років – 22,1%, старше 60 років – 4%. Серед місця проживання респонденти вказали, що у селищі мешкають 17%, малому місті – 24,3 %, обласному місті – 21 %, місті-мільйоннику – 37,7%. Найбільше представлено області: Київська разом з м. Київ (24,3%), Львівська (23,5%), Дніпропетровська (20,1%).

Респондентам було запропоновано оцінити за 5-бальною шкалою свою ідентичність за тим, наскільки їм важливо почуватися

представником тієї чи іншої спільноти. Серед таких варіантів були: місцева, професійна, релігійна, етнонаціональна, громадянська, східнослов'янська, європейська, людина світу.

Серед відповідей щодо визначення своєї належності до спільноти респонденти більшою мірою виявилися схильними вибирати громадянську – 87,6 % (лише для 7,7 % неважлива, а 4,6 % вагаються або перебувають в невизначеному стані – «і так, і ні»), етнонаціональну – 74,7 % (13 % і 12,4 %), професійну – 69,7 % (14,1 % і 16,2 %), місцеву – 67,3 % (17,8 % і 14,9 %), європейську – 61,1 % (20,7 % і 18,2 %), людиною світу – 60,6 % (22,1 % і 17,3 %), натомість релігійна та східнослов'янська важлива лише для 34,4 % (47,7 % і 17,9 %) і 40,9 % (36,0 % і 23,1 %) респондентів відповідно (див. Рис.1). Найвищі показники з громадянської ідентичності серед інших варіантів ідентичності явно демонструють важливість для респондентів віднесення самих себе до громадян України в такий складний період для держави. У мирний час можливо громадянська ідентичність могла мати важливість для значно меншої кількості громадян. Тобто можна сказати, що війна спричинила суттєві зрушення в національній самосвідомості громадян в бік посилення громадянської ідентичності. По суті такі зрушення можна вважати реакцією українського суспільства на війну, усвідомлення, що війна може знищити державу, націю, цінності, вплинуло на переосмислення цінності громадянства для більшості українців.

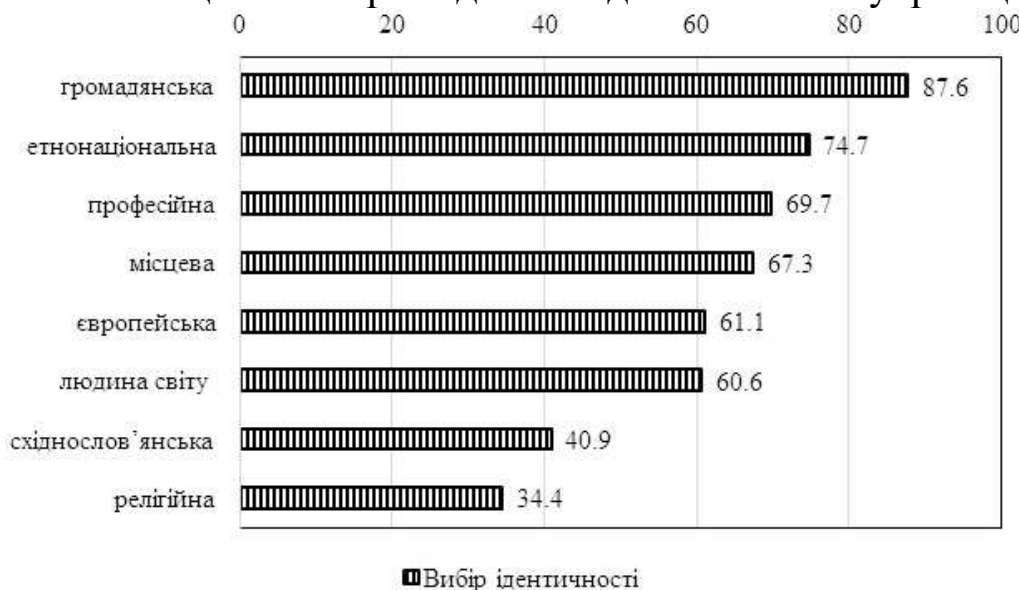


Рис. 1. Розподіл відповідей респондентів на питання, наскільки вам важливо почуватися представником спільнот (%)

Інші індикатори, що стосувалися безпекової сфери, включали питання, що мали з'ясувати, хто для респондента несе найбільшу загрозу його ідентичності. Серед варіантів, які запропоновано оцінити, були: близьке оточення, українська влада, українське суспільство, громадяни інших країн та колишніх республік Радянського Союзу, росіяни, як громадяни РФ, так і громадяни інших країн світу.

Серед загроз своїм цінностям і переконанням найбільше бачать загрозу з боку росіян, як громадян РФ – 75,5 % респондентів (17,0 % не бачать в них загрози, 7,6 % – не визначилися), росіян, як громадян інших країн світу – 54,2 % (27,3 % не бачать в ній загрозу, 18,5 % – не визначилися), громадян колишніх республік Радянського Союзу – 41,0 % (31,2 % не бачать в ній загрозу, 27,8 % – не визначилися), а найменше з боку української влади – 23,1 % (50,4 % не бачать в ній загрозу, 26,5 % – не визначилися), українського суспільства – 17,3 % (49,1 % – не відчувають загроз, 33,6 % – не визначилися), громадян інших країн світу – 10,5 % (57,7 % не бачать в ній загрозу, 31,8 % – не визначилися), близького оточення – 8,4 % (76,4 % не бачать в ньому загрози, 15,2 % – не визначилися) (див. Рис.2).



Рис. 2. Оцінка загроз переконанням і цінностям з боку різних соціальних груп (%)

Ці результати свідчать про те, що для більшості респондентів росіяни не тільки становлять головну небезпеку через те, що розпочали війну і несуть загрозу їхньому життю, але і те, що їхні дії можуть зашкодити всьому, що втілює в себе українська ідентичність та цінності. Далі важливо було дізнатися, як оцінюють респонденти залежно від проявів різних видів ідентичності загрози з боку раніше згадуваних груп. Для цього було застосовано критерій Краскел-Волеса і виявлено ці загрози залежно від проявів ідентичності.

У респондентів з різним проявом громадянської ідентичністю відмінності було виявлено в оцінці тверджень:

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку української влади» (733,34; 679,76; 625,12;  $p \leq 0,01$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку росіян, які живуть в різних країнах» (410,56; 513,77; 662,31;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян колишніх республік Радянського Союзу» (440,85; 530,01; 658,78;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян РФ» (430,65; 440,61; 664,41;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян інших країн світу» (560,76; 572,75; 645,97;  $p \leq 0,05$ ) (див. Рис.3).

Відповідно для респондентів з вираженою позицією щодо власної громадянськості найбільшу загрозу становлять росіяни, які є не тільки громадянами РФ, але і є громадянами інших держав світу. Чим вищим є прояв громадянської ідентичності, тим загрозовіше оцінюються росіяни, як і етнонаціональна спільнота, так і громадяни РФ. Цікавим є те, що українська влада для них не несе загрози, що говорить про більш-менш консолідовану позицію громадян України щодо дій представників влади.

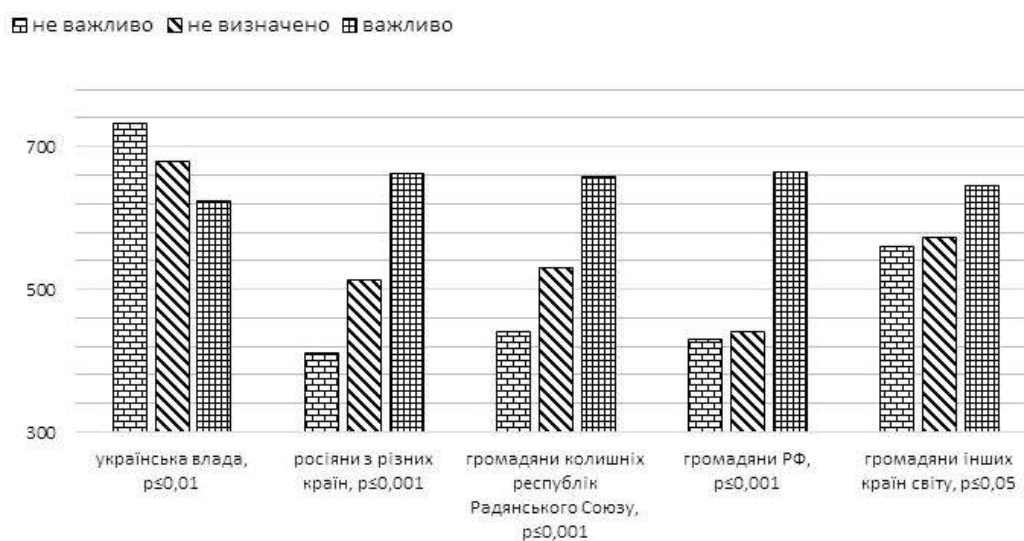


Рис. 3. Оцінка респондентами загроз залежно від проявів громадянської ідентичності (Краскел-Волес, Rсер.)

У респондентів з різним ступенем належності до

етнонаціональної спільноти також проявилися відмінності в оцінці таких тверджень:

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку росіян, які живуть в різних країнах» (525,78; 580,24; 664,39;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян колишніх республік Радянського Союзу» (551,44; 572,17; 661,26;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян РФ» (559,05; 535,96; 665,93;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян інших країн світу» (537,75; 582,38; 661,95;  $p \leq 0,001$ ) (див. Рис.4).

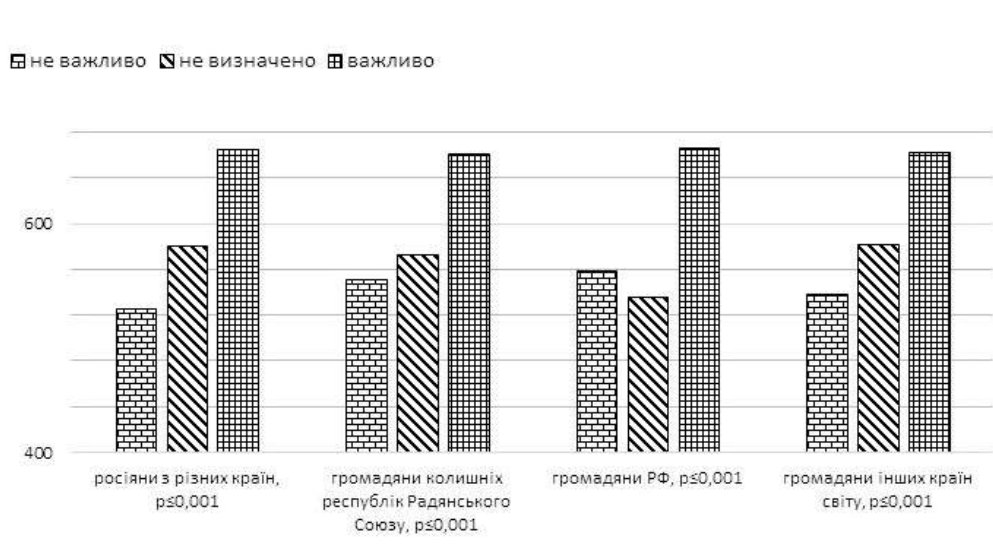


Рис. 4. Оцінка респондентами загроз залежно від проявів етнонаціональної ідентичності (Краскел-Волес, Rсер.)

Респонденти з вираженою етнонаціональною ідентичністю мають схожі ставлення до росіян з різних країн світу і громадян колишніх республік Радянського Союзу, як і у респондентів з вираженою громадянською ідентичністю, що є достатньо закономірним в цій ситуації. Проте ставлення до загроз з боку громадян РФ у респондентів з невизначеною позицією щодо важливості етнонаціональної належності має нижчий рівень, ніж у респондентів, для кого як важлива, так і не важлива належність до етнонаціональної спільноти. Така невизначена позиція щодо власної етнонаціональної належності нівелює чутливість до загроз з боку країни-агресора, дезорієнтує громадян, особливо в теперішній ситуації.



Щодо релігійної ідентичності найсуттєвіші відмінності проявилися в твердженнях:

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку мого оточення» (612,09; 654,78; 659,36;  $p \leq 0,06$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян колишніх республік Радянського Союзу» (597,84; 663,35; 674,65;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян інших країн світу» (588,03; 695,55; 671,45;  $p \leq 0,001$ ) (див. Рис.5).

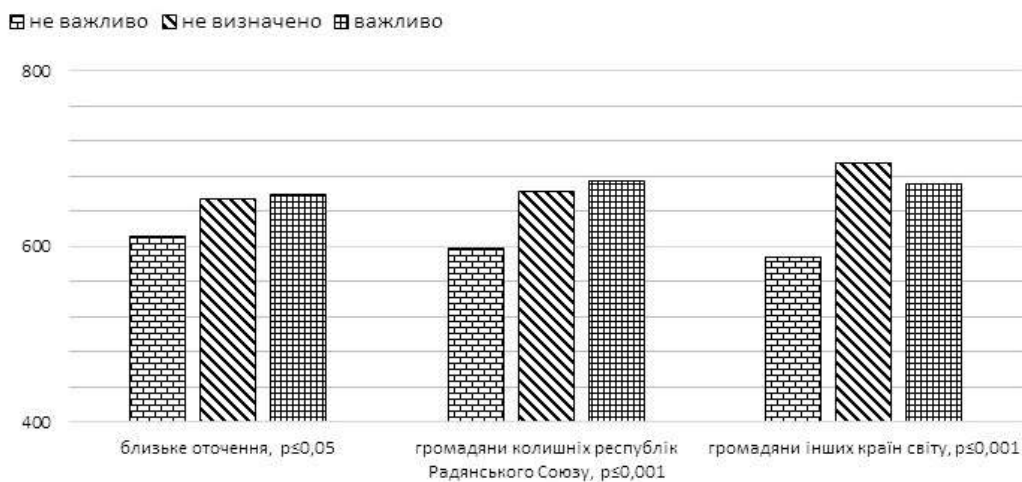


Рис. 5. Оцінка респондентами загроз залежно від проявів релігійної ідентичності (Краскел-Волес, Rсер.)

Щодо респондентів з вираженою релігійною ідентичністю цікавим виявилось те, що близьке оточення несе загрозу їхнім переконанням і цінностям, що може вказувати на брак розуміння, неприйняття з боку оточення. Ставлення до росіян однозначно не проявилось, що може говорити, що серед респондентів з вираженою релігійною ідентичністю є віряни як РПЦ, так і інших конфесій.

Ставлення до громадян колишніх республік СРСР та громадян інших країн світу приблизно однаково має негативне забарвлення для цих респондентів. Тут можливо висловити припущення, що така чутливість релігійної ідентичності до загроз з боку громадян колишніх радянських республік бере початок ще в історії Радянського Союзу, коли в офіційній ідеології релігія зневажалася і засуджувалася, а віряни різних конфесій потенційно могли стати жертвами режиму, особливо якщо належали до протестантських, або конфесій, які тяжіли до відокремлення від Московського Патріархату.

Проте це не пояснює остаточно, чому так відреагували ці респонденти, лише можемо констатувати негативний історичний досвід взаємин релігійних інституцій та радянської влади, що зараз накладається на ставлення вірян до громадян цих республік.

У респонденти з різними проявами місцевої ідентичності відмінності проявилися в оцінці таких тверджень:

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку української влади» (714,81; 670,77; 607,44;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку росіян, які живуть в різних країнах» (567,71; 603,03; 661,38;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян колишніх республік Радянського Союзу» (556,66; 637,76; 656,58;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян РФ» (564,19; 589,89; 665,23;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян інших країн світу» (585,28; 686,99; 638,08;  $p \leq 0,05$ ) (див. Рис.6).

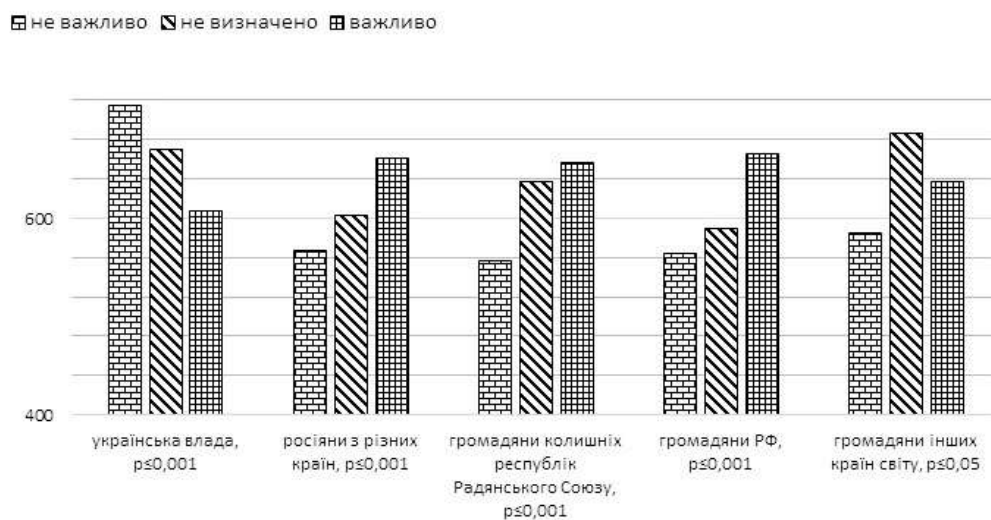


Рис. 6. Оцінка респондентами загроз залежно від проявів місцевої ідентичності (Краскел-Волес, Rсер.)

Респонденти з проявленою місцевою ідентичністю мають позитивне ставлення до української влади, що характеризує брак протистояння і наявність порозуміння, що при теперішніх умовах сприяє збереженню єдиної позиції щодо воєнно-політичних рішень керівництва держави. Однаковою мірою ці респонденти ставляться до росіян, які можуть бути громадянами як РФ, так і інших країн світу.

Таке ставлення до них подібне до ставлення у респондентів з вираженою громадянською та етнопонаціональною ідентичністю. Водночас найбільшу загрозу з боку громадян інших країн світу вбачають респонденти, які мають невизначену позицію щодо того, наскільки важливо себе відносити до місцевої або регіональної спільноти. З одного боку, є зрозумілою позиція респондентів до громадян інших країн, які не прив'язані до свого місця проживання, що сприяє налагодженню взаємин із іноземними громадянами. Проте тут соціальна невизначеність щодо власного місця проживання, можливо невдоволеність умовами проживання накладається на сприймання цих громадян як загрози своїм цінностям.

Професійна ідентичність також має відмінності в оцінці загроз залежно від її прояву:

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку української влади» (643,68; 689,59; 621,99;  $p \leq 0,05$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку росіян, які живуть в різних країнах» (547,11; 687,12; 642,07;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян колишніх республік Радянського Союзу» (546,25; 663,44; 647,75;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян РФ» (573,96; 623,59; 651,42;  $p \leq 0,01$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян інших країн світу» (602,11; 687,82; 630,8;  $p \leq 0,05$ ) (див. Рис.7).

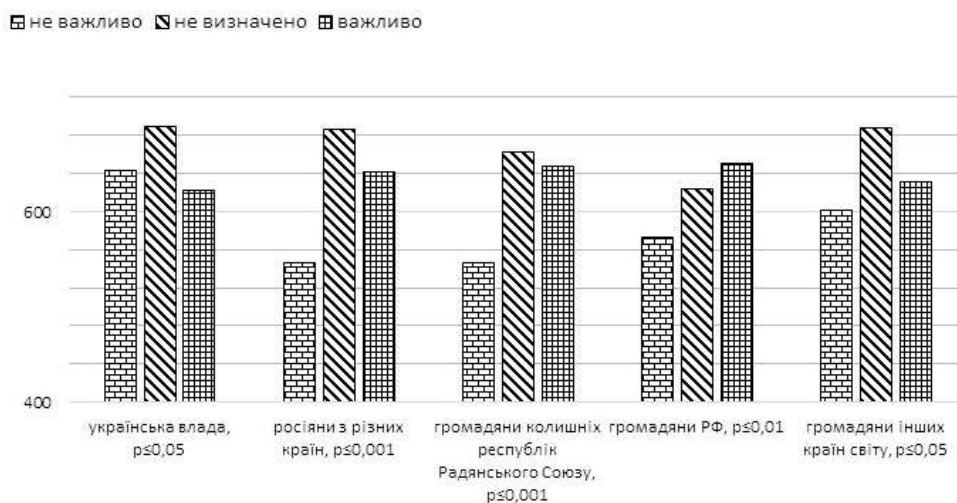


Рис. 7. Оцінка респондентами загроз залежно від проявів професійної ідентичності (Краскел-Волес, Rсер.)

Респонденти з вираженою професійною ідентичністю як і у попередніх варіантах ідентичності відчують загрозу з боку громадян РФ. Проте на відміну від цих варіантів ідентичності ставлення до української влади, росіян та іноземних громадян, які проживають в різних країнах світу та колишніх республіках Радянського Союзу, дещо різняться. Найбільше відчуває загрозу до цих груп респонденти, які не визначилися щодо своєї належності до професійної спільноти.

У випадку з росіянами, які живуть за межами РФ, є незрозумілим, чому вони несуть більшу загрозу, ніж громадяни РФ. Можливо такі росіяни є більшою загрозою, ніж громадяни РФ, через те, що ці респонденти не знають, яка може бути їхня справжня позиція стосовно України і як вони мають відповідно діяти. Так само сприймання іноземних громадян і громадян колишніх республік СРСР розцінюються цими респондентами як загроза, що наштовхує на думку, що будь-який громадянин іноземної держави, незалежно від його етнічного походження, несе загрозу для респондентів з невизначеною позицією щодо своєї професійної належності.

Східнослов'янська ідентичність має суттєві відмінності в твердженнях:

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку української влади» (650,81; 677,75; 599,53;  $p \leq 0,01$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян усередині українського суспільства» (624,58; 682,99; 619,59;  $p \leq 0,05$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян інших країн світу» (598,61; 692,8; 636,86;  $p \leq 0,01$ ) (див. Рис.8).

Респонденти зі східнослов'янською ідентичністю не вбачають загроз з боку української влади, всередині українського суспільства, що вказує на атмосферу безпеки в Україні навіть для респондентів, які пов'язують себе якимось чином з росіянами і білорусами, як братніми народами. Проте цікавим є те, що респонденти, які не визначилися щодо цієї ідентичності, відчувають найбільші загрози з боку української влади, громадян інших країн світу і всередині суспільства.

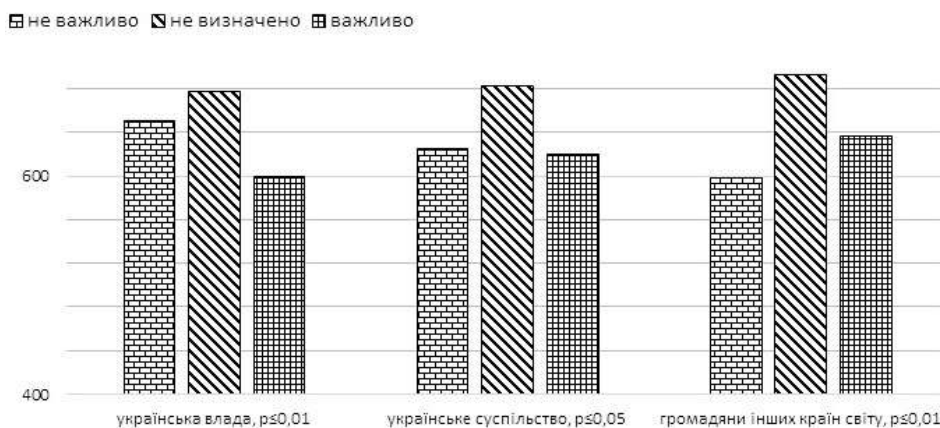


Рис. 8. Оцінка респондентами загроз залежно від проявів східнослов'янської ідентичності (Краскел-Волес, Rсер.)

У респондентів з різним ступенем належності до європейської спільноти проявилися відмінності в оцінці таких тверджень:

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку мого оточення» (639,31; 696,71; 616,83;  $p \leq 0,01$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку української влади» (669,95; 716,9; 600,46;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку росіян, які живуть в різних країнах» (531,92; 641,37; 669,63;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян колишніх республік Радянського Союзу» (547,39; 671,46; 655,45;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян РФ» (543,91; 620,4; 671,81;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян інших країн світу» (599,84; 697,24; 630,03;  $p \leq 0,01$ ) (див. Рис.9).

Респонденти з вираженою європейською ідентичністю найменше відчувають загрози з боку власного оточення, української влади, а найбільше з боку росіян, які є громадянами як РФ, так і інших країн. Цілком зрозумілим є те, що росіяни стали не тільки загрозою для всього українського, але і для всього, що являє собою верховенство права і демократію, як цінностей, які відіграють важливу роль у розбудові Європейського Союзу. І респонденти, що мають сумніви щодо європейської ідентичності, найбільше

відчувають загрози з боку оточення, української влади, громадян колишніх республік СРСР та інших країн світу. Скоріш за все їхня соціальна невизначеність підвищує чутливість до різноманітних змін, змушує їх загострено реагувати на впливи інших представників спільнот як на загрози.

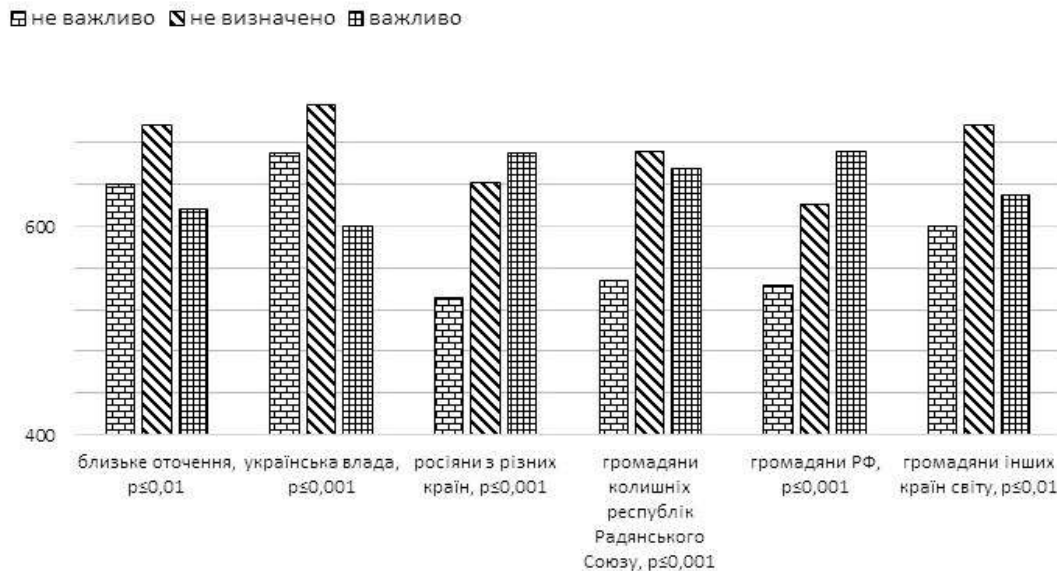


Рис. 9. Оцінка респондентами загроз залежно від проявів європейської ідентичності (Краскел-Волес, Rсер.)

І подібне ставлення до спільнот, як у випадку з європейською ідентичністю, було виявлено при оцінці респондентами, які по-різному визначили себе як людину світу:

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку української влади» (641,14; 705,62; 614,23;  $p \leq 0,01$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку росіян, які живуть в різних країнах» (571,15; 654,6; 654,35;  $p \leq 0,01$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян колишніх республік Радянського Союзу» (553,63; 688,66; 651,01;  $p \leq 0,001$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян РФ» (580,72; 632,27; 657,24;  $p \leq 0,01$ );

«Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян інших країн світу» (585,02; 693,96; 638,04;  $p \leq 0,01$ ) (див. Рис.10).

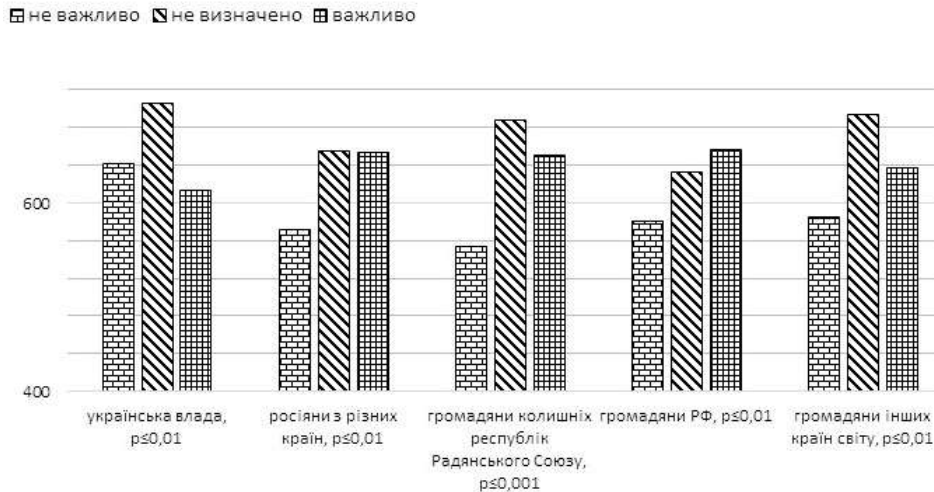


Рис. 10. Оцінка респондентами загроз залежно від проявів ідентичності «Людина світу» (Краскел-Волес, Rсер.)

Невизначена позиція щодо ідентичності «Людина світу» пов'язана із оцінкою загроз з боку української влади, громадян колишніх республік СРСР та інших країн світу. Для тих респондентів, хто визначив себе, як людина світу, найбільшу загрозу становлять росіяни, як громадяни РФ, так і інших країн світу. І ті, для кого неважливо є така ідентичність, найменше бачать загрози серед цих соціальних груп.

Наступним завданням ставилося з'ясувати, чи має значення прояв ідентичності у сприйманні загроз з боку різних соціальних груп залежно від того, як ці ідентичності між собою взаємодіють. Для цього було відібрано групи респондентів за найбільш вираженими видами ідентичності, де громадянська ідентичність окремо сполучалася з місцевою, європейською, східнослов'янською, що дало змогу утворити для аналізу чотири варіанти ідентичності: громадянська разом з місцевою (ГрМ), громадянська разом з європейською (ГрЕвр), громадянська разом з східнослов'янською (ГрСх) та негромадянська (НеГр).

Найбільш значущі відмінності проявилися в оцінці тверджень «Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку росіян, які живуть в різних країнах» (ГрМ = 229,61; ГрСх = 238,57; ГрЕвр = 257,39; НеГр = 171,64;  $p \leq 0,001$ ), «Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян колишніх республік Радянського Союзу» (ГрМ = 236,28; ГрСх = 230,52; ГрЕвр = 242,71; НеГр = 174,41;  $p \leq 0,001$ ), «Я відчуваю загрозу моїм переконанням і цінностям з боку громадян Російської Федерації» (ГрМ = 243,34;

ГрСх = 229,98; ГрЭвр = 238,99; НеГр = 168,77;  $p \leq 0,001$ ) (див. Рис.11). Спільним в оцінці є те, що респонденти з вираженою громадянсько-європейською ідентичністю сприймають як найбільшу загрозу своїм переконанням і цінностям росіян, як громадян РФ, так і громадян інших країн світу. Це вказує на те, що європейська ідентичність несе протилежний зміст всьому російському, входить в суперечливі відносини з нею і змушена вибудовувати захист, щоб вберегти себе. Місцево-громадянська ідентичність виявилася навіть більш чутливою, ніж європейська, до загроз з боку громадян РФ, що може бути пов'язано не з потенційними загрозами, а реальними небезпеками, які вже відчули респонденти, коли значна частина громадян України змушена була покинути свої рідні місця через окупацію регулярними військами РФ. І респонденти зі слабо вираженою громадянською ідентичністю не вбачають серйозної загрози з боку росіян, як громадян РФ, так і громадян інших країн, що зайвий раз підтверджує, що дії держави-агресора спрямовано на руйнацію української держави і цим викликам можуть протистояти ті громадяни, які чітко відчувають свою належність до рідної країни, відчувають себе її невід'ємною частиною.

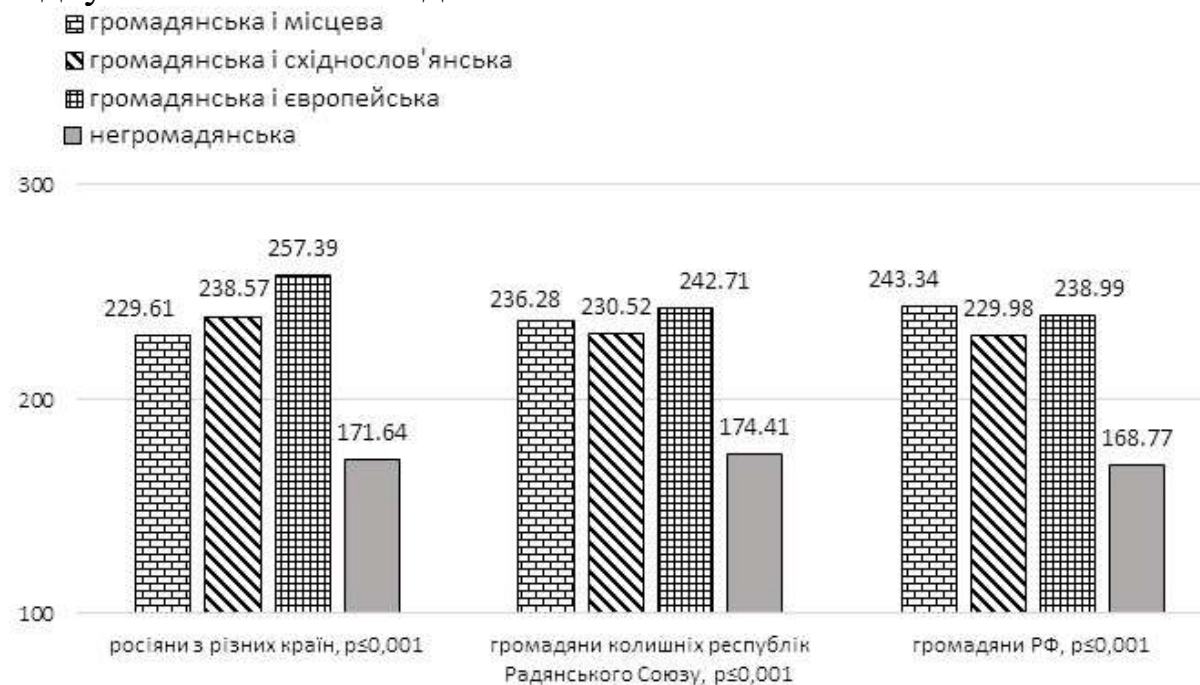


Рис. 11. Оцінка респондентами загроз залежно від видів ідентичності (Краскел-Волес,  $R_{сер}$ )

Ці варіанти ідентичностей було порівняно між собою за такими психологічними показниками: зміна переконань і цінностей, зростання усвідомленості у власній поведінці, зважання на інших в



момент небезпеки, збереження довіри до людей та надії, травматизація, почування себе жертвою обставин (див. Рис.12).

Твердження «Мої переконання й цінності в умовах війни змінилися» (ГрМ = 239,82; ГрСх = 242,56; ГрЭвр = 222,37; НеГр = 180,45;  $p \leq 0,001$ ) відображає оцінку респондентом змін у власній сфері цінностей, що має важливе значення в адаптації людини до нових умов. Серед цих респондентів найвищі значення мають ті, хто чітко визначає свою належність до спільноти, що може характеризувати певну адаптивність у воєнний час. Але найбільші значення мають респонденти з вираженою громадянсько-місцевою ідентичністю та громадянсько-східнослов'янською ідентичністю, що вказує на сильний вплив воєнних подій на сприймання звичних речей, переосмислення цінностей, перегляд своїх переконань.

Респонденти, для яких не важливо себе відносити до громадян України, демонструють найменші зміни в ціннісній сфері. Така позиція може бути викликана або тим, що в них була сформована готовність до цих подій, або тим, що війна не є настільки чутливою темою, що кардинально впливає на їхнє особисте життя.

Твердження «Я став (-ла) більш свідомим (-мою) у власних діях та поведінці» (ГрМ = 233,87; ГрСх = 204,33; ГрЭвр = 223,08; НеГр = 193,71;  $p \leq 0,05$ ) найбільш відгукнулося у респондентів з вираженою громадянсько-місцевою та громадянсько-європейською ідентичностями. Такі зміни в поведінці саме для цих респондентів говорить про те, що воєнні події запустили рефлексивні процеси і вони більш обдуманно стали сприймати ситуацію і оцінювати майбутні наслідки. Для респондентів зі слабо вираженою громадянською ідентичністю такі наслідки не мають великого значення, щоб більш свідомо ставитися до своєї поведінки.

Твердження «У разі небезпеки я, насамперед, думаю про інших, а не про себе» (ГрМ = 237,43; ГрСх = 220,5; ГрЭвр = 218,79; НеГр = 189,32;  $p \leq 0,01$ ) відображає позицію респондентів в момент небезпеки, коли варто зробити вибір щодо допомоги собі або іншим. Найбільші значення проявилися у респондентів з громадянсько-місцевою ідентичністю, що показує певну залежність турботи про інших від належності до місцевої спільноти. Для респондентів з невизначеною позицією щодо громадянства низькі значення турботи

про інших вказують на егоїстичну позицію і неважливість бути частиною українського суспільства.

В оцінці твердження «Незважаючи на небезпеку я зберіг(-ла) довіру до людей» (ГрМ = 227,66; ГрСх = 233,54; ГрЭвр = 239,29; НеГр = 185,64;  $p \leq 0,01$ ) для респондентів з громадянською ідентичністю показники виявилися майже однакові, тоді як для респондентів з низьким проявом громадянськості високий прояв недовіри, що говорить про важливість довіри в розбудові громадянського суспільства. В умовах підвищеної небезпеки відчуття належності до певної спільноти, а в даному випадку до українського суспільства, стає важливим чинникомгуртування подібних один до одного членів громади. Внутрішньоспільнотні зв'язки зміцнюються, зростає довіра до членів громади, поліпшується комунікація між ними, що сприяє вирішенню завдань, таких як захист своєї ідентичності, спільноти, способу життя тощо. А для громадян, які не відчують своєї причетності до української держави, небезпека руйнує соціальні зв'язки, ізолює цих громадян від решти суспільства, сіє в них недовіру. Збереження довіри є важливим елементом у побудові стосунків з іншими, отриманні з їхнього боку підтримки. Навіть якщо комунікація не відбуватиметься безпосередньо, а за допомогою ЗМК, але буде висвітлюватися позиція, яка поділяється і більшою частиною суспільства, і одним громадянином, відчуття належності цього громадянина та підтримки буде посилюватися.

Твердження «Події, що відбуваються, завдають мені психологічної травми» (ГрМ = 222,44; ГрСх = 191,52; ГрЭвр = 241,17; НеГр = 198,06;  $p \leq 0,05$ ) найбільший відгук знайшло у респондентів з громадянсько-європейською ідентичністю та громадянсько-місцевою. Війна та її цілі несуть найбільш загрозливий характер для їхнього життя, ідентичності, цінностей та всього того, що асоціюється з українською громадянськістю. Війна як інструмент примусу для громадян України відмовитися від європейського курсу розвитку і посилення своєї країни в міжнародному світі, негативно сприймається громадянами з вираженою європейською і місцевою ідентичністю. Тоді як для респондентів зі східнослов'янською ідентичністю та слабо вираженою громадянськістю війна несе зовсім інше значення і не сприймається такою загрозливою для їхньої ідентичності. Відповідно такі події мають різне значення за ступенем травматизації.

Твердження «Я почуваюся жертвою обставин» (ГрМ = 196,38; ГрСх = 222,24; ГрЭвр = 209,74; НеГр = 240,76;  $p \leq 0,05$ ) відображає ступінь контрольованості життєвих ситуацій та можливості впливати на їхній перебіг. Оцінка цього твердження в бік високих значень проявилася у респондентів зі слабо вираженою громадянською ідентичністю, а в бік низьких значень – у респондентів з громадянсько-місцевою і громадянсько-європейською ідентичністю. Ці результати свідчать про неспроможність громадян, які не відчують зв'язку із власною державою, бути суб'єктом у власному житті, втрату здатності впливати і відчуття безпорадності, що є одним з показників соціальної дезадаптації. У респондентів з вираженою громадянською ідентичністю, навпаки, зберігається суб'єктність щодо подій у їхньому житті і відчуття того, що вони можуть впливати на їхній перебіг.

Твердження «Попри спричинені війною небезпеки я зберігаю надію» (ГрМ = 237,71; ГрСх = 235,96; ГрЭвр = 247,13; НеГр = 169,14;  $p \leq 0,001$ ) є показником оптимістичного бачення свого майбутнього. Найвищі значення виявилися у респондентів з громадянсько-європейською ідентичністю, що говорить про певну психологічну стійкість таких громадян до загроз і віру в те, що протидія цим загрозам в кінцевому випадку принесе винагороду у вигляді перемоги у війні, вступу до Євросоюзу, покращення життя тощо. Ідентифікація таких громадян з європейським є тим чинником, що підсилює надію на краще. Водночас найменші значення виявилися у респондентів, для яких належність до української держави не є важливою. Таке самовиключення із відносин з державою і суспільством позбавляє відчуття підтримки з боку всіх громадян як цілісної спільноти і така ізоляція викликає песимістичні настрої у вигляді зневіри, розчарувань, безнадії. Навіть ті респонденти з вираженою громадянською ідентичністю, але такі, що відчують зв'язок з східнослов'янським світом, мають набагато кращі показники, ніж у тих, хто не вважає за потрібне відносити себе до української держави.

Отже російська агресія значно вплинула на ідентичність українців на різних рівнях їхнього самовизначення. Росіяни як носії російських наративів, імперських міфів, антилюдської за своєю суттю ідеології, що є чужими для українців і входить в протиріччя з їхніми цінностями, сприймаються як загроза для громадян України, які визначили свою належність. Російська агресія зачепила

громадянську, етнонаціональну, місцеву, професійну, європейську ідентичності. На основі отриманих даних можна виділити такі соціально-психологічні зміни в поведінці громадян внаслідок впливу війни залежно від їхньої ідентичності.

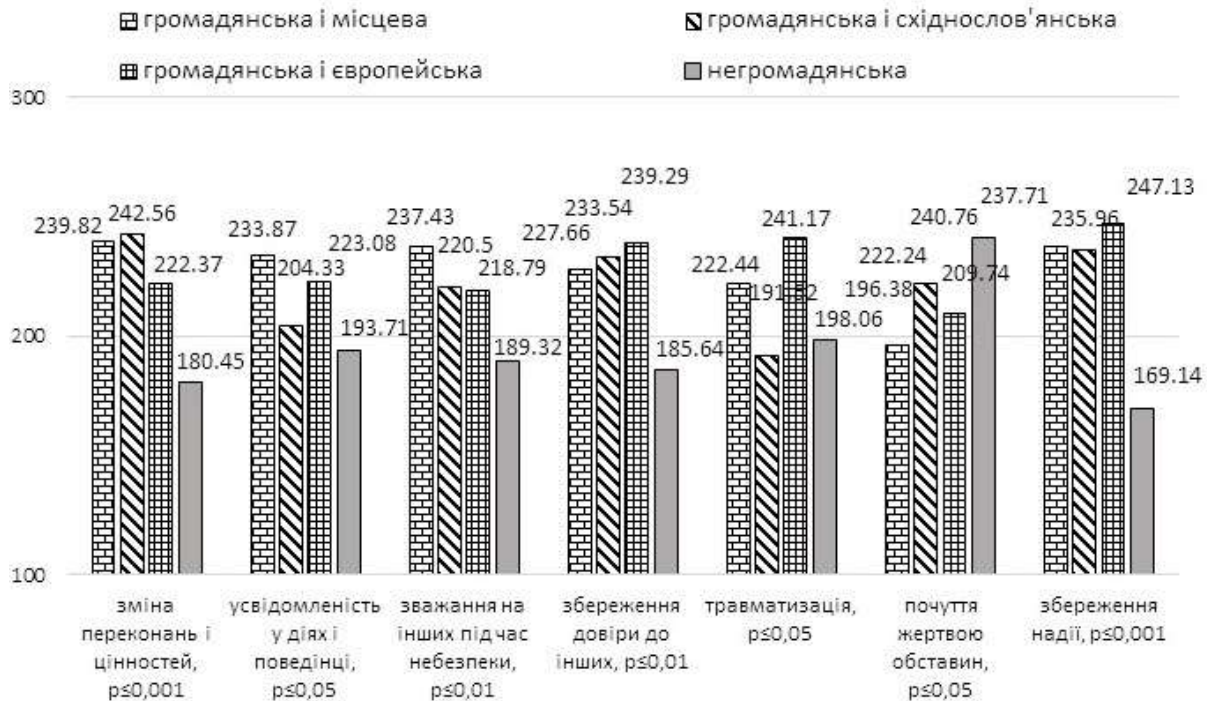


Рис. 12. Оцінка впливу війни на поведінку респондентів залежно від видів ідентичності (Краскел-Волес, Rсер.)

Респонденти з проявленою громадянсько-місцевою ідентичністю мають найбільш виражені значення серед інших респондентів з показників, що стосуються зміни переконань і цінностей, зростання усвідомленості у власній поведінці, зважання на інших в момент небезпеки, і найменші – з почування себе жертвою обставин. Такі зміни в поведінці респондентів свідчать про те, що хоча війна вплинула на життя таких громадян, проте в цій ситуації відбулася мобілізація ресурсів, щоб адаптуватися і подолати наслідки, із якими вони зіштовхнулися. Водночас суттєвим стимулом, щоб впоратися з ситуацією, для них є допомога іншим в момент небезпеки.

Проявлена громадянсько-східнослов'янська ідентичність виявилася пов'язаною із найбільшими значеннями показників зі зміни переконань і цінностей та збереження довіри до людей, а також з найменшими значеннями зі зростання усвідомленості у власній поведінці та травматизації. Такі показники характеризують цих громадян, як таких, що змогли адаптуватися до умов війни і зберегти стосунки з іншими, проте для них війна не стала настільки

травматичною, як для інших громадян, тому підхід до власної безпеки для них не зазнав суттєвих змін.

У теперішніх умовах респондентам з громадянсько-європейською ідентичністю воєнні дії завдали найбільшої травматизації серед усіх респондентів, проте не зважаючи на це, їм вдалося зберегти довіру до людей та надію на краще, не почувати себе жертвою обставин у цій ситуації, що говорить про достатню адаптованість до таких життєвих обставин, збереження контролю над власним життям.

І найбільш вразливою до війни виявилися респонденти зі слабо вираженою громадянською ідентичністю. Погіршення спостерігається в усіх показниках: у сфері стосунків проявилася втрата довіри до інших людей, в особистісній сфері – інертність щодо власних переконань і цінностей під впливом війни, брак рефлексії щодо власної поведінки в умовах небезпеки, посилення зневіри, почування себе жертвою обставин і втрата контролю за перебігом свого життя. Проте єдиним позитивним моментом є низькі показники з травматизації в теперішніх умовах.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Отже на основі отриманих емпіричних матеріалів вдалося виділити соціально-психологічні зміни в поведінці громадян внаслідок впливу війни залежно від їхньої ідентичності. Найбільш стійкою до війни виявилася громадянсько-європейська ідентичність. Хоча опитані з такою ідентичністю зазнали найбільшої травматизації, проте вони змогли зберегти довіру до людей, контроль над власним життям та надію на краще, що характеризує високий рівень адаптованості до воєнних умов. Тоді як респонденти з низьким проявом громадянської ідентичності, хоча і мають низький рівень травматизації, проте у них спостерігається втрата довіри до інших людей, інертність щодо власних переконань і цінностей під впливом війни, брак рефлексії щодо власної поведінки в умовах небезпеки, посилення зневіри, почування себе жертвою обставин і втрата контролю за перебігом свого життя.

#### Література

1. Абрашкевичус, Г. О. (2012). Вплив соціокультурної взаємодії на проблеми ідентичності. *Таврійські студії. Культурологія*, 2. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/tsk\\_2012\\_2\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/tsk_2012_2_6)
2. Бистрицький, Є. (2013). Ідентичність, спільнота і політичне судження. *Філософська думка*, 4, 41–61.

3. Бойко, С. Т. (2019). Психологічна безпека особистості в умовах розірваного інформаційного простору. *Психологія: теорія і практика*, 1 (3), 32-43.
4. Горностай, П. П. (2012). Колективна травма та групова ідентичність. *Психологічні перспективи. Спеціальний випуск: Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп*, 2, 89–95.
5. Зеленкевич, Л.П. (2019). Ідентичність в умовах об'єднаних громад. *Науково-теоретичний альманах Грані*, 22(2), 5–15.
6. Кулалаєва, Н. В. (2015). Мінімізація інформаційних загроз людини засобами культури безпеки. *Збірник наукових праць Львівського державного університету безпеки життєдіяльності*, 4, 27–30.
7. Кухарук, О. Ю. (2019). Суспільні трансформації та ідентичність українців у контексті теорії соціальної ідентичності. *Проблеми політичної психології*, 22 (1), 63–73.
8. Лукасевич О. А. (2020). Проблема формування ідентичності особистості: сучасний контекст. *Проблеми сучасної психології*, 1 (17), 45–51.
9. Набруско, І. Ю. (2012). Споживання як механізм конструювання ідентичності. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*, 15, 6–12.
10. Римаренко, С. (2017). Глобалізація та криза ідентичності. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І. Ф. Кураса НАН України*, 5–6 (91–92), 171–181.
11. Степико, М. Т. (2012). Українська ідентичність в умовах суспільно-політичних трансформацій. *Стратегічні пріоритети*, 4 (25), 5–13.
12. Хашиєва, Л. В. (2015). Глобалізація та ідентичність: взаємозв'язок глобального та локального. *Актуальні проблеми державного управління*, 2 (48), 38–44.
13. Яблонська, Т. М. (2010). Ідентичність як предмет психологічного аналізу. *Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України*, 38, 378–386.
14. Kulyk, V. (2016). National Identity in Ukraine: Impact of Euromaidan and the War, *Europe-Asia Studies*, 68:4, 588-608, <https://doi.org/10.1080/09668136.2016.1174980>
15. Onuch, O., Hale, H.E. & Sasse, G. (2018). Studying identity in Ukraine, *Post-Soviet Affairs*, 34:2-3, 79-83, <https://doi.org/10.1080/1060586X.2018.1451241>
16. Povrzanovic, M. (1997). "Identities in War", *Ethnologia Europaea*, 27 (2), 153-162. <https://doi.org/10.16995/ee.873>
17. Sasse, G. & Lackner, A. (2018). War and identity: the case of the Donbas in Ukraine, *Post-Soviet Affairs*, 34:2-3, 139-157, <https://doi.org/10.1080/1060586X.2018.1452209>
18. Wilson, A. (2023). Ukraine at war: Baseline identity and social construction. *Nations and Nationalism*, 1–10. <https://doi.org/10.1111/nana.12986>

## References

1. Abrashkevichus, G. O. (2012). Vplyv sotsiokulturnoi vzaiemodii na problemy identychnosti [The Influence of Sociocultural Interaction on Identity Problems]. *Tavriiski studii. Kulturolohiia – Taurian studios. Culturology*. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/tsk\\_2012\\_2\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/tsk_2012_2_6) [in Ukrainian].
2. Bystryts'kyi, E. (2013). Identychnist, spilnota i politychne sudzhennia [Identity, community and political judgement]. *Filosofska dumka – Philosophical Thought*, 4, 41–61. URL: <http://journal.philosophy.ua/article/nid6768> [in Ukrainian].
3. Boiko, S. T. (2019). Psykholohichna bezpeka osobystosti v umovakh rozirvanoho informatsiinoho prostoru [Psychological Personality Safety in the Conditions of the Broken Informational Space]. *Psykhologhiia: teoriia i praktyka – Psychology: Theory and Practice: Collection of Scientific Articles*, 1 (3), 32-43. [in Ukrainian].
4. Gornostai, P. P. (2012). Kolektyvna travma ta hrupova identychnist [Collective Trauma and Group Identity]. *Psychological Prospects Journal. Special issue: Actual problems of psychology of small, medium and large groups*, 2, 89–95. [in Ukrainian].

5. Zelenkevich, L.P. (2019). Identity in the conditions of the united communities. *Naukovo-teoretychnyi almanakh Hrani – Scientific and theoretical almanac Hrani*, 22 (2), 5–15. <https://doi.org/10.15421/171916> [in Ukrainian].
6. Kulalaieva, N. V. (2015). Minimizatsiia informatsiinykh zahroz liudyny zasobamy kultury bezpeky [Minimization of Information Threats to Human Security by Means of Culture]. *Zbirnyk naukovykh prats Lvivskoho derzhavnoho universytetu bezpeky zhyttiedialnosti – Lviv State University of Life Safety: Collection of Scientific Articles*, 4, 27–30. [in Ukrainian].
7. Kukharuk, O. Y. (2019). Suspilni transformatsii ta identychnist ukraintsiv u konteksti teorii sotsialnoi identychnosti [Public Transformations and Ukrainians' Identity through Social Identification Theory]. *Problems of Political Psychology*, 22 (1), 63–73. DOI: <https://doi.org/10.33120/popp-Vol22-Year2019-34> [in Ukrainian].
8. Lukasevich, O. A. (2020). Problema formuvannia identychnosti osobystosti: suchasnyi kontekst [The Problem of Personality Identity Formation: Contemporary Context]. *Problems of Modern Psychology*, 1 (17), 45–51. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2020-1-4> [in Ukrainian].
9. Nabrusko, I. Y. (2012). Spozhyvannia yak mekhanizm konstruiuvannia identychnosti [Consumption as a Mechanism of Social Construction of Identity]. *Actual Problems of Sociology, Psychology, Pedagogy*, 15, 6–12. [in Ukrainian].
10. Rymarenko, S. (2017). Hlobalizatsiia ta kryza identychnosti [Globalization and Identity Crisis]. *Naukovi zapysky Instytutu politychnykh i etnonatsionalnykh doslidzhen im. I. F. Kurasa NAN Ukrainy – Scientific Proceedings of Kurasa Institute of Political and Ethnic Studies of the NAS Ukraine*, 5-6 (91–92), 171–181. [in Ukrainian].
11. Stepyko, M. T. (2012). Ukrainska identychnist v umovakh suspilno-politychnykh transformatsii [Ukrainian Identity in a Time of Socio-Political Transformation]. *Strategic Priorities*, 4 (25), 5–13. [in Ukrainian].
12. Khashiyeva, L. V. (2015). Hlobalizatsiia ta identychnist: vzaiemozv'iazok hlobalnoho ta lokalnoho [Globalization and Identity: Interrelation of Global and Local]. *Pressing problems of public administration*, 2 (48), 38–44. [in Ukrainian].
13. Yablonska, T. M. (2010). Identychnist yak predmet psykholohichnoho analizu [Identity as a subject of psychological analysis]. *Naukovi zapysky Instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN – Scientific Proceedings of G.S. Kostiuk Institute of Psychology*, 38, 378–386. [in Ukrainian].
14. Kulyk, V. (2016). National Identity in Ukraine: Impact of Euromaidan and the War. *Europe-Asia Studies*, 68:4, 588-608. <https://doi.org/10.1080/09668136.2016.1174980>
15. Onuch, O., Hale, H.E. & Sasse, G. (2018). Studying identity in Ukraine, *Post-Soviet Affairs*, 34(2-3), 79-83. <https://doi.org/10.1080/1060586X.2018.1451241>
16. Povrzanovic, M. (1997). “Identities in War”, *Ethnologia Europaea*, 27 (2), 153-162. <https://doi.org/10.16995/ee.873>
17. Sasse, G. & Lackner, A. (2018). War and identity: the case of the Donbas in Ukraine, *Post-Soviet Affairs*, 34(2-3), 139-157, <https://doi.org/10.1080/1060586X.2018.1452209>
18. Wilson, A. (2023). Ukraine at war: Baseline identity and social construction. *Nations and Nationalism*, 1–10. <https://doi.org/10.1111/nana.12986>

Received: 15.04.2024

Accepted: 05.05.2024

## **CHILD VIOLENCE: FROM PSYCHOANALYSIS TO THE REALITY OF PROTECTING CHILDREN'S RIGHTS IN BRAZIL**

**Zhanna Virna**

Lesya Ukrainka Volyn National University

Lutsk, Ukraine

*e-mail:* [virna.zhanna@vnu.edu.ua](mailto:virna.zhanna@vnu.edu.ua)

ORCID : <https://orcid.org/0000-0001-8134-2691>

**Ana Maria Eyng**

Pontifical Catholic University of Paraná

Curitiba, Brazil

*e-mail:* [ana.eyng@pucpr.br](mailto:ana.eyng@pucpr.br)

ORCID : <https://orcid.org/0000-0003-0224-5880>

**The purpose** of the presented material is to summarize the basic psychoanalytic positions on the analysis of human aggressiveness and violent impulses, as well as to analyze the work of South American educators on the problem of violence within the recognition of human rights to a safe life.

**Methods.** The defined theoretical and methodological direction of the analysis of child violence consists of research procedures, bibliographic review, psychoanalytic and socio-pedagogical research.

**Results.** Psychoanalytic positions of interpretation of the phenomenon of violence are represented by Freud's classic generalizations about aggression, sadism and repression of libido. The conceptual understanding of the intrapsychic aspects of the child's violence is supplemented by the provisions of the theories of object relations through various forms of self-destruction of the individual. The socio-historical context of violence is revealed and it is emphasized that violence always contains the fact of violation by one person of the rights and freedoms of another person. The analysis of the works of Brazilian psychoanalysts reveals the specifics of experiencing the "feeling of colonization" in unconscious forms of repressed tension, confrontation and guilt. It is emphasized that various conflict traumas and states of social disintegration should begin with the awareness of just solidarity and human rights. It is also important to be aware of the rights of the child, which is in line with the doctrine of integral protection. The scientific achievements of the scientific school of Professor A.M. Eyng on the study of the problems of violence and children's rights are revealed. The basic positions of cooperation between Ukrainian and Brazilian scientists on the study of psychological norms of quality of life, mental



health and well-being of children in humanitarian situations (poverty, wars, environmental disasters, forced displacement, etc.) are outlined.

**Conclusions.** The scientific synthesis of psychoanalysis of child violence and socio-pedagogical generalizations about the child's rights to a safe existence is a new form of practical solution to the problem of protecting the quality of life of the child.

**Keywords:** violence, aggression, self-destruction, sense of colonization, protection from poverty, children's rights, transference, mentalization.

### **Вірна Ж., Енг А.М. Насилля дитини: від психоаналізу до реальності захисту прав дітей у Бразилії.**

**Метою** презентованого матеріалу є узагальнення базових психоаналітичних позицій щодо аналізу людської агресивності та насильницьких імпульсів, а також аналіз напрацювань південноамериканських педагогів з проблеми насильства в межах визнання людських прав на безпечне життя.

**Методи.** Визначений теоретико-методологічний напрямок аналізу насилля дитини складається з дослідницьких процедур бібліографічного огляду психоаналітичних і соціально-педагогічних досліджень.

**Результати.** Психоаналітичні позиції інтерпретації феномену насилля презентовані класичними узагальненнями З. Фрейда щодо агресії, садизму та витіснення лібідо. Концептуальне розуміння інтрапсихічних аспектів насилля дитини доповнено положеннями теорій об'єктних відносин через різні форми саморуйнування особистості. Розкрито соціально-історичний контекст насилля та наголошено, що насилля завжди містить факт порушення однією людиною прав і свобод іншої людини. Аналіз праць бразильських психоаналітиків розкриває специфіку переживання «відчуття колонізації» у неусвідомлюваних формах витісненої напруги протистояння та почуття вини. Наголошено, що різні конфліктні травми і стани соціальної дезінтеграції повинні розпочинатися з усвідомлення справедливої солідарності та прав людини. Також важливим є усвідомлення прав дитиною, що відповідає доктрині її інтегрального захисту. Розкрито наукові доробки наукової школи професора А.М. Енг з вивчення проблем насилля і прав дитини. Окреслено базові позиції співпраці українських і бразильських науковців щодо вивчення психологічних норм якості життя, ментального здоров'я і благополуччя дітей в гуманітарних ситуаціях (бідність, війни, екологічні катастрофи, вимушене переміщення тощо).

**Висновки.** Науковий синтез психоаналізу насилля дитини та соціально-педагогічних узагальнень щодо прав дитини на безпечне існування є новою формою практичного вирішення проблеми захисту якості життя дитини.

**Ключові слова:** насилля, агресія, саморуйнування, відчуття колонізації, захист від бідності, права дитини, перенос, менталізація.

**Introduction.** Various variations of social confrontation in society often actualize the problems of violence, and in particular child violence.

The current situation of the war in Ukraine is a real confirmation. Terrorist acts committed by Russian aggressors on the territory of Ukraine entail a huge amount of human suffering, and violent actions against both adults and children lead to new forms of criminal behavior. Of particular importance during hostilities are the forms of child violence, which are directly related to the infliction of physical and moral injuries up to the infliction of physical and psychological harm to health and life. The whole world has witnessed violent encroachments against the benefits provided from birth – the life, health and personal freedom of the Ukrainian people. Increasingly, we are talking about the killing of civilians and children, infliction of bodily injuries of equal severity, torture, rape, kidnapping, sexual and labor exploitation (Children, 2024).

As for violence in Brazil, violence is the leading cause of death among young people. Thus, "in 2019, out of 100 young people between the ages of 15 and 19 who died in the country for any reason, 39 were victims of fatal violence" (Cerqueira, 2021 : 27). And according to the report "Education that protects against violence" by the United Nations Children's Fund, it is noted that Brazil is the first in terms of the absolute number of murders of adolescents in the world; In addition, about 2.7 million children are involved in child labour; 184524 children were sexually abused (between 2011 and 2017), of which more than half were between the ages of 1 and 5; among the deaths of boys from 15 to 19 years old, 6 out of 10 were caused by homicide; in 2017, 47,000 children were registered in institutional penitentiary institutions (UNICEF, 2019).

Therefore, the presented material *is aimed* at generalizing the basic psychoanalytic positions on the analysis of human aggressiveness and violent impulses, as well as analyzing the work of South American educators on the problem of violence within the framework of recognizing human rights to a safe life. We believe that such generalizations will become a convenient guide in the professional psychological and pedagogical substantiation of acts of violence and aggressiveness that occur in various fields human existence and social institutions, where childhood is given a special role. And the international context will only strengthen the solidarity integration of scientific knowledge. In one of the works of the Ukrainian researcher N. Zayachkivska, it is noted that "... intercultural education is intended to become a powerful means of forming the multicultural competence of a modern person" (Zayachkivska, 2015: 293). And in the concept of interculturality, R. Astrayn emphasizes the

importance of moral experience in achieving more mature cultural behavior, namely "...it is not only about openness to another culture, but also about repositioning relationships with each other. ... In this sense, interculturality is a category that explains the way in which cultures come into contact, which can be symmetrical or asymmetrical, ... But thanks to it, the limitations of acculturation, transculturation and mixing of cultures are overcome." (Astrain, 2021 : 61). Therefore, we have no doubt that the intercultural education that goes through these characteristics inspires a more altruistic and humanistic interaction between Ukrainian and Brazilian universities.

We believe that the analysis of the psychological and pedagogical alliance in the study of the phenomenon of violence presented to your attention will outline the boundaries of its integral methodological functioning in the context of the development of postmodern society.

**Research Methods and Procedure.** The defined theoretical and methodological direction of the analysis of child violence consists of research procedures, bibliographic review, psychoanalytic and socio-pedagogical research.

**Discussion of the results.** It should be noted at once that Freud's psychoanalysis is one of the first places in the conceptual understanding of the intrapsychic aspects of violence and aggression (Freud, 2010a; Freud, 2010b, Freud, 2011b), as well as questions about the relationship between the sublimation of an aggressive act and the development of civilization (Freud, 2011a). The concept of aggression within psychoanalysis is closely related both to the fundamental concepts of individual mental functioning and to broader aspects of the development of the human civilizational process. It was S. Freud who still had a controversial position on the consideration of aggression as a constituent aspect of human nature: "such harsh aggression... exposes humans as wild beasts who don't even respect members of their own species." (Freud, 2011a : 48). In his opinion, aggressiveness is related to impulsive motor skills or a destructive act that occurs in response to increased arousal that needs to be discharged. The perception of an increase in arousal is seen as a threat to mental organization due to failures in the symbolization of experiences (Freud, 2010b). Thus the subject could be intrinsically destructive, and only civilization restricts the desires and restrains the impulses, thus distinguishing him from the savage man.

Violence as a manifestation of aggressiveness is most often considered through sadism, which, as an aggressive instinct, is the result of the urge to die, and, along with Eros, dominates the world. If sadism as a component of sexual desire is expressed in the use of violence or force against another person, then masochism is closely related to an unconscious feeling of guilt (most often we are talking about child masturbation) (Freud, 2011b). It is S. Freud who recognizes aggression not as a consequence of one's own impulse, but as a connection between sexuality and self-preservation, about which in his work "Instinct and Its Variability" he notes that instinctive destinies are presented throughout life, including turning to one's opposite, returning to oneself, repression and sublimation: the state of reversion to one's opposite can take place in the process of transformation of activity into passivity or in a change in content, like the transformation of sadism into masochism and the transformation of love into hate (Freud, 2010c).

Most followers of Freud's psychoanalysis adhere to the understanding of violence not only as harming other people, but also as a form of self-destruction, namely: the child experiences a lack of confidence, warmth and a sense of security; And the natural needs for affection, emotional intimacy, recognition, and approval are unmet (Bowlby, 1969; Klein, 1996; Mahler, 1967; Winnicott, 2000 та ін.). In general, object-oriented psychoanalysts adhere to a dualistic position of understanding drives, namely innate affects that form the building blocks of the motor forces of libido and aggressiveness. Therefore, hatred contains internalized object relations in which the aggressive representative of the self is associated with the representative of the object that provokes anger or inadequacy. Aggression as an attraction is a motivational structure formed by negative, morbid, angry affects that determine the development of sadomasochistic relationships, such as "aggression of envy of the dependent self" (Segal, 1983) "destruction of one's own psychic apparatus" (Bion, 1967) "Aggression as revenge for an insult" (Balint, 1987).

Taking into account psychoanalytic works, we notice that among the differences between aggressiveness and violence, there is much in common between them, but the change in their phenomenal forms of manifestation is influenced by the socio-historical context. A significant contribution is reflected in the modernist theory of frustration-aggression, where the explanation of aggressive behavior is due to a person's experience of a state of frustration due to the loss of achievement of goals

and expected rewards (Berkovitz, 1962). E. Fromm considers aggression as a form of social behavior of people, groups, peoples through "cultural violence" – structural violence is enshrined in the norms, way of life, traditions of society, and political culture, which receives public recognition and approval (Fromm, 1970). But as history has shown, political and ideological violence can go beyond legitimate boundaries (war, revolution, terror, etc.). These events should be considered in close connection with the phenomenon of revolution within the typological formation of "ideological violence", which totally engulfs a person at the level of existential, individual-intimate and moral experiences (Feshbach, 1971). The political and sociological interpretation of violence, which links its causes with social processes, is revealed in detail in the works of M. Foucault, in which the general basis for the analysis of various types of clinic, madness, punishment, disciplined power or biopower is the conceptual pair "violence – subjectivity" (Foucault, 1975). In the scientific position of G. Deleuze, it is about the "willing subject", which is arranged by segmental strata from the "primitive" to the "modern" type according to the signs of overcoding (Deleuze, 1991).

When resorting to forms of violence, one literally needs to be prepared for spectacles, which may be accompanied by real actions or images that reflect disregard for the symbolic dimension of life. Violence, taking various forms, dynamics and degrees of intensity, always includes the fact of violation by one person of the rights and freedoms of another person. Analyzing the works of Brazilian psychoanalysts collected in the collective monograph "Violence and Psychoanalysis : Interdisciplinary Actualization" (Violência, 2021), all the debatable questions about differences and equality and about the conditions for determining the object of inequality can be observed in fact in the history of the colonization of Brazil, whose entry into the world history of the economy, is based on the model of world power and consists of an articulation between the colonality of power, capitalism, the state and a form of collective control, eurocentrism as a way of controlling subjectivity / intersubjectivity. Brazilian reality with a "sense of colonization" (Prado, 2011) determines economic, political and socio-cultural "dependence", state and subjugation. The process of emergence of the colonized Brazilian is not harmonious, but took place "by means of external and internal, objective and subjective clashes, tensions and conflicts that constitute the 'latent state of war' (Ribeiro, 2006 : 153). For F. Fanon, the colonial war

sometimes acquires the signs of "real genocide" (Fanon, 2015 : 290). If colonization does not kill objectively, it begins to destroy subjectively. We are talking about provoking a variety of mental disorders with moments of exacerbation and irreversible chronic consequences. "Discipline, tame, tame and pacify – these are the words most often used by colonizers in the occupied territories" (Fanon, 2015 : 350). Further, the author talks about the similarity of such slogans with the processes of drug psychiatry. That is, in fact, the life of people in the occupied territories is no different from the condition of sick people in psychiatric institutions. "The violence imposed by the colonizer is fixed in the muscles of the colonized man as a repressed tension, and in the mind it manifests itself through the feeling of guilt" (Martin-Baró, 2017 : 193).

Social scientists often have to deal with a variety of conflict traumas and states of social disintegration. The social reconstruction of the new free man must clearly begin with his awareness of just solidarity and human rights. And it is important that this process actively functions from childhood. In this sense, the awareness of the rights of the child is very significant, because in this way it is possible to create a new culture through the doctrine of integral protection.

A fairly powerful center for studying the problem of violence and children's rights is the research group on public policy, human rights and teacher training led by Professor A.M. Eyng, with whom I had the honor to collaborate at the Pontifical Catholic University of Paraná (Curitiba, Brazil) under the international internship program. The analysis of the practical achievements of this scientific school has demonstrated their strict adherence to the history and policy of education, which are systematized in theses regarding: the coexistence of the relationship between knowledge and power in the school curriculum; consideration of educational policies within the fight against crime in the Brazilian context and their impact on young people; analysis of the homogenization of differences and punishment as forms of violence; the specifics of social ideas and their diversity in the school space in the light of the libertarian thought of Paulo Freire (Violências, 2011 : 8-11).

The multifaceted approach of observance of the rights of the child in the context of humanitarian needs, which touches on the problem of its economic and consumer well-being, as well as the satisfaction of the totality of material and non-material needs, is especially impressive. Namely, it is about the totality of the rights of the child to be protected

from poverty. The poverty scenario emphasizes violence and violation of the child's right to education, which in fact will be reflected in his or her unworthy adult life, which in addition can be exacerbated by conflicts, crises, and climate disasters.

Very interesting is the project of the research group of A.M. Eyng "Childhood in a humanitarian situation in the context of Latin America: the right to education and the right to health during the COVID-19 pandemic" in partnership with the Fernando Pessoa University (Faculty of Humanities and Social Sciences and Master's Programme in Humanities, Cooperation and Development), Little Prince Colleges (Master's Program in Health Sciences Teaching), Union of Marists of Brazil (UMBRASIL), Red Inter-American Marist Solidarity Heart with the support of Marist Center for the Defense of Childhood та Youth Observatory Pontifical Catholic University of Paraná (PUCPR). This umbrella study had a common objective: to build network resources in the Latin American and European context to share best practices and tools to raise professional standards in working with children in humanitarian situations in order to guarantee the right to education and health (Eyng et. all., 2021 : 2).

The project problematized the guarantees of children's rights in humanitarian situations in the Latin American context of child poverty during the pandemic, based on the right to education and the right to health. Direct participation in the discussion and defense of the thesis of T. Veloso, provided an opportunity to analyze the problem of studying the rights to education and health of the child in the context of child poverty and to reconsider priorities in the interpretation of the problem of identity (Veloso, 2023).

In general, the phenomenology of child poverty, which is caused by the changing conditions not only of Brazilian society (the same can be said about Ukrainian society), has acquired a separate and extremely important scientific status. Having as their conceptual and essential features complex philosophical antinomies and economic regularities, social transformations in society exacerbate numerous problems of the societal psyche, especially painfully affecting the existence and personal development of disadvantaged people who experience various types of deprivation. Nodes of social contradictions, personal destructions and pathologies are most actively recorded within the framework of childhood poverty and the development of deprived children, who are deprived of conditions for the full satisfaction of basic biosocial needs and urgently need care, care

and provision of qualified psychological and pedagogical assistance. The relevance of solving the problem of the right to education and health of children is also important, because it is related to the development of the conceptual foundations for the organization of the social and recreational environment of children's life, thanks to which it is possible to neutralize the painful meanings of social stratification and the layering of the poverty syndrome.

In this context, it is worth mentioning the master's thesis of J. Silva "The Right of Children and Adolescents to Participate in the Guarantee of Rights" (Silva, 2019), defended under the supervision of A.M. Eyng. The research program is approved by an agreement between the Organization of American States (OAS), Inter-American Institute of Children and Adolescents (IICA), Marist Fund for International Solidarity (FMSI), Pontifical Catholic University of Paraná (PUCPR), Youth Observatory and Marist Center for Child Protection. The researcher focuses on the participation of "[...] It is one of the necessary ways to overcome violence in the everyday environment, which generates, among other consequences, child poverty" (Silva, 2019 : 15). In conditions of child poverty, when a significant part of children and adolescents is weakened by violence, lack of material and non-material goods and services that guarantee their physical and emotional health, quality of life and well-being, violations of their rights are observed. And already in the doctoral dissertation of J. Silva reflects a wide range of socio-pedagogical problems that actualize the principles of human dignity and the right to equality, participation and justice. And it is very important that the topic outlines the age group of children and adolescents – the period in which life and legal guidelines for the formation of personality are formed. In this context, I really liked the statement that "[...] The challenge of childhood politics is to be a participatory construct in which children and adolescents, in their different cultures and contexts, can share their knowledge, concerns, demands and recommendations" (Silva, 2024 : 205).

In recent researches by A.M. Eyng, it is constantly emphasized that the category of violence should be considered in the plural, because this phenomenon contains the versatility of origins, manifestations and consequences. Namely, we are talking about direct violence, structural violence and cultural violence (Eyng&Cardoso, 2020). If we talk about direct violence, it is clear that we are talking about its direct physical or verbal form between opposing subjects or subject and object. Structural



violence is indirect, that is, it arises as a result of an unequal distribution of power and is expressed in repression and exploitation or social injustice. With regard to cultural violence, that is, that which belongs to the symbolic sphere of human existence, certain aspects of culture must be taken into account, such as religion and ideology, language and art, empirical and formal science, which can be used to justify or legitimize direct or structural violence.

It is necessary to fully agree with the scientist, because it is precisely such a multifaceted manifestation of violence that is reflected in the specific studies of this scientific school. Examining children's experiences and their reflections on everyday poverty, the researchers identified the risk factors that they identify in their daily lives. Their testimonies illustrate repressive threats to poor children on the geopolitical and economic periphery of large cities. Their answers were grouped and systematized into categories that synthesize the subjects' statements about risk factors, namely, the categories *of the family* (parental and family dysfunction, intra-family violence between adults and children, normalization and naturalization of verbal, psychological, physical and sexual violence, oppression of children, reproduction of violence in the environment, parents' lack of tools to care for children, lack of communication, drug use and unemployment), *society* (discriminated and excluded population, homeless children in an aggressive environment in which there are not enough places for recreation, sports, etc.; and existing public spaces are degraded due to unreliable housing, lack of infrastructure, sanitation and delinquency), *education* (educational inequality, lack of access to quality education, poor school education, low level of education of parents, misinformation), *culture* (naturalization of violence, normalization of harsh attitudes, patriarchal, sexist society that justifies gender-based violence, viewing the child as property), *economy* (poverty, lack of resources, unemployment, informal jobs, economic exploitation, lack of opportunities, significant social exclusion), *public policy* (lack of implementation of a comprehensive child protection policy due to the lack of physical, material and professional infrastructure specializing in the care of children, adolescents and young people, in addition to fragile cross-sectoral articulation in the management of public policy and public partnerships), *health* (alcohol and drug use, physical, psychological and emotional trauma as a result of physical punishment and harsh treatment), *identity* (socio-emotional traits of shame, shyness, and

insecurity that lead to devalued self-esteem, low expectations of oneself and future opportunities), *security* (high levels of robbery, assault, kidnapping, shooting, drug and arms trafficking, gang disputes, drug traffickers, and corruption), and *rights* violations (There are few opportunities for the development of children's potential, both in their family and in the social environment, which is dominated by untidiness, family carelessness, cruel treatment, physical and verbal violence, psychological and sexual aggression, the use of child labor and theft). Waiting to address or minimize these risk factors requires creating child protection factors and strengthening the rights of every child.

In this context, we find A.M. Eyng's assertion that this direction "implies the need for new learning processes, which are preceded by the deconstruction of concepts and practices that have already been learned in the child's everyday space. It implies, therefore, the weaning of violence, discrimination, disrespect.... subjugation and disqualification of the child. And, as a result, exploring new individual and collective strategies that make it possible to restart each child's life projects for a less unjust present and a more equitable future." (Eyng, 2019).

A new research project by A.M. Eyng "Education and Human Rights: Well-Being and Improving the Quality of Life in School and Community" is very promising, where one of the topical issues for Ukrainian psychology and pedagogy is the consideration of the consequences of life in humanitarian situations (poverty, wars, environmental disasters, forced displacement, etc.) for human identity. The methodology of participation of triangulation through interpretive analysis, conceptual scientific aspects, norms of public policy to the arguments of the subjects in the social research project is applied in accordance with the reference base of the SPIRAL (Societal Progress Indicators of Responsibility of All) methodology, launched in 2005 by the Council of Europe.

The context of cooperation in the scientific project defines a wide range of psychological problems, namely, the identification of psychological norms of the quality of life, mental health and well-being of the subjects of the educational process (children, teachers, future teachers) on the example of the humanitarian situation of the war in Ukraine and the creation of an information and analytical system for the restoration and preservation of mental health of the subjects of the educational process in the context of military and migration processes. This is especially true for the substantiation of the basic areas of activity in the field of educational

services in the context of military and migration processes (psychological and pedagogical patronage and patronage; inclusive support of children; prevention of bullying in various manifestations; preventive assistance to prevent the occurrence of negative social phenomena (deviations, addictions, delusions).

It is clear that this complex of social problems requires the introduction of psychoanalytic technologies. From the experience of Brazilian colleagues, psychoanalytic technologies, namely, a transference-oriented model of psychotherapy, are gaining practical respectability (Kernberg, 2002) and mentalization-based psychotherapy (Eizirik M. & Fonagy P., 2009). Thus, transference-oriented psychotherapy is based on the classical psychoanalytic approach to object relations, and focuses on clinical work aimed at integrating the polarized aspects of self-representation and others through the means of experiencing abstinence from attachment and recognizing affective states in certain situations. In general, transference-oriented psychotherapy is very helpful in helping the child cope with the feelings and pain of the intrusion.

Psychotherapy, which is based on mentalization, puts the development of the patient's borderline psyche in the spotlight. Borderline functioning should be understood as a consequence of the failure of the development of such abilities as representation, affect regulation, and attention control, as a result of which primitive forms of subjectivity and profound disorganization of the structure of the self begin to dominate. Therefore, in this case, the psychoanalyst works in three directions: the attachment style associated with the suppression of mentalization, the re-experiencing of ways of perceiving inner reality to the development of the capacity for mentalization, and the experience of constant pressure to use the defenses of the projective identification of the destructive self in the other. Within the framework of working with children and adolescents, it is the reproduction of mentalization in the context of establishing close relationships that is the main mechanism for treating their mental disorders after violence. In fact, mentalization is an intuitive emotional response, and the awareness that a person's behavior is governed by mental states is a sense of continuity and control as an experience of oneself as an agent ("mental affectivity").

Also, areas of psychotherapeutic assistance can be restructuring traumatic memories, reducing psychopathological symptoms, solving

problems that have arisen as a result of violence, increasing self-esteem and teaching protective behavior. Psychologists and psychotherapists of social and psychological assistance centers successfully carry out these activities in the mode of taking into account the complexity of situations and the social group of patients, namely, as *providing basic social protection* in order to anticipate risk situations and strengthen social and family ties between adults and children in situations of social vulnerability, deprivation and poverty; *special social protection* as a form of assistance aimed at families and individuals who belong to the group of personal and social risk of violation of their rights and need to restructure the family group and create new moral and affective guidelines; and *complex social protection* as a form of social support (food, housing, hygiene) for survivors of situations of loss and disaster (Virna, 2023).

**Conclusions.** The generalization of the basic psychoanalytic positions on the analysis of human aggressiveness and violent impulses and the analysis of the work of South American teachers on the problem of violence within the framework of the recognition of human rights to a safe life, showed their close relationship. If psychoanalytic practice is responsible for assessing the intrapsychic characteristics of a person (child), then socio-pedagogical constructs actualize the challenges and needs of the modern child and the legal understanding of violence in its various manifestations. In our opinion, such a scientific synthesis expands and strengthens the practices of working with children to protect the quality of their lives.

Prospects for studying the problem are focused on the development of conceptual scientific and theoretical approaches to a comprehensive psychological and pedagogical analysis of children's rights in education on the example of monitoring indicators of psychological well-being, quality of life and mental health with the involvement of psychoanalytic technologies.

**Gratitude.** Gratitude to the Pontifical Catholic University of Paraná (PUCPR) (Curitiba, Brazil).

#### References

1. Astrain, S.R. (2021). *Ética intercultural: leituras do pensamento latino-americano*. São Leopoldo: Oikos. <https://oikoseditora.com.br/files/Etica%20Intercultural%20-%20E-book.pdf> [in Portuguese].
2. Balint, M. (1987). *Thrills & regressions*. London: Maresfield Library.

3. Berkovitz, L. (1962). *Aggression: A Social Psychological Analysis*. New York : McGraw-Hill. <https://psycnet.apa.org/record/1963-06518-000>
4. Bion, W.R. (1967). Diferenciação entre a Personalidade Psicótica e a Personalidade NãoPsicótica. *Estudos Psicanalíticos Revisados*. Rio de Janeiro: Imago Editora. 45-62.
5. Bowlby, J. (1969). *Apego*. São Paulo: Livraria Martins Fontes Editora Ltda., 1984.
6. Cerqueira, D. (2021). *Atlas da Violência 2021*. São Paulo: FBSP. <https://www.ipea.gov.br/atlasviolencia/publicacoes>. [in Portuguese].
7. *Children of war. Statistical information*. Office of the Prosecutor General (2024). URL: <https://www.gp.gov.ua/> [in Ukrainian].
8. Deleuze, G. (1991). *Empiricism and Subjectivity: An essay on Hume's theory of human nature*. New York: Columbia University Press. <http://www.elimeyerhoff.com/books/Deleuze/Deleuze%20-%20Empiricism%20and%20Subjectivity.pdf>
9. Eizirik M. & Fonagy P. (2009). Terapia de mentalização para pacientes com transtorno de personalidade borderline: uma atualização. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 31(1), 72-75 ; <https://www.scielo.br/j/rbp/a/5jkVYLcKq7xfxt3hqScvLgv/> [in Portuguese].
10. Eyng A.M. (2019). *Infâncias e vilências : garantia de direitos no cotidiano de crianças e Teenages*. Contribuições de programas desenvolvidos na órbita estatal e da Sociedade Civil no ambito internacional. Curitiba: PUCPRESS. [https://www.champagnat.org/shared/bau/Infancias\\_e\\_violencias\\_Relatorio2018.pdf](https://www.champagnat.org/shared/bau/Infancias_e_violencias_Relatorio2018.pdf). [in Portuguese].
11. Eyng A.M., Cardoso, J.C. (2020). Direitos da infância em contextos de necessidades humanitárias: fatores de risco e demandas educativas. *Ensaio*. 28 (109). 1098-1120. <http://dx.doi.org/10.1590/s0104-40362020002802361> [in Portuguese].
12. Eyng, A.M., Silva, J.A., Ferreira, B.P., Padilha, L.R., Velozo, T.Q., Ruggeri, A., Noniega, M.S., Morales, M.Y. (2021). *A infância em situação humanitária no âmbito latino-americano: direito à educação e o direito à saúde na pandemia da covid 19 - contribuições dos sujeitos*. Brasil – Paraná, Curitiba. [https://champagnat.org/wp-content/uploads/2021/07/InfanciaSituacaoHumanitaria\\_na-pandemia\\_volume1.pdf](https://champagnat.org/wp-content/uploads/2021/07/InfanciaSituacaoHumanitaria_na-pandemia_volume1.pdf). [in Portuguese].
13. Fanon, F. (1968). *Os condenados da terra*. Rio de Janeiro : Editora Civilização Brasileira. [https://cursosextensao.usp.br/pluginfile.php/840060/mod\\_resource/content/2/Os\\_condenados\\_da\\_Terra-Frantz-Fanon.pdf](https://cursosextensao.usp.br/pluginfile.php/840060/mod_resource/content/2/Os_condenados_da_Terra-Frantz-Fanon.pdf) [in Portuguese].
14. Feshbach, S. (1971). Dynamics and morality of violence and aggression: Some psychological considerations. *American Psychologist*, 26(3). 281-292. <https://doi.org/10.1037/h0031219>
15. Foucault, M. (1975). *Doença Mental e Psicologia*. Rio de Janeiro: Tempo Brasileiro. <https://projetophronesis.wordpress.com/wp-content/uploads/2009/08/foucault-michel-doenca-mental-e-psicologia.pdf> [in Portuguese].
16. Freud, S. (2010a). Além do princípio do prazer (1920). *Obras completas*, 14, 161-239. [in Portuguese].
17. Freud, S. (2010b). «Batem numa criança»: contribuição ao conhecimento da genese das perversões sexuais (1919). *Obras completas*, 14, 293-327. [in Portuguese].
18. Freud, S. (2010c). O instinto e suas vicissitudes. *Obras completas*, 12, 38-60. [in Portuguese].

19. Freud, S. (2011a). O mal-estar na civilização (1930). *Obras completas*, 18, 9-286. [in Portuguese].
20. Freud, S. (2011b). O problema econômico do masoquismo (1924). *Obras completas*, 16, 184-202. [in Portuguese].
21. Fromm, E. (1970). *Psicanálise da sociedade contemporânea*. Rio de Janeiro: Zahar Editores. [https://lotuspsicanalise.com.br/biblioteca/Analise\\_do\\_Homem\\_Erich\\_Fromm.pdf](https://lotuspsicanalise.com.br/biblioteca/Analise_do_Homem_Erich_Fromm.pdf) [in Portuguese].
22. Kernberg O. F. (1995). *Agressão nos transtornos de personalidade e nas perversões*. Porto Alegre: Artes Médicas. [in Portuguese].
23. Klein, M.(1996). *Amor, culpa e reparação e outros trabalhos (1921–1945)*. Rio de Janeiro: Imago. [in Portuguese].
24. Mahler, M.S. (1967). On Human Symbiosis and the Vicissitudes of Individuation. *Journal of the American Psychoanalytic Association*. 15(4), 740-763. <https://doi.org/10.1177/000306516701500401>
25. Martin-Baró, I. (2017). O latino indolente: Caráter ideológico do fatalismo latino-americano. *Crítica e libertação na Psicologia*. Petrópolis: Vozes. 173-203. <https://www.scribd.com/document/436114568/Martin-Baro-2017-O-latino-indolente-carater-ideologico-do-fatalismo-latino-americano-pdf> [in Portuguese].
26. Prado, J.C. (2011). *Formação do Brasil contemporâneo*. São Paulo : Colônia Cia das Letras. <https://www.companhiadasletras.com.br/trechos/13152.pdf> [in Portuguese].
27. Ribeiro, D. (2006). *O povo brasileiro: A formação e o sentido do Brasil*. São Paulo: Cia das Letras. <http://www.afoiceeomartelo.com.br/posfsa/autores/Ribeiro,%20Darcy/Darcy%20Ribeiro%20-%20O%20POVO%20BRASILEIRO.pdf> [in Portuguese].
28. Segal, H. (1983). Notas a respeito da formação dos símbolos. *A Obra de Hanna Segal: uma abordagem Kleiniana à prática clínica*. Rio de Janeiro: Imago. 77-98. [in Portuguese].
29. Silva, J.A. (2019). *O direito à participação de crianças e adolescentes na garantia de direitos*. 163f. Dissertação (Mestrado em Educação). Pontifícia Universidade Católica do Paraná, Curitiba. [in Portuguese].
30. Silva, J.A. (2024). *O direito à participação de crianças e adolescentes: política, pedagogia e prática da educação emancipatória*. 217f. Dissertação (Doutora em Educação). Pontifícia Universidade Católica do Paraná, Curitiba. [in Portuguese].
31. UNICEF. História dos direitos da criança (2019). <https://www.unicef.org/brazil/historia-dos-direitos-da-crianca>. [in Portuguese].
32. Veloso, T.Q. (2023). *O direito à identidade no contexto da pobreza infantil: desafios sobre o direito à educação e à saúde*. 167f. Dissertação (Doutora em Educação). Pontifícia Universidade Católica do Paraná, Curitiba. [in Portuguese].
33. *Violência e psicanálise: atualizações intersaberes*. (2021). São Paulo : São Paulo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo. <https://www.livrosabertos.sibi.usp.br/portaldelivrosUSP/catalog/download/721/640/2378?inline=1> [in Portuguese].
34. *Violências nas escolas: perspectivas históricas e políticas* (2011). Ijuí : Editora Unijui. [in Portuguese].
35. Virna, Zh.P. (2023). Nasyllia dytyny: psykhoanaliz, psykhoterapiia mentalizatsii ta dosvid alternatyvnykh posluh u Brazyl'ii [Child abuse: psychoanalysis, mentalisation psychotherapy and the experience of alternative services in Brazil]. *Naukovyi visnyk KhDU Seriiia Psykholohichni*

*nauky – Scientific Bulletin of Kherson State University; series 'Psychological Sciences, 3, 55-63; <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2023-3-7> [in Ukrainian].*

**36.** Winnicott, D.W. (2000). Memórias do nascimento, trauma do nascimento e ansiedade. *Da pediatria à psicanálise: obras escolhidas*. Rio de Janeiro: Imago. 254-276. [http://donaldwoods.pbworks.com/w/file/fetch/99445251/1958f\\_Mem%C3%B3rias%20de%20nascimento,%20trauma%20de%20nascimento%20e%20ansiedade.pdf](http://donaldwoods.pbworks.com/w/file/fetch/99445251/1958f_Mem%C3%B3rias%20de%20nascimento,%20trauma%20de%20nascimento%20e%20ansiedade.pdf) [in Portuguese].

**37.** Zayachkivska, N. (2015). Mizhkulturna osvita yak vyklyk dlia suchasnoi osvity Ukrainy [Intercultural education as a challenge for modern education in Ukraine]. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie*. T. XVII. 293-305. <http://dx.doi.org/10.16926/rpu.2015.17.21> [in Ukrainian].

Received: 08.05.2024

Accepted: 25.05.2024

## САМОСПІВЧУТТЯ І ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ СТРЕСОВИЙ РОЗЛАД У МІЛІТАРНОМУ ДОСВІДІ ВЕТЕРАНІВ

**Гошовська Дарія**

Волинський національний університет імені Лесі Українки,  
м. Луцьк, Україна

[Hoshovska.Darija@vnu.edu.ua](mailto:Hoshovska.Darija@vnu.edu.ua)

ORCID : <http://orcid.org/0000-0003-2675-8015>

**Гошовський Ярослав**

Волинський національний університет імені Лесі Українки,  
м. Луцьк, Україна

[Hoshovskyj.Jaroslav@vnu.edu.ua](mailto:Hoshovskyj.Jaroslav@vnu.edu.ua)

ORCID : <https://orcid.org/0000-0003-1026-386X>

**Мета.** У статті здійснено аналітичний огляд проблеми самоспівчуття та психологічних особливостей стресового розладу у військових, які мають мілітарний життєвий досвід.

**Методи.** Для забезпечення реалізації мети дослідження ми залучили методи науково-теоретичного вивчення: аналіз, синтез, узагальнення, абстрагування, завдяки чому вдалося з'ясувати змістове та функціональне призначення і поєднання аналізованих феноменів.

**Результати.** Теоретичний аналіз тематичної науково-психологічної літератури з проблем самоспівчуття та посттравматичного стресового розладу дав підстави стверджувати існування між ними тісних кореляцій. Самоспівчуття як один з базових конструктів самоусвідомлення комбатантів-ветеранів, які зазнають негативного впливу симптомів посттравматичного стресу, разом з іншими психотехніками самопідтримки відіграє зазвичай позитивну психозахисну, реабілітаційну і загалом ревіталізаційну та життєстверджувальну функцію.

**Висновки.** Самоспівчуття виражає прагнення людини досягнути психологічного благополуччя та разом із самооцінкою, самоприйняттям, самосхваленням, самоствердженням тощо засвідчує сформованість важливого механізму для цілісного самоусвідомлення людини. Співчуття до себе дозволяє знизити почуття провини, що пов'язане з травмогенним досвідом минулого, дає змогу протистояти втомі та вигоранню, забезпечує переживання суб'єктивного щастя, слугує запорукою підтримання психічного здоров'я військових ветеранів. Загалом, співчуття до себе може релаксаційно впливати на



гармонізацію розладнаної афективності людини з мілітарним досвідом та суттєво оптимізувати відновлення після травмогенного впливу і наслідків посттравматичного стресового розладу.

**Ключові слова:** ветерани, мілітарний досвід, самосвідомість, самоспівчуття, самоприйняття, посттравматичний стресовий розлад.

**Daria Hoshovska, Yaroslav Hoshovskiy. Self-compassion and post-traumatic stress disorder in the military experience of veterans.**

**Purpose.** The article provides an analytical review of the problem of self-compassion and psychological features of stress disorder in military personnel who have military life experience.

**Methods.** To ensure the realization of the research goal, we involved the methods of scientific and theoretical study: analysis, synthesis, generalization, abstraction, thanks to which it was possible to find out the meaningful and functional purpose and combination of the analyzed phenomena.

**Results.** The theoretical analysis of the thematic scientific and psychological literature on the problems of self-compassion and post-traumatic stress disorder gave reasons to assert the existence of close correlations between them. Self-compassion as one of the basic constructs of self-awareness of veteran combatants who are negatively affected by post-traumatic stress symptoms, together with other psychotechniques of self-support, usually plays a positive psychoprotective, rehabilitative and generally revitalizing and life-affirming function.

**Conclusions.** Self-compassion expresses a person's desire to achieve psychological well-being and, together with self-esteem, self-acceptance, self-approval, self-affirmation, etc., attests to the formation of an important mechanism for holistic self-awareness of a person. Self-compassion allows you to reduce the feeling of guilt associated with the traumatic experience of the past, makes it possible to resist fatigue and burnout, provides the experience of subjective happiness, and serves as a guarantee of maintaining the mental health of military veterans. In general, self-compassion can have a relaxing effect on harmonizing the disturbed affectivity of a person with military experience and significantly optimize recovery after traumatic exposure and the consequences of post-traumatic stress disorder.

**Key words:** veterans, military experience, self-awareness, self-compassion, self-acceptance, post-traumatic stress disorder.

**Вступ.** У травмогенно-конфліктному самоусвідомленні багатьох ветеранів, які пережили жахіття кривавих воєнних подій, неспівмірно трагічну втрату побратимів і близьких людей, власні контузії та поранення, негативний вплив екстремальних загроз (оточення, полон, зрада, смерть тощо), серед різноманітних конструктів самоусвідомлення знаходиться місце для самоспівчуття. Участь у війні через глобальний геополітичний переділ світу, статус захисника

Вітчизни від окупантів, ціла низка інших екзистенційних подій і загроз досить часто зводяться у військовій людини, особливо ветерана, до індивідуального самоосмислення у приватно-інтимному вимірі співчуття до себе. Зберегти власне життя, не втратити і/або віднайти своє Я, усвідомити/переусвідомити його цінність, позбавитися від моральних травм або психофізичного болю від ран, змиритися з ампутацією та постаратись уникнути фантомних больових відчуттів постають, на жаль, досить типовими для комбатантів-ветеранів проблемами і завданнями.

У ракурсі нашої дослідницької уваги – аналітичне вивчення самоспівчуття і симптомів посттравматичного стресу у мілітарному досвіді ветеранів війни. Співмірність одного з базових психозахисних і життєстверджувальних механізмів самоусвідомлення (самоспівчуття) та одного з найтипівіших негативних наслідків впливу на психіку військового (посттравматичний стрес) видається актуальним завданням для сучасної психологічної науки і практики. Доцільність подібних студій важлива насамперед для встановлення базових теоретичних концептуальних підходів щодо окресленої проблематики й розробки інтенсивних ревіталізаційних психотехнік для надання допомоги комбатантам-ветеранам.

**Мета статті** – здійснити теоретичний огляд основних науково-психологічних підходів до проблеми впливу самоспівчуття на зниження/нейтралізацію у ветеранів симптомів посттравматичного стресу, зокрема в контексті їхнього психофізичного здоров'я.

**Методи та процедура дослідження.** Реалізація мети дослідження відбувалася завдяки залученню методів науково-теоретичного вивчення, насамперед аналізу, синтезу, узагальнення, що дало змогу виокремити найістотніші індикатори самоспівчуття і посттравматичного стресу у мілітарному досвіді ветеранів.

**Обговорення результатів.** Здійснений нами аналітичний екскурс у тематичне річище досліджуваної проблеми засвідчив наявність досить розлогого дослідницького поля. Сучасна психологічна наука на зламі тисячоліть та в умовах гібридних і реальних воєн, зокрема за територіальну цілісність і незалежність Української держави, означена широким колом досліджень щодо психофізичного здоров'я та самоусвідомлення ветеранів.

Н. Коструба, висвітлюючи проблему психічного здоров'я військовослужбовців, акцентує необхідність науково-психологічного

вивчення найістотніших ризиків щодо втрати ними ментального благополуччя, зокрема внаслідок негативного впливу симптомів посттравматичного стресового розладу. На підставі розлогого теоретичного огляду наукових підходів до окресленої проблематики дослідницею виокремлено ключові ризики для психічного здоров'я військових, насамперед посттравматичний стресовий розлад, дисфункції життєдіяльності внаслідок надмірної тривожності й депресивності, негативний психогенний вплив почуття провини і моральних травм через мілітарний досвід минулого, суїцидальні тенденції тощо (Коструба, 2023).

А. Маслюк і Д. Оржешко розкривають психологічну специфіку мілітарного самоприйняття курсантів військових академій і зазначають, що як один із базових компонентів самосвідомості воно узгоджується в контекстуальному тлі із саморегуляцією, саморозвитком, самореалізацією та іншими аспектами особистісної самості у військовій справі. Мілітарне самоприйняття, проявляючись насамперед у позитивному самостваленні людини, яка обрала своїм фахом військову діяльність, усталюється на рівні усвідомлення та набуття мілітарної суб'єктності (Маслюк, Оржешко, 2023). Очевидно, що між мілітарним самоприйняттям і самоспівчуттям існують логічні паралелі, адже, щоб прийняти себе, потрібно активізувати й «апробувати» всі компоненти власного самоосмислення і самоусвідомлення.

В. Мушкевич, аналізуючи специфіку фрустрації як детермінанти психоемоційного вигорання юнаків – учасників бойових дій, детально висвітлює змістове наповнення психологічних ресурсів їхнього супроводу. Самонавіювання, самоспівчуття, самопідсилення розглядаються у контексті зняття болісних переживань психотравмуючих обставин, зниження відчуття загнаності в кут, протистояння емоційно-моральній дезорієнтації, протидії психосоматичним і психовегетативним порушенням тощо (Мушкевич, 2023).

М. Steen, L. Di Lemma, A. Finnegan, D. Wepa, S. McGhee здійснили розлогий огляд наукових джерел з метою виявлення та узагальнення досліджень про докази щодо співчуття до себе як чинника захисту від негативних наслідків для здоров'я серед військових ветеранів (Steen et al., 2021).

Здебільшого самоспівчуття доцільно трактувати як пильну і концентровану увагу до власних проблем, негараздів і страждань, що збалансовано корелює із загальним самоусвідомленням. Вважається, що самоспівчуття є підтримувально корисним для усталення та гармонізації певних психологічних процесів, пов'язаних насамперед із доланням та стабілізацією негативних наслідків посттравматичного стресового розладу, включаючи психологічні особливості сорому, уникнення досвіду й регуляцію афекту (Johnson & O'Brien, 2013).

S. Forkus, J. Breines, N. Weiss розкривають специфіку морально шкідливого досвіду і психічного здоров'я та відзначають модераторську роль самоспівчуття (Forkus, Breines & Weiss, 2019).

D. Kearney, C. Malte, C. McManus, M. Martinez, B. Felleman, T. Simpson вважають, що самоспівчуття співмірне з люблячою добротою, які потрібно застосовувати упродовж медитації при посттравматичному стресовому розладі (Kearney et al., 2013).

M. Zeller, K. Yuval, Y. Nitzan-Assayag, A. Bernstein в лонгітюдному дослідженні молоді з групи ризику відзначають, що самоспівчуття є важливим механізмом під час відновлення після потенційно травматичного стресу (Zeller et al., 2015).

У дослідженні Kristin Neff здійснено цікаву альтернативну концептуалізацію здорового ставлення до себе та власної ідентичності крізь призму базового поняття «самоспівчуття». Авторкою детально і різнобічно проаналізовано конструкт самоспівчуття як фундаментальний компонент самосвідомості людини. Самоспівчуття розглядається на рівні трьох визначальних складових : 1) доброзичливість – висока сформованість доброти й емпатії, саморозуміння і самоствавлення щодо себе, насамперед у ситуаціях болю, розпачу, невдач та інших психофізичних і соціальних негараздів, а також низький прояв надмірно різких самокритики, самокартання, самодлубання, гіпертрофованого самоаналізу тощо; 2) звичайна людяність – рецепція власного життєвого досвіду як деякої спільної єдності з людськими переживаннями, а не трактування їх у песимістичному ключі як відмежування, покару та ізоляцію; 3) уважність – певне блокування та утримання хворобливо-депресивних почуттів, думок і налаштувань на рівні збалансованого усвідомлення напроти вагу надмірному й непродуктивному ототожненню з ними. На думку дослідниці, самоспівчуття постає насамперед емоційно позитивним ставленням, основним завданням

якого є захист від негативно деструктивних впливів і наслідків самоізоляції, внутрішньої робінзонади, самоосуду, депресивно-аутистичних інтенцій тощо. Водночас адекватне самоспівчуття постає деякою «протиотрутою» щодо тенденцій людини до егоцентризму, самозакоханості, нарцисизму, а також істотно співвідноситься з адекватною самооцінкою. Детально висвітлено низку найважливіших логічних конструкцій цього складного феномена, розкрито сутність потенційних групових відмінностей у самоспівчутті (Neff, 2003).

В іншому дослідженні К. Neff розкрита роль співчуття до себе як вироблення здоровішого способу самоствавлення. Зазначено, що попри загальне визнання позитивності високої самооцінки, оскільки це асоціюється з успіхом, меншою тривожністю, фрустрованістю, депресивністю, а отже й більшим задоволенням собою, відчуттям щастя тощо, все ж варто враховувати також її так звані «темні сторони». Намагання створити «покоління Я» часто зумовлює підвищену частотність появи високого рівня нарцисизму, внаслідок чого більшість молодих людей вважає себе кращими, популярнішими, успішнішими, красивішими, мудрішими за інших однолітків. Феномен самоспівчуття розглядається авторкою як інший спосіб позитивного ставлення до себе, який не передбачає підвищеної самооцінки або соціальних порівнянь з іншими людьми. Дослідниця, базуючись на працях учених-буддистів, пропонує трикомпонентне визначення співчуття людини до себе, зокрема виокремлює : доброзичливість проти самоосуду, почуття загальної людяності проти ізоляції та уважність проти надмірної ідентифікації (Neff, 2003; Neff, 2009).

К. Bluth & К. Neff відзначають, що нові межі в розумінні переваг співчуття до себе доцільно віднаходити якраз у системній єдності особистісного Я та власної ідентичності. Стверджується, що самоспівчуття має розімкнуте поле дослідницьких ракурсів, зокрема воно пов'язане зі зниженням психопатології та позитивним самопочуттям дорослих і дітей, а також виступає важливим джерелом сили та стійкості для протидії хронічним проблемам зі здоров'ям, віктимізації дітей однолітками, життєвим стресам, наприклад, розлучення, підмогою у складних ситуаціях виховання дитини з аутизмом, рецепції власного тіла через невпорядковане харчування тощо. Констатовано тісний зв'язок між особливостями співчуття до

себе та психологічним благополуччям людини, водночас виокремлено застереження від необхідності регулювати співмірність підвищеного співчуття та зниженого безжалісного самореагування. Дослідниці пропонують розглядати феноменологію самоспівчуття у широкому контекстуальному врахуванні різних ракурсів, зокрема психопатології, позитивного психологічного здоров'я, емоційного інтелекту, а також акцентують необхідність врахування таких векторів, як сформованість образу тіла, вибудованість Я-концепції, узгодженість системи мотивів, специфіка міжособистісного комунікативно-перцептивного простору взаємин, індивідуальні особливості симпатичної нервової системи, здатність до відновлення після стресу. Узагальнено, що найважливішим для самоспівчуття є скоординованість співчутливості і зниженість неспівчутливих самореакцій (Bluth & Neff, 2018).

К. Dahm, E. Meyer, K. Neff, N. Kimbrel, S. Gulliver, S. Morissette детально аналізують особливості уважної усвідомленості, співчуття до себе, симптоми посттравматичного стресового розладу та функціональні порушення у ветеранів війни США в Іраку та Афганістані (Dahm et al., 2015).

М. Kelley, A. Bravo, R. Davies, H. Hamrick, C. Vinci, J. Redman на ускладненій вибірці (189 поранених ветеранів бойових дій, серед яких 176 повідомили про інвалідність, спричинену службою у війську) встановили, що такі потенційні ризики як надмірна ідентифікація та самоосуд можуть посилити вразливість ветеранів до проявів суїцидальності, внаслідок переживання ними моральної травми. Натомість такі захисні механізми як самоспівчуття, доброта до себе, уважність, гуманність та соціальна поєднаність можуть пом'якшити зв'язок між моральною травмою та суїцидальністю (Kelley et al., 2019).

Е. Johnson & К. О'Brien вважають, що самоспівчуття заспокоює в людині дуже напружену і складну систему Его-загроз і здійснює вплив на негативні афекти, сором, роздуми та депресивні симптоми. Дослідженням встановлено дуже істотний негативний зв'язок між самоспівчуттям і помітними симптомами депресії. Цікаво, що разом із роздумуванням та самооцінкою важливим посередником виявився сором. Констатовано, що якраз самоспівчуття сприяє заспокійливій, «гіпоегоїчній» реакції на сприймання та інтерпретацію негативних результатів, унаслідок чого істотно спадає активація системи різних

загроз і зменшуються депресивні симптоми (Johnson & O'Brien, 2013).

W. Ellison, M. Lupo, A. Adickes & M. Mirpour досліджують наявність взаємозв'язку між поведінкою здоров'я та ясністю самоуявлення. У парадигмі «Я – ідентичність» дослідники відзначають, що попри очевидність поєднання поведінки, пов'язаної зі здоров'ям, наприклад фізична активність, сон, усвідомлена релаксація тощо, з успішністю самоуявлення та рівнем самооцінки змістово-функціональні тонкощі між ними вивчені ще дуже недостатньо. Авторами дослідження було емпірично констатовано досвід ясності самоуявлення та самооцінювання, які повсякденно модеруються загальними звичками й особистісними рисами. Тривалість сну, суб'єктивна сонливість/настороженість тісно пов'язані з якістю та ясністю самооцінки і проявляються як у самоставленні, так і на рівні взаємин з іншими людьми. Усвідомлена розслаблювальна поведінка, фізична активність, на думку авторів, майже не стосувались ясності самоуявлення, натомість сон виявився особливо важливим для поточної суб'єктивної самооцінки (Ellison et al., 2023). Такі результати підтверджують наші положення про негативний вплив тривалої депривації сну на життєдіяльність і ревіталізацію людини, особливо ж коли йдеться про учасників бойових дій, які через об'єктивні й екзистенційно загрозливі обставини (перебування на чатах, в окопах, на нічному бойовому завданні тощо) хронічно недосипають. Мілітарний досвід комбатантів, наслідки участі у реальних воєнних діях, фізичний біль від травм і поранень, результати гострого бойового стресу, втрата здорового сну та ціла низка інших амортизаційних чинників зумовлюють фрустраційні розлади саморегуляції, дисфункції самооцінювання, самоспівчуття і самоприйняття (Гошовська, Гошовський, 2023; Гошовський, 2023).

Безперечно, особливо складно відбуваються процеси самоусвідомлення, самоспівчуття, самоемпатії в людей, які мають досвід участі в бойових діях, оскільки через екзистенційно загрозливий характер минулих подій, різновидову депривацію тощо може виникати фрагментарна і мозаїчна когнітивно-емоційна картина світу, в якій ускладнювальний вплив мають якраз травмо- і стресогенні чинники і спогади (Гошовська, Гошовський, 2023).

A. E. Ramon, K. Possemato & D. Bergen-Cico відзначають існування тісного взаємозв'язку у ветеранів – учасників бойових дій між роздумуванням і співчуттям до себе та симптомами посттравматичного стресу. Попри загально визнану констатацію існуючого зв'язку між базовими симптомами роздумів, самоспівчуття і посттравматичного стресового розладу все ж недостатньо науково-дослідницької уваги було зосереджено на клінічних популяціях. Науковці у перехресному дослідженні встановили унікальний вплив самоспівчуття на посттравматичний стресовий розлад поза впливом ефекту румінації. Також перевірі було піддане припущення про те, чи румінація як настирливий і нав'язливий тип мислення, внаслідок чого в людини перманентно і спорадично постають одні й ті ж думки, спогади (причому зазвичай негативні, травмогенні, депресивні), які витісняють іншу психічну діяльність, опосередковує вплив самоспівчуття на ПТСР. Результати дослідження засвідчили, що схильність до самозанурення в роздуми може спричинити надто різку та безжалісну реакцію на самого себе, внаслідок чого можуть виникнути перешкоди для ревіталізаційного відновлення після травми. Дослідники на вибірці (n=52) військових ветеранів США встановили, що самоспівчуття відіграє істотну пояснювальну цінність до посттравматичного стресового розладу після врахування роздумів. Однак констатовано високу ймовірність того, що роздуми про поведінку, про яку людина жалкує, можуть зумовлювати безжалісну реакцію, яка потім лише сприяє посиленню ПТСР (Ramon, Possemato & Bergen-Cico, 2022).

D. Reed II, E. Lehinger, B. Cobos, R. Williams, C. McGearу & D. McGearу дослідили дуже складну проблему – посередницьку роль симптомів посттравматичного стресового розладу в усвідомленні болю серед ветеранів із хронічним болем. Дослідники акцентували увагу на вивченні того, чи можуть зміни у посттравматичному стресовому розладі потенційно відігравати механічну роль у покращенні сприйняття болю. Відзначаючи, що симптоми посттравматичного стресового розладу дуже розповсюджені серед ветеранів із хронічним болем, автори дослідження пропонують створити таке реабілітаційне докілья й умови, щоб депресивний вплив, симптоми, характерні для ПТСР, увага до тіла та розуму були враховані у контексті зниження/нейтралізації м'язово-скелетного болю й депресії та/або симптомів ПТСР. На підставі результатів



проведеного рандомізованого контрольованого дослідження, націленого на встановлення особливостей переживань інвалідності, пов'язаної з болем, у ветеранів із різницею між тяжкістю болю та його сприйняттям, вдалося встановити певні закономірності. Зокрема, після контролю за депресією у досліджуваних посередництвом, що включало катастрофізацію болю, залишалося значним, тоді як посередництвом для прийняття болю – ні. Також перехресний аналіз посередництва засвідчив, що симптоми посттравматичного стресового розладу опосередковують зв'язок між тяжкістю болю та катастрофічним болем, а також самим лікуванням (Reed II et al., 2024).

D. Bergen-Cico, Y. Smith, K. Wolford, C. Gooley, K. Hannon, R. Woodruff, M. Spicer, B. Gump крізь призму врахування зоотерапевтичного підходу відзначають результативність доготерапії (каністерапії) в наданні комплексної допомоги комбатантам. Дослідниками констатовано, що і володіння терапевтичною собакою, і процес дресирування істотно зменшують негативний вплив симптомів посттравматичного стресу. Суттєво підвищується у ветеранів також самоспівчуття та інші позитивні афективні психостани. Всі досліджувані ветерани, які брали участь у програмі власників-тренерів Dogs2Vets, відзначили істотне зменшення симптомів посттравматичного стресу, зниження негативного впливу уявного стресу, скорочення відчуттів ізоляції та самоосуду, що натомість супроводжувалося помітним зростанням співчуття до себе. Узагальнюючи, автори дослідження стверджують, що ветерани отримують значну користь від володіння терапевтичними собаками, зокрема в тісному поєднанні зі структурованою програмою дресирування собак, для зниження/зняття симптомів посттравматичного стресу та покращення особистісного самоспівчуття (Bergen-Cico et al., 2018).

R. Johnson з дослідницькою групою розкривають потужний позитивний вплив терапевтичної верхової їзди на посттравматичний стресовий розлад у військових ветеранів. Оскільки значна кількість ветеранів-комбатантів переживає амортизаційні наслідки посттравматичного стресу і/або черепно-мозкової травми, то виникає нагальна необхідність застосування ефективної підтримувальної програми допомоги, що спроможна знизити їхній руйнівний вплив. Ветерани через переживання різновидової тривоги, травмогенних

спогадів можуть відчувати емоційне заціпеніння, психоемоційне вигорання, що ускладнює їхню цивільну життєдіяльність. Констатовано ефективність 6-тижневої терапевтичної програми верхової їзди (THR) для зменшення симптомів посттравматичного стресового розладу та підвищення самоефективності подолання його несприятливого впливу, а також для оптимізації результативного регулювання власних емоцій, додання соціально-афективної самотності тощо (Johnson et al., 2018).

P. Craig, D. Alger, J. Bennett, & T. Martin відзначають сприятливий вплив риболовлі для ветеранів і військовослужбовців з посттравматичним стресовим розладом (Craig et al., 2020).

S. Gaudet, K. Sowers, W. Nugent, & J. Boriskin здійснили детальний огляд співмірності посттравматичного стресового розладу та сорому у військових ветеранів. Оскільки військовий досвід у комбатантів досить часто травмогенний, то можуть поставати різноманітні етичні дилеми, які завдають моральних випробувань або й шкоди. Здебільшого моральні збитки корелюють з невіршеними міжособистісними конфліктами і проблемами, підвищеною соціальною тривогою, різноплановою ізоляцією, загостреною депресією, суїцидальними намірами або й самогубством. Якраз сором як визначальна складова моральної шкоди першочергово посилює вплив травми на психостани комбатантів. Надмірна самокритика, часте самоспівчуття, етичне самокартання через сором, зумовлений пережитими травмами минулого й невдалою адаптацією до цивільного життя, виступають істотними перешкодами для повномірної життєдіяльності та ускладнюють реабілітацію наслідків посттравматичного синдрому й інших дискомфортних психостанів у ветеранів (Gaudet et al., 2016).

U. Klich розкриває особливості клінічного використання самоспівчуття в рамках біологічного зворотного зв'язку на основі усвідомленості в лікуванні ветеранів та їхніх сімей (Klich, 2016).

P. Held & G. Owens здійснили пілотне дослідження впливу 4-тижневого самостійного тренінгу самоспівчуття на почуття провини, що пов'язане з травмою. Вибірку склали 47 бездомних чоловіків-ветеранів, які проживали у тимчасових будинках та завдяки рандомізації були диференційовані на дві групи: «самоспівчуття» та «протидія стресові». Встановлено, що після фахових втручань члени обох груп повідомили про підвищений рівень співчуття до себе та

однакове зменшення почуття провини, пов'язаного з травмою. Дослідники зазначають, що самостійне навчання досліджуваних у формі робочих зошитів виявилось життєздатною та економічно ефективною формою надання допомоги незахищеним групам населення, зокрема бездомним ветеранам у тимчасовому житлі, яким може бракувати ресурсів або доступу до професіоналів чи парапрофесіоналів (Held & Owens, 2015).

**Висновки і перспективи досліджень.** Самоспівчуття тісно пов'язане з досягненням людиною психологічного благополуччя, а його високий рівень сформованості перебуває в очевидній залежності зі збільшенням почуття радості, задоволеності, оптимізму, щастя та інших життєстверджувальних тенденцій і мотивів. Адекватне самоспівчуття передбачає не надмірні докори за невдачі, образи й поразки, а стимулює аналітично визнавати власні помилки, змінювати травмогенний досвід та непродуктивні форми поведінки, ставити нові завдання і впевнено приймати нові виклики та випробування. Часто застосовуване самоспівчуття та співчуття до інших можуть призводити до певного вигорання і втоми від надмірної співчутливості. Співчуття до себе може відігравати своєрідну захисну функцію і забезпечувати як переживання суб'єктивного щастя, так і загальної задоволеності спроможністю протистояти негараздам і травмам у контексті підтримки власного психічного здоров'я.

Серед конструктів різнобічного самоусвідомлення ветеранів, які зазнають негативного впливу симптомів посттравматичного стресу й інших амотризаційних чинників та психостанів, важливе місце належить самоспівчуттю, яке разом з іншими психотехніками підтримки і допомоги відіграє зазвичай позитивну ревіталізаційну і життєстверджувальну функцію. Вважаємо, що співчуття до себе може суттєво й релаксаційно сприяти гармонізації розладнаної афективності людини з мілітарним досвідом, істотно полегшити відновлення внаслідок дії посттравматичного стресового розладу. Насамперед це відбувається завдяки внутрішньо спрямованим наративам щодо себе, які забезпечують позитивне тло для активації та адаптивної (у нашому розумінні – ревіталізаційної) обробки негативно забарлених спогадів про війну, конфлікт, травму, поразку та інші песимістично-депресивні модальності життєвого досвіду.

**Перспективи подальших досліджень** вбачаємо у розробці психотренінгового інструментарію, базованого на медіально-рефлексійних технологіях, зокрема з урахуванням феноменології самоспівчуття і самоприйняття, для оптимізації життєвих траєкторій комбатантів-ветеранів.

### Література

1. Гошовська, Д., Гошовський, Я. (2023). Сучасна мілітарна психологія : різновекторність досліджень. *Психологічні перспективи*, 42, 38–54. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-hos>
2. Гошовський Я. (2023). Проблеми мілітарного самоприйняття особистості в сучасних науково-психологічних дослідженнях. *Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві із циклу: Психологічні складові сталого розвитку суспільства: пошук психологічного обґрунтування на виклики сучасності : матеріали X Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (27 листопада - 02 грудня. 2023 р.) = Materials of X-th International Scientific and Practical Internet Conference (Nov 27 – Dec 02, 2023) / за заг. ред. Я. О. Гошовського, Т. І. Дучимінської, Ж. П. Вірної, Д. Т. Гошовської, О. Є. Іванашко/ Луцьк : ПП Іванюк В. П, 99–102. <https://www.inforum.in.ua/conferences/30/112/828>*
3. Коструба, Н. (2023). Психічне здоров'я військовослужбовців. *Психологічні перспективи*, 41, 120–132. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-kos>
4. Маслюк, А. і Оржешко, Д. (2023). Психологічні особливості мілітарного самоприйняття курсантів військових закладів. *Психологічні перспективи*. 42, 127–141 <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-mas>
5. Мушкевич, В.О. (2023). Фрустрація як чинник психоемоційного вигорання юнаків-учасників бойових дій. *Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії з психології*. Луцьк.
6. Bergen-Cico, D, Smith, Y, Wolford, K, Gooley, C, Hannon, K, Woodruff, R, Spicer, M, Gump, B. (2018). Ownership and Training Reduces Post-Traumatic Stress Symptoms and Increases Self-Compassion Among Veterans: Results of a Longitudinal Control Study. *J Altern Complement Med*, 12, 1166-1175. <https://doi.org/10.1089/acm.2018.0179>
7. Bluth, K. & Neff, K. D. (2018). New frontiers in understanding the benefits of self-compassion. *Self and Identity*, 17:6, 605-608, <https://doi.org/10.1080/15298868.2018.1508494>
8. Craig, P. J., Alger, D. M., Bennett, J. L., & Martin, T. P. (2020). The transformative nature of fly-fishing for veterans and military personnel with posttraumatic stress disorder. *Therapeutic Recreation Journal*, 54(2), 150–172. <https://doi.org/10.18666/TRJ-2020-V54-I2-9965>
9. Dahm, K.A., Meyer, E.C., Neff, K.D., Kimbrel, N.A., Gulliver, S.B., Morissette, S.B. (2015). Mindfulness, Self-Compassion, Posttraumatic Stress Disorder Symptoms, and Functional Disability in U.S. Iraq and Afghanistan War Veterans. *J Trauma Stress*, (5), 460-464. <https://doi.org/10.1002/jts.22045>
10. Ellison, W.D., Lupo, M.I., Adickes A. & Mirpour M. (2023). The relations between health behaviors and self-concept clarity: An experience-sampling study. *Self and Identity*, 22:7-8, 1093-1112. <https://doi.org/10.1080/15298868.2023.2287264>
11. Forkus, S. R., Breines, J. G., & Weiss, N. H. (2019). Morally injurious experiences and mental health: The moderating role of self-compassion. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(6), 630–638. <https://doi.org/10.1037/tra0000446>
12. Gaudet, C. M., Sowers, K. M., Nugent, W. R., & Boriskin, J. A. (2016). A review of PTSD and shame in military Veterans. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 26(1), 56–68. <https://doi.org/10.1080/10911359.2015.1059168>

13. Good, C.H., Brager, A.J., Capaldi, V.F., Mysliwies, V. (2020). Sleep in the United States Military. *Neuropsychopharmacology*, 45(1), 176–191. <https://doi.org/10.1038/s41386-019-0431-7>
14. Held, P., & Owens, G. P. (2015). Effects of self-compassion workbook training on trauma-related guilt in a sample of homeless Veterans: A pilot study. *Journal of Clinical Psychology*, 71(6), 513–526. <https://doi.org/10.1002/jclp.22170>
15. Johnson, E. A., & O'Brien, K. A. (2013). Self-compassion soothes the savage EGO-threat system: Effects on negative affect, shame, rumination, and depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(9), 939–963. <https://doi.org/10.1521/jscp2013.32.99.39>
16. Johnson, R.A., Albright, D.L., Marzolf, J.R. et al. (2018). Effects of therapeutic horseback riding on post-traumatic stress disorder in military veterans. *Mil Med.Res.*, 5(1):3. <https://doi.org/10.1186/s40779-018-0149-6>
17. Kearney, D. J., Malte, C. A., McManus, C., Martinez, M. E., Felleman, B., & Simpson, T. L. (2013). Loving-kindness meditation for posttraumatic stress disorder: A pilot study. *Journal of Traumatic Stress*, 26, 426–434. <http://dx.doi.org/10.1002/jts.21832>
18. Kelley, M. L., Bravo, A. J., Davies, R. L., Hamrick, H. C., Vinci, C. & Redman, J. C. (2019). Moral injury and suicidality among combat-wounded veterans: The moderating effects of social connectedness and self-compassion. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(6), 621–629. <https://doi.org/10.1037/tra0000447>
19. Klich, U. (2016). Clinical use of self-compassion within mindfulness-based biofeedback in the treatment of veterans and spouses: A case study. *Biofeedback*, 44(3), 138–144. <https://doi.org/10.5298/1081-5937-44.3.08>
20. Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2:2, 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
21. Neff, K.D. (2009). The Role of Self-Compassion in Development: A Healthier Way to Relate to Oneself. *Hum Dev. Jun*, 52(4), 211-214. <https://doi.org/10.1159/000215071>
22. Ramon, A.E., Possemato, K. & Bergen-Cico, D. (2022) Relationship of rumination and self-compassion to posttraumatic stress symptoms among Veterans, *Military Psychology*, 34:1, 121-128. <https://doi.org/10.1080/08995605.2021.1976040>
23. Reed II, D. E., Lehinger, E. A., Cobos, B., Williams, R. M., McGeary, C.A. & McGeary, D. D. (2024). The mediating role of posttraumatic stress disorder symptoms in pain cognitions among Veterans with chronic pain, *Military Psychology*, <https://doi.org/10.1080/08995605.2024.2309897>
24. Steen, M. P., Di Lemma, L., Finnegan, A., Wepa, D., & McGhee, S. (2021). Self-Compassion and Veteran's Health: A Scoping Review. *Journal of Veterans Studies*, 7(1), 86–130. <https://doi.org/10.21061/jvs.v7i1.219>
25. Zeller, M., Yuval, K., Nitzan-Assayag, Y., & Bernstein, A. (2015). Self-compassion in recovery following potentially traumatic stress: Longitudinal study of at-risk youth. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(4), 645–653. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9937-y>

## References

1. Hoshovska, D., Hoshovskyi, Ya. (2023). Suchasna militarna psykholohiia : riznovektornist doslidzhen [Modern military psychology: diversity of research]. *Psykhologichni perspektyvy – Psychological Prospects Journal*, 42, 38–54. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-hos> [in Ukrainian].
2. Hoshovskyi, Ya. (2023). Problemy militarnoho samopryiniattia osobystosti v suchasnykh naukovo-psykhologichnykh doslidzhenniakh [Problems of military self-acceptance of the individual in modern scientific and psychological research]. *Materials of Kh-th International Scientific and Practical Internet Conference (Nov 27 – Dec 02, 2023) / za zah. red. Ya. O. Hoshovskoho, T. I. Duchyminskoi, Zh. P. Virnoi, D. T. Hoshovskoi, O. Ye. Ivanashko*. Lutsk : PP Ivaniuk V. P., 99–102. <https://www.inforum.in.ua/conferences/30/112/828> [in Ukrainian].

3. Kostruba, N. (2023). Psykhichne zdorovia viiskovosluzhbovtiv [Mental health of military servicemen]. *Psykhologichni perspektyvy – Psychological Prospects Journal*, 41, 120–132. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-kos> [in Ukrainian].
4. Masliuk, A., Orzheshko, D. (2023). Psykhologichni osoblyvosti militarnoho samopryiniattia kursantiv viiskovykh zakladiv [Psychological peculiarities of military self-acceptance of cadets of military institutions]. *Psykhologichni perspektyvy – Psychological Prospects Journal*, 42, 127–141 <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-mas> [in Ukrainian].
5. Mushkevych V. O. (2023). Frustratsiia yak chynnyk psykhoemotsiinoho vyhorannia yunakiv-uchasnykiv boiovykh dii [Frustration as a factor in psycho-emotional burnout of young combatants]. *Candidate's thesis*. Lutsk: Lesya Ukrainka Volyn National University. [in Ukrainian].
6. Bergen-Cico, D, Smith, Y, Wolford, K, Gooley, C, Hannon, K, Woodruff, R, Spicer, M, Gump, B. (2018). Ownership and Training Reduces Post-Traumatic Stress Symptoms and Increases Self-Compassion Among Veterans: Results of a Longitudinal Control Study. *J Altern Complement Med*, 12, 1166-1175. <https://doi.org/10.1089/acm.2018.0179>
7. Bluth, K. & Neff, K. D. (2018). New frontiers in understanding the benefits of self-compassion. *Self and Identity*, 17:6, 605-608, <https://doi.org/10.1080/15298868.2018.1508494>
8. Craig, P. J., Alger, D. M., Bennett, J. L., & Martin, T. P. (2020). The transformative nature of fly-fishing for veterans and military personnel with posttraumatic stress disorder. *Therapeutic Recreation Journal*, 54(2), 150–172. <https://doi.org/10.18666/TRJ-2020-V54-I2-9965>
9. Dahm, K.A., Meyer, E.C., Neff, K.D., Kimbrel, N.A., Gulliver, S.B., Morissette, S.B. (2015). Mindfulness, Self-Compassion, Posttraumatic Stress Disorder Symptoms, and Functional Disability in U.S. Iraq and Afghanistan War Veterans. *J Trauma Stress*, (5), 460-464. <https://doi.org/10.1002/jts.22045>
10. Ellison, W.D., Lupo, M.I., Adickes A. & Mirpour M. (2023). The relations between health behaviors and self-concept clarity: An experience-sampling study. *Self and Identity*, 22:7-8, 1093-1112. <https://doi.org/10.1080/15298868.2023.2287264>
11. Forkus, S. R., Breines, J. G., & Weiss, N. H. (2019). Morally injurious experiences and mental health: The moderating role of self-compassion. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(6), 630–638. <https://doi.org/10.1037/tra0000446>
12. Gaudet, C. M., Sowers, K. M., Nugent, W. R., & Boriskin, J. A. (2016). A review of PTSD and shame in military Veterans. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 26(1), 56–68. <https://doi.org/10.1080/10911359.2015.1059168>
13. Good, C.H., Brager, A.J., Capaldi, V.F., Mysliwiec, V. (2020). Sleep in the United States Military. *Neuropsychopharmacology*, 45(1), 176–191. <https://doi.org/10.1038/s41386-019-0431-7>
14. Held, P., & Owens, G. P. (2015). Effects of self-compassion workbook training on trauma-related guilt in a sample of homeless Veterans: A pilot study. *Journal of Clinical Psychology*, 71(6), 513–526. <https://doi.org/10.1002/jclp.22170>
15. Johnson, E. A., & O'Brien, K. A. (2013). Self-compassion soothes the savage EGO-threat system: Effects on negative affect, shame, rumination, and depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(9), 939–963. <https://doi.org/10.1521/jscp.2013.32.99.39>
16. Johnson, R.A., Albright, D.L., Marzolf, J.R. et al. (2018). Effects of therapeutic horseback riding on post-traumatic stress disorder in military veterans. *Mil Med.Res.*, 5(1):3. <https://doi.org/10.1186/s40779-018-0149-6>
17. Kearney, D. J., Malte, C. A., McManus, C., Martinez, M. E., Felleman, B., & Simpson, T. L. (2013). Loving-kindness meditation for posttraumatic stress disorder: A pilot study. *Journal of Traumatic Stress*, 26, 426–434. <http://dx.doi.org/10.1002/jts.21832>
18. Kelley, M. L., Bravo, A. J., Davies, R. L., Hamrick, H. C., Vinci, C. & Redman, J. C. (2019). Moral injury and suicidality among combat-wounded veterans: The moderating effects of social connectedness and self-compassion. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(6), 621–629. <https://doi.org/10.1037/tra0000447>

19. Klich, U. (2016). Clinical use of self-compassion within mindfulness-based biofeedback in the treatment of veterans and spouses: A case study. *Biofeedback*, 44(3), 138–144. <https://doi.org/10.5298/1081-5937-44.3.08>
20. Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2:2, 85-101. <https://doi.org/10.1080/15298860309032>
21. Neff, K.D. (2009). The Role of Self-Compassion in Development: A Healthier Way to Relate to Oneself. *Hum Dev. Jun*, 52(4), 211-214. <https://doi.org/10.1159/000215071>
22. Ramon, A.E., Possemato, K. & Bergen-Cico, D. (2022) Relationship of rumination and self-compassion to posttraumatic stress symptoms among Veterans, *Military Psychology*, 34:1, 121-128. <https://doi.org/10.1080/08995605.2021.1976040>
23. Reed II, D. E., Lehinger, E. A., Cobos, B., Williams, R. M., McGeary, C.A. & McGeary, D. D. (2024). The mediating role of posttraumatic stress disorder symptoms in pain cognitions among Veterans with chronic pain, *Military Psychology*, <https://doi.org/10.1080/08995605.2024.2309897>
24. Steen, M. P., Di Lemma, L., Finnegan, A., Wepa, D., & McGhee, S. (2021). Self-Compassion and Veteran's Health: A Scoping Review. *Journal of Veterans Studies*, 7(1), 86–130. <https://doi.org/10.21061/jvs.v7i1.219>
25. Zeller, M., Yuval, K., Nitzan-Assayag, Y., & Bernstein, A. (2015). Self-compassion in recovery following potentially traumatic stress: Longitudinal study of at-risk youth. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 43(4), 645–653. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9937-y>

Received: 05.02.2024

Accepted: 03.03.2024

## **ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ УКРАЇНЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ: ПЕРВИННИЙ АНАЛІЗ ДАНИХ ОПИТУВАННЯ**

### **Дворник Марина**

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,  
Київ, Україна

[dvornyk.marina@gmail.com](mailto:dvornyk.marina@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1505-0169>

### **Лазоренко Борис**

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,  
Київ, Україна,

[bolaz@ukr.net](mailto:bolaz@ukr.net)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2113-0424>

### **Ларіна Тетяна**

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,  
Київ, Україна

[larinatetyna.olex@gmail.com](mailto:larinatetyna.olex@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8975-3348>

### **Громова Ганна**

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,  
Київ, Україна

[hromova@ispp.org.ua](mailto:hromova@ispp.org.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6547-339X>

### **Погорільська Наталія**

Київський національний університет імені Тараса Шевченка,  
Київ, Україна

[pogorilska\\_n@knu.ua](mailto:pogorilska_n@knu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5297-1624>

### **Савінов Володимир**

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,  
Київ, Україна

[mirsav@ukr.net](mailto:mirsav@ukr.net)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5830-2333>

### **Гундертайло Юлія**

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, Україна

[juligundertaylo@gmail.com](mailto:juligundertaylo@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6959-663X>



**Мета.** В умовах війни значущою щодо статусу здоров'я громадян стає їхня індивідуальна поведінка, адже базові умови здоров'я піддаються постійним атакам, а звичайний спосіб життя зазнає деструктивної дії різних травмівних чинників. З'ясування факторів, умов, тенденцій промоції здорового способу життя (ЗСЖ) у воєнних реаліях, потребує емпіричних досліджень. Метою статті є частотний аналіз даних опитування «Здоровий спосіб українців під час війни» для їх врахування у стратегіях промоції ЗСЖ.

**Методи.** Збір даних (кінець 2023 – початок 2024 р.) здійснювався методом опитування (стихийна та панельна онлайн-вибірки) за 7 блоками на базі Google Forms; до аналізу включено 6042 випадків.

**Результати.** 1) *Соціодемографічні характеристики вибірки:* за статтю переважають чоловіки (60%); середній вік – 38 років; освіта – повна вища (майже 50%) та варіації середньої (40%); професійна зайнятість – більшість у галузі цивільної безпеки (44,6%) та соціальних і поведінкових наук (17,9%); географія – переважно регіони в Україні, віддалені від фронту (57,6%) та прифронтові (20%); сімейний статус – більшість у сім'ях (62%), наодинці – 13,2%; дохід на місяць є переважно низьким (60%) та середнім (31,3%); час заповнення відносно масованих ракетних обстрілів України – більшістю доба без атак (77,5%). 2) *Особливості ЗСЖ:* провідні фактори збереження здоров'я – спосіб життя (99,8%) та соціальне оточення (95,5%); понад 50% опитаних дотримується ЗСЖ наразі; найбільші труднощі у дотриманні ЗСЖ – на етапі тривоги, у лютому-травні 2022 року (47,7%); під ЗСЖ майже 40% респондентів розуміють і відмову від шкідливих звичок, і дотримання існуючих корисних звичок, і формування нових, ще 28,3% – насамперед відмову від шкідливих звичок; провідні спонуки у дотриманні ЗСЖ – ознаки погіршення здоров'я (38,3%), слідування особистій меті (34,1%), усвідомлення руйнівного впливу хронічного стресу (31,4%); провідні бар'єри – нестача матеріальних ресурсів (46,9%), несприятливий емоційний стан (26%) та несприятливі навколишні умови (24,8%); найскладніше у дотриманні ЗСЖ – режим праці та відпочинку (35,1%), раціональне харчування (31,1%), фізична активність (21,5%). 3) *Провідні практики підтримання здоров'я:* побудова планів, постановка цілей (80,4%); дотримання звичного робочого режиму (77%); самостійний пошук інформації щодо подолання психологічних труднощів (68,8%); довірливе спілкуванням із найближчим оточенням (64,5%); увага до гігієни та зовнішнього вигляду (61,4%); перерахування коштів на волонтерські збори (57,9%); ознайомлення із новинами від найближчого оточення» (56%) та помірне звернення до експертних джерел (49,8%); перегляд фільмів / серіалів (53,3%) та прогулянки (43,3%); молитва (37,4%); обізнаність про плейбек-театр (19,6%). 4) *Цифровий добробут:* проявлено на середньому рівні, цифрова залученість в цілому сприяє позитивним комунікаціям та супроводжує слідування опитаних власній меті. 5) *Ставлення до невизначеності:* більш чутливими до умов невизначеності виявилися жінки, ті, хто мав досвід минулих невдач і хто потребує соціальної підтримки. 6) *Екзистенційні мотивації:* найбільш усвідомлені – вміння цінувати миті життя, поважати себе,

спрямовуватися у майбутнє, втім, характерними є також тривожність, стрес, виснаження. 7) *Досвід у зв'язку з повномасштабним вторгненням*: вимушене переселення (25%); психологічні (33,4%), людські (смерть, зниклі безвісті) (27,6%), майнові, фінансові (27%) втрати; правоохоронна діяльність (21,6%); зміни у життєвих пріоритетах (71,2%), усвідомлення спроможності самотужки впоратися з життєвими труднощами (58,5%).

**Висновки.** Результати потребують подальшої обробки та використовуватимуться для побудови стратегій промоції ЗСЖ у різних середовищах та для різних категорій населення.

**Ключові слова:** здоров'я; промоція здоров'я; здоровий спосіб життя; практики; усвідомлення; добробут; російсько-українська війна.

**Maryna Dvornyk, Borys Lazorenko, Tetiana Larina, Hanna Hromova, Nataliia Pohorilka, Volodymyr Savinov, Yuliia Hundertailo. Healthy lifestyle of Ukrainians during war: primary analysis of survey data.**

**Purpose.** In wartime, individual behavior significantly affects the health status of citizens, as the basic conditions of health are constantly under attack, and the usual way of life is under the destructive influence of various traumatic factors. Understanding the factors, conditions, and trends in promoting a healthy lifestyle (HLS) in wartime realities requires empirical research. The purpose of the article is to conduct a frequency analysis of the data from the survey “Healthy Lifestyle of Ukrainians during War” to incorporate them into the HLS promoting strategies.

**Methods.** Data collection (end of 2023—beginning of 2024) was conducted through surveys (random and panel online samples) containing seven blocks and using Google Forms; 6042 cases were included in the analysis.

**Results.** 1) Sociodemographic characteristics of the sample: men predominate (60%); average age – 38 years; education – mostly higher education (almost 50%) and variations of secondary (40%); professional occupation – most in the field of civil security (44,6%) and social and behavioral sciences (17,9%); geography – predominantly regions in Ukraine distant from the frontline (57,6%) and near-frontline areas (20%); family status – majority lives in families (62%), and alone – 13,2%; monthly income is predominantly low (60%) and average (31,3%); time of taking the survey due to massive missile attacks on Ukraine – mostly during attack-free days (77,5%). 2) Features of HLS: leading health preservation factors – lifestyle (99,8%) and social environment (95,5%); over 50% of respondents currently adhere to HLS; the greatest difficulties in maintaining HLS – during anxiety period, from February to May 2022 (47,7%); almost 40% of respondents understand HLS as both harmful habit cessation, existing beneficial habits adhering, and forming of new ones, while another 28,3% prioritize only harmful habits cessation; leading incentives for HLS adherence – signs of health deteriorating (38,3%), pursuit of personal goals (34,1%), awareness on the destructive impact of chronic stress (31,4%); leading barriers – lack of material resources (46,9%), unfavorable emotional state (26%), and adverse environmental conditions (24,8%); the most challenging aspects of HLS adherence – work-rest regimen (35,1%), rational

nutrition (31,1%), physical activity (21,5%). 3) Leading health maintenance (care) practices: making plans, setting goals (80,4%); adhering to a regular work schedule (77%); independent search for information on overcoming psychological difficulties (68,8%); trustful communication with close surroundings (64,5%); attention to hygiene and appearance (61,4%); contributing money to volunteer fundraising (57,9%); keeping informed of news from close circles (56%) and moderate use of expert sources (49,8%); watching movies /series (53,3%) and taking walks (43,3%); prayer (37,4%); awareness on playback theatre (19,6%). 4) Digital well-being: manifested at a moderate level, digital engagement overall fosters positive communication and accompanies respondents' pursuit of personal goals. 5) Attitudes toward uncertainty: women, those with experience of past failures, and those requiring social support are more sensitive to uncertain conditions. 6) Existential motivations: most realized ones – the ability to value moments of life, respect oneself, and orientation toward the future, yet anxiety, stress, and exhaustion are still the case. 7) Experience related to full-scale invasion: forced displacement (25%); psychological (33,4%), human (death, missing persons) (27,6%), material, financial (27%) losses; law enforcement activity (21,6%); changes in life priorities (71,2%), awareness on the ability to cope independently with life difficulties (58,5%).

**Conclusions.** The results require further processing and will be used to develop HLS promotion strategies in various settings and population categories.

**Keywords:** health; health promotion; healthy lifestyle; practices; awareness; well-being; the Russian-Ukrainian war.

**Вступ.** Під час війни основні передумови для здоров'я людини піддаються безперервним атакам і не можуть бути забезпеченими через переживання щоденної загрози як власній фізичній / психологічній цілісності, так і життю й добробуту близьких. Втім, окрім соціальних і матеріальних умов навколо особи, доступності якісного медичного обслуговування, важливу роль у визначенні статусу здоров'я відіграє саме індивідуальна поведінка. Добробут і здоров'я громадян усе більше визначаються повсякденним вибором, способом життя.

Проблема здорового способу життя (ЗСЖ) є міждисциплінарною та широко вивчається в іноземній та вітчизняній науці. Для Всесвітньої організації охорони здоров'я одним із ключових став термін Health Promotion (промоція здоров'я) як процес заохочення, просування, сприяння практикам покращення здоров'я громадян (World Health Organization, 2024). Зокрема, успішні кампанії щодо промоції здоров'я показують: поширеність знань про підтримання здоров'я дає стійкий ефект збільшення тривалості життя та скорочення смертності (Edelman, & Kudzma, 2021).

Під час війни здоровий спосіб життя ми визначаємо як свідоме відповідальне ставлення особистості до власного здоров'я, аби не допустити його погіршення або руйнування. Нами обґрунтовується також стратегічний підхід до промоції (збереження, відновлення і формування) ЗСЖ особистості, яка переживає війну – знаходиться під впливом гострого чи пролонгованого стресу, травми, кризи (Дворник, 2023). Зокрема, в реалізації стратегій промоції ЗСЖ нами обстоюється врахування таких аспектів: 1) особливості суб'єктів, 2) середовище (онлайн-офлайн) 3) мішені та прийоми (Дворник, 2024).

З огляду на суб'єктів промоції ЗСЖ в літературі з'ясовуються потреби ветеранів у сфері здоров'я та благополуччя (С. Oster, A. Morello, A. Venning, P. Redpath, Sh. Lawn), чинники, що загрожують формуванню ЗСЖ у військовослужбовців (J. Beard, F. Kamel); означаються проблеми ЗСЖ вимушених мігрантів (H. Meng, K. Sin, M. Pye, A. Chernenko J. Arsenijevic, W. Groot). Серед вітчизняних розробок можна спиратися на концепції формування здорового способу життя у молоді (Т. Андріученко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пеша, Н. Тілікіна).

Стосовно цифрового середовища промоції ЗСЖ згадуються практики диджиталізації (Закірова, 2023) та медіаграмотності (Джолос, 2023), вплив ютуберів на стиль життя (Mleczek, 2023, Łaska-Formejster, & Messyasz, 2020), штучного інтелекту (Biswas, 2023). Набувають популярності дослідження цифрового добробуту як оптимальної стратегії використання персональних гаджетів, зокрема для контролю бажаних показників ЗСЖ (С. Burr, M. Taddeo, L. Floridi; U. Stankov, V. Filimonau; F. Chambers, A. Jones, O. Murphy, R. Sandford).

Та найбільше літератури сконцентровано на мішенях та прийомах промоції ЗСЖ. Зокрема, вивчаються соціокультурні та ціннісно-сміслові параметри ЗСЖ (A. Filho, I. Lubek, M. Murray, A. Hyder, R. Morrow), можливості розповсюдження конструктивних способів підтримки психологічного здоров'я (Dudkowski-Sadowska, 2021; Гундерттайло, 2022; Franklin, & Mohammad, 2021); інструменти зміцнення психічного здоров'я та розвитку просоціальної поведінки окремих осіб та/або спільнот, зокрема, плейбек-театр (Gonzalez et al., 2024).

Увага науковців також прикута до поняття інтолерантності до

невизначеності, що може дестабілізувати психічний добробут (Satici et al., 2020), посилити негативні переконання та очікування від майбутнього (Batigun et al., 2021), емоційно виснажувати (di Monte et al., 2020), натомість заохочуються заходи для підвищення толерантності до невизначеності. А наукове і прикладне значення досліджень з майндфулнес-підходу підкреслює ефективність застосування технік концентрації, фокусування уваги на «тут і тепер» (Романчук, 2012), покращення у сприйнятті та визнання самого життя (Рибак, 2022).

Втім, в українських воєнних реаліях, що додають ускладнень на шляху до ЗСЖ через непередбачуваність та постійні атаки ворога на добробут як військовослужбовців, так і цивільного населення, актуальних емпіричних даних для вибудовування стратегій промоції ЗСЖ виявляється недостатньо.

Отже, метою статті є частотний аналіз даних опитування «Здоровий спосіб українців під час війни» для їх врахування у реалізації стратегій промоції ЗСЖ.

**Методи та процедура дослідження.** Збір даних опитування за допомогою Google Forms тривав з кінця вересня 2023 р. до середини січня 2024 р. та мав пілотний і основний етапи.

Для збору даних пілотного дослідження використано стихійну онлайн-вибірку. Завдяки цим результатам врегульовано порядок представлення питань. Пілотні випадки як потенційні носії варіативності також було включено до основного масиву даних. Основне дослідження – панельна вибірка, сформована за базами даних організацій.

Усього заповнено 6077 анкет. Утім, під час аналізу даних було виявлено 13 дубльованих та 22 бракованих випадки (з великою кількістю пропусків, неінформативні, неваріативні відповіді тощо). Після видалення цих 35-ти неякісних анкет до аналізу включено 6042 відповіді респондентів.

### **Обговорення результатів.**

Опитування містило 7 блоків, відповідно до даних яких здійснено частотний аналіз.

*Блок 1. Загальні дані.* Збиралися соціодемографічні дані (стать, вік, освіта, рід занять, поточне місце і стан проживання, рівень доходу), важливі для відстеження відповідності із показниками ЗСЖ. До уваги також взято момент заповнення опитування відносно

масованих ракетних обстрілів України.

У статевому розрізі серед респондентів переважають чоловіки, складаючи 60% вибірки. Менше 1% опитаних вказують, що не визначають себе як чоловік чи жінка.

Відповідно до періодизації ООН, основну масу опитаних склали респонденти віком 25-44 р. (69,5%) та 45-64 р. (21,7%). Натомість опитаних у віці до 24 р. було 8,2%, а літніх осіб понад 65 р. – тільки 0,6%. Отже, середній вік респондентів склав 38 років.

Половина вибірки – люди з повною вищою освітою. Ще приблизно по 20% мають незакінчену вищу чи середню спеціальну, та повну середню освіту. Є представники із неповною середньою освітою (2,6%) та науковим ступенем (1,3%).

Абсолютна більшість опитаних (97%) на момент заповнення анкет є професійно зайнятими особами, інші – не вказують, тимчасово безробітні, навчаються чи перебувають на пенсії. Найбільша професійна представленість належить фахівцям з цивільної безпеки (44,6%) та соціальних і поведінкових наук (17,9%). Інші респонденти є представниками ручної та робітничо-технічної праці (8,4%), організаційної та управлінської роботи (7,5%), галузі інформаційних технологій та інженерії (4%), військової служби (2,6%), природничої галузі (кінологія, медицина, спорт, 2,2%), культури і мистецтва (0,6%).

Географія проживання вибірки охоплює Україну та зарубіжжя. Найбільша частина опитаних (57,6%) проживає в регіонах, віддалених від прифронтових зон, втім, які періодично можуть знаходитися під обстрілами. Зокрема, мешканців Києва та області – 7,8% у вибірці. Ще значна частка респондентів (понад 20%) мешкає у регіонах, наближених до лінії фронту. В умовній безпеці на заході України проживають – 11,5%, а за кордоном – 1,2% опитаних.

Найбільша кількість респондентів мають сім'ї, з них живуть у парах із дитиною або дітьми понад 40%, і суто в парі – майже 22% опитаних. Ще 10,1% живуть з батьками. 6,6% – тільки з дитиною або дітьми. Наодинці проживає 13,2% вибірки.

Свій дохід на місяць у порівнянні з середніми заробітними платами в Україні на 2023 рік оцінюють як тією чи іншою мірою як низький 60% вибірки. Середнім його вважають 31,3%. Найменшим є сегмент респондентів, які оцінюють свій місячний дохід як вищий за середній (7,3%) та високий (1,4%).

Оскільки Google Forms фіксує дату й час заповнення анкети, ми також відстежили час надсилання анкети за критерієм наявності масованих ракетних обстрілів України (МРОУ). Виявилось, що, хоча найбільша кількість респондентів заповнювали опитування у добу без МРОУ (77,5%), майже 20% вибірки надавали відповіді у добу з МРОУ, а ще 2,8% у сам момент атак, що може позначатися на результатах при подальшому аналізі даних.

*Блок 2. Здоровий спосіб життя* (для визначення особливостей суб'єктів та прийомів промоції ЗСЖ). Анкета, сконструйована на основі теоретичного аналізу для визначення респондентами ЗСЖ, його спонук та перешкод, динаміки дотримання впродовж повномасштабної війни.

Для з'ясування, наскільки здоровий спосіб життя взагалі є актуальним для українців, ми ставили питання *«На Вашу думку, які фактори наразі найбільше сприяють збереженню / відновленню Вашого здоров'я?»*. Згідно з ним, респонденти найчастіше вказували саме варіанти *«спосіб життя»* (99,8%) та *«соціальне оточення»* (95,5%). Зі значним відривом надалі обиралися такі фактори здоров'я, як *«спадковість»* (44,4%), *«якість медичних послуг»* (37,4%), *«доступність медичних послуг»* (31,3%), *«екологічна, епідемічна ситуація»* (29,4%). Тож можемо припустити, що майже стовідсотковий вибір факторів способу життя та соціального оточення для підтримання здоров'я може бути пов'язаним із процесами осмислення досвіду, пов'язаного із воєнними діями та супровідними ризиками, і надзвичайно актуалізує проблему ЗСЖ.

Натомість, із запитанням *«Чи вважаєте Ви, що наразі загалом дотримуєтеся здорового способу життя (як Ви його розумієте)?»* тією чи іншою мірою погодилися понад половина респондентів (54,2%). Не впевнені, чи дотримуються ЗСЖ майже чверть вибірки (24,3%). Радше не дотримуються ЗСЖ майже 15% респондентів, а зовсім не дотримуються – тільки 5,2% опитаних. Загалом, можемо вважати, що на даний момент війни значна частина наших співгромадян усе ж має схильність турбуватися про власне здоров'я завдяки відповідному способу життя.

Ми також цікавилися, на якому етапі повномасштабного вторгнення опитувані відчували найбільші труднощі у дотриманні ЗСЖ, враховуючи уявлення про етапи розгортання адаптаційного синдрому за Г. Сельє. Виявилось, що майже половина опитаних

(47,7%) відчувала найзначніші труднощі у лютому-травні 2022 року, умовно на етапі тривоги, коли повномасштабне вторгнення тільки розгорталося і життєві перспективи були гостро невизначеними. Поруч із цим, майже для чверті вибірки (23,7%) питання дотримання ЗСЖ протягом повномасштабної війни не поставало взагалі або не зазнавало жодних змін. На другому етапі – резистенції, що ми умовно визначили як період з червня 2022 року по лютий 2023 року (до річниці повномасштабної війни), коли ще тривали надії на швидке одержання перемоги над ворогом, стали відчувати труднощі з дотриманням ЗСЖ близько 8% респондентів. Трохи більше у загальній вибірці респондентів (13%), які відчували труднощі в дотриманні ЗСЖ на третьому етапі – виснаження, який ми означили з березня 2023 року до моменту заповнення опитування. Різні поєднання етапів переживання труднощів із ЗСЖ набирали не більше 2% відповідей. Отже, гострий етап тривоги найбільше сколихнув спосіб життя українців, і наразі відбувається повернення до попередніх патернів турботи про здоров'я чи формування нових.

Власне, на запитання *«На чому б Ви фокусувалися, турбуючись про здоровий спосіб життя в сучасних умовах?»* майже 40% респондентів відповіли, що одночасно фокусувалися б і на відмові від шкідливих звичок, і на дотриманні існуючих корисних звичок, і на формуванні нових. Найпопулярнішою ж окремою відповіддю була *«відмова від шкідливих звичок»* (28,3%). Формування нових звичок в якості ЗСЖ ставлять собі за мету уже менше – 17,3% опитаних. Ще 14,4% респондентів в якості ЗСЖ обирають дотримання існуючих корисних звичок. Отже, спостерігаємо, що в уявленнях респондентів панує водночас як певний максималізм щодо дотримання ЗСЖ, так і орієнтація на здійснення реальних зусиль, спрямованих на його формування, адже і відмова від шкідливих звичок, і формування нових корисних звичок цього справді потребують.

На запитання з множинним вибором *«Що спонукає Вас дотримуватися здорового способу життя?»* українці найчастіше давали відповіді *«ознаки погіршення здоров'я»* (38,3%), *«слідування особистій меті (напр., повноцінно жити)»* (34,1%), *«усвідомлення руйнівного впливу хронічного стресу»* (31,4%). Також 15% респондентів називали варіант *«ЗСЖ знайомих людей»*, а ще 11,9% – *«позитивний досвід подолання ускладнень зі здоров'ям завдяки ЗСЖ»*. А такі спонуки, як *«відповідна інформація у соцмережах / на*



телебаченні» та «індивідуальна / групова робота із фахівцем», виявилися важливими лише для 4,3% та 2,7% респондентів, відповідно. Отже, найбільш вагомі спонуки для дотримання ЗСЖ серед опитаних українців стосуються їхнього персонального досвіду щодо відчутних загроз здоров'ю, а також цілей у проектуванні бажаного життя.

Відповідно ж до запитання «Що заважає Вам дотримуватися здорового способу життя?» респонденти найчастіше вказували нестачу матеріальних ресурсів (напр., неможливість придбати необхідні засоби / послуги) (46,9%), несприятливий емоційний стан (напр., внаслідок надмірного стресу) (26%) та несприятливі навколишні умови (напр., небезпечний район проживання) (24,8%). Зі значним відривом надалі українці обирали такі бар'єри, як власні сталі психологічні особливості (напр., депресивність / тривожність) (12,2%) та непослідовність фахівців у сфері здоров'я (напр., неякісна діагностика) (11,5%). Інші бар'єри набирали не більше 5% відповідей. Отже, коли йдеться про те, що стає на заваді дотриманню ЗСЖ, респонденти називають як об'єктивні зовнішні фактори, так і навколопсихологічну проблематику.

Ми також запитували, які практики ЗСЖ є найскладнішими для дотримання. Так, респонденти найчастіше зосереджували увагу на проблемах режиму праці та відпочинку (35,1%), раціонального харчування (31,1%), фізичної активності (21,5%), відмови від тютюнопаління (16,8%), гігієни сну (15,4%). При цьому, майже чверть вибірки відповіли, що не мають труднощів (23,1%). Такий розподіл відповідей може свідчити водночас як про здатність населення стежити за власним ЗСЖ, так і про уникання визнання проблем з ним. Тож, на найчастіше вказувані труднощі із ЗСЖ українців має бути звернена відповідна увага фахівців.

*Блок 3. Практики підтримання здоров'я* (для визначення мішеней та прийомів промоції ЗСЖ). Анкета з опцією множинного вибору, розроблена на основі нарративного онлайн-дослідження Т. М. Титаренко (Tytarenko et. al., 2024). На основі спостережень та аналізу літератури зміст практик оновлено і запропоновано співвіднести із такими темами: 1) базові потреби; 2) спілкування; 3) робота; 4) волонтерство; 5) духовність; 6) інформація; 7) психологічна допомога; 8) саморозвиток; 9) рекреація.

У межах запропонованих базових практик здоров'я найбільш

значна частина українців (61,4%) приділяє увагу гігієні та зовнішньому вигляду, що може свідчити як про бажання «тримати обличчя» для соціальних взаємодій, так і про певне нехтування процесами внутрішніми. Натомість приділяють увагу харчуванню / водному балансу помітно менше опитаних – 37,5%, фізичній активності – 30,9% та сну – 27,7%. Приблизно по 20% вибірки обирають варіанти «намагаюся позбутися шкідливих звичок» (21,5%) та «приділяю увагу режиму дня» (20,4%). Необхідні медичні обстеження / дотримання необхідних схем лікування здійснюють тільки 15,5% респондентів, що ставить питання про необхідність системних заходів профілактики для зниження рівня хронічних захворювань та збереження людського капіталу держави.

Фаворитом у *практиках спілкування* для підтримання здоров'я є довірливе спілкуванням із найближчим оточенням – цей варіант обрали майже дві третини опитаних (64,5%). Також поширеними є практики обмеження реального чи віртуального спілкування з неприємними респондентам людьми (27,1%), турбота про тих, хто опиняється поруч (24,5%), та проактивна практика організації зустрічей з приємними для опитаних людьми (23,6%). Лише 16% респондентів вказали, що мають тілесний контакт з близькими, що свідчить про низьку доступність ресурсу тілесності у здоров'язбереженні українців. Також лише 10% опитаних користуються таким комунікативним ресурсом, як віртуальні зустрічі з приємними людьми, що в умовах глобальної міграції українців під час повномасштабного вторгнення має доволі дивний та застережливий вигляд, адже перериваються значущі зв'язки, що вкрай негативно може позначатися на соціальному здоров'ї.

У розрізі *робочих практик* виявилось, що більшість опитаних (77%) для регуляції свого здоров'я підтримують робочий процес у звичному режимі, а в кризових, трансформаційних умовах це є зрозумілим та необхідним для узвичаєння особистісних опор. Натомість новизна у робочих практиках респондентами не надто вітається: використовують нові способи виконувати звичні завдання – 9,8%, мають нову роботу або навчання – тільки 5% вибірки.

За даними опитування, дуже поширеним у різних формах виявляється *волонтерство*, його практикують понад 99% опитаних. Серед його форм найбільш значущими є перерахування коштів на збори (57,9%) та передача речей і продуктів (37,2%), тобто ці

практики дійсно стали традиційними для наших співгромадян за час повномасштабної війни. Втім, опитані українці також допомагають безпосередньо на місцях (13,8%), безоплатно надають свої професійні послуги (8,7%). До 5% респондентів також вказують, що займаються організаційною діяльністю (4,8%), виготовляють необхідну продукцію (3,8%) чи здійснюють волонтерство будь-яким іншим чином (2,8%).

Найважливішою *духовною практикою* для підтримання здоров'я українців виявилася молитва (37,4%), що певною мірою приміряється до гасла про те, що на війні не залишається атеїстів. Значущими духовними практиками також виявилися такі, як читання духовної літератури (17,6%) й перегляд чи слухання програм про духовність (14,1%). Ще по 13% вибірки дотримуються духовних ритуалів та беруть участь у житті духовних громад. З іншого боку, 7,6% вибірки не звертаються по духовні практики взагалі, з них, зокрема, 2,1% не вірять у духовність або вважають, що їй не місце під час війни.

Найбільш популярними у вибірці *інформаційними практиками* є такі, як «дізнаюся про новини від найближчого оточення» (56%) та «помірно звертаюся до експертних джерел» (49,8%). Меншою мірою українці одержують інформацію з гумористичного контенту (8,2%), з інтернету, соцмереж, ТБ, інших джерел чи ЗМІ (3,3%). Не практикують взагалі або зменшують інфоспоживання – 0,3% опитаних. Тобто можна вважати, що респонденти під час війни є здатними до помірного використання інформації для поліпшення свого здоров'я та добробуту.

Серед практик *психологічної допомоги* для підтримання здоров'я респонденти найчастіше (68,8%) обирали самостійний пошук інформації щодо подолання психологічних труднощів. Ще 13,9% опитаних не практикують психологічну допомогу або вказують, що долають труднощі самостійно. Інші нефахові способи підтримання емоційного стану обирають ще 2,7% респондентів. Тільки невелика частина опитаних користується автоматизованими програмами (застосунками, чатботами) (7%), за потреби користується телефоном довіри (4,9%), займається з психологом/психотерапевтом (4,6%), відвідує групу підтримки/психотерапевтичну групу (4%). Тобто можна вважати, що майже 85% вибірки не користуються професійною психологічною допомогою, що може свідчити про досі присутні упередження щодо її одержання та необхідність відповідних

популяризаторських рішень на державному та локальних рівнях.

Виявилось, що абсолютна більшість опитаних практикують *саморозвиток* для підтримання свого здоров'я (99%), втім, сприймають його насамперед як когнітивну практику, адже серед варіантів значно домінує відповідь «будую плани, ставлю цілі» (80,4%). Ще 30,3% вибірки реалізують саморозвиток через розширення своїх знань, а 13,2% – вдосконалюють свої вміння та навички. Не більше, ніж по 5% респондентів вказують на некогнітивні практики саморозвитку, зокрема тілесні (4,8%), дихальні (4,6%), медитації (4,5%), вправи на візуалізацію (3,9%), щоденник особистого досвіду (2,3%), майндфулнес (1,4%). На нашу думку, у період значної соціальної нестабільності акцент слід ставити саме на промоції некогнітивних практик саморозвитку як альтернативі когнітивним, адже інтелектуальні перевантаження зовсім не сприяють збереженню здоров'я громадян.

Найбільш уживаними *рекреаційними практиками* серед респондентів виявилися перегляд фільмів / серіалів (53,3%) та прогулянки місцевістю, де вони мешкають (43,3%), що може свідчити про певну енергозберігальність та орієнтацію на локальні ресурси. Також майже по 20% респондентів використовують заняття творчістю (20,8%), усамітнення (19,3%), читання художньої літератури (18,7%). Ще 13,9% опитаних подорожують, 13,4% – відвідують ресторани / кафе. Також є респонденти, які відвідують розважальні (7,7%), оздоровчо-спортивні (7,1%) та пізнавальні заходи (6,5%), відновлюються у лікувально-курортних закладах (2,8%), або обирають інші рекреаційні практики (1,3%). Тобто рекреаційна сфера є доволі широко представленою та уживаною нашими співгромадянами у підтриманні їхнього здоров'я.

Як окрему практику підтримання здоров'я було запропоновано відвідування перформансів плейбек-театру. Виявилось, що абсолютна більшість опитаних (76,8%) не знає про плейбек-театр, що цілком очікувано, адже ця практика не є досить поширеною та відомою. При цьому приблизно п'ята частина вибірки (19,6%) принаймні чули про плейбек-театр, хоча ще не відвідували. Були на перформансі плейбек-театру за час повномасштабного вторгнення 212 респондентів (3,5% вибірки), з них 178 осіб (2,9%) – у якості глядача, а 34 (0,6%) – розповідали свою історію. Розподіл учасників плейбек-дійства також відображає реальність: дійсно, оповідачів у плейбек-театрі завжди

менше, ніж «пасивних» глядачів, а їх співвідношення приблизно один до п'яти теж правдоподібно вкладається у формат дійства.

На питання «*Чи хотіли б Ви, щоб про подію / ситуацію з Вашого життя поставили театральну сцену?*» більшість респондентів відповіли негативно, що можна пояснити передусім необізнаністю про таку можливість: принаймні 11,5% позначили «важко відповісти». Або також особистісними якостями, такими як сором'язливість, інтровертованість, закритість тощо. Втім, серед бажаючих побачити частину свого життя на сцені опинилися майже 10% вибірки.

*Блок 4. Цифровий добробут.* Для визначення середовища промоції ЗСЖ. Анкета з 10-бальним самооцінюванням, сконструйована на основі перекладу методики «Digital Wellbeing Self Assessment Tool» (Mind Over Tech, 2023).

Після перекодування обернених запитань та підсумовування питань за шкалами, було підтверджено внутрішню узгодженість шкал (показник Альфа-Кронбаха 0,67), що дало підстави для подальшого аналізу. За кожною шкалою також окремо обчислювалися внутрішньогрупові норми та визначено рівні прояву ознак – низький, середній, високий.

За першою шкалою *Загальний добробут* (Well-being) виявилось, що середній рівень прояву загального добробуту у користуванні своїми смартфонами демонструють 70,4% респондентів. На високий прояв ознаки припадає 14,8%, а на низький – 14,7% відповідей.

Відповідно до шкали *Обмеження* (Boundary) середній рівень прояву обмежень у користуванні своїми смартфонами демонструють 74,3% респондентів. Натомість високий прояв цієї ознаки спостерігається у 14%, а низький – у 11,6% вибірки.

Третя шкала *Комунікація* (Communication) продемонструвала такий розподіл: середній рівень прояву позитивного комунікування при користуванні своїми смартфонами демонструють 67,7%, високий – 18,9%, а низький – 13,4% респондентів.

Шкала *Зосередженість* (Focus) також продемонструвала нормальний розподіл даних: середній рівень прояву здатності зосереджуватися на справах, не пов'язаних із користуванням смартфонами, демонструють 67,4% респондентів, високий рівень – 19,1%, низький – 13,4%.

За даними п'ятої шкали *Зв'язок із собою* (Connection), 71,7%

респондентів здатні використовувати свій смартфон для налагодження зв'язку із собою (дізнаватися щось нове, надихатися) на середньому рівні, 14,9% – на низькому, 13,4% – на високому.

За шкалою *Слідування меті* (Purpose), переважна кількість опитаних (71%) мають середній рівень здатності слідувати своїм цілям завдяки користуванню смартфоном. Натомість високому рівню прояву цієї ознаки відповідає 15,7%, а низькому – 13,3% вибірки.

Отже, за усіма шкалами значно переважає середній рівень прояву, тобто більшість опитаних оцінюють свій цифровий добробут як достатній. Найбільше найвищих показників представлено за шкалами *Комунікація* (18,9%) та *Слідування меті* (15,7%), що може свідчити про користування опитаними своїми гаджетами насамперед за соціальним призначенням та знімати питання про негативну цифрову залученість, яка наносить шкоду здоров'ю.

*Блок 5. Ставлення до невизначеності* (для визначення мішені промоції ЗСЖ). Шкала інтолерантності до невизначеності Н. Карлетона в адаптації Г. Громової (2021).

Розподіл відповідей за опитувальником відповідає критерію нормальності і має достатній рівень надійності (Альфа-Кронбаха за загальною шкалою  $\alpha=0,88$ ; для шкал «Гнітюча тривога» та «Прогностична тривога»  $\alpha=0,82$ ).

Середній бал за тестом «Шкала інтолерантності до невизначеності» IUS-12 склав 34,5.

Для жінок середній загальний бал складає 36,5, «гнітюча тривога» – 13,9, «прогностична тривога» – 22,5. Для чоловіків середній загальний бал складає 33,3, «гнітюча тривога» – 12,2, «прогностична тривога» – 21,6. Ці відмінності у рівні ІТН є статистично значущими як для загального балу ( $F=31,69$ ;  $p<0,001$ ), так і для субшкал гнітючої ( $F=6,56$ ;  $p<0,01$ ) та прогностичної ( $F=53,23$ ;  $p<0,001$ ) тривоги. Таким чином, у жінок рівень ІТН виявився трохи вищим, ніж у чоловіків.

Якщо порівняти відповіді на запитання «Що заважає Вам дотримуватися здорового способу життя?» між респондентами з різною інтолерантністю до невизначеності, на статистично значущому рівні вони відрізняються за кількома вказаними респондентами чинниками. У той час, як за двома найчастішими відповідями («несприятливі навколишні умови» та «нестача матеріальних ресурсів») значущої відмінності у відповідях між

учасниками з різних підгруп немає, то респонденти з високою ІТН (тобто, ті, хто важко витримує несподіванки та непередбачуваність) є значущо більш чутливими до наявності соціальної підтримки, і частіше відмічають власний емоційний стан та психологічні особливості як перешкоди на шляху дотримання ЗСЖ. Також респонденти з низькою толерантністю до невизначеності важче приймають досвід минулих невдач і вдвічі частіше вказували на це, як на чинник, що заважає дотримуватись ЗСЖ.

Отже, спираючись на отримані дані, для респондентів з різним рівнем інтолерантності до невизначеності варто вибудовувати різні стратегії, мішені промоції здорового способу життя та засоби підтримки на шляху дотримання і формування корисних звичок.

*Блок 6. Екзистенційні мотивації* (для визначення *мішені* промоції ЗСЖ). Анкета, сконструйована на основі методики «Тест екзистенційних мотивацій» (Eckhardt, & Längle, 2001), дозволяє діагностувати ступінь прояву чотирьох субшкал: «Фундаментальна довіра», «Фундаментальна цінність», «Самоцінність» та «Сенс життя». Ці шкали розкривають рівень довіри особистості до себе, до світу, її здатність до побудови та проживання стосунків й цінностей, проживання самоцінності, буття свого життя як такого, наявності сенсу життя та спрямованість особистості у майбутнє.

Отримані результати вказують на те, що в умовах війни для українців найбільш усвідомленою стала «фундаментальна цінність» (середній бал 9,74 при максимальному балі 12), тобто гарні стосунки з життям, вміння насолоджуватись, проживати цінності, ефективно взаємодіяти з оточенням відмічаються респондентами найчастіше при описі свого життя.

Найнижчу оцінку (8,84 при максимальному балі 12) досліджувані відзначили саме при відповіді на запитання шкали «Фундаментальна довіра», що, з одного боку, демонструє достатньо добрі стосунки зі світом (досліджувані вважають, що навіть в умовах війни можуть реалізовувати власні здібності, знаходити нові можливості). Проте, для частини вибірки характерними є тривожність, стрес і навіть виснаження.

Отримані значення за шкалами «Самоцінність» (9,63 при максимальному показникові 12) та «Сенс життя» (9,54 при максимальному значенні шкали 12) розкривають, що в українців в умовах війни присутнє почуття самоцінності та самоповаги, наявні

життєві цілі, які спрямовані у майбутнє, присутня осмисленість власного життя.

*Блок 7. Досвід у зв'язку з повномасштабним вторгненням* (для визначення особливостей суб'єктів та мішені промоції ЗСЖ). Наведено питання стосовно досвіду бойових дій, втрат (Дворник, & Мирончак, 2021), переселення; а також питання за шкалами «Опитувальника посттравматичного зростання» щодо усвідомлення досвіду, пов'язаного із повномасштабним вторгненням (Зубовський, 2018).

Отже, досвід вимушеного переселення у зв'язку з повномасштабним вторгненням має чверть вибірки, з них 19,3% – переселялися всередині країни, 3,1% – за кордон, 3,2% – і всередині країни, і за кордон.

У зв'язку із повномасштабним вторгненням зазнали різноманітних втрат 68,9% вибірки. З них найчастіше респонденти вказують на втрати психологічні (довіри, впевненості, цінностей, волі тощо) (33,4%), людські (смерть, зниклі безвісті) (27,6%), майнові, фінансові (27%). Також значними є втрати можливостей (медичної допомоги, освіти, самореалізації тощо) (15,4%), значущих соціальних зв'язків, очного спілкування (11,5%), фізичні, фізіологічні (порушення функціонування організму) (7%).

Специфічний досвід у зв'язку з повномасштабним вторгненням мають 42,2% опитаних. Зокрема, досвід правоохоронної діяльності мали 21,6% опитаних (що пов'язано зі специфікою вибірки). Також респонденти мають досвід ліквідації наслідків війни – 6,5%, медичної / домедичної допомоги – 3,4%, бойовий військовий досвід – 4,6%. Йдеться також про безпосередню постраждалість від обстрілів (7,1%), проживання під окупацією (5,7%), безпосередню постраждалість від повені (0,5%).

Шкали «Опитувальника посттравматичного зростання» – «Особистісна сила» та «Визнання Життя» дали можливість емпірично виміряти рівень усвідомленості пережитого респондентами досвіду.

Так, за фактором «Особистісна сила» помірні зміни в усвідомленні спроможності самотужки впоратися з життєвими труднощами відчують 58,5% респондентів. Третина вибірки демонструє дуже незначні зміни щодо спроможності долати труднощі. А 9,8% не відчують жодних змін.

За фактором «Визнання Життя» 42,4% вибірки демонструє



помірні зміни у життєвих пріоритетах, суттєві зміни спостерігаються майже у третини вибірки (28,8%), а жодних змін – у 8,8%.

**Персональний внесок авторів.** *Концептуалізація та дизайн роботи:* Дворник М.С. *Огляд сучасних досліджень:* Дворник М.С., Лазоренко Б.П., Ларіна Т.О., Громова Г.М., Савінов В.В., Гундертайло Ю.Д. *Збір даних:* Дворник М.С., Лазоренко Б.П., Савінов В.В. *Підготовка даних та статистичний аналіз:* Дворник М.С., Лазоренко Б.П., Ларіна Т.О., Громова Г.М., Погорільська Н.І., Савінов В.В., Гундертайло Ю.Д. *Підготовка тексту статті:* Дворник М.С., Лазоренко Б.П., Ларіна Т.О., Громова Г.М., Погорільська Н.І., Савінов В.В., Гундертайло Ю.Д. *Редагування та остаточне затвердження:* Дворник М.С., Савінов В.В.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** На основі здійсненого частотного аналізу за усеукраїнським опитуванням відстежуємо, що факторами, які найбільше сприяють підтриманню здоров'я українців, є їхній спосіб життя та соціальне оточення. Відповідно, більша частина опитаних вважають, що наразі вони дотримуються здорового способу життя, хоча на початку повномасштабної війни, фазу гострої тривоги, переживали із цим значні труднощі. Також під ЗСЖ в теперішніх умовах вони розуміють поєднання відмови від шкідливих звичок, формування нових корисних звичок і дотримання вже існуючих. Дотримуватися ЗСЖ під час війни українців найчастіше спонукають як фактичні ознаки погіршення здоров'я, так і слідування меті повноцінно жити й усвідомлення руйнівного впливу хронічного стресу. Найістотнішими бар'єрами до дотримання ЗСЖ опитані називають нестачу матеріальних ресурсів, несприятливі навколишні умови, несприятливий емоційний стан або власні сталі психологічні особливості. Доволі багато українців вважають, що не мають труднощів із ЗСЖ, що може свідчити про певне заперечення. Утім, значніша частка опитаних усе ж визнає труднощі із підтриманням ЗСЖ, зокрема, щодо режиму праці та відпочинку, раціонального харчування, фізичної активності, відмови від тютюнопаління, гігієни сну.

Опитані українці також успішно користуються різноманітними практиками підтримання свого здоров'я: від турботи про свою гігієну та зовнішній вигляд, довірливого спілкування із найближчим оточенням, підтримання робочих процесів у звичному режимі,

рекреації, до помірних інформаційних практик, волонтерства, духовності. Зокрема, респонденти демонструють обізнаність про таку живу комунікативно-драматизовану практику, як плейбек-театр. Втім, досі значно не використовуються практики психологічної допомоги, а саморозвиток сприймається насамперед як когнітивна практика. Помірну здатність опитані демонструють і щодо користування своїми смартфонами: гаджет може забезпечити їм позитивні комунікації та супроводжувати у слідуванні персональним цілям.

Первинний аналіз даних з інтолерантності до невизначеності також виявив відмінності у рівні ІТН між чоловіками та жінками, вибору перешкод у дотриманні ЗСЖ, що підкреслює необхідність подальшого аналізу та є аргументом на користь необхідності для респондентів з різним рівнем ІТН вибудовувати різні стратегії промоції здорового способу життя та інструменти підтримки на шляху дотримання і формування корисних звичок.

Оскільки за час повномасштабного вторгнення опитані одержали значний досвід втрат, вимушеного переселення, залучення до воєнних дій, цей досвід, як показує частотний аналіз, опрацьовується більшою мірою позитивно: українці вказують на свої особистісні та ціннісні трансформації, що відображено у підвищенні рівня усвідомленості та зміцнення внутрішньої стійкості особистості. Також у респондентів відстежуються гарні стосунки з життям, вміння насолоджуватись, проживати цінності, ефективно взаємодіяти з оточенням; присутнє почуття самоцінності та самоповаги, наявні життєві цілі, які спрямовані у майбутнє, присутня осмисленість власного життя. Втім, для деяких опитаних досі є чутливими питання фундаментальної довіри, тривожність, стрес і навіть виснаження.

Надалі заплановано здійснення подальшого поглибленого аналізу на основі статистичних процедур для виявлення взаємозв'язків між показниками, порівнянь, факторизації даних. Результати використовуватимуться для побудови стратегій промоції здорового способу життя для актуалізації процесів самопідтримки, самовідновлення, збереження і покращення здоров'я, працездатності, подовження активного довголіття громадян України.

**Подяка.** Дослідження виконується відділом соціальної психології особистості ІСПП НАПН України в межах наукової теми № 0122U001680 «Соціально-психологічні стратегії формування

здорового способу життя особистості в умовах суспільної нестабільності» (2021–2024 рр.). Колектив відділу щиро вдячний за сприяння у зборі емпіричних даних та формуванні панельної вибірки Департаменту з питань виконання кримінальних покарань ДКВС України.

### Література

1. Громова, Г. М. (2021). Інструменти вимірювання толерантності до невизначеності. Адаптація тесту «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 47(50), 115–130. [https://doi.org/10.33120/ssj.vi47\(50\).217](https://doi.org/10.33120/ssj.vi47(50).217).
2. Гундერთайло, Ю. Д. (2022). Практики психогігієни як частина здорового способу життя особистості під час війни. *Проблеми політичної психології*, 12(26), 151-161. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol26-Year2022-102>.
3. Дворник, М. С. (2023). Промоція здорового способу життя особистості в умовах війни: концептуальні засади дослідження. *Проблеми політичної психології*, 13(27), 57-64. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol13-Year2023-127>.
4. Дворник, М. С. (Наук. ред.). (2024). *Соціально-психологічні інструменти промоції здорового способу життя: методичні рекомендації*. Кропивницький: Імекс-ЛТД. <https://doi.org/10.33120/SPTPHLS-2024>.
5. Дворник, М. С., & Мирончак, К. В. (2021). *Інноваційні засоби психологічної допомоги особистості в умовах гібридної війни*. Опис наукової роботи М13, нагородженої Премією Президента України для молодих учених. К.: ІСПП НАПН України. <https://lib.iitta.gov.ua/728210>.
6. Джолос, О. В. (2023). Індекс медіаграмотності українців: споживання та користування медіа. *Держава та регіони. Серія: Соціальні комунікації*, 4, 138-145. [https://doi.org/10.32840/cpu2219-8741/2023.4\(56\).17](https://doi.org/10.32840/cpu2219-8741/2023.4(56).17).
7. Закірова, С. Г. (2023). Практика діджиталізації соціальної комунікації в умовах воєнного стану в Україні. У Н. Поплавська, О. Мединська, О. Пелешок (Упоряд.). *Соціальні комунікації в умовах глобалізаційних процесів: стан, тенденції, перспективи: збірник тез за матеріалами Міжнародної наукової конференції (м. Тернопіль, 16-17 червня 2023 року)* (с. 14-17). Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка. <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/29781>.
8. Зубовський, Д. С. (2018). Адаптація та апробація україномовної версії методики «Опитувальник посттравматичного зростання». *Психологічний часопис*, 4(7), 121-135. <https://doi.org/10.31108/1.2018.7.17.8>.
9. Рибак, О. С. (2022). Поняття посттравматичного зростання в позитивній психології. *Психологічний часопис*, 8(4), 69-78. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.4.6>.
10. Романчук, О. І. (2012). Майндфулнес-орієнтована КПТ – новий ефективний метод попередження рецидиву депресії. *НейроNews: психоневрологія та нейропсихіатрія*, 3(38), 40-45. <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2012/3%2838%29/article-631>.
11. Biswas, S. S. (2023). Role of chat GPT in public health. *Annals of biomedical engineering*, 51(5), 868-869. <https://doi.org/10.1007/s10439-023-03172-7>.
12. Di Monte, C., Monaco, S., Mariani, R., & Di Trani, M. (2020). From Resilience to Burnout: Psychological Features of Italian General Practitioners during COVID-19 Emergency. *Frontiers in Psychology. Sec. Health Psychology*, 11, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567201>.

13. Dudkowski-Sadowska, A. (2021). Aktywność fizyczna i zdrowie polskiej młodzieży jako wartości. *Zeszyty Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II*, 64(4), 33-46. <https://doi.org/10.31743/znkul.13173>.
14. Durak Batgün, A., & Şenkal Ertürk, P. (2021). COVID-19 associated psychological symptoms in Turkish population: A path model. *Current Psychology*, 42(7), 1-12. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02026-6>.
15. Eckhardt, P., & Längle, A. (2001). Skalen zur Erfassung existentieller Motivation, Selbstwert und Sinnerleben. *Existenzanalyse*, 18(1), 35-39.
16. Edelman, C. L., & Kudzma, E. C. (2021). *Health promotion throughout the life span*. 10th Edition. E-book: Elsevier Health Sciences.
17. Franklin, M. S. W. S., & Mohammad, E. E. H. (2021). Knowledge, Attitude and Practice of Adolescence and Early Adulthood on Healthy Lifestyle: A Cross Sectional Study in Al-Namas, Saudi Arabia. *Journal of Information and Computational Science*, 11(4), 371-379. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.18736.48649>.
18. Gonzalez, A.-J., Pedroso de Lima, M., Preto, L., Amarante, N., & Barros, R. (2024). Playback Theatre applications: A Systematic Review of Literature. *The Arts in Psychotherapy*, 88, 102-152. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2024.102152>.
19. Hubley, J., Copeman, J., & Woodall, J. (2021). *Practical health promotion*. John Wiley & Sons. Retrieved from <https://bit.ly/3stT3L3>.
20. Łaska-Formejster A., & Messyasz K. (2020). Youtuberzy kreujący styl życia i zdrowia młodzieży. Nowe media jako narzędzie indywidualizacji odpowiedzialności za zdrowie. W: Piotr Siuda, Magdalena Pluta (Red.). *Internet, zdrowie i choroba – powiązania społeczne, kulturowe i edukacyjne* (ss. 69-98). Bydgoszcz: Wyd. Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy.
21. Mind Over Tech (2023). *Assessing your own digital wellbeing*. Retrieved from [bit.ly/468o5Kj](https://bit.ly/468o5Kj).
22. Mleczek, K. (2023). Promowanie zdrowego stylu życia przez youtuberów. *Wybrane badania naukowe w kulturze fizycznej. Tom 1* (ss. 190-199). Rzeszów: Wyd. Uniwersytetu Rzeszowskiego.
23. Satici, B., Saricali, M., Satici, S. A., & Griffiths, M. D. (2020). Intolerance of Uncertainty and Mental Wellbeing: Serial Mediation by Rumination and Fear of COVID-19. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 2731–2742. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00305-0>.
24. Tytarenko, T., Vasiutynskyi, V., Hubeladze, I., Chunikhina, S., & Hromova, H. (2024). War-Related Life-Making Landscapes: Ukrainian Context. *Journal of Loss and Trauma*, 29(2), 154-178. <https://doi.org/10.1080/15325024.2023.2256219>.
25. World Health Organization (2024). *Health Promotion*. Retrieved from <https://www.who.int/health-topics/health-promotion>.

## References

1. Hromova, H. M. (2021). Instrumenty vymiryuvannya tolerantnosti do nevyznachenosti. Adaptatsiya testu «Shkala intolerantnosti do nevyznachenosti» N. Karletona [Tools for measuring uncertainty tolerance. Adaptation of the test “Intolerance to Uncertainty Scale” by N. Carleton]. *Naukovi studiyi iz sotsialnoyi ta politychnoyi psykholohiyi [Scientific Studios on Social and Political Psychology]*, 47(50), 115–130. [https://doi.org/10.33120/ssj.vi47\(50\).217](https://doi.org/10.33120/ssj.vi47(50).217). [in Ukrainian].
2. Hundertailo, Y. D. (2022). Praktyky psykholohiyeny yak chastyna zdorovoho sposobu zhyttya osobystosti pid chas viyny [Psychohygiene practices as part of the healthy lifestyle of the personality during the war]. *Problemy politychnoyi psykholohiyi [Problems of Political Psychology]*, 12(26), 151-161. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol26-Year2022-102>. [in Ukrainian].
3. Dvornyk, M. S. (2023). Promotsiya zdorovoho sposobu zhyttya osobystosti v umovakh viyny: kontseptualni zasady doslidzhennya [Individual’s healthy lifestyle promotion in war

conditions: Conceptual basis of research]. *Problemy politychnoyi psykholohiyi [Problems of Political Psychology]*, 13(27), 57-64. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol13-Year2023-127> [in Ukrainian].

4. Dvornyk, M. S. (Scient. ed.). (2024). *Sotsialno-psykholohichni instrumenty promotsiyi zdorovoho sposobu zhyttya: metodychni rekomendatsiyi [Socio-psychological tools for promoting a healthy lifestyle: Guidelines]*. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD. <https://doi.org/10.33120/SPTPHLS-2024> [in Ukrainian].

5. Dvornyk, M. S., & Myronchak, K. V. (2021). *Innovatsiyini zasoby psykholohichnoyi dopomohy osobystosti v umovakh hibrydnoyi viyny [Innovative means of psychological assistance to the individual in the conditions of hybrid war]*. Description of scientific work M13, awarded with the Prize of the President of Ukraine for young scientists. K.: ISPP NAES of Ukraine. <https://lib.iitta.gov.ua/728210> [in Ukrainian].

6. Jolos, O. V. (2023). Indeks mediahramotnosti ukrayintziv: spozhyvannya ta korystuvannya media [Index of media literacy of Ukrainians: Consumption and use of media]. *Derzhava ta rehiony. Seriya: Sotsialni komunikatsiyi [State and regions. Series: Social communications]*, 4, 138-145. [https://doi.org/10.32840/cpu2219-8741/2023.4\(56\).17](https://doi.org/10.32840/cpu2219-8741/2023.4(56).17) [in Ukrainian].

7. Zakirova, S. G. (2023). Praktyka didzhytalizatsiyi sotsialnoyi komunikatsiyi v umovakh voyennoho stanu v Ukrayini [The practice of digitization of social communication in the conditions of martial law in Ukraine]. In N. Poplavska, O. Medynska, O. Peleshok (Comp.). *Sotsialni komunikatsiyi v umovakh hlobalizatsiyinykh protsesiv: stan, tendentsiyi, perspektyvy: zbirnyk tez za materialamy Mizhnarodnoyi naukovoyi konferentsiyi [Social communications in the conditions of globalization processes: State, trends, perspectives: International scientific conference proceedings] (Ternopil, 16-17 June, 2023)* (p. 14-17). Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University. <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/29781> [in Ukrainian].

8. Zubovskyi, D. S. (2018). Adaptatsiya ta aprobatsiya ukrayinomovnoyi versiyi metodyky «Opytuvalnyk posttravmatychnoho zrostannya» [Adaptation and appropriation of the Ukrainian version of the “Posttraumatic growth inventory” methodic]. *Psykholohichnyy chasopys [Psychological Journal]*, 4(7), 121-135. <https://doi.org/10.31108/1.2018.7.17.8> [in Ukrainian]

9. Rybak, O. S. (2022). Ponyattya posttravmatychnoho zrostannya v pozytyvnyi psykholohiyi [The concept of post-traumatic growth in positive psychology]. *Psykholohichnyy chasopys [Psychological Journal]*, 8(4), 69-78. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.4.6> [in Ukrainian].

10. Romanchuk, O. I. (2012). Mayndfulness-oriyentovana KPT – novyy efektyvnyy metod poperedzhennya retsydyvu depresiyi [Mindfulness-oriented CBT is a new effective method of preventing relapse of depression]. *NeyroNews: psykhonevrolohiya ta neyropsykhiatriya [NeuroNews: Psychoneurology and neuropsychiatry]*, 3(38), 40-45. <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2012/3%2838%29/article-631> [in Ukrainian].

11. Biswas, S. S. (2023). Role of chat GPT in public health. *Annals of biomedical engineering*, 51(5), 868-869. <https://doi.org/10.1007/s10439-023-03172-7>

12. Di Monte, C., Monaco, S., Mariani, R., & Di Trani, M. (2020). From Resilience to Burnout: Psychological Features of Italian General Practitioners during COVID-19 Emergency. *Frontiers in Psychology. Sec. Health Psychology*, 11, 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567201>

13. Dudkowski-Sadowska, A. (2021). Aktywność fizyczna i zdrowie polskiej młodzieży jako wartości [Physical activity and health of Polish youth as values]. *Zeszyty Naukowe Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego Jana Pawła II [Scientific Journals of the John Paul II Catholic University of Lublin]*, 64(4), 33-46. <https://doi.org/10.31743/zukul.13173>. [in Polish].

14. Durak Batıgün, A., & Şenkal Ertürk, P. (2021). COVID-19 associated psychological symptoms in Turkish population: A path model. *Current Psychology*, 42(7), 1-12. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02026-6>
15. Eckhardt, P., & Längle, A. (2001). Skalen zur Erfassung existentieller Motivation, Selbstwert und Sinnerleben [Scales measuring existential motivations, selfworth, and experience of meaning]. *Existenzanalyse [Existential Analysis]*, 18(1), 35-39. [in German].
16. Edelman, C. L., & Kudzma, E. C. (2021). *Health promotion throughout the life span*. 10th Edition. E-book: Elsevier Health Sciences.
17. Franklin, M. S. W. S., & Mohammad, E. E. H. (2021). Knowledge, Attitude and Practice of Adolescence and Early Adulthood on Healthy Lifestyle: A Cross Sectional Study in Al-Namas, Saudi Arabia. *Journal of Information and Computational Science*, 11(4), 371-379. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.18736.48649>
18. Gonzalez, A.-J., Pedroso de Lima, M., Preto, L., Amarante, N., & Barros, R. (2024). Playback Theatre applications: A Systematic Review of Literature. *The Arts in Psychotherapy*, 88, 102-152. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2024.102152>
19. Hubley, J., Copeman, J., & Woodall, J. (2021). *Practical health promotion*. John Wiley & Sons. Retrieved from <https://bit.ly/3stT3L3>
20. Łaska-Formejster A., & Messyasz K. (2020). Youtuberzy kreujący styl życia i zdrowia młodzieży. Nowe media jako narzędzie indywidualizacji odpowiedzialności za zdrowie [Youtubers creating the lifestyle and health of young people. New media as a tool for individualizing responsibility for health]. W: Piotr Siuda, Magdalena Pluta (Red.). *Internet, zdrowie i choroba – powiązania społeczne, kulturowe i edukacyjne [Internet, health and disease – social, cultural and educational connections]* (ss. 69-98). Bydgoszcz: Wyd. Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy.[in Polish].
21. Mind Over Tech (2023). *Assessing your own digital wellbeing*. Retrieved from [bit.ly/468o5Kj](https://bit.ly/468o5Kj). (in English)
22. Mleczek, K. (2023). Promowanie zdrowego stylu życia przez youtuberów [Promoting a healthy lifestyle by YouTubers]. *Wybrane badania naukowe w kulturze fizycznej [Selected scientific research in physical culture]. Tom 1* (ss. 190-199). Rzeszów: Wyd. Uniwersytetu Rzeszowskiego. [in Polish].
23. Satici, B., Saricali, M., Satici, S. A., & Griffiths, M. D. (2020). Intolerance of Uncertainty and Mental Wellbeing: Serial Mediation by Rumination and Fear of COVID-19. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 2731–2742. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00305-0>
24. Tytarenko, T., Vasiutynskiy, V., Hubeladze, I., Chunikhina, S., & Hromova, H. (2024). War-Related Life-Making Landscapes: Ukrainian Context. *Journal of Loss and Trauma*, 29(2), 154-178. <https://doi.org/10.1080/15325024.2023.2256219>
25. World Health Organization (2024). *Health Promotion*. Retrieved from <https://www.who.int/health-topics/health-promotion>

Received: 15.05.2024

Accepted: 01.06.2024

## ДІАГНОСТИКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПЕРШОКУРСНИКІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

### Коць Михайло

Волинський національний університет імені Лесі Українки

м. Луцьк, Україна

[koc.myhajlo@vnu.edu.ua](mailto:koc.myhajlo@vnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5607-0564>

### Бабій Микола

Луцький національний технічний університет

м. Луцьк, Україна

[nf9963@ukr.net](mailto:nf9963@ukr.net)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9550-3166>

### Дучимінська Тамара

Волинський національний університет імені Лесі Українки

м. Луцьк, Україна

[duchiminska.tamara@vnu.edu.ua](mailto:duchiminska.tamara@vnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3352-3188>

**Мета.** Емпіричне вивчення психічного здоров'я першокурсників ЗВО в умовах воєнного стану.

**Методи.** Для досягнення поставленої мети ми склали програму дослідження, до складу якої увійшли чотири діагностичні методики: опитувальник «Самооцінка станів тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності» (адаптований варіант методики Г. Айзенка), тест «Стійкість до стресу», опитувальник для вимірювання локус контролю здоров'я (К. Wallston, B.S. Wallston, & R. Devellis) (адаптація Л. Карамушки, К. Терещенко, О. Креденцер), методика «Шкала позитивного ментального здоров'я» (Positive mental health scale (pmh-scale)) (J. Lukat, J. Margraf, R. Lutz, W.M. Van Der Veld, & E.S. Becker) (адаптація Л. Карамушки, О. Креденцер, К. Терещенко).

**Результати.** За результатами дослідження було виявлено, що більшість молодих людей раннього юнацького віку дотримуються амбівалентної позиції у виборі стратегії оцінки власних емоційних станів та дотримуються такої ж тактики у виборі варіантів підтримки та збереження психічного здоров'я в умовах воєнного стану. Вони ригідні у варіантах її зміни, оскільки такі дії перевірені на ефективність, а тому мають практичну цінність. Така стратегія

поведінки допомагає утримувати рівень тривожності, стресостійкості та агресії на середніх показниках, зберігати внутрішній емоційний баланс та відчувати себе здоровим і щасливим. Інша частина респондентів, які взяли участь у нашому емпіричному дослідженні, тяжіють до крайніх варіантів контролю за власним фізичним станом. Юнаки з екстернальним локусом контролю більше покладаються на допомогу зовнішніх обставин, що стануть у нагоді для повернення внутрішньої гармонії. Студенти з інтернальним локусом контролю розраховують виключно на себе при виборі варіанту збереження психічного здоров'я. Яка із цих позицій є більш раціональною визначити складно, важливо, щоб вона була максимально ефективна у підтримці психічного здоров'я. Що і актуалізує дослідження окресленої проблематики.

**Висновки.** Проведене теоретико-емпіричне дослідження підтверджує ефективність запропонованої діагностичної програми психічного здоров'я першокурсників закладів вищої освіти в умовах воєнного стану. Перспективу подальших досліджень ми вбачаємо розробці програм емпіричного дослідження інших складових психічного здоров'я та залучення до дослідження осіб різного віку.

**Ключові слова:** психічне здоров'я, студенти, воєнний стан.

**Mykhailo Kots, Mykola Babii, Tamara Duchyminska. Freshmen mental health diagnostics in higher education institutions under martial law.**

**Purpose.** Empirical study of mental health of first-year students of higher education institutions under martial law conditions.

**Methods.** The research program was developed to achieve the goal, which included four diagnostic methods: the questionnaire ‘Self-assessment of states of anxiety, frustration, aggressiveness and rigidity’ (adapted version of H. Eysenck method), the ‘Resistance to stress’ test, ‘Questionnaire for measuring the locus of health control’ (K. Wallston, B.S. Wallston, & R. Devellis) (adaptation by L. Karamushka, K. Tereshchenko, O. Kredentser), ‘Positive mental health scale (pmh-scale)’ (J. Lukat, J. Margraf, R. Lutz, W.M. Van Der Veld, & E.S. Becker) (adaptation by L. Karamushka, O. Kredentser, K. Tereshchenko).

**Results.** According to the study results, it was found that the majority of young people of early adolescence take an ambivalent position in choosing a strategy for assessing their own emotional states and follow the same tactics in choosing options for supporting and preserving mental health under the martial law conditions. They are rigid in the options for its change, since such actions are tested for effectiveness, and therefore have practical value. Such a behavioral strategy helps to keep the degree of anxiety, stress resistance and aggression at average levels, to maintain an internal emotional balance and to feel healthy and happy. Another part of respondents who participate in our empirical study gravitate towards extreme options for controlling their own physical condition. Young people with external locus of control rely more on the help of external circumstances, which will be useful for the return of internal harmony. Students with internal locus of control rely solely on themselves when choosing an option for maintaining mental health. It is difficult to determine



which of these positions is more rational, it is important that it is as effective as possible in maintaining mental health. That actualizes the study of the outlined problems.

**Conclusions.** The conducted theoretical and empirical research confirms the effectiveness of the proposed diagnostic program for mental health of first-year students of higher education institutions under the martial law conditions. We see the prospect of further study in the development of empirical research programs of other components of mental health and involvement of persons of various ages into the research.

**Key words:** mental health, students, martial law.

**Вступ.** Вивчення психічного здоров'я студентів першого курсу закладів вищої освіти у контексті воєнних подій є актуальною та важливою проблемою сучасності. Зміни в соціальному, політичному та економічному середовищі, які супроводжують конфліктні ситуації чи кризи, мають значний вплив на психічний стан молоді, особливо на тих, хто перебуває на початковому етапі вищої освіти.

У зв'язку зі зростаючою нестабільністю у світі, важливо розуміти, як вплив воєнного стану чи кризові обставини впливають на психічне здоров'я студентів, оскільки це може мати серйозні наслідки для їхнього навчання, розвитку та загального благополуччя. Дослідження в цій царині дозволяє глибше зрозуміти фактори, що впливають на психічне здоров'я першокурсників у складних умовах, а також розробити ефективні стратегії підтримки та психологічної допомоги студентам у подібних ситуаціях.

Ця стаття присвячена вивченню та аналізу психічного стану першокурсників у контексті воєнних подій чи кризових ситуацій, спрямована на виявлення основних факторів, які впливають на їхнє психічне благополуччя, а також на розгляд можливих шляхів підтримки й допомоги цій вразливій категорії студентської молоді. Це дозволить сприяти розвитку більш ефективних психологічних програм та інтервенцій для підтримки студентів у складних умовах, що відображає важливий аспект підтримки психічного здоров'я молоді у непередбачуваних ситуаціях.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивчення психічного здоров'я здобувачів освіти закладів вищої освіти в умовах воєнного стану було предметом низки досліджень як українських науковців (Г. Алфузова, Н. Афанасьєва, Я. Бурдіна, А. Грекова, І. Грідіна, Н. Діра, Н. Дмитріюк, Л. Захаренко, Н. Кордунова, Н. Коструба, В. Кротенко, О. Кулешова, А. Лип'юк, Л. Міхеєва, І. Мудрак,

Н. Найдьонова, І Непорада, І. Нікітіна, О. Фіщук, В. Череп'яна, А. Ширикалова та ін.), так і зарубіжних (D. Ajdukovic, M. Bogic, A. Franciskovic, T. Galeazzi, G. Kucukalic, S. Mann, S. Priebe, J. Shaw, M. Slone та ін.).

У науково-теоретичному висвітленні та практичному аналізі проблем психічного стану в умовах кризи, спричиненої пандемією та воєнними подіями, дослідники Н. Коструба та О. Фіщук підкреслюють різноманітність поглядів на сутність поняття психічного здоров'я. Вони тлумачать його як комплексний стан психологічного благополуччя, заснований на різних факторах, таких як вміння регулювати емоції, гнучкість мислення, соціальна адаптованість та інші аспекти. Їхнє проведене емпіричне дослідження розбіжностей у психологічних наслідках у студентів з досвідом та без досвіду хвороби під час пандемії показало значущі різниці. Серед найвагоміших виявлено різність у способах опису власного досвіду, наявність негативних самооцінок та використання адаптивних стратегій управління стресом. Отже, учасники без досвіду хвороби у своїх описах більш налаштовані емоційно позитивно та менше схильні до залишання у румінації негативних думок про себе, у порівнянні з групою, яка перенесла коронавірусну хворобу (Коструба, Фіщук, 2023).

Одним із сегментів, що потребує особливої уваги, є студенти, які починають свій освітній шлях в умовах воєнного конфлікту. Це обумовлено не лише негативним впливом військових дій як фактору психологічної травми на особистість, але й стрімкою зміною соціального оточення для колишніх старшокласників та їх новим статусом студента. Це вимагає перегляду формованого способу адаптивної поведінки та потребує певного часу на переорієнтацію (Алфузова, Найдьонова, Кротенко, 2022).

Дослідники, що здійснили аналіз психічного здоров'я першокурсників під час їх адаптації до нових умов професійної освіти в Україні, відзначили відсутність депресивних симптомів серед цієї групи. Проте, серед основних відхилень у психічному стані цих осіб, виділяються симптоми дистресу (знижений настрій, підвищене хвилювання, астения, неспокійний сон та напруження) та соматизації (головний біль), які, в окремих випадках, супроводжуються проявами тривоги (панічні атаки, страх перед зневажливим ставленням інших).

Вивчаючи взаємозв'язок соціально-психологічної адаптації, стресостійкості та життєстійкості, Н. Афанасьєва наголошує на тому, що студенти першого курсу з нормальним рівнем життєстійкості (високим або середнім) виявляють високий рівень адаптації. Ці студенти більш активно включаються в навчальний процес, мають інтерес до подій навколо. Вони вміють самостійно приймати рішення та обирати свою діяльність свідомо і систематично, не відчують безпорадності. У них розвинені навички спілкування та участі в дискусіях, та вони легко взаємодіють у групі. Загалом, студенти з високим рівнем життєстійкості більш успішно й оперативно адаптуються до нових умов та соціального середовища.

Однак, варто звернути увагу на розвиток складових життєстійкості для більш успішного функціонування студентів під час професійної освіти. Залученість студентів важлива, і для цього потрібна підтримка, схвалення та прийняття. Розвиток контролю передбачає підтримку ініціативи та прагнення подолати завдання, що стають складнішими, наближаючись до меж своїх можливостей. Стимулювання прийняття ризику вимагає різноманітності вражень та неоднорідності середовища (Афанасьєва, 2022).

Аналіз соціальних та психологічних аспектів адаптації першокурсників медичного та стоматологічного факультетів Одеського національного медичного університету, проведений за допомогою анонімних опитувань на платформі Google Forms, висвітлює, що більшість студентів вже на початку другого місяця навчання успішно адаптувалися до складних умов: перехід до онлайн-формату, реальність воєнного стану, вирішення особистих труднощів та вступ у доросле життя. Проте, 8% з них не зуміли налагодити адаптацію до умов закладу вищої освіти (ЗВО). Ця категорія студентів показала низький рівень засвоєння навчального матеріалу, уникання контактів з групою, або прояв агресії у взаємодії, конфлікти з викладачами, або навіть брак відвідування занять, що призводило до відрахування з університету (Грекова, Бурдіна, Грідіна, Ширикалова, 2023).

Дослідники вважають, що процес адаптації потребує відповідної педагогічної підтримки, зокрема визначення соціально-педагогічних умов, що сприяють ефективності цього процесу для студентів першого курсу. Серед таких умов важливе створення сприятливого навчального середовища, реалізація різних аспектів соціально-

виховної роботи зі студентами, а також впровадження відповідних організаційно-педагогічних умов у процес навчання.

Оцінюючи стан здоров'я першокурсників під час воєнного стану, Н. Діра та В. Череп'яна вказують на тісну залежність ефективності навчального процесу від фізичної підготовки та загального здоров'я студентів. Після ретельного аналізу різноманітних методів та засобів збереження здоров'я, які можуть бути використані для підвищення фізичного стану студентів-першокурсників, вони пропонують впровадження комплексної програми здоров'язбереження. Ця програма включає в себе різноманітні фізкультурні вправи, спеціальні дієтичні рекомендації та профілактичні заходи, спрямовані на збереження та підвищення здоров'я студентів-першокурсників під час періоду воєнного стану (Діра, Череп'яна, 2023).

У свою чергу, Н. Кордунова, І. Мудрак та Н. Дмитріюк фокусувалися на аналізі особливостей життєстійкості та адаптивності студентів в кризових ситуаціях. Отримані дослідження надають можливість розглядати адаптивність як ключовий аспект особистості, необхідний для успішної адаптації до діяльності у вкрай небезпечних умовах, забезпечуючи стійкість та надійність у професійній сфері. Адаптивність особистості відіграє значущу роль серед психологічних властивостей, які сприяють адаптації до екстремальних умов (Кордунова, Мудрак, Дмитріюк, 2021).

Згідно з результатами зазначеного вище дослідження, життєстійкість розглядається як невід'ємна складова адаптаційного потенціалу особистості, особливо важливого в студентському віці. У більшості студентів, що були досліджені, переважає високий або середній рівень як життєстійкості, так і адаптивності. Проте одна третина учасників має низькі показники, які свідчать про обмежений досвід та нестачу навичок у вирішенні проблем. Це може спричинити механізми уникнення та суттєво обмежити можливості адаптації особистості у кризових умовах. Науково підтверджено, що життєстійкість корелює з такими адаптивними показниками, як психічна стійкість, регулювання поведінки, адекватна самооцінка, об'єктивне уявлення про реальність та відповідність моральним нормам.

Проведений аналіз настроїв першокурсників-курсантів під час навчання в умовах військового конфлікту, А. Лип'юк та Л. Захаренко

виявили, що ситуація війни, обстріли столиці та перебування в укриттях цивільного захисту викликали у них стресові реакції, які різним чином відобразилися в їхній активності та сильно вплинули на їхнє самопочуття та поточний настрій під час опитування. Актуальний настрій першокурсників не характеризувався загальним негативним емоційним станом. Курсанти-першокурсники відчують різноманітні емоції, які визначили їхній настрій у момент опитування (Лип'юк, Захаренко, 2023).

За даними проведеного діагностичного дослідження щодо виявлення гендерних особливостей тривожності серед студентів-першокурсників у період воєнного конфлікту, відомості, підготовлені Л. Міхеєвою та О. Кулешовою, вказують на переважання андрогінних гендерних ролей у більшості студентів-першокурсників. Виявлено, що в середньому у студентів, особливо у жіночої статі, вищі показники тривожності порівняно з чоловіками. Тривожність у більшості випадків проявлялася через дратівливість, напруженість, розчарування, відчуття безвихіддя, а також емоційну нестабільність (Міхеєва, Кулешова, 2023).

Іншим аспектом, що досліджувався, була адаптація студентів-першокурсників до дистанційного навчання під час воєнного конфлікту, про який повідомила І. Непорада. Вона визначила, що успішність адаптації забезпечувалась психологічною підтримкою викладачів і родини, мотивацією до вивчення майбутньої професії, впровадженням нетрадиційних методів навчання і використанням інтерактивних інтернет-платформ. Також варто відзначити, що 75% студентів обрали дистанційну форму навчання, оскільки вона надає можливість вивчати вдома та уникати небезпеки під час повітряної тривоги. Дослідження також вказує на те, що студенти виявили певну успішність у пристосуванні до дистанційного навчання в сучасних умовах, але також відмітили недостатність комунікації з викладачами та однокурсниками (Непорада, 2023).

О. Нікітіна, яка зосереджувалася на вивченні впливу війни на стан здоров'я та життєдіяльність студентів-здобувачів вищої освіти, визначила, що у порівнянні з нормальним станом психічного здоров'я, опитані оцінювали свій стан таким чином: негативно (10 %), скоріше негативно, ніж позитивно (24 %), скоріше позитивно, ніж негативно (35 %), позитивно (6 %), а також були важкості з визначенням відповіді (25 %). Отримані результати вказують на

суттєвий вплив війни на стан здоров'я та життєдіяльність студентів-здобувачів вищої освіти, тому подальші дослідження мають зосереджуватися на виявленні способів подолання труднощів та проблем навчання в умовах війни (Нікітіна, 2022).

Також у своєму дослідженні психологічного впливу війни на образ життя студентів-здобувачів вищої освіти, О. Нікітіна виявила, що більше третини опитаних осіб відчували та продовжують відчувати стрес. Поширені почуття тривожності, страху, шоку, роздратованості, панічних атак, апатії тощо стали загальнопоширеними серед студентів-здобувачів вищої освіти. Висвітлені результати самозвітів студентів-здобувачів вищої освіти стосовно їхнього психічного та фізичного стану під час воєнного конфлікту порівняно зі звичайним періодом, окрім виявлення проблем у процесі навчання в умовах війни, дозволяють отримати об'ємне уявлення про психологічний вплив війни на студентське життя в сучасних умовах (Нікітіна, 2023).

Предметом дослідження було оцінити рівень поширеності психічних розладів у людей, які пережили війну на Балканах від 5 до 15 років тому, та визначити фактори, пов'язані з виникненням різних психічних розладів. Дослідники зазначали, що через кілька років після закінчення війни рівень поширеності психічних розладів серед постраждалих від війни людей різниться в різних країнах, але загалом високий. Досвід війни, на їх думку, пов'язаний із тривогою та розладами настрою, але не з розладами, пов'язаними з вживанням психоактивних речовин (Priebe, Bogic, Ajdukovic, Franciskovic, Galeazzi, Kucukalic (2010).

Психологічні реакції на стресори, пов'язані з війною, можуть бути класифіковані на наступні типи: (1) відсутність помітної реакції або незначний її прояв, (2) гострі емоційні та поведінкові реакції, (3) довготривалі ефекти. Діти, які стикаються зі стресовими факторами війни, можуть переживати широкий спектр психологічних проблем, таких як симптоми посттравматичного стресу, порушення настрою, зовнішню або деструктивну поведінку, а також соматичні симптоми, що залежать від інтенсивності впливу (Shaw, 2003).

Мішель Слоун та Ширі Манн, досліджуючи вплив війни, тероризму та збройних конфліктів на маленьких дітей, у своїх дослідженнях виявили, що ці наслідки включають посттравматичний стресовий розлад та симптоми посттравматичного стресу, емоційні та

поведінкові прояви, проблеми зі сном, порушення розвитку та психосоматичні симптоми. Вони також встановили кореляції між психопатологією батьків і дітей, а також відзначили, що сімейне оточення та функціонування батьків є модераторами взаємозв'язку між впливом стресу і результатами у дітей (Slone, Mann, 2016).

Заслуговує уваги аналіз глобальної трансформації систем психічного здоров'я, його принципів та політичних рекомендації (Patel, Saxena, Lund, Kohrt, 2023) та вивчення шляхів до парадигми психічного здоров'я молоді, її перспектив та дорожньої карти (Uhlhaas, Davey, Mehta, 2023).

Мета статті: емпіричне вивчення психічного здоров'я першокурсників ЗВО в умовах воєнного стану.

**Методи та процедура дослідження.** У дослідженні взяли участь 100 студентів перших курсів Волинського національного університету імені Лесі Українки. Для досягнення поставленої мети ми склали програму дослідження, до її складу увійшли чотири діагностичні інструментарії: опитувальник «Самооцінка станів тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності» (адаптований варіант методики Г. Айзенка), тест «Стійкість до стресу», опитувальник для вимірювання локус контролю здоров'я (K. Wallston, B.S. Wallston, & R. Devellis) (адаптація Л. Карамушки, К. Терещенко, О. Креденцер), методика «Шкала позитивного ментального здоров'я» (Positive mental health scale (pmh-scale)) (J. Lukat, J. Margraf, R. Lutz, W.M. Van Der Veld, & E.S. Becker) (адаптація Л. Карамушки, О. Креденцер, К. Терещенко). Апробація програми відбулася у березні 2024 року.

**Обговорення результатів.** Опитувальник Г. Айзенка дозволяє оптанту оцінити рівні таких станів:

- тривожність – схильність до надмірного хвилювання, за наявної чи прогнозованої ситуації, ситуації, яка потенційно становить певну загрозу для певної особи;

- фрустрація – це стан, який спровокувала ситуація неспроможності зреалізувати заплановані наміри;

- агресивність – негативні почуття на кшталт афективних спалахів гніву чи люті, які супроводжують та направляють дії на об'єкт роздратування;

- ригідність - стан особистості викликаний небажанням її пристосовуватися до мінливих умов буття. Таким персоналіям доволі

проблематично вийти із зони власного комфорту, яку вони ж і створили.

Аналіз отриманих результатів виявив наступну тенденцію: низький рівень тривожності виявлено у 30% опитантів, середній -57% і високий у 13%. Найнижчий рівень фрустрації було визначено у 23% слухачів, середній – 64%, високий – 13%. Здобувачів з низьким рівнем агресивності виявилось 43%, з середнім – 46%, з високим -11%. Рівні ригідності у опитантів розподілилися наступним чином: найнижчий у 32%, середній -54%, високий -14% (табл. 1, рис.1).

Таблиця 1

### Результати за методикою Г. Айзенка

Рівні	Тривожність	Фрустрація	Агресивність	Ригідність
	%	%	%	%
Низький	30	23	43	32
Середній	57	64	46	54
Високий	13	13	11	14

Отримані результати вказують, що серед респондентів з нашої вибірки більшість амбівалентні за показниками тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності. Тобто, у поведінці, в залежності від обставин, вони переживають, хвилюються, навіть проявляють агресивність, коли зустрічаються з певними труднощами на шляху до мети. Помірний рівень ригідності у більшості гіпотетично пов'язаний з тим, що вони визначилися з майбутньою професією, яку й засвоюють в обраному навчальному закладі. Умови навчання, комунікативної взаємодії їх повністю задовольняють, а тому перебувають в умовах відносної комфортності та стабільності. Це саме стосується й осіб, що мають низькі показники стану тривожності, агресивності та фрустрації. Респонденти з високими показниками перерахованих станів, напевно, болісно пережили, переживають процес адаптації до нових реалій. Підставою цьому може бути слабкість нервової системи, невміння швидко адаптуватися до професійного навчання. Це може слугувати причиною погіршення психічного здоров'я.



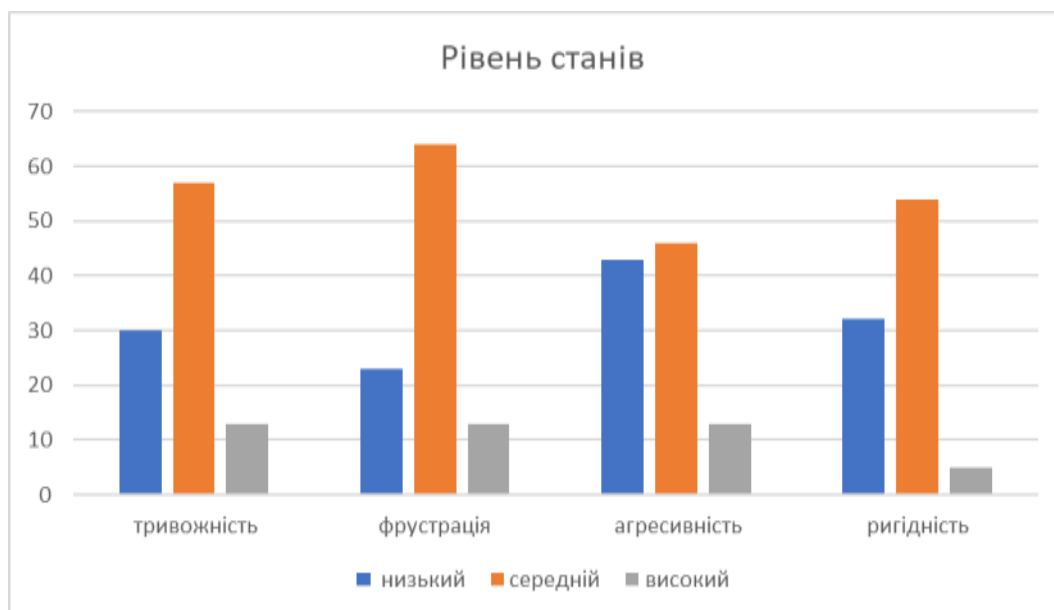


Рис. 1 Результати за тестом Айзенка, %

Наступним був тест на визначення стійкості до стресу. Вона являє собою сформовану конгломерацію індивідуальних можливостей, що забезпечують баланс(рівновагу) та ефективно протистояння різного роду надмірних інтелектуальних, вольових та емоційних впливів, без помітних шкідливих наслідків для свого здоров'я. За його результатами було виявлено опитантів з рівнями стійкості до стресу: низьким - 6% , середнім – 73%, високим – 21%. (рис. 2).



Рис. 2. Рівні стресостійкості у першокурсників, %

За результатами цього тесту є очевидним той факт, що більшість респондентів володіють амбівалентним рівнем та високим рівнем стресостійкості. Вони доволі успішно протидіють різного роду негативних факторів, що можуть порушити внутрішню рівновагу (баланс). Це доволі позитивна тенденція, оскільки молоді люди

раннього юнацького віку спроможні протистояти різного роду надмірних інтелектуальних, вольових та емоційних впливів, без помітних шкідливих наслідків для свого здоров'я. Чого не скажеш про нечисленну групу їхніх однолітків, які володіють низькою здатністю протидіяти такого роду впливам.

Відповіді на питання «Опитувальника з вимірювання локус ендоконтролю здоров'я» розкривають варіативність способів контролю оптантами власного здоров'я. Вона представлена у вигляді трьох шкал (блоків). Блок А – впевненість у власній спроможності контролювати самопочуття. Блок Б – переконаність, що відповідальність за власне здоров'я несуть «могутні інші» (ескулапи). Блок В – суб'єкт певний у тому, що його самопочуття залежне від випадку, або долі. Результати кожного з них ранжуються від бдо 30 балів.

Блок А: низький рівень виявлено у 17% респондентів, середній – 60%, високий – 23%.

Блок Б: низький - 37%, середній – 51%, високий -12%.

Блок В: низький-27%, середній – 51%, високий – 22%.

За результатами опитування ми з'ясували, що переважна більшість респондентів з нашої вибірки продемонстрували середні показники по всім трьом блоках. Це ознака того, що вони в оптимальній мірі усвідомлюють й контролюють власне самопочуття; плекають надію на допомогу «могутніх інших» (лікарів, батьків, інших осіб), лікувальні дії яких приведуть до одужання, хоча, не відкидають можливості впливу на стан здоров'я таких факторів як везіння, позитивні обставини, які позитивно вплинуть на їхній фізичний стан. У відповідях іншої половини респондентів ми виявили неоднозначність у розстановці пріоритетів. Одна частина (22%) повністю покладається на сприятливі зовнішні обставини (зі мною все буде гаразд, так склалися обставини). Тим самим демонструючи екстернальний локус контроль. Інші, картають себе у разі нездужання. Вони ж покладаються винятково на себе, на самоконтроль свого стану. Їх найменше число, з інтернальним локус контролем виявлено 17% респондентів (рис 3).

Завершальною методикою із нашої програми була «Шкала позитивного ментального здоров'я». Її застосування сприяло визначенню позитивної налаштованості ментального здоров'я. Воно має вираз у позитивних почуттях, що засвідчують стани щастя та

добробуту, завдяки яким суб'єкт з натхненням втілює свої наміри та демонструє весь творчий потенціал. Ментальне здоров'я надає нам можливості ефективно протидіяти різного роду життєвим негараздам, а також плідно працювати та залишити вагомий внесок у суспільне буття.

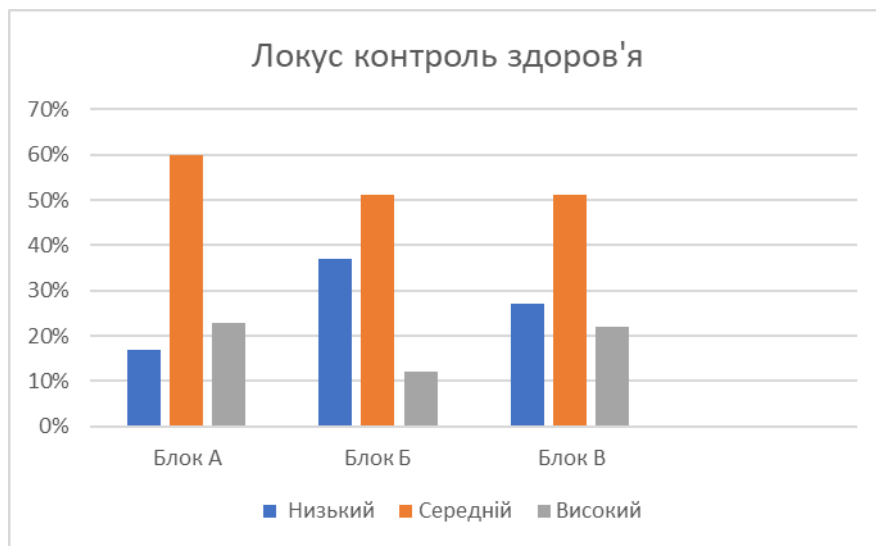
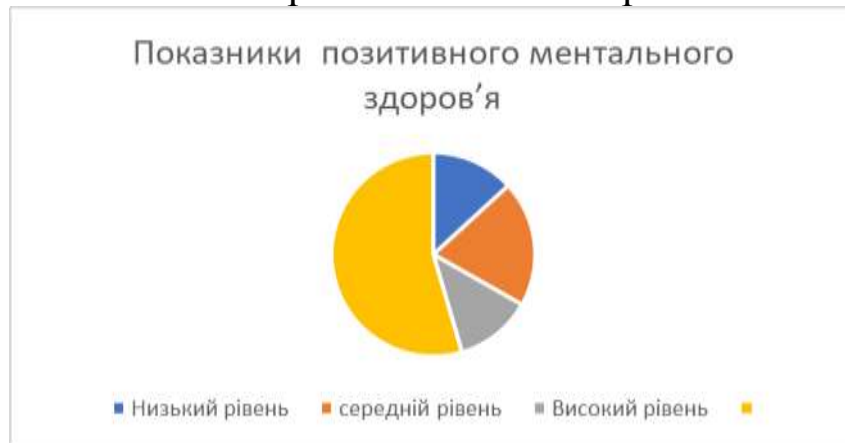


Рис. 3 Результати дослідження локусу контролю здоров'я, %

Цей важливий аспект якісно позначається на життєвому тонусі суб'єкта, підсилює його стійкість до негативних емоційних потрясінь та допомагає у налагодженні нових стосунків комунікацій. Проаналізувавши отримані відповіді ми диференціювали їх за запропонованими у методиці рівнями: низький виявлено у 29% респондентів, середній – 44%, високий – 27%. Вони засвідчують, що більшість студентів раннього юнацького віку демонструють нестабільну позицію у питаннях задоволеності власним життям, впевненістю у собі, а також амбівалентні у спроможності здолати життєві негаразди. Інші дві групи опитаних більше тяжіють до взаємопротилежних полюсів в оцінці власного ментального здоров'я. У 29% відсотків респондентів ми виявили низькі показники за шкалою оцінки власного ментального здоров'я. Вони не особливо щасливі, задоволені життям, не впевнені у своїх можливостях здолати різного негаразди й взагалі до всього, що відбувається навколо них проглядається песимістичне ставлення (рис. 4).

Узагальнюючі отримані результати ми встановили ряд кореляційних зв'язків між показниками різних діагностичних методик. Найбільша кількість респондентів із середніми показниками. Це середньостатистичне число, яке знаходиться між

крайніми полюсами: низький рівень та високий рівень.



**Рис 4. Рівні ментального здоров'я, %**

Перевага пояснюється ще й тим, що опитанти, які брали участь у нашому емпіричному дослідженні навчаються на першому курсі, молоді за віком та не володіють достатнім досвідом тому прослідковується певний дуалізм у позиціях до певних питань. Стосовно інших осіб, у яких було визначено крайні показники: низький та високий рівень, то така тенденція спостерігалася у результатах всіх задіяних діагностичних методиках. Це можна пояснити тим, що у них сформувалася певне бачення свого психічного здоров'я, які негаразди можуть його порушити та в які спосіб їм протидіяти. Одна частина з них покладається виключно на зовнішні (екстернальний локус контролю) обставини: удача, посмішка долі. Інша частина покладається виключно на себе та власний потенціал у протидії різного роду негараздів. Яка із цих позицій є вірною нам судити важко, оскільки використаний в емпіричному дослідженні діагностичний інструментарій такої відповіді не дає. Все залежить від того наскільки буде ефективна протидія негативним впливам, заради збереження психічного здоров'я.

**Висновки і перспективи.** За результатами дослідження було виявлено, що більшість молодих людей раннього юнацького віку дотримуються амбівалентної позиції у виборі стратегії оцінки власних емоційних станів та дотримуються такої ж тактики у виборі варіантів підтримки та збереження психічного здоров'я в умовах воєнного стану. Вони ригідні у варіантах її зміни, оскільки такі дії перевірені на ефективність, а тому мають практичну цінність. Така стратегія поведінки допомагає утримувати рівень тривожності,

стресостійкості та агресії на середніх показниках, зберігати внутрішній емоційний баланс та відчувати себе здоровим і щасливим.

Інша частина респондентів, які взяли участь у нашому емпіричному дослідженні, тяжіють до крайніх варіантів контролю за власним фізичним станом. Юнаки з екстернальним локусом контролю більше покладаються на допомогу зовнішніх обставин, що стануть у нагоді для повернення внутрішньої гармонії. Студенти з інтернальним локусом контролю розраховують виключно на себе при виборі варіанту збереження психічного здоров'я. Яка із цих позицій є більш раціональною визначити складно, важливо, щоб вона була максимально ефективна у підтримці психічного здоров'я. Що і актуалізує дослідження окресленої проблематики.

Проведене теоретико-емпіричне дослідження підтверджує ефективність запропонованої діагностичної програми психічного здоров'я першокурсників закладів вищої освіти в умовах воєнного стану. Перспективу подальших досліджень ми вбачаємо розробці програм емпіричного дослідження інших складових психічного здоров'я та залучення до дослідження осіб різного віку.

#### Література

1. Алфузова, Г. В., Найдьонова, Г. О., & Кротенко В. І. (2022). Особливості психічного здоров'я першокурсників на етапі адаптації до професійного навчання в умовах воєнного стану. *Габітус*, (41), 278–283. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit\\_2022\\_41\\_51](http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2022_41_51)
2. Афанасьєва, Н. Є. Особливості взаємозв'язку соціально-психологічної адаптації, стресостійкості й життєстійкості у першокурсників. *Теорія і практика підготовки конкурентоспроможного фахівця як вектор освітніх парадигм* : Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (30-33). 29-30 вересня, 2022, року, м. Тернопіль) / За заг. ред. Б. Б. Буяка, В. М. Чайки, М. О. Орап. Тернопіль, Україна : Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка.
3. Грекова, А. В., Бурдіна, Я. Ф., Грідіна, І. Р., & Ширікалова, А. О. (2023). Вплив воєнного стану на адаптацію студентів першого курсу медичного університету. *Одеський медичний журнал*, (2), 111–117. <https://doi.org/10.32782/2226-2008-2023-2-21>
4. Діра, Н.О., & Череп'яна, В. С. Дослідження стану здоров'я студентів-першокурсників в умовах військового стану. *Продовольча та екологічна безпека в умовах війни та повоєнної відбудови: виклики для України та світу: мат. міжн. наук.-практ. конф., секція 4: Якість освіти та гуманітарна наука в умовах війни та глобальних викликів* (284-288). 25 травня, 2023, Київ, Україна. URL: [https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u381/sekciya\\_4\\_yakist\\_osviti\\_i\\_gumanitarna\\_nauka.pdf#page=284](https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u381/sekciya_4_yakist_osviti_i_gumanitarna_nauka.pdf#page=284)
5. Кордунова, Н., Мудрак, І., & Дмитріюк Н. (2021). Особливості життєстійкості та адаптивності студентів у кризових ситуаціях. *Психологічні перспективи*, (38), 96–109. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-38-96-109>
6. Коструба, Н., & Фіщук, О. (2023). Психічне здоров'я в умовах кризи. Луцьк : Вежа-Друк. <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/23402>

7. Лип'юк, А., & Захаренко, Л. (2023). Характеристика настрою курсантів-першокурсників під час офлайн навчання в умовах воєнного стану. *Вісник Національного університету оборони України*, 73(3), 97–105. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-73-3-97-105>
8. Міхеєва, Л., & Кулешова, О. (2023). Гендерні особливості прояву тривожності в студентів-першокурсників в умовах війни. *Psychology Travelogs*, (3), 28–39. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-3-3>
9. Непорада, І. (2023). Адаптація студентів-першокурсників до дистанційного навчання в умовах воєнного стану. *Імідж сучасного педагога*, (1), 39–44. <http://surl.li/oupto>
10. Нікітіна, О. П. Вплив війни на стан здоров'я і життєдіяльність здобувачів вищої освіти. *Освітній процес в умовах воєнного стану в Україні* : матеріали всеукраїнського науково-педагогічного підвищення кваліфікації (319-321). 3 травня – 13 червня, 2022 року. Одеса, Україна : Видавничий дім «Гельветика». <http://surl.li/oupto>
11. Нікітіна, О. П. (2023). Психологічний вплив війни на образ життя особистості сучасного студента. *Габітус*, (48), (120–124). <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.48.21>
12. Patel, V., Saxena, S., Lund, C. Kohrt, B., et al. (2023). Transforming mental health systems globally: principles and policy recommendations. *Health policy*, 402 (10402), 656-666. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)00918-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)00918-2)
13. Priebe, S., Bogic, M., Ajdukovic, D., Franciskovic, T., Galeazzi, G. M., & Kucukalic, A., et al. (2010). *Mental disorders following war in the Balkans a study in 5 countries*. *Arch. Gen. Psychiatry* 67, 518–528. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry>.
14. Shaw, J.A. (2003). Children exposed to war/terrorism. *Clin Child Fam Psychol Rev*, 6(4), 237–246. <https://doi.org/10.1023/b:ccfp.0000006291.10180.bd>
15. Slone, M., & Mann, S. (2016). Effects of war, terrorism and armed conflict on young children: a systematic review. *Child Psychiatry Hum Dev*, 47(6), 950–965. <https://doi.org/10.1007/s10578-016-0626-7>
16. Uhlhaas, P.J., Davey, C.G., Mehta, U.M. et al. (2023). Towards a youth mental health paradigm: a perspective and roadmap. *Mol Psychiatry* 28, 3171–3181 <https://doi.org/10.1038/s41380-023-02202-z>

## References

1. Alfuzova, H. V., Naidonova, H. O., & Krotenko V. I. (2022). Osoblyvosti psykhychnoho zdorovia pershokursnykiv na etapi adaptatsii do profesiinoho navchannia v umovakh voiennoho stanu. [Peculiarities of Mental Health of Freshmen at the Stage of Adaptation to Professional Training in the Conditions of Martial Law] *Habitus*, 41, 278–283. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit\\_2022\\_41\\_51](http://nbuv.gov.ua/UJRN/habit_2022_41_51) [in Ukrainian].
2. Afanasieva, N. Ye. Osoblyvosti vzaiemozviazku sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii, stresostiikosti y zhyttieestiikosti u pershokursnykiv. [Особливості взаємозв'язку соціально-психологічної адаптації, стресостійкості й життєстійкості у першокурсників] *Teoriia i praktyka pidhotovky konkurentospromozhnoho fakhivtsia yak vektor osvitykh paradyhm* : Materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (30-33). 29-30 veresnia, 2022, roku, m. Ternopil) / Za zah. red. B. B. Buiaka, V. M. Chaiky, M. O. Orap. Ternopil, Ukraina : Ternopilskiy natsionalnyi pedahohichnyi universytet imeni Volodymyra Hnatiuka. [in Ukrainian].
3. Hrekova, A. V., Burdina, Ya. F., Hridina, I. R., & Shyrykalova, A. O. (2023). Vplyv voiennoho stanu na adaptatsiiu studentiv pershoho kursu medychnoho universytetu. [The impact of martial law on the adaptation of first-year medical students] *Odeskyi medychnyi zhurnal*, 2, 111–117. <https://doi.org/10.32782/2226-2008-2023-2-21> [in Ukrainian].
4. Dira, N.O., & Cherepiana, V. S. Doslidzhennia stanu zdorovia studentiv-pershokursnykiv v umovakh viiskovoho stanu. [Study of the health status of first-year students under martial law] *Prodovolcha ta ekolohichna bezpeka v umovakh viiny ta povoiennoi vidbudovy*:

vyklyky dlia Ukrainy ta svitu: mat. mizhn. nauk.-prakt. konf., sektsiia 4: Yakist osvity ta humanitarna nauka v umovakh viiny ta hlobalnykh vyklykiv (284-288). 25 travnia, 2023, Kyiv, Ukraina.

[https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u381/sekciya\\_4\\_yakist\\_osviti\\_i\\_gumanitarna\\_nauka.pdf#page=284](https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u381/sekciya_4_yakist_osviti_i_gumanitarna_nauka.pdf#page=284) [in Ukrainian].

5. Kordunova, N., Mudrak, I., & Dmytriuk N. (2021). Osoblyvosti zhyttiistykosti ta adaptyvnosti studentiv u kryzovykh sytuatsiakh. [Features of students' resilience and adaptability in crisis situations] *Psykholohichni perspektyvy – Psychological Prospects Journal*, 38, 96–109. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2021-38-96-109> [in Ukrainian].

6. Kostruba, N., & Fishchuk, O. (2023). Psykhichne zdorovia v umovakh kryzy. [Peculiarities of Mental Health of Freshmen at the Stage of Adaptation to Professional Training in the Conditions of Martial Law]. Lutsk: Vezha-Druk. <https://evnuir.vnu.edu.ua/handle/123456789/23402> [in Ukrainian].

7. Lypiuk, A., & Zakharenko, L. (2023). Kharakterystyka nastroiu kursantiv-pershokursnykiv pid chas oflain navchannia v umovakh voiennoho stanu. [Characteristics of the mood of first-year cadets during offline training under martial law] *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 73(3), 97–105. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-73-3-97-105> [in Ukrainian].

8. Mikheieva, L., & Kuleshova, O. (2023). Henderni osoblyvosti proiavu tryvozhnosti v studentiv-pershokursnykiv v umovakh viiny. [Gender peculiarities of anxiety manifestation in first-year students in war conditions] *Psychology Travelogs*, 3, 28–39. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-3-3> [in Ukrainian].

9. Neporada, I. (2023). Adaptatsiia studentiv-pershokursnykiv do dystantsiinoho navchannia v umovakh voiennoho stanu. [Adaptation of first-year students to distance learning under martial law] *Imidzh suchasnoho pedahoha*, 1, 39–44. URL: <http://surl.li/oupto> [in Ukrainian].

10. Nikitina, O. P. Vplyv viiny na stan zdorovia i zhyttiediialnist zdobuvachiv vyshchoi osvity [The impact of war on the health and life of higher education students]. *Osvitnii protses v umovakh voiennoho stanu v Ukraini : materialy vseukrainskoho naukovo-pedahohichnoho pidvyshchennia kvalifikatsii* (319-321). 3 travnia – 13 chervnia, 2022 roku. Odesa, Ukraina : Vydavnychi dim «Helvetyka». <http://surl.li/oupto> [in Ukrainian].

11. Nikitina, O. P. (2023). Psykholohichni vplyv viiny na obraz zhyttia osobystosti suchasnoho studenta. [The psychological impact of war on the lifestyle of a modern student]. *Habitus*, 48, (120–124). <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.48.21> [in Ukrainian].

12. Patel, V., Saxena, S., Lund, C. Kohrt, B., et al. (2023). Transforming mental health systems globally: principles and policy recommendations. *Health policy*, 402 (10402), 656-666. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(23\)00918-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(23)00918-2)

13. Priebe, S., Bogic, M., Ajdukovic, D., Franciskovic, T., Galeazzi, G. M., & Kucukalic, A., et al. (2010). Mental disorders following war in the Balkans a study in 5 countries. *Arch. Gen. Psychiatry*, 67, 518–528. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry>

14. Shaw, J.A. (2003). Children exposed to war/terrorism. *Clin Child Fam Psychol Rev*, 6(4), 237–246. <https://doi.org/10.1023/b:ccfp.0000006291.10180.bd>

15. Slone, M., & Mann, S. (2016). Effects of war, terrorism and armed conflict on young children: a systematic review. *Child Psychiatry Hum Dev*, 47(6), 950–965. <https://doi.org/10.1007/s10578-016-0626-7>

16. Uhlhaas, P.J., Davey, C.G., Mehta, U.M. et al. (2023). Towards a youth mental health paradigm: a perspective and roadmap. *Mol Psychiatry*, 28, 3171–3181 <https://doi.org/10.1038/s41380-023-02202-z>

Received: 02.02.2024

Accepted: 09.03.2024

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДІТЕЙ, ПОСТРАЖДАЛИХ ВІД СІМЕЙНОГО НАСИЛЬСТВА

**Кульчицька Анна**

Волинський національний університет ім. Лесі Українки  
м. Луцьк, Україна

[kulchucka.anna@vnu.edu.ua](mailto:kulchucka.anna@vnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1350-6556>

**Федотова Тетяна**

Волинський національний університет ім. Лесі Українки  
м. Луцьк, Україна

[Fedotova.Tetiana@vnu.edu.ua](mailto:Fedotova.Tetiana@vnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1975-9925>

**Кихтюк Оксана**

Волинський національний університет ім. Лесі Українки  
м. Луцьк, Україна

[kuhtuik.oksana@vnu.edu.ua](mailto:kuhtuik.oksana@vnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8569-1896>

**Мета.** У статті розкрита проблема сімейного насильства в психології та дослідження соціально-психологічних особливостей дітей, постраждалих від сімейного насильства.

**Методи.** Для досягнення мети у дослідженні було використано наступні методи: копінг-тест Лазаруса, методика спрямованості особистості В. Смекала, М. Кучера; особистісний опитувальник FPI (модифіковану форму В), методика діагностики показників та форм агресії А. Басса та А. Дарки; методи математичної статистики, зокрема (визначення середніх величин, відсотковий та кореляційний аналіз, ф-кутовий перетворення Фішера).

**Результати.** Згідно результатів опитаних підлітків за обраними методиками було встановлено, що підлітки, які зазнали сімейне насильство чи були його свідками: орієнтовані на завдання та на себе, у складних життєвих обставинах швидше вони демонструють копінг-поведінку: дистанціювання, пошуку соціальної підтримки та втечу-уникнення; вони характеризуються високим рівнем: невротичності, депресивності, дратівливості, сором'язливості, відкритості та емоційної лабільності, вербальної агресії, підозрілості, образливості, непрямую та фізичною агресивністю.



В свою чергу в підлітків, стосовно яких не було вчинено протиправних дій з боку батьків/опікунів і загалом вони не зазнавали якихось насильницьких дій (булінгу) в соціальних групах, встановлено: направленість на себе та на розбудову міжособистісних взаємин; в складних ситуаціях вони вдаються до конфронтаційного копінгу, соціальної підтримки та позитивної переоцінки ситуації; з одної сторони, вони вирізняються більшою врівноваженістю, з іншої – демонструють дратівливість, емоційну лабільність, негативізм, роздратування, підозрілість та вербальну агресію. Також в обох групах підлітків визначено певний рівень спонтанної агресивності, товариськості, реактивної агресивності, амбівертованість та андрогінну гендерну ідентичність.

**Висновки.** Соціально-психологічні особливості дітей, що постраждали від сімейного насилля характеризуються в опитаних підлітків певним зв'язком. А саме в підлітків, що зазнали насильства було визначено зв'язок: дистанціювання з депресивністю, втечі-уникнення з невротичністю та реактивною агресивністю; спрямованості на себе з копінгом пошуку соціальної підтримки та негативного зв'язку з сором'язливістю. В підлітків, щодо яких не було насильства в сім'ї, встановлено зв'язки: копінгу планування вирішення проблем з спрямованістю на взаємодію, позитивної переоцінки з товариськістю; негативний зв'язок – пошуку соціальної підтримки з невротичністю та депресивністю.

**Ключові слова:** сімейне насильство, копінг-стратегії, спрямованість особистості, форми агресії.

### **Anna Kulchytska, Tetiana Fedotova, Oksana Kyhtuik. Socio-psychological characteristics of children victims of family violence.**

**Purpose.** The article reveals the problem of family violence in psychology and the study of socio-psychological characteristics of children affected by family violence.

**Methods.** In order to achieve the goal, the following methods were used in the study: Lazarus coping test, personality orientation method" V. Smekala, M. Kuchera; personal questionnaire FPI (modified form B), method of diagnosis of indicators and forms of aggression by A. Bass and A. Darka; methods of mathematical statistics, in particular (determination of average values, percentage and correlation analysis, Fisher's  $\phi$ -angle transformation).

**Results.** According to the results of the interviewed teenagers using the selected methods, it was established that teenagers who have experienced family violence or witnessed it: are task- and self-oriented, in difficult life circumstances they are more likely to demonstrate coping behavior: distancing, seeking social support, and escape-avoidance; they are characterized by a high level of: neuroticism, depression, irritability, shyness, openness and emotional lability, verbal aggression, suspiciousness, offensiveness, indirect and physical aggressiveness.

On the other hand, adolescents who were not subjected to illegal actions by their parents/guardians and generally did not experience any violent actions (bullying) in social groups were found to be: focused on themselves and on building

interpersonal relationships; in difficult situations, they resort to confrontational coping, social support and positive reassessment of the situation; on the one hand, they are more balanced, on the other hand, they demonstrate irritability, emotional lability, negativism, irritation, suspicion, and verbal aggression. Also, a certain level of spontaneous aggressiveness, sociability, reactive aggressiveness, ambiversion and androgynous gender identity was determined in both groups of teenagers.

**Conclusions.** Socio-psychological features of children affected by family violence are characterized by a certain connection among the interviewed teenagers. Namely, in adolescents who have experienced violence, a connection was determined: distancing with depression, escape-avoidance with neuroticism and reactive aggressiveness; self-directedness with coping seeking social support and negative association with shyness. In adolescents who did not experience violence in the family, connections were established: coping, problem solving planning with a focus on interaction, positive reevaluation with sociability; a negative relationship between the search for social support and neuroticism and depression.

**Keywords:** family violence, coping strategies, personality orientation, forms of aggression.

**Вступ.** Проблема сімейного насильства є надзвичайно актуальною в сучасному суспільстві. Вона залишається однією з найсерйозніших соціальних проблем, оскільки зустрічається в багатьох родинах у всьому світі. Сімейне насильство негативно впливає на фізичне та психічне здоров'я осіб, що страждають від нього, насамперед дітей, які можуть бути його свідками чи власне зазнають його. Насильство в родині загалом порушує права людини та може призвести до руйнування сімей, створює психологічний стрес та травмує всіх членів родини.

Неабиякої актуальності набуває проблема сімейного насильства в умовах війни, адже багато сімей опиняються у складних життєвих обставинах і дорослі не можуть часто впоратися з ними самотужки й виплескують свої емоції на дітях.

**Мета** дослідження полягає у дослідженні проблеми сімейного насильства в психології та дослідженні соціально-психологічних особливостей дітей, постраждалих від сімейного насильства. Виходячи з поставленої мети нами були заплановані наступні завдання: проаналізувати проблему сімейного насильства в психології; визначити соціально-психологічні особливості дітей, постраждалих від сімейного насильства; обґрунтувати емпіричні методи дослідження, вибірку та організацію дослідження; провести емпіричне дослідження соціально-психологічних особливостей дітей,

постраждалих від сімейного насильства; дати інтерпретацію отриманих результатів.

**Методи та процедура дослідження.** У дослідженні застосовувалися такі емпіричні методика: копінг-тест Лазаруса, методика спрямованості особистості» В. Смекала, М. Кучера; особистісний опитувальник FPI (модифіковану форму В), методика діагностики показників та форм агресії А. Басса та А. Дарки; методи математичної статистики, зокрема (визначення середніх величин, відсотковий та кореляційний аналіз,  $\phi$ -кутовий перетворення Фішера).

Емпіричне дослідження було проведене на базі Відділення з надання притулку для жінок та дітей, які постраждали від домашнього насилля Центру соціально-психологічної служби (місто Трускавець) у Львівській області. Було опитано 55 осіб віком 14-15 років, серед них 21 хлопець та 34 дівчинки. Дослідження проводилось впродовж 2022-2023 року.

**Обговорення результатів.** На підставі теоретичного аналізу досліджуваної проблеми констатуємо, що сімейне насилля є надзвичайно складною соціальною проблемою. Проблему сімейного насилля освітлювали багато дослідників. Так, теоретичні аспекти сімейного насилля вивчалися Л. Герасіною (Герасіна, 2015), І. Зверєвою, М. Максимовою (Максимова, Мілютіна, 2003), А. Кульчицька (Кульчицька, 2023), Т. Федотова (Кульчицька, Федотова, 2019). Соціально-психологічні аспекти вивчалися Н. Максимовою (Максимова, 2003), І. Трубавіною та К. Мілютіною (Трубавіна, 2002). Як запобігти сімейному насиллю вивчали А. Довженко, Я. Юрківа, А. Присяжнюк (Довженко, Присяжнюк, Ганцюра, 2004; Altafim et al., 2024; Abrahamyan et al., 2024; Zavala, & Caraballo, 2024).

У залежності від форми вияву насилля можна виділити такі види насилля: фізичне насилля; психологічне насилля; економічне насилля; сексуальне насилля. Фізичне насилля є формою сімейного насилля і характеризується заподіянням побоїв, тілесних ушкоджень різного ступеня важкості, не надання індивіду із небезпечним для життя станом допомоги, завдання смерті, або нелегітимне позбавлення волі постраждалого. Психологічне насилля – є формою сімейного насилля, що включає в себе словесні образи чи погрози, зневагу, залякування чи переслідування, а також інші дії, які є спрямовані на обмеження вияву власних думок або волі потерпілого;

репродуктивний контроль; інші дії, що призводять до страху щодо власної безпеки або безпеки інших осіб, невпевненість у собі, неспроможність захистити себе, може призвести до психічних розладів у постраждалого.

Економічне насилля – є формою сімейного насилля, що характеризується навмисним позбавленням постраждалого рухомого або нерухомого майна, документів, грошей, їжі чи одягу, або змоги користуватися ними. Також до економічного насилля відноситься примус до роботи або навпаки заборона працювати, отримувати послуги із лікування або реабілітації, здобувати освіту, отримувати догляд чи піклування. Сексуальне насилля – вид насилля, що характеризується наявністю будь-яких діянь сексуального характеру, що вчинені щодо повнолітньої особи, стосовно дорослої особи без її погодження, або по відношенню до дитини із її згодою, або у присутності неповнолітньої особи, а також порушення проти статевої свободи чи недоторканості особи (Степаненко, 2023).

Фактори ризику появи сімейного насильства: склад сім'ї; наявність/відсутність батьків; соціально-психологічні відмінності подружжя; перенесення досвіду сімейного виховання у сім'ю та стосунки з партнером; фізична, соціальна та емоційна ізоляція сім'ї; конфліктні/насильницькі сімейні взаємини. До факторів ризику, пов'язаних із особистістю дитини, належать: небажаність дитини; фізичний стан дитини, зв'язок із матір'ю; кількість дітей в сім'ї; наявність вроджених або набутих патологій; розлади поведінки. Потенційний агресор характеризується: агресивністю, емоційною лабільністю, залежністю, замкнутістю, імпульсивністю, низькою самооцінкою, низькою стресостійкістю, низьким рівнем емпатії, підозрілістю, ригідністю, роздратованістю, тривожністю; а також проблемами із здоров'ям, наявністю психологічних та психічних проблем тощо (Закон України, 2018).

На першому етапі емпіричного дослідження було встановлено конкретний тип спрямованості особистості. З цією метою використовувалась методика спрямованості особистості В. Смекала і М. Кучера (Клімов, Седляр, Янцур, 1995). За допомогою даної методики нам вдалось визначити: направленість на себе; направленість на взаємини; а також направленість на завдання. Порівнюючи відсотковий розподіл опитаних підлітків за шкалами методики, ми спостерігаємо цікаві факти: в підлітків

експериментальної групи домінують такі види спрямованості як: спрямованість на завдання та на себе (40% діагностованих за двома видами); а в дітей контрольної групи існує певна ієрархія спрямованості: спрямованість на себе (43% діагностованих), спрямованість на взаємостосунки (36%), спрямованість на завдання (21%).

Тобто бачимо, що підлітки експериментальної групи швидше орієнтовані на завдання та на себе, тоді як в підлітків контрольної групи більша відсоткова направленість на себе та на розбудову міжособистісних взаємин.

Варто наголосити, що особи експериментальної групи характеризуються переважанням мотивів власного благополуччя та зайняті своїми почуттями, думками та емоціями, також вони орієнтовані на прагнення до пізнання та оволодіння новими навичками та вміннями. Ймовірно це можна пояснити їх потребою змінити те соціальне середовище, в якому вони перебувають.

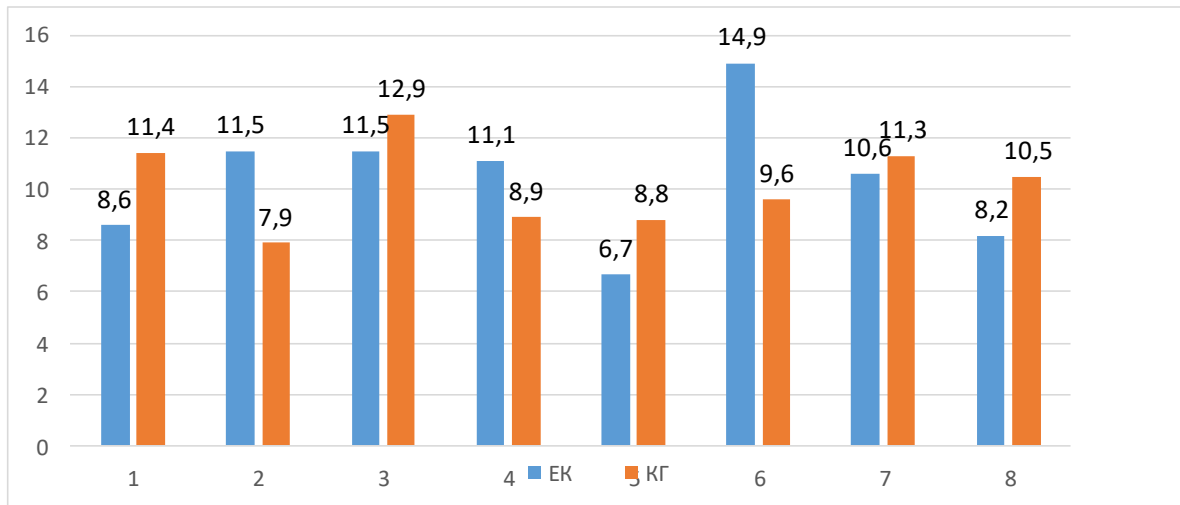
Підлітки контрольної групи також орієнтовані на себе, проте це швидше прагнення особистої першості, переваги над іншими та отримання певного соціального статусу серед однолітків, що й підтверджує їх надмірна направленість на взаємини, бажання мати широку соціальну мережу та коло спілкування.

За результатами копінг-тесту Лазаруса (Р. Лазаруса, С. Фолкман) (Folkman, Lazarus, 1980), обчислюються показники за такими шкалами, що подані на рис. 1: конфронтаційний копінг; дистанціювання; самоконтроль; пошук соціальної підтримки; прийняття відповідальності; втеча-уникнення; планування рішення проблеми; позитивна переоцінка.

Згідно результатів даної методики несуттєві відмінності у показниках респондентів двох груп визначено за шкалами: самоконтроль ( $X_{сер}=11,5$  – в ЕК,  $X_{сер}=12,9$  – в КГ), прийняття відповідальності ( $X_{сер}=6,7$  – в ЕК,  $X_{сер}=8,8$  – в КГ) та планування рішення проблеми ( $X_{сер}=10,6$  – в КГ,  $X_{сер}=11,3$  – в КГ).

За рештою шкал методики показники значно різняться: в експериментальній групі вищими визначено результати за шкалами: дистанціювання –  $X_{сер}=11,5$  (в іншій –  $X_{сер}=7,9$ ), пошук соціальної підтримки –  $X_{сер}=11,1$  ( $X_{сер}=8,9$  – в другій) та втеча-уникнення  $X_{сер}=14,9$  ( $X_{сер}=9,6$  – в контрольній групі). А в підлітків контрольної групи виявлено вищі показники за копінгами:

конфронтаційний –  $X_{сер}=11,4$  ( $X_{сер}=8,6$  – в експериментальній групі) та позитивної переоцінки –  $X_{сер}=10,5$  ( $X_{сер}=8,2$  – у підлітків другої групи).



**Рис.1. Середньогрупові результати діагностованих двох груп за методикою «Копінг-тест Лазаруса»**

*Примітка:* 1 – конфронтаційний копінг, 2 – дистанціювання, 3 – самоконтроль, 4 – пошук соціальної підтримки, 5 – прийняття відповідальності, 6 – втеча-уникнення, 7 – планування рішення проблеми, 8 – позитивна переоцінка.

Статистично значущі відмінності в результатах діагностованих двох груп було визначено за копінгами: дистанціювання ( $F=6,42$ , при  $\alpha \leq 0,05$ ) та втеча-уникнення ( $F=10,22$ , при  $\alpha \leq 0,01$ ).

Методика «Багатофакторний особистісний опитувальник FPI» призначена для визначення рівня вияву особистісних характеристик за 12 шкалами по дев'ятибальній шкалі.

У методиці можна визначити рівень таких шкал: «невротичність», «спонтанна агресивність», «депресивність», «дратівливість, збудливість», «товариськість», «врівноваженість», «реактивна агресивність», «сором'язливість», «відкритість», «екстраверсія-інтроверсія», «емоційна лабільність» та «маскуліність-фемінність». Як засвідчують результати методиків підлітків експериментальної групи (ЕГ): низькі показники є за шкалами: товариськості ( $X_{сер}=4$ ), врівноваженості ( $X_{сер}=3,4$ ) та маскуліності-фемінності ( $X_{сер}=4,4$ ); високі результати встановлено за шкалами: невротичність ( $X_{сер}=8,6$ ), спонтанна агресивність ( $X_{сер}=7,8$ ), депресивність ( $X_{сер}=8,6$ ), дратівливість ( $X_{сер}=8,6$ ), реактивна агресивність ( $X_{сер}=8,2$ ), сором'язливість ( $X_{сер}=7,4$ ), відкритість ( $X_{сер}=8$ ), емоційна лабільність ( $X_{сер}=8,2$ ); середні

значення можна констатувати лише за шкалою екстраверсії-інтроверсії ( $X_{сер}=5,6$ ).

У підлітків контрольної групи (КГ), відповідно, визначено: високі результати за шкалами: невротичність ( $X_{сер}=6,9$ ), спонтанна агресивність ( $X_{сер}=7,1$ ), депресивність ( $X_{сер}=7,2$ ), дратівливість ( $X_{сер}=7$ ), реактивна агресивність ( $X_{сер}=7,5$ ), сором'язливість ( $X_{сер}=6,5$ ), відкритість ( $X_{сер}=6,7$ ), емоційна лабільність ( $X_{сер}=7$ ); середні результати є за такими шкалами: товарищескості ( $X_{сер}=4,3$ ), врівноваженість ( $X_{сер}=4,8$ ), маскуліність-фемінність ( $X_{сер}=4,9$ ) екстраверсія-інтроверсія ( $X_{сер}=5,8$ ).

Схожий рівень у підлітків обох груп є у шкалах: спонтанної агресивності, товарищескості, реактивної агресивності, екстраверсії-інтроверсії та маскуліності-фемінності. Підлітки обох груп є агресивними й товарищескими. У них високий рівень екстраверсії-інтроверсії, тобто підлітки є екстравертами, вони активні, амбітні, прагнуть до лідерства. У шкалах невротичності, депресивності, дратівливості, сором'язливості, відкритості та емоційної лабільності у підлітків першої групи (ЕГ) рівень вищий, а відповідно у підлітків другої групи (КГ) рівні у цих шкалах нижчі. А у шкалі врівноваженості рівень вищий у підлітків другої групи (КГ), це свідчить про те, що вони, над відмінну від підлітків експериментальної групи є врівноваженішими.

Таким чином, можна говорити про певні психологічні особливості підлітків двох груп, хоча статистично значущих відмінностей у показниках за шкалами методики в діагностованих двох груп підлітків визначено не було.

Якісним підтвердженням відмінностей вираженості рівня агресії у підлітків двох груп засвідчують кількісні показники, котрі були нами визначені за результатами тесту-опитувальника Басса-Дарки (Кульчицька, Федотова, 2019). Середньогрупова фіксація підтверджує факт, що у діагностованих експериментальної групи (підлітки, що постраждали від сімейного насильства) визначено високі результати за такими показниками агресії, як вербальна агресія ( $X_{сер}=110$ ), підозрілість ( $X_{сер}=98$ ), непряма агресія ( $X_{сер}=80$ ), образа ( $X_{сер}=78$ ) та фізична агресія ( $X_{сер}=77$ ).

У опитуваних контрольної групи (звичайні підлітки) високі результати у середньогруповій фіксації даних спостерігаємо за такими шкалами методики: негативізм ( $X_{сер}=81$ ), роздратування

( $X_{сер}=78$ ), підозрілість ( $X_{сер}=78$ ) та вербальна агресія ( $X_{сер}=78$ ). Хоча варто зауважити, що зазначені результати в діагностованих підлітків другої групи є значно нижчими у порівнянні з відповідними результатами респондентів експериментальної групи (підлітки, що постраждали від сімейного насильства).

Для визначення відмінностей міжгрупових середніх та дисперсій розподілу показників методики використовувався  $F$ -кутовий перетворення Фішера (таблиця 1).

Таблиця 1

**Статистично значущі відмінності розподілу показників агресії у підлітків ( $n=55$  осіб) за результатами питальника Басса-Дарки**

	Шкали методики							
	Фізична агресія	Непряма агресія	Роздратування	Негативізм	Образа	Підозрілість	Вербальна агресія	Почуття провини
F-критерій	10,45 **	17,46 ***	1,56	2,13	9,68 **	8,97**	29,58 ***	1,67

*Примітка:* дані, що позначені \*\* - значущі при  $\alpha=0,01$   
\*\*\* - значущі при  $\alpha \geq 0,001$

Отже, проведений однофакторний аналіз показав, що існують значущі відмінності у показниках двох груп підлітків за такими шкалами як: фізична агресія ( $F = 10,45$  при  $\alpha = 0,01$ ), непряма агресія ( $F = 17,46$  при  $\alpha = 0,001$ ), вербальна агресія ( $F = 29,58$  при  $\alpha = 0,001$ ), образа ( $F = 9,68$  при  $\alpha = 0,01$ ) та підозрілість ( $F = 8,97$  при  $\alpha = 0,01$ ).

За результатами обчислення кореляції за Пірсоном в підлітків експериментальної групи було визначено зв'язок:

1) копінгів дистанціювання з депресивністю ( $r=0,37$  при  $p<0,05$ ), а також втечі-уникнення з невротичністю ( $r=0,42$  при  $p<0,05$ ) та реактивною агресивністю опитуваних підлітків ( $r=0,41$  при  $p<0,05$ );

2) спрямованістю на себе з копінгом пошуку соціальної підтримки ( $r=0,4$  при  $p<0,05$ ) та негативного зв'язку з такою психологічною характеристикою як сором'язливість ( $r=-0,39$  при  $p<0,05$ ).

В підлітків контрольної групи встановлено зв'язки:



1) копінгу планування вирішення проблем з спрямованістю на взаємодію ( $r=0,37$  при  $p<0,05$ ) та позитивної переоцінки з товариськістю ( $r=0,42$  при  $p<0,05$ );

2) негативний зв'язок – пошуку соціальної підтримки з невротичністю ( $r=-0,37$  при  $p<0,05$ ) та депресивністю ( $r=-0,39$  при  $p<0,05$ ).

**Висновки.** Результати дослідження дозволять стверджувати, наступне.

Проблема сімейного насильства є надзвичайно актуальною в сучасному суспільстві. Сімейне насильство негативно впливає на фізичне та психічне здоров'я осіб, що страждають від нього, насамперед дітей, які можуть бути його свідками чи власне зазнають його. У залежності від форми вияву насилля можна виділити такі види насилля: фізичне насилля; психологічне насилля; економічне насилля; сексуальне насилля.

Основними ознаками сімейного насилля є: першоджерело сімейного насилля – винятково члени сім'ї; збереження взаємин між агресором та постраждалою від насилля особою у сім'ї/родині; повторюваність та циклічність насилля; наявність залежності матеріального, сексуального або емоційного характеру між агресором та постраждалою особою; частим є поєднання декількох видів насилля; насильницькі дії переважно вчиняються у стані алкогольного або наркотичного сп'яніння; характерним є порушення особистісних прав та свобод (Сметанюк, 2009). Виокремлюють типи сімейного насильства: насильство батьків над дітьми; насильство над одним із членів подружжя; насильство стосовно недієздатних родичів.

Визначені фактори ризику появи сімейного насильства: склад сім'ї; наявність/відсутність батьків; соціально-психологічні відмінності подружжя; перенесення досвіду сімейного виховання у сім'ю та стосунки з партнером; фізична, соціальна та емоційна ізоляція сім'ї; конфліктні/насильницькі сімейні взаємини. До факторів ризику, пов'язаних із особистістю дитини, належать: небажаність дитини; фізичний стан дитини, зв'язок із матір'ю; кількість дітей в сім'ї; наявність вроджених або набутих патологій; розлади поведінки.

У перспективі свого подальшого наукового дослідження плануємо вивчити соціально-психологічні особливості дітей,

постраждалих від сімейного насильства, враховуючи їх статеву приналежність, соціальний статус серед однолітків та гендерну й національну ідентичність.

#### **Література:**

1. Герасіна, Л. М. (2015). Насильство як соціальна деструкція. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи»*, 11, 35–40.
2. Довженко, А. В., Присяжнюк, А. Й., Ганцюра, В. А. (2004). (Ред.). *Запобігання насильства в сім'ї*. Київ : ТОВ НОВА.
3. Клімов, Г. І. (1995). *Професійна орієнтація і методика профорієнтаційної роботи (практикум)*. Рівне: Рівнен. держ. пед. ін-т.
4. Кульчицька, А. В. (2023). Психологія коучингу в мотиваційно-аксіологічних стратегіях особистості. *Психологія ревіталізації: вікові та педагогічні виміри: колективна монографія*. (с. 305-344). Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки.
5. Кульчицька, А.В., Федотова, Т. В. (2019). Особливості взаємозв'язку між конструктом професійного вигорання та проявом агресивних форм поведінки особистості. *Психологічні перспективи*, 34, 80-94. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-34-80-93>
6. Максимова, Н. Ю., Мілютіна, К. Л. (2003). *Соціально-психологічні аспекти проблем насильства*. К.
7. Левак, М.В., Петрище, В.Ю. (2012). *Психологу для роботи. Діагностичні методики: збірник*. Ужгород: Видавництво Олександри Гаркуші.
8. Про запобігання та протидію домашньому насильству : *Закон України від 7 грудня 2017 року № 2229-VII. Відомості Верховної Ради України*. 2018. № 5. Ст. 35.
9. Сметанюк, Т. І. (2009). Сімейне насилля як природа людських стосунків. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія: Соціально-педагогічна*, 13, 227-232.
10. Степаненко, О. В. (2023). Психологічне насильство як форма домашнього насильства. *Нове українське право*, 3, 155-159. <https://doi.org/10.51989/NUL.2023.3.22>
11. Трубавіна, І. М. (2002). *Соціально-педагогічна робота з неблагополучною сім'єю*. Київ : ДЦССМ.
12. Abrahamyan, A., Soares, S., Fraga, S., & Barros, H. (2024). Prevalence of Parental Violent Discipline Toward Children: Findings From A Portuguese Population. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(9-10), 1881-1904. <https://doi.org/10.1177/08862605241230552>
13. Altafim, E. R. P., Magalhães, C., & Linhares, M. B. M. (2024). Prevention of Child Maltreatment: Integrative Review of Findings From an Evidence-Based Parenting Program. *Trauma, Violence, & Abuse*, 25(3), 1938-1953. <https://doi.org/10.1177/15248380231201811>
14. Folkman, S., Lazarus, R. S. (1980). *An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample. Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219–231.
15. Zavala, E., & Caraballo, K. (2024). Social Concern Theory and Family Violence Among Latino Families. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(11-12), 2373-2394. <https://doi.org/10.1177/08862605231218220>

#### **Referenses**

1. Herasina L. M. (2015). Nasylstvo yak sotsialna destruktsiia [Violence as social destruction. Bulletin of Kharkiv National University named after V. N. Karazin]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina*. – Bulletin of Kharkiv National University named after V. N. Karazin, 11, 35–40. [in Ukrainian].
2. Dovzhenko, A. V., Prysiazhniuk, A. Y., Hantsiura V. A. (Eds.). (2004). *Zapobihannia nasylstva v simi*. Kyiv : TOV NOVA. [in Ukrainian].

3. Klimov, H. I. (1995). *Profesiina oriientatsiia i metodyka proforiientatsiinoi roboty (praktykum)* [Professional guidance and methods of career guidance work (workshop)]. Rivne: Rivnen. derzh. ped. in-t [in Ukrainian].
4. Kulchytska, A. V. (2023). Psykholohiia kouchynhu v motyvatsiino-aksiolohichnykh stratehiiakh osobystosti [Psychology of coaching in motivational and axiological strategies of the individual]. *Psykhologhiia revitalizatsii: vikovi ta pedahohichni vymiry – Psychology of revitalization: age and pedagogical dimensions*. (pp. 305-344). Lutsk: Lesya Ukrainka Volyn National University [in Ukrainian].
5. Kulchytska, A.V., Fedotova, T. V. (2019). Osoblyvosti vzaiemozviazku mizh konstruktom profesiinoho vyhorannia ta proiavom ahresyvnykh form povedinky osobystosti [Characteristics of the interrelation between the construct «occupational burnout» and the expression of aggressive forms of personal behavior]. *Psykhologichni perspektyvy – Psychological Prospects Journal*, 34, 80-94. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-34-80-93> [in Ukrainian].
6. Maksymova, N. Yu., Miliutina, K. L. (2003). *Sotsialno-psykhologichni aspekty problem nasylstva* [Socio-psychological aspects of the problems of violence]. K. [in Ukrainian].
7. Levak, M.V., Petryshche, V.Iu. (2012). *Psykhologu dlia roboty. Diahnostychni metodyky: zbirnyk* [Psychologist for work. Diagnostic methods: a collection]. Uzhhorod: Vydavnytstvo Oleksandry Harkushi. [in Ukrainian].
8. Pro zapobihannia ta protydiuu domashnomu nasylstvu : *Zakon Ukrainy vid 7 hrudnia 2017 roku № 2229-VII. Vidomosti Verkhovnoi Rady Ukrainy*. 2018. № 5. St. 35. [in Ukrainian].
9. Smetaniuk, T. I. (2009). Simeine nasyllia yak pryroda liudskykh stosunkiv [Domestic violence as the nature of human relations]. *Zbirnyk naukovykh prats Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka. Serii: Sotsialno-pedahohichna – Collection of scientific works of Kamianets-Podilskiy National University named after Ivan Ohienko. Series: Social and pedagogical*, 13, 227-232. [in Ukrainian].
10. Stepanenko, O. V. (2023). Psykhologichne nasylstvo yak forma domashnoho nasylstva [Psychological violence as a form of domestic violence]. *Nove ukrainske pravo – New Ukrainian law*, 3, 155-159. <https://doi.org/10.51989/NUL.2023.3.22> [in Ukrainian].
11. Trubavina, I. M. (2002). *Sotsialno-pedahohichna robota z neblahopoluchnoiu simieiu* [Social and pedagogical work with a dysfunctional family]. Kyiv : DTsSSM [in Ukrainian].
12. Abrahamyan, A., Soares, S., Fraga, S., & Barros, H. (2024). Prevalence of Parental Violent Discipline Toward Children: Findings From A Portuguese Population. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(9-10), 1881-1904. <https://doi.org/10.1177/08862605241230552>
13. Altafim, E. R. P., Magalhães, C., & Linhares, M. B. M. (2024). Prevention of Child Maltreatment: Integrative Review of Findings From an Evidence-Based Parenting Program. *Trauma, Violence, & Abuse*, 25(3), 1938-1953. <https://doi.org/10.1177/15248380231201811>
14. Folkman, S., Lazarus, R. S. (1980). *An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample. Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219–231.
15. Zavala, E., & Caraballo, K. (2024). Social Concern Theory and Family Violence Among Latino Families. *Journal of Interpersonal Violence*, 39(11-12), 2373-2394. <https://doi.org/10.1177/08862605231218220>

Received: 13.04.2024

Accepted: 30.04.2024

## РЕСУРСИ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ОСІБ З ТРАВМАТИЧНИМ ДОСВІДОМ

**Малімон Людмила**

Волинський національний університет імені Лесі Українки

м. Луцьк, Україна

[malimon.ludmila@vnu.edu.ua](mailto:malimon.ludmila@vnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2964-6580>

**Пархоменко Вікторія**

Волинський національний університет ім. Лесі Українки

м. Луцьк, Україна

[parkhomenko.viktoriiia2021@vnu.edu.ua](mailto:parkhomenko.viktoriiia2021@vnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-1636-8096>

**Мета.** Теоретичне вивчення проблеми резильєнтності особистості й емпіричне дослідження ресурсів резильєнтності у людей з травматичним досвідом унаслідок воєнних дій в Україні.

**Методи.** Методи теоретичного аналізу наукової літератури; емпіричного дослідження за допомогою комплексу психодіагностичних методик; методи математичної статистики (коефіцієнт кореляції Спірмена для виявлення взаємозв'язку досліджуваних показників).

**Результати.** Розглянуто поняття резильєнтності як процесу і результату успішної адаптації особистості до складних життєвих ситуацій, особливо завдяки розумовій, емоційній та поведінковій гнучкості та пристосуванню до зовнішніх і внутрішніх викликів. За результатами емпіричного дослідження виявлено позитивні кореляційні взаємозв'язки психологічної стійкості (за шкалою CD-RISC-25) із ресурсами резильєнтності (способами подолання кризи) «В – Belief & values – віра, переконання, цінності, філософія життя» ( $r=0,591$ ), «С – Cognition, thought – розум, пізнання, когнітивні стратегії» ( $r=0,540$ ); позитивні зв'язки загального показника впливу травматичної події, прояву інтрузій та уникнення із способом подолання кризи «І – Imagination – уява, мрії, спогади, творчість» ( $r=0,505$ ;  $r=0,607$ ;  $r=0,506$ ), а також проявом інтрузій та ресурсом «С – Cognition, thought – розум, пізнання, когнітивні стратегії» ( $r=0,491$ ).

**Висновки.** Особи, в яких спосіб подолання кризи базується на вірі (в Бога, в людей, в диво чи в самого/саму себе, у свою місію), системі переконань, цінностей та смислів, актуалізації ментальних здібностей, вмінні логічно та критично мислити, оцінювати ситуацію, пізнавати нові ідеї, планувати, навчатися, збирати інформацію, аналізувати проблеми та раціонально

вирішувати їх, показники резильєнтності вищі. Особи, які мають вищі показники загального впливу травматичної події та проявів окремих симптомів ПТСР, частіше використовують уяву, спогади та творчість для подолання кризи; особи, в яких домінують інтрузії як прояв травматичного досвіду, схильні використовувати пізнання та когнітивні стратегії подолання кризи.

**Ключові слова:** резильєнтність, ресурси подолання кризи, травматична подія, травматичний досвід, симптоми ПТСР.

**Liudmyla Malimon, Viktoriia Parkhomenko. Resilience resources of individuals with traumatic experience.**

**Purpose.** Theoretical study of resilience and the resources that determine the difference in its manifestation after critical situations, as well as empirical research on the mechanisms and resources that promote the development of resilience in people with traumatic experiences because of the war in Ukraine.

**Methods.** Methods of theoretical analysis of scientific literature on the problem; methods of empirical research using a set of psychodiagnostic techniques; methods of mathematical statistics. Spearman's rank correlation coefficient was calculated for statistical data processing.

**Results.** According to the results of theoretical analysis, the concept of "resilience" is considered as both a process and an outcome of successful adaptation to difficult life situations, especially through mental, emotional, and behavioral flexibility and adaptation to external and internal challenges. The empirical study revealed positive correlations of psychological resilience with resources (crisis coping strategies) "B – Belief & values" ( $r=0.591$ ), "C – Cognition, thought" ( $r=0.540$ ). A directly proportional correlations was also found between the overall impact of the event, the level of intrusion and avoidance with the crisis coping strategy "I – Imagination" ( $r=0.505$ ;  $r=0.607$ ;  $r=0.506$ ), between the level of avoidance and the resource "S – Socialization" ( $r=0.632$ ), between the level of intrusion and "C – Cognition, thought" ( $r=0.491$ ).

**Conclusions.** Individuals whose crisis coping strategies are based on faith (in God, in people, in miracles, or in themselves and their mission), belief systems, values and meanings, the activation of mental abilities, the ability to think logically and critically, assess situations, learn new ideas, plan, gather information, analyze problems, and solve them rationally, exhibit higher resilience indicators. Those who have higher level of impact of event and manifestations of specific PTSD symptoms more frequently use imagination, memories, and creativity to cope with crises. The level of avoidance positively correlates with the use of social ties, social support, and communication to cope with crises, and the level of intrusion positively correlates with the use of cognition and cognitive strategies.

**Key words:** psychological resilience, crisis coping strategies, traumatic event, socio-psychological adaptation.

**Вступ.** Зростання глобальних криз, таких як пандемія COVID-

19, екологічні катастрофи, війни, терористичні акти, економічні кризи тощо породжує великий рівень стресу та травматичного досвіду населення. Розуміння резильєнтності як здатності людини пристосовуватися до стресу та зберігати своє психологічне благополуччя після травматичних подій стає ключовим для адаптації та психологічного відновлення після таких подій. Під час воєнних дій та екстремальних ситуацій, де велика ймовірність небезпеки, фізичної та психологічної травми, резильєнтність може виявитися вирішальною для виживання та подолання труднощів.

Дослідження рівня прояву резильєнтності українців під час війни засвідчує, що більшість респондентів виявили середній рівень резильєнтності (55%), четверта частина опитуваних має високий рівень розвитку резильєнтності (25%) та низький рівень продемонструвало лише 20% досліджуваних (Доброгорська, 2023). Вивчення прояву резильєнтності студентів в умовах воєнного стану (за двома незалежними дослідженнями) засвідчило, що 30% досліджуваних мають низький рівень стійкості (Марців, 2023; П'янківська, 2023). Результати дослідження серед першокурсників продемонстрували, що 38% студентів не володіють навичками збереження та підтримки психічного здоров'я, що підтверджується низькими показниками рівня їх резильєнтності (Афузова, Найдьонова, Кротенко, 2023).

Водночас, дослідники роблять позитивні висновки, що посттравматичне зростання та розвиток психологічної стійкості (резильєнтності) можливі для більшості цивільних осіб, що переживають травму внаслідок воєнних дій на території України (Коваль, 2023). До такого ж висновку дійшли ізраїльські дослідники, які порівняли показники стійкості українців із відповідями вибірки ізраїльських учасників після збройного конфлікту в травні 2021 року. Дослідження показало, що українська вибірка мала значно вищі показники дистресу, почуття небезпеки та сприйняття загрози, проте продемонструвала значно вищі рівні надії та стійкості (Kimhi, Eshel, Marciano, Adini, 2023).

Дослідники F.Klasen, G.Oettingen, J.Daniels, M.Post, C.Hoyer, A.Hubertus дійшли висновку, що резильєнтність проявляється навіть у найкритичніших ситуаціях і може розвиватися. У проведеному ними дослідженні 27,6% дітей-солдат Уганди виявили посттравматичну стійкість, незважаючи на серйозне травмування.

Серед колишніх дитячих солдатів посттравматична стійкість пов'язана з меншим рівнем прояву сімейного насильства, меншою мотивацією до помсти, кращим соціально-економічним становищем сім'ї та більшою сприйнятливістю духовної підтримки (Klasen, Oettingen, Daniels, Post, Hoyer, Adam, 2010).

Ресурси резильєнтності, фактори, що впливають на її прояви, та шляхи її розвитку ґрунтовно вивчаються впродовж останніх років українськими науковцями. Результати одного з досліджень показали, що у здобувачів освіти формування резильєнтності в умовах воєнного стану відбувається шляхом роботи над задоволеністю життям, задоволеністю собою, задоволеністю відносинами з іншими (Коновалова, Бикова, 2023). Викладачі ЗВО вбачають ресурсами резильєнтності цілеспрямованість, спрямованість життя на певну мету, здатність планувати діяльність, мотивацію успіху, перевагу позитивних емоцій та високу духовність особистості (Балахтар, 2022). Такі копінг-стратегії, як орієнтація на вирішення завдання, задоволеність відносинами з іншими, загальний рівень задоволеності життям позитивно корелюють із показниками рівня резильєнтності (Коструба, Ляшко, 2023).

Проведене науковцями з Канади, США та Італії дослідження ключових захисних процесів, які допомагають українській молоді адаптуватися до війни, показало, що ресурсами резильєнтності є позитивне мислення, відчуття контролю, усвідомлення та регуляція емоцій, близькі особисті відносини та підтримка спільноти (Giordano, Lipscomb, Jefferies, Kwon, Giammarchi, 2024).

На думку С. Кравчук, розвитку та прояву психологічної пружності та життєстійкості особистості в умовах війни сприяють релігійність та соціальна підтримка (Кравчук, 2018). Важливість соціальної підтримки у сприянні психологічній стійкості було підтверджено також у британському дослідженні матерів-біженок з Сирії (Sim, Bowes, Gardner, 2019).

У р резильєнтності дітей ключову роль відіграє сімейне середовище (Slone, Peer, 2021). Це показало дослідження сирійських біженців у Лівані (Popham, McEwen, Karam, Fayyad, Karam, Saab, Moghames, Pluess, 2022). Такі ж результати демонструє раніше згадане дослідження дітей-солдат з Уганди.

Щодо факторів, які сприяють розвитку особистісної стійкості, дослідники виділяють відновлення відчуття безпеки шляхом аналізу

конкретних ситуацій, пов'язаних із загрозою для життя в умовах воєнних дій, екологічне реагування на емоційні проблеми, врахування особливостей роботи мозку в умовах зовнішньої загрози (Медянова, Дворніченко, Любіна, Шкраб'юк, Кононенко, 2023).

*Метою* нашого дослідження було вивчення ресурсів резильєнтності осіб з травматичним досвідом.

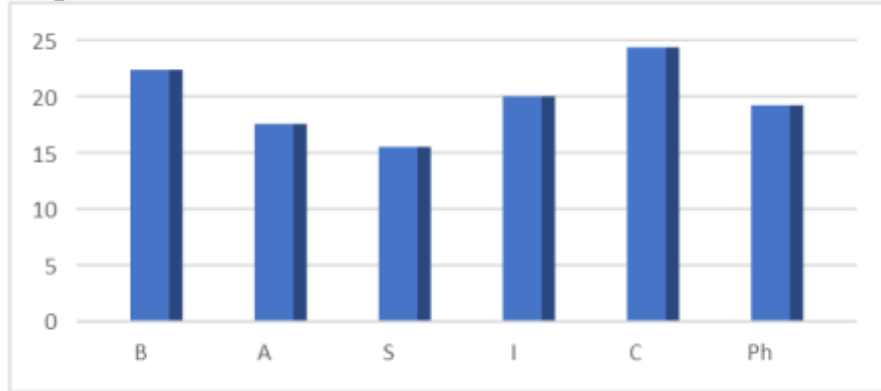
**Методи та процедура дослідження.** В дослідженні використовувалися методи теоретичного аналізу й методи емпіричного дослідження, зокрема: Шкала стресостійкості (резильєнтності) Коннора-Девідсона-25 (The Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC-25); Шкала оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R); опитувальник «Стратегії подолання кризового стану» (ресурсоорієнтована модель стресоподолання BASIC Ph). У дослідженні на добровільній основі брали участь 20 жінок, які є членами сімей військовослужбовців, дружинами загиблих Героїв, вимушено переселені з різних областей України віком від 15 до 47 років. Віковий розподіл учасників дослідження: до 20 років — 15%, 20-29 років — 5%, 30-39 років — 35% та 40-49 років — 45%. З них у Волинській області проживає 60% опитуваних, 40% - у Івано-Франківській, Львівській, Рівненській, Тернопільській, Дніпропетровській, Хмельницькій та Черкаській областях.

**Обговорення результатів.** За методикою діагностики резильєнтності особистості (CD-RISC-25) було виявлено, що лише 5% досліджуваних притаманний низький її рівень, 40% характеризуються середнім рівнем та 55% респондентів вирізняються високим рівнем емоційної стійкості.

Під час дослідження було також оцінено ступінь впливу травматичної події, зокрема військових дій на респондентів вибірки. Виявлено, що 20% опитуваних мають низький рівень впливу травматичної події, 5% мають середній (помірний) рівень (ці показники є пороговими для діагностування ймовірного ПТСР) і 75% стверджують про високий рівень травматизації, що може свідчити про вираженість симптоматики ПТСР. Отже, у той час як великий відсоток досліджуваних мають високі показники резильєнтності, більшість опитуваних також мають високі показники щодо рівня впливу травматичної події, зокрема прояву таких симптомів набутого травматичного досвіду, як інтрузії, уникнення та гіперзбудження.



Результати дослідження ресурсів резильєнтності за опитувальником «Стратегії подолання кризового стану» (ресурсоорієнтованою моделлю стресоподолання BASIC Ph) відображено на рис. 1.



**Рис. 1. Розподіл оцінок за ресурсами резильєнтності респондентів вибірки**

**Примітка:** B – Belief & values – віра, переконання, цінності, філософія життя; A – Affect – вираження емоцій та почуттів; S – Socialization – соціальні зв'язки, соціальна підтримка, соціальна приналежність, спілкування; I – Imagination – уява, мрії, спогади, творчість; C – Cognition, thought – розум, пізнання, когнітивні стратегії; Ph – Physical – фізична активність, тілесні ресурси.

Найбільш вираженим у досліджуваній вибірці є ресурс «C – Cognition, thought – розум, пізнання, когнітивні стратегії» (24,35 балів) та ресурс «B – Belief & values – віра, переконання, цінності, філософія життя» (22,35 балів), найменш вираженим є ресурс «S – Socialization – соціальні зв'язки, соціальна підтримка, соціальна приналежність, спілкування» – 15,5 балів. Отримані результати засвідчують, що в ситуації стресу респонденти вибірки схильні більшою мірою покладатися на особистісні ресурси (раціональне мислення та віру) і меншою мірою активізувати ресурси соціальної підтримки і прагнення надати або отримати допомогу.

Проаналізуємо взаємозв'язок між загальним показником емоційної стійкості, ресурсами резильєнтності та симптоматикою прояву травматичного досвіду особистості за допомогою кореляційного аналізу (коефіцієнт кореляції Спірмена) (табл.1).

Отже, статистично значущий зв'язок відсутній між рівнем резильєнтності опитаних осіб та застосуванням таких способів подолання кризи, як «A – Affect», «S – Socialization», «I – Imagination» та «Ph – Physical». Водночас, підтверджено наявність помірною та сильною додатного (прямого) зв'язку між показником резильєнтності та використанням способів подолання кризи «B – Belief & values» ( $r=0,591$ ,  $p \leq 0,01$ ) та «C – Cognition, thought» ( $r=0,540$ ,

$p \leq 0,05$ ).

Спосіб подолання кризи «В – Belief & values – віра, переконання, цінності, філософія життя» базується на вірі (в Бога, в людей, в диво чи в самого/саму себе, у свою місію) і визначає систему переконань, цінностей та смислів, потребу в самореалізації та самовираженні. Отже, люди з більш вираженою вірою та стійкими цінностями можуть мати більшу здатність до подолання кризових ситуацій.

*Таблиця 1*

**Коефіцієнти кореляції показників резильєнтності, ресурсів стійкості за моделлю BASIC Ph та симптоматики прояву травматичного досвіду особистості**

Correlation Matrix

	Resilience	B - Belief	A - Affect	S - Socialization	I - Imagination	C - Cognition, thought	Ph - Physical	The Impact of Event	Intrusion	Avoidance	Hyperarousal
Resilience	—										
B - Belief	0.591**	—									
A - Affect	0.269	0.291	—								
S - Socialization	-0.041	-0.008	0.382	—							
I - Imagination	0.363	0.533*	0.508*	0.345	—						
C - Cognition, thought	0.540*	0.535*	0.176	-0.072	0.642**	—					
Ph - Physical	0.280	0.573**	0.141	0.228	0.219	0.240	—				
The Impact of Event	-0.008	0.109	0.303	0.310	0.505*	0.257	0.145	—			
Intrusion	0.026	0.179	0.321	0.013	0.607**	0.491*	0.098	0.865***	—		
Avoidance	-0.034	0.145	0.371	0.632**	0.560*	0.134	0.113	0.850***	0.632**	—	
Hyperarousal	-0.075	0.000	0.269	0.285	0.372	0.130	0.070	0.927***	0.739***	0.726***	—

Note. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$ .

Ресурс «С – Cognition, thought – розум, пізнання, когнітивні стратегії» визначає подолання кризи через актуалізацію ментальних здібностей, вміння логічно та критично мислити, оцінювати ситуацію, пізнавати нові ідеї, планувати, навчатися, збирати інформацію, аналізувати проблеми та раціонально вирішувати їх. Когнітивна стратегія передбачає аналітичну роботу, складання списків чи планів. Отже, особи з розвинутими когнітивними здібностями, здатністю аналізувати та оцінювати ситуацію можуть проявити більшу стійкість в умовах кризи.

Також кореляційний аналіз засвідчив наявність сильних додатних (прямих) зв'язків загального показника впливу травматичної події з проявами окремих симптомів травматичного досвіду, зокрема вторгненням ( $r=0,865$ ,  $p \leq 0,001$ ), уникненням ( $r=0,850$ ,  $p \leq 0,001$ ) та гіперзбудженням ( $r=0,927$ ,  $p \leq 0,001$ ), що є логічним і підкреслює надійність отриманих результатів. *Вторгнення* характеризується різного роду інтрузіями, коли будь-що, що нагадує людині про травмівну подію, викликає почуття, пов'язані з нею, і з різних причин людина знову і знову неочікувано для себе починає

про неї думати, важко засинати, погано спати, часто прокидатися вночі тощо. Причому ці хвилеподібні спогади, флешбеки, завжди емоційно насичені, можуть супроводжуватися образами, звуками, запахами, і не піддаються свідомому контролю. Уникнення як симптоматика ПТСР свідчить про те, що людина намагається не думати, не згадувати про те, що відбулося або не дозволяє собі засмучуватися, коли думає про травмівну подію. Іноді людині здається, що цього насправді не було, або це було не з нею, вона намагається викинути це зі своєї пам'яті, «притупити» відчуття, пов'язані з цією подією, і відповідно уникати всього (ситуацій, місць, людей), що про неї нагадує. Збудливість (*гіперзбудження*) проявляється в тому, що людина безпричинно, безвідносно до реальної ситуації відчуває роздратування або злість, поводить себе або почувається так, ніби знову повернулася у той час (ситуацію). Людині важко зосереджуватися, спогади про травмівну ситуацію викликають у неї певні фізичні реакції, вона ніби перебуває очікуванні повторення травмівної ситуації.

Виявлено статистично значущий зв'язок впливу травмівної події та симптоматики ПТСР з використанням певних ресурсів моделі «BASIC Ph», зокрема з I, S та C. Отже, особи з вищими показниками травматизації й такими її симптомами як інтрузії та уникнення найчастіше використовують ці способи подолання кризи. Загальний показник впливу події, прояву інтрузій та уникнення позитивно корелює із способом подолання кризи «I – Imagination» (відповідно  $r=0,505$ ,  $p \leq 0,05$ ;  $r=0,607$ ,  $p \leq 0,01$ ;  $r=0,506$ ,  $p \leq 0,05$ ). Цей спосіб передбачає використання уяви для подолання кризи, тобто відволікання від жорстокої реальності, виявлення почуття гумору та пошук креативних рішень через фантазії. Цікавим та неочікуваним виявився зв'язок між рівнем прояву уникнення як симптому травматичного досвіду та ресурсом «S – Socialization» ( $r=0,632$ ,  $p \leq 0,01$ ). Цей спосіб подолання кризи характеризує бажання бути серед людей, почувати себе частиною суспільства та бажання спілкування, що свідчить про намагання подолати прагнення до уникання контактів їх більшою інтенсивністю. Рівень прояву інтрузії позитивно корелює із ресурсом «C – Cognition, thought» ( $r=0,491$ ,  $p \leq 0,05$ ), що свідчить про активізацію логічного та критичного мислення при оцінці складної стресової ситуації.

**Висновки і перспективи.** Дослідження резильєнтності в умовах

війни та екстремальних ситуацій є важливим з огляду на те, що психологічна стійкість є необхідною складовою процесу відновлення й самореалізації. Дослідження в цій сфері допоможуть в розробці ефективних стратегій психологічної підтримки та реабілітації особам з травматичним досвідом. Водночас, розуміння особистістю власних ресурсів, які дають змогу відновлюватися після важких ситуацій, сприяє зміцненню її психічного здоров'я.

Отримані результати засвідчують можливість посттравматичного зростання та розвитку життєстійкості осіб з травматичним досвідом завдяки використанню ними різноманітних ресурсів резильєнтності, однак потребують підтвердження на більшій вибірці та врахування рівня травматизації й інтенсивності її проявів.

### Література

1. Афузова, Г. В., Найдбонова, Г. О., & Кротенко, В. І. (2023). Особливості резильєнтності першокурсників закладу вищої освіти в умовах воєнного стану. *Національна безпека України в умовах сучасних викликів.: матеріали наук.-практ.конф.* (м. Чернігів, 22 серпня 2023р.). (с. 22-25). Чернігів. [https://doi.org/10.54929/conf\\_22\\_08\\_2023-02-02](https://doi.org/10.54929/conf_22_08_2023-02-02)
2. Балахтар, К. (2022). Резильєнтність викладача ЗВО в умовах військового стану. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: педагогіка, психологія, 20*, 55–62. <https://doi.org/10.18372/2411-264x.20.16917>
3. Доброгорська, О.М. (2023) Психологічні особливості резильєнтності українців під час війни. *Кривий Ріг: КДПУ*. <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/7112>
4. Коваль, Д. О. (2023) Психологічні особливості резильєнтності цивільних осіб в умовах шокової травми війни. *Житомир: Поліський національний університет*. <http://ir.polissiauniver.edu.ua/handle/123456789/14804>
5. Коновалова, О. В., Бикова, С. В. (2023) Формування резильєнтності у студентської молоді. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія, 3*, 13-17. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.3.2>
6. Коструба, Н., Ляшко, Л. (2023) Особистісні особливості психологічної стійкості молоді в умовах війни. *Psychological Prospects Journal, 42*, 86-94. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-kos>
7. Кравчук, С. (2018) Особливості психологічної пружності та життєстійкості особистості як чинників запобігання негативним наслідкам воєнного конфлікту. *Психологічні виміри культури, економіки, управління: Науковий журнал, 11*, 156-164. <https://ena.lpnu.ua/handle/ntb/42191>
8. Марців, М.В. (2023). Резильєнтність як запорука адаптації особистості до війни в Україні. *Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ МВС України*. <https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/6028>
9. Медянова, О., Дворніченко, Л., Любіна, Л., Шкраб'юк, В., & Кононенко, О. (2023). Психологічна резильєнтність особистості в умовах війни. *Перспективи та інновації науки, 10(28)*. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-601-611](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-601-611)
10. П'янківська, Л. (2023). Особливості прояву резильєнтності у студентів в умовах воєнного часу. *Перспективи Та Інновації Науки, 10(28)*. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-623-63](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-623-63)

11. Giordano, F., Lipscomb, S., Jefferies, P., Kwon, K. A., & Giammarchi, M. (2024). Resilience processes among Ukrainian youth preparing to build resilience with peers during the Ukraine-Russia war. *Frontiers in Psychology, 15*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1331886>
12. Kimhi, S., Eshel, Y., Marciano, H., & Adini, B. (2023). Impact of the war in Ukraine on resilience, protective, and vulnerability factors. *Frontiers in Public Health, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1053940>
13. Klasen, F., Oettingen, G., Daniels, J., Post, M., Hoyer, C., & Adam, H. (2010). Posttraumatic Resilience in Former Ugandan Child Soldiers. *Child Development, 81*(4), 1096–1113. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01456.x>
14. Popham, C. M., McEwen, F. S., Karam, E., Fayyad, J., Karam, G., Saab, D., Moghames, P., & Pluess, M. (2022). The dynamic nature of refugee children's resilience: a cohort study of Syrian refugees in Lebanon. *Epidemiology and Psychiatric Sciences, 31*. <https://doi.org/10.1017/s2045796022000191>
15. Sim, A., Bowes, L., & Gardner, F. (2019). The Promotive Effects of Social Support for Parental Resilience in a Refugee Context: a Cross-Sectional Study with Syrian Mothers in Lebanon. *Prevention Science, 20*(5), 674–683. <https://doi.org/10.1007/s11121-019-0983-0>
16. Slone, M., & Peer, A. (2021). Children's Reactions to War, Armed Conflict and Displacement: Resilience in a Social Climate of Support. *Current psychiatry reports, 23*(11), 76. <https://doi.org/10.1007/s11920-021-01283-3>

## References

1. Afuzova, H. V., Naidonova, H. O., & Krotenko, V. I. (2023). Osoblyvosti rezylientnosti pershokursnykiv zakladu vyshchoi osvity v umovakh voiennoho stanu. [The Peculiarities of Resilience Among First-Year Students of Higher Education Institutions Under Martial Law Conditions] Natsionalna bezpeka Ukrainy v umovakh suchasnykh vyklykiv.: *materialy nauk.-prakt. konf. - National Security of Ukraine in the Context of Contemporary Challenges: scientific-practical materials.conf.* (p.22-25). Chernihiv. [https://doi.org/10.54929/conf\\_22\\_08\\_2023-02-02](https://doi.org/10.54929/conf_22_08_2023-02-02) [in Ukrainian].
2. Balakhtar, K. (2022). Rezylientnist vykladacha ZVO v umovakh viiskovoho stanu. [Resilience of Higher Education Institution Teachers in Martial Law Conditions]. *Visnyk Natsionalnoho aviatsiinoho universytetu. Serii: pedahohika, psykholohiia - Visnyk of the National Aviation University. Series: Pedagogy, Psychology, 20*, 55–62. <https://doi.org/10.18372/2411-264x.20.16917> [in Ukrainian].
3. Dobrohorska, O.M. (2023) Psykholohichni osoblyvosti rezylientnosti ukraintsiv pid chas viiny. [Psychological Characteristics of Ukrainians' Resilience During the War]. Kryvyi Rih: KDPU. <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/7112> [in Ukrainian].
4. Koval, D. O. (2023) Psykholohichni osoblyvosti rezylientnosti tsyvilnykhosib v umovakh shokovoi travmy viiny. [Psychological Characteristics of Civilian Resilience in Conditions of War-Induced Shock Trauma]. Zhytomyr: Poliskyi natsionalnyi universytet. <http://ir.polissiauniver.edu.ua/handle/123456789/14804> [in Ukrainian].
5. Konovalova, O. V., Bykova, S. V. (2023) Formuvannia rezylientnosti u studentskoi molodi. [Developing Resilience in Student Youth]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Psykholohiia - Scientific visnyk of Uzhhorod National University. Series: Psychology, 3*, 13-17. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.3.2> [in Ukrainian].
6. Kostruba, N., Liashko, L. (2023) Osobystisni osoblyvosti psykholohichnoi stiikosti molodi v umovakh viiny. [Personal characteristics of youth psychological resilience in war conditions]. *Psychological Prospects Journal, 42*, 86-94. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-kos> [in Ukrainian].
7. Kravchuk, S. (2018) Osoblyvosti psykholohichnoi pruzhnosti ta zhyttiistiikosti osobystosti yak chynnykiv zapobihannia nehatyvnyim naslidkam voiennoho konfliktu. [Features of psychological flexibility and resilience of personality as factors in preventing negative

consequences of military conflict]. *Psykhologichni vymiry kultury, ekonomiky, upravlinnia: Naukovyi zhurnal - Psychological Dimensions of Culture, Economy, Management: Scientific Journal, 11*, 156-164. <https://ena.lpnu.ua/handle/ntb/42191> [in Ukrainian].

8. Martsiv, M.V (2023). *Rezyliientnist yak zaporuka adaptatsii osobystosti do viiny v Ukraini. [Resilience as a Guarantee of Personality Adaptation to War in Ukraine]*. Lviv: Lvivskiy derzhavnyi universytet vnutrishnikh sprav MVS Ukrainy. <https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/6028> [in Ukrainian].

9. Medianova, O., Dvornichenko, L., Liubina, L., Shkrabiuk, V., & Kononenko, O. (2023). *Psykhologichna rezyliientnist osobystosti v umovakh viiny. [Psychological resilience of personality in conditions of war]*. *Perspektyvy ta innovatsii nauky - Prospects and Innovations of Science, 10(28)*. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-601-611](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-601-611) [in Ukrainian].

10. Piankivska, L. (2023). *Osoblyvosti proiavu rezyliientnosti u studentiv v umovakh voiennoho chasu. [Features of resilience manifestation among students in times of war]*. *Perspektyvy Ta Innovatsii Nauky - Prospects and Innovations of Science, 10(28)*. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-623-633](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-623-633) [in Ukrainian].

11. Giordano, F., Lipscomb, S., Jefferies, P., Kwon, K. A., & Giammarchi, M. (2024). Resilience processes among Ukrainian youth preparing to build resilience with peers during the Ukraine-Russia war. *Frontiers in Psychology, 15*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1331886>

12. Kimhi, S., Eshel, Y., Marciano, H., & Adini, B. (2023). Impact of the war in Ukraine on resilience, protective, and vulnerability factors. *Frontiers in Public Health, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1053940>

13. Klasen, F., Oettingen, G., Daniels, J., Post, M., Hoyer, C., & Adam, H. (2010). Posttraumatic Resilience in Former Ugandan Child Soldiers. *Child Development, 81(4)*, 1096–1113. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01456.x>

14. Popham, C. M., McEwen, F. S., Karam, E., Fayyad, J., Karam, G., Saab, D., Moghames, P., & Pluess, M. (2022). The dynamic nature of refugee children's resilience: a cohort study of Syrian refugees in Lebanon. *Epidemiology and Psychiatric Sciences, 31*. <https://doi.org/10.1017/s2045796022000191>

15. Sim, A., Bowes, L., & Gardner, F. (2019). The Promotive Effects of Social Support for Parental Resilience in a Refugee Context: a Cross-Sectional Study with Syrian Mothers in Lebanon. *Prevention Science, 20(5)*, 674–683. <https://doi.org/10.1007/s11121-019-0983-0>

16. Slone, M., & Peer, A. (2021). Children's Reactions to War, Armed Conflict and Displacement: Resilience in a Social Climate of Support. *Current psychiatry reports, 23(11)*, 76. <https://doi.org/10.1007/s11920-021-01283-3>

Received: 20.03.2024

Accepted: 16.04.2024

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ З РІЗНИМИ АДИКЦІЯМИ

Пасічник Леся

Волинський національний університет імені Лесі Українки

Луцьк, Україна

[Pasichnyk.Lesia@vnu.edu.ua](mailto:Pasichnyk.Lesia@vnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6801-9478>

**Метою** статті є здійснення теоретичного аналізу наукових джерел щодо досліджень психологічних особливостей поведінки особистості з різними адикціями.

**Методи.** У статті застосовано методи теоретичного вивчення наукової літератури: аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення.

**Результати.** Огляд теоретичної та емпіричної бази досліджень щодо психологічних особливостей адиктивної поведінки особистості дає змогу стверджувати, що проблематика адикцій актуальна, широко представлена та досліджується науковцями в різних аспектах. Спостерігається зростання та ґрунтовність наукових досліджень нехімічних (поведінкових) залежностей. Серед українських дослідників переважає тематика щодо вивчення психологічних особливостей формування адиктивної поведінки у сучасній молоді, впливу сім'ї на формування адиктивної поведінки особистості, ургентної адикції та трудового, психологічних особливостей харчової адикції, інтернет-залежності тощо.

**Висновки.** Сімейна система є базою формування індивідуально-психологічних чинників схильності до адиктивної поведінки особистості (стилі прив'язаності, рівень прояву акцентуацій характеру, стійкість до емоційного навантаження тощо). Залежність від психоактивних речовин вважається складним та хронічним станом. У зв'язку з легалізацією продуктів з канабісу в ряді країн, зростає його доступність. Доступність є одним з негативних факторів формування хімічних залежностей. Межа між неproblemною поведінкою особистості та поведінковою залежністю (трудоголізм, переїдання, інтернет-залежність, азартні ігри тощо) в повсякденному житті дуже тонка, а свідченням формування адикції можуть бути негативні наслідки для здоров'я та благополуччя людини. Ознаки сформованої адикції (хімічної та нехімічної): порушення контролю над поведінкою, пріоритетність, продовження та ескалація поведінки не зважаючи на негативні наслідки. Інструментарій емпіричних досліджень адиктивної поведінки до недавня, в основному,

розроблявся та вдосконалювався щодо вивчення залежностей від психоактивних речовин та застосовувався для дослідження усіх видів адикцій, в тому числі і поведінкових. На сучасному етапі спостерігаються дві тенденції: застосування існуючого інструментарію для дослідження залежностей; розробка та впровадження нових методик щодо хімічних (залежність від психоактивних речовин) та нехімічних (поведінкових) адикцій.

**Ключові слова:** хімічні адикції, нехімічні адикції, чинники адиктивної поведінки, особливості прояву адиктивної поведінки, наслідки адиктивної поведінки.

**Lesia Pasichnyk. Psychological peculiarities of behaviour of a person with various addictions.**

**The purpose** of the article is to carry out a theoretical analysis of scientific sources on the study of psychological characteristics of behaviour of a person with various addictions.

**Methods.** The article uses the methods of theoretical study of scientific literature: analysis, synthesis, abstraction, and generalisation.

**Results.** A review of the theoretical and empirical basis of research on the psychological characteristics of addictive behaviour of individuals suggests that the problem of addictions is relevant, widely represented and studied by scientists in various aspects. There is an increase and thoroughness of scientific research on non-chemical (behavioural) addictions. Among Ukrainian researchers, the predominant topics are the study of psychological features of the formation of addictive behaviour in modern youth, the influence of the family on the formation of addictive behaviour, urge addiction and workaholism, psychological features of food addiction, Internet addiction, etc.

**Conclusions.** The family system is the basis for the development of individual psychological factors of predisposition to addictive behaviour (attachment styles, the level of manifestation of character accentuations, resistance to emotional stress, etc.) Dependence on psychoactive substances is considered a complex and chronic condition. Due to the legalisation of cannabis products in a number of countries, its availability is increasing. Accessibility is one of the negative factors in the development of chemical dependence. The distinction between non-problematic behaviour and behavioural addiction (workaholism, overeating, internet addiction, gambling, etc.) in everyday life is very vague, and negative consequences for a person's health and well-being can be an evidence of addiction. Signs of established addiction (chemical and non-chemical) are: impaired control over behaviour, prioritisation, continuation and escalation of behaviour despite negative consequences. Until recently, the tools for empirical research on addictive behaviour were mainly developed and improved for the study of substance dependence and were used to study all types of addictions, including behavioural ones. At the present level, there are two trends: the use of existing tools for the study of addictions;



development and implementation of new methods for chemical (substance dependence) and non-chemical (behavioural) addictions.

**Key words:** chemical addictions, non-chemical addictions, causes of addictive behaviour, peculiarities of addictive behaviour, consequences of addictive behaviour.

**Вступ.** Вивчення поведінки людини завжди знаходиться в полі зору науковців. Особливості соціально-політичних умов сьогодення в Україні мають критичний вплив на поведінку кожної особистості. Спроби уникнути тиску стресогенних факторів призводить до бажання відійти від реальності чи то за допомогою психоактивних речовин, їжі, чи то зануренням в професійну діяльність чи соціальні мережі, азартні ігри тощо.

Наразі спостерігається зростання проявів адиктивної поведінки серед населення України (Берегова, Колба, 2023; Грицюк, 2023; Петрунько, Сілаєва, 2023). Усвідомлюючи актуальність та складність проблематики адикцій, в вересні 2023 року Інститутом психології імені Г. С. Костюка НАПН України була проведена I Всеукраїнська науково-практична конференція з адиктології, метою якої було висвітлити психологічні та фізіологічні аспекти дослідження адикцій, проблематику психологічної практики при соціальній реабілітації та психотерапії осіб з адикціями. Зазначається, що адиктивна поведінка це комплексний феномен, який потребує ґрунтовного підходу до вивчення причин та психологічних механізмів її формування, психологічних особливостей прояву, наслідків.

**Мета статті.** Здійснити теоретичний аналіз, як українських, так і зарубіжних, наукових джерел щодо досліджень психологічних особливостей поведінки особистості з різними адикціями.

**Методи та процедура дослідження.** В ході проведення дослідження нами було проаналізовано наукові публікації за 2023-2024 роки, відібраних у фаховій літературі, щодо сучасних підходів вивчення психологічних особливостей адиктивної поведінки. Абстрагуючись від такого фактору, як країна, в якій проводилось теоретичне та емпіричне дослідження, ми узагальнили, структурували та систематизували чинники, типи, особливості прояву, наслідки адиктивної поведінки.

**Обговорення результатів.** У науковій літературі поняття «адикція» (англ. — схильність, пагубна звичка, пристрасть), «адиктивна поведінка» (лат. — сліпо відданий, той що потрапив у рабство) та «залежність» вживаються як синоніми. Сучасними

науковцями О. Кононенко та А. Ходотаєвим адиктивна поведінка трактується як порушення поведінки та є одним з видів девіантної поведінки (Кононенко, Ходотаєв, 2023).

Адиктивна поведінка В. Морозом характеризується фіксацією на певних видах діяльності чи вживанні різноманітних хімічних речовин з метою переживання надмірних емоцій та відходу від реальності, саморегуляції та адаптації, не зважаючи на негативні наслідки. Науковець відзначив, зокрема, що адиктивний процес завжди починає формуватися на емоційному рівні, далі встановлюється певна частота реалізації адикції, також простежується тісний зв'язок між частотою проявів адиктивної поведінки та появою життєвих проблем. Вченим виділено, що чим нижчий у особистості поріг стійкості до фрустрації, тим частіше проявляється адиктивна поведінка. На наступному етапі формування адиктивної поведінки, вона стає типовим або стереотипним типом реагування на виклики життєвих реалій. Етап, на якому адиктивна поведінка стає домінуючою в повсякденному житті, В. Мороз називає катастрофічним, адже, руйнується не лише психіка адикта, але й біологічні процеси, що викликає виснаження та руйнацію життєво важливих ресурсів (Мороз, 2023).

У своїх дослідженнях Н. Берегова та В. Колба виділяють основні чинники формування адиктивної поведінки у молодих людей: порушене соціальне мікросередовище, індивідуально-біологічні та індивідуально-психологічні особливості особистості, моральна незрілість особистості. Неповна сім'я, ігнорування або надмірна опіка батьками, спадкова обтяженість у відношенні алкоголізму, психологічний інфантилізм, органічні ураження мозку, низька стійкість до емоційного навантаження, високий рівень прояву акцентуацій характеру, уникання відповідальних ситуацій та рішень, відсутність бачення шляхів розвитку своєї особистості, вузьке коло і нестійкість інтересів тощо — все це фактори ймовірності розвитку адиктивної поведінки у молоді (Берегова, Колба, 2023).

В емпіричному дослідженні психологічних особливостей формування залежностей у підліткової та юнацької молоді, вибірка якого складала 60 осіб віком від 14 до 25 років, М. Мельничук та М. Рева визначили притаманні досліджуванім акцентуації характеру та виражену схильність до адикції у вигляді вживання алкогольних напоїв. За результатами досліджень 41 % респондентів мають виражену схильність до алкоголізації, що є проявом сформованої

адикції. Вченими виділено такі акцентуції характеру цих респондентів, як гіпертимна, лабільна, сенситивна, шизоїдна, істероїдна. Встановлено, що 51 % досліджуваної молоді, яка характеризується ознаками ворожості у стосунках з батьками, властивий високий рівень схильності до адиктивної поведінки. Відзначено, що одним з базових чинників формування адиктивної поведінки у молодих людей є дисгармонійні внутрішньо сімейні стосунки, адже 45 % досліджуваних характерна директивність у стосунках з батьками, а 42 % досліджуваних молодих людей мають стосунки з батьками з ознаками психологічного дистанціювання між членами родини (Мельничук, Рева, 2023).

Досліджуючи чинники різних видів адиктивної поведінки серед молоді, зокрема, серед студентів закладів вищої освіти, К. Бердичевська та В. Лютий звертають увагу на труднощі першокурсників у процесі адаптації: переїзд в інше місто, проживання окремо від сім'ї, необхідність вибудовувати комунікації у новому середовищі однолітків, пристосування до зміни режиму навчального процесу в порівнянні із закладом середньої освіти, підвищена стомлюваність, низький рівень самоорганізації та самоконтролю, неузгодженість між професійним вибором особистості та способами його реалізації тощо. Водночас, дослідники зауважують, що причини адиктивної поведінки студента є суто індивідуальними та залежать від самого випадку та ситуації людини (Бердичевська, Лютий, 2023).

В дослідженні проблеми адиктивної поведінки в межах інтеракції однолітків в молодіжному середовищі О. Кононенко та А. Ходотаєвим з'ясовано, що груповий чинник через взаємодію між членами групи відіграє одну з найважливіших ролей в становленні системи адикції та адиктивної поведінки, а саме, уявлення та репрезентація груповою поведінкою вже встановленого стереотипу щодо адикції. Ключовим елементом дослідники вважають розуміння сприйняття групового впливу та соціального статусу як нормативного чинника. У контексті кризових ситуацій в суспільстві, в наслідок утворення стійкого соціального середовища, що сприяє загостренню адиктивних звичок, груповий вплив зростає (Кононенко, Ходотаєв, 2023).

Як вважають В. Вінс та О. Тороп, окрему групу факторів впливу на формування адиктивної поведінки становлять чинники, пов'язані з

батьківським вихованням та особистим впливом батьків. Авторами встановлено, що відсутність у батьків стійких власних моральних установ, їх висока особиста схильність до адиктивної поведінки, невротичність, тривожність, конфліктність, наявність дистимічного та застрягаючого типів акцентуації негативно впливають на зростаючу особистість та сприяють формуванню у неї різних типів адикцій (Вінс, Тороп, 2023).

Вивчаючи психологічний вплив дитячо-батьківських відносин на схильність до наркотичної залежності молодих людей, О. Лебідь та О. Літвінова емпірично дослідили та теоретично обґрунтували сприяння неправильних стратегій батьківського виховання формуванню протестної форми поведінки молодих людей та їхньої втечі від реальності. За результатами їхнього емпіричного дослідження, в якому взяли участь 19 дорослих наркозалежних чоловіків віком від 18 до 43 років, що на момент дослідження проходили реабілітацію від наркозалежності в психологічному центрі реабілітації і ресоціалізації наркозалежної молоді, вченими виявлено, що 57,9 % респондентів зростали в повній родині з рідними батьками, а 42,1 % виховувалися в неповній родині (Лебідь, Літвінова, 2023).

Надалі було встановлено, що досліджувані наркозалежні не відчували прийняття та емоційної підтримки батьків в підлітковому віці — 89,5 % опитаних чоловіків та 15,8 % респондентів вважають, що їх дитинство було для них нещасливим. Нормальним, але могло бути кращим, або було нормальним до певних життєвих обставин дитинство для 78,9 % респондентів. Лише 21,1 % досліджуваних чоловіків зазначали, що авторитетними особами в їхньому підлітковому віці були батьки. У самих складних життєвих ситуаціях все ж таки зверталися за допомогою до батьків 47,4 % підлітків. Досвід вживання психоактивних речовин у підлітковому віці мали 84,2 % опитуваних, а 94,7 % зробили перші спроби вживання психоактивних речовин з друзями-однолітками або зі старшими авторитетними друзями. Серед чинників початку вживання наркотичних речовин респонденти виділили: відсутність порозуміння з батьками (52,6 %), неуспішне навчання (21,0 %), бажання проявити незалежність (52,2 %), спроба втечі від життєвих труднощів (36,8 %), зменшення емоційного напруження (26,3 %), бажання стати більш розкутим (68,4 %), бути прийнятим в колі однолітків (57,9 %) (Лебідь, Літвінова, 2023).

За останні десять років концентрація психоактивної речовини у вуличному канабісі зростає більше ніж у двічі, водночас, високоефективні продукти з канабісу стають домінуючими на легальному ринку, а тому зростає ризик для психічного здоров'я та розвитку адикцій для споживачів канабісу. Дослідники S. Adams, H. V. Curran, T. P. Freeman, L. Hines, C. J. Morgan, K. Petrilli припустили зростання рівня тривоги, депресії та психозоподібних симптомів при проблемному вживанні канабісу. Для проведення емпіричного дослідження було відібрано 410 респондентів віком від 16 до 24 років, які хоча б раз на місяць (з них 200 досліджуваних щодня) протягом року вживали канабіс. Молоді люди, які потрапили у вибірку, не мали проблем у навчанні, не мали клінічного діагнозу розладу вживання психоактивних речовин і не мали в анамнезі або поточним психічне захворювання. В результаті вчені виявили слабкі зв'язки між вживанням канабісу із великим вмістом психоактивної речовини та симптомами депресії, тривожності, психозу. Натомість, довели, що при вживанні канабісу високої активності у порівнянні з канабісом низької активності, підвищується ризик розвитку адикції (Adams, Curran, Freeman, Hines, Morgan, Petrilli, 2023).

Окрім вживання алкоголю та наркотичних засобів до хімічних адикцій відносять нікотинову залежність. Незважаючи на широко відомі шкідливі наслідки паління для здоров'я, все ще значна частина людей намагається подолати нікотинову залежність, яка вважається складним і хронічним станом. Вчені F. Ferri, L. Mattioni, A. V. Nikcevic, C. Sestieri, M. M. Spada, спираючись на багаторічні дослідження щодо психологічних особливостей залежності від психоактивних речовин, стверджують, що в нормальному прояві нейронні механізми, які є основою навчання та функціонування пам'яті людини, служать для формування поведінки виживання. Натомість, залежність можна розглядати як аномальний прояв зазначених механізмів, зокрема, асоціативної пам'яті. Підтвердженням цього є дослідження щодо повторного вживання наркотиків (включаючи пізні рецидиви) після впливу сигналів, які раніше були пов'язані із вживанням наркотиків.

На думку F. Ferri, L. Mattioni, A. V. Nikcevic, C. Sestieri, M. M. Spada практично для всіх видів залежностей є спільним такий дисфункціональний процес адаптації. Вчені вважають, що при адиктивній поведінці дезадаптивне оновлення асоціативної пам'яті

залежить від повторної консолідації пам'яті — механізми, для якого повторна активація збережених слідів пам'яті переходить в динамічний стан, у якому можна змінити їхні характеристики. Це може стати важливим фактором у концептуалізації та лікуванні залежностей (Ferri, Mattioni, Niksevic, Sestieri, Spada, 2023).

Досліджуючи залежність від психоактивних речовин та оцінюючи психологічний дистрес (почуття нервозності, безнадійності, нікчемності, неспокою, депресії) серед населення Великої Британії, L. S. Brose, J. Brown, S. Cox, L. Kock, A. McNeill, D. Robson, L. Shahab, H. Tattan-Birch з жовтня 2020 року по лютий 2022 року опитали 32727 осіб старших за 18 років. Вчені дійшли висновку, що люди, які ніколи не мали нікотинової залежності (58,0 % опитаних) та люди, які перестали палити понад рік тому (23,5 % опитаних), мали нижчі показники дистресу ніж ті, що зараз палять (16,5 % опитаних), кинули палити протягом останніх 6 місяців (1,0 % опитаних) та кинули палити між 6 та 12 місяцями тому (1,0 % опитаних). Аналізуючи статистику щодо людей з нікотиною залежністю, вчені отримали такі дані: 26 % серед тих, хто палить страждають на тривогу та депресію; 41 % серед курців мають психічні захворювання (розлади харчування, біполярний розлад, важка депресія, психоз тощо). Зв'язок між поганим психічним здоров'ям та причинами паління є взаємозалежним. Люди, що переживають стрес обирають паління як стратегію подолання соціально-економічних несприятливих умов, важких життєвих обставин (Brose, Brown, Cox, Kock, McNeill, Robson, Shahab, Tattan-Birch, 2023).

Перейдемо до розгляду нехімічних адикцій та почнемо з ургентної адикції та трудоголізму. Характерними рисами особистості при ургентній адикції, на думку В. Мороза, є: бажання контролювати час, усвідомлення неможливості впливати на хід подій; виконання професійних обов'язків за рахунок часу на відпочинок та спілкування; виконання абсолютно всіх вимог стосовно професійної діяльності; зацикленість на минулих невдачах та завданнях майбутнього, цілковита нездатність радіти життю в теперішньому часі; витіснення в несвідоме емоційно насичених переживань, ігнорування минулого; прагнення відкладати на майбутнє реалізацію своїх цілей з одночасним відчуттям, що час минає; страх майбутнього (Мороз, 2023).

Зупиняючись на понятті трудоголізму, В. Мороз відзначає, що трудоголікам властиво фатально сприймати помилки, відчувати високий рівень тривожності. Прагнення обмежити контакти з оточуючими через сприйняття міжособистісних відносин як обтяжливих, на думку дослідника, призводить до зниження психологічного благополуччя, загостренню відчуття самотності, відчуження, непотрібності. Лише в робочому процесі трудоголіки почувають себе впевненими, цінними, натомість, в повсякденному житті вони невпевнені в собі, замкнені, не здатні до емпатії (Мороз, 2023).

Відслідковуючи розвиток концепції трудоголізму в науковій літературі D. Namian, L. Negura, N. Plant зазначають, що після появи в 1968 році терміну «трудоголізм» до сьогодні, тлумачення даного феномену здійснювалося в континіумі від такого, що має як позитивні так і негативні сторони, до такого, що більше не включає позитивних проявів працьовитості. Останні дослідження пов'язують трудоголізм із погіршенням здоров'я та благополуччя, а також конфліктами між роботою та особистим життям. Дослідники пропонують три специфічні типи поведінки трудоголіків: компульсивна залежність, перфекціонізм та орієнтація на досягнення (Namian, Negura, Plant, 2023).

Розповсюдженим видом поведінкової залежності стає харчова адикція. Досліджуючи психологічні особливості харчової поведінки особистості, І. Брецько, В. Варга, Л. Шклярчук відзначають, що вона формується в процесі виховання особистості та пов'язана з культурними традиціями та цінностями. Також, харчова поведінка пов'язана з психологічними та соціальними потребами особистості. Емоціогенне переїдання, як стверджують І. Брецько, В. Варга, Л. Шклярчук, викликане бажанням уникнути негативних емоцій завдяки прийому їжі, при якому відбувається концентрація на смакових відчуттях і витіснення неприємних переживань (Брецько, Варга, Шклярчук, 2023).

Вивчаючи особливості харчової поведінки в умовах війни, В. Грицюк наголошує, що фактор стресу від війни в країні сприяє зростанню кількості харчових адикцій. Серед причин впливу на харчову поведінку дослідниця виділяє інтенсивне інформаційне навантаження; провину за те, що є доступ не лише до базових продуктів; провину «вцілілого»; страх окупації та фізичного насилля;

перспективу втечі та переселення. Емоційне переїдання відбувається не тому, що людина голодна, а тому що відчуває тривожність, пригніченість, розчарування, самотність (Грицюк, 2023).

Вплив самосприйняття особистості на харчову поведінку описує Н. Ремесник. Дослідник доводить, що такі фактори, як схильність особистості до перфекціонізму та самокритики є предиктами розвитку харчової адикції. Високі очікування від себе та нездатність дозволяти собі помилятися посилюють стрес та напругу, і, як наслідок, виникає бажання уникнути складних переживань та емоцій за рахунок переїдання (Ремесник, 2023).

Продовжимо розгляд поведінкових адикцій. З появою соціальних мереж зросли можливості до розширення способів комунікації. Регулярне звернення до мережі Інтернет стало базовою потребою людей. Досліджуючи психологічний вплив соціальних мереж на особистість, С. Шеремета виділяє як позитивні так і негативні аспекти. Поряд з доступністю до будь-якої інформації, швидкістю обміну інформацією, простотою комунікації присутні витіснення віртуальним світом реальної дійсності через надмірне перебування в Інтернеті, вразливість до різного роду маніпуляцій та впливу пропаганди. Описуючи симптоми інтернет-залежності, дослідник відзначає такі: порушення контролю над поведінкою (початок, частота, інтенсивність, тривалість, припинення, контекст); пріоритетність (перевага над іншими життєвими інтересами та завданнями повсякденної діяльності); продовження та ескалація поведінки попри негативні наслідки (сімейні конфлікти, негативний вплив на здоров'я) (Шеремета, 2023).

У публікації «Інтернет-залежність як адикція сучасної людини» О. Петрунько та О. Сілаєва визначили такі види інтернет-активності залежного типу: інтернет-залежність (непереборне бажання підключитись до Інтернету, втрата контролю часу); комп'ютерна (цифрова) залежність (бажання незалежно від роду діяльності (робота, гра, прослуховування музики) працювати за комп'ютером); комунікативна залежність (необмежене спілкування в чатах з великою кількістю знайомих); ігрова залежність; кіберсексуальна залежність (знайомства у мережі інтимного характеру, пристрасть до порносайтів); компульсивна інтернет-навігація (пошук будь-якої інформації, безглуздий перехід за посиланнями з однієї сторінки на іншу). Наслідками інтернет-адикції, на думку дослідниць,



виступають: втрата значення звичних соціальних зв'язків, посилення явища ізоляції особистості, зростання внутрішнього дискомфорту та невдоволення собою, деградація розумових процесів та когнітивних навичок, поява суїцидальних думок та панічних нападів тощо (Петрунько, Сілаєва, 2023).

Розвиток технологій медіасервісів дає можливість користувачу інтернету за запитом переглядати телесеріали та фільми у будь-який час та у будь-якій кількості. Вивчаючи феномен запійного перегляду (binge-watching – англ.) – послідовний перегляд трьох або більше серій одного серіалу за один раз, методом перехресного опитування 482 респондентів, М. Casagrande, F. Favieri, G. Forte, R. Tambelli, M. Tomai з'ясували, що існує зв'язок між телезапоєм та психологічним здоров'ям. Зміни психологічного здоров'я учасників експерименту відповідають проявам адиктивної поведінки: втрата контролю, уникнення, нехтування іншими видами діяльності, неадаптивні стратегії поведінки, негативні емоції тощо. Дослідники зазначають, що у людей з помірним та проблемним проявом залежності від перегляду декількох серій підряд одного серіалу спостерігається високий рівень депресії, тривожності, соціальної тривожності та уникнення, емоційної дисрегуляції та імпульсивності, проблеми зі сприйняттям та увагою (Casagrande, Favieri, Forte, Tambelli, Tomai, 2023).

Залежність від смартфонів відрізняється від інших поведінкових залежностей. В науковій спільноті триває дискусія щодо переходу від опису симптомів залежностей до вивчення процесу, в якому конкретні види поведінки вже не є патологією повсякденної поведінки, а стають засвоєними, звиклими, компульсивними. Науковці G. Dixon, M.-G. Dragomir, R. J. E. James, E. Thirlwell, L. Hitcham піднімають питання необхідності вивчення проблематики смартфонної залежності з точки зору поведінкової нейронауки, як це відбувається з хімічними залежностями, адже смартфони дозволяють взаємодіяти з потенційно залежною поведінкою: азартні ігри, шопінг, соціальні медіа тощо (Dixon, Dragomir, James, Hitcham, Thirlwell, 2023).

Перейдемо до опису ставлення суспільства до залежностей. Стигматизуюче ставлення до залежності від психоактивних речовин добре досліджене та містить сором, збентеженість, страх осуду, намагання отримати допомогу. Щодо стигматизуючого ставлення до поведінкових адикцій, таких як проблемне використання смартфона,

проблемне використання сайтів соціальних мереж та проблемні інтернет-ігри, науковці V. Boursier, S. Casale, G. Cigolini, F. Gioia, S. Ghinassi, A. Musico, E. Petrucci провели порівняльний аналіз суспільного сприйняття проблемних інтернет гравців, проблемних користувачів смартфонів та проблемних користувачів сайтів соціальних мереж.

Залученими до емпіричного дослідження були 280 респондентів, яким було запропоновано описи чоловіків та жінок трьох типів залежностей. Суспільне сприйняття вивчалось за такими шкалами: глобальне сприйняття залежності, звинувачення/особиста відповідальність, марнославство, небезпечність, соціальна дистанція, прихованість/помітність. За результатами досліджень вчені зробили висновок, що емоційна реакція досліджуваних, така як гнів, смуток та бажана соціальна дистанція були значно сильнішими до проблемних інтернет-гравців ніж до проблемних користувачів смартфонів та проблемних користувачів сайтів соціальних мереж. Найкеріванішими вважаються особи з проблемним використанням смартфона у порівнянні з іншими групами досліджуваних. Самими проблематичними за своєю суттю виявилися інтернет-гравці, водночас, осіб з проблемним використанням сайтів соціальних мереж найбільш осуджують (Boursier, Casale, Cigolini, Gioia, Ghinassi, Musico, Petrucci, 2023).

Досліджуючи роль стилю прихильності, самооцінки, страху втрати та час, проведений в Інтернеті на вибірці з 470 користувачів соціальних мереж, вчені A. Gori, M. D. Griffiths, E. Topino описали зв'язок між цими психосоціальними факторами та проблемним використанням соціальних мереж. Теоретичною основою дослідження стала теорія компенсаторного використання інтернету. Серед респондентів 43 % досліджуваних проводили в соціальних мережах від однієї до двох годин, а 37 % – від двох до п'яти годин щодня. Дослідники підтвердили, що люди з проблемним використанням мережі Інтернет уникають проблем у реальному житті або полегшують дисфоричний настрій, а також їм властиві тривожно-уникаючий, амбівалентний та уникаючий стилі прихильності (Gori, Griffiths, Topino, 2023).

Залежність від азартних ігор, наразі, це перша і єдина поведінкова залежність щодо якої була доведена клінічна, феноменологічна та нейробіологічна подібність із залежностями від

психоактивних речовин. Науковці А. Е. Goudiaan, R. van Holst, P. Piray, T. van Timmeren, беручи до уваги припущення, що перехід від цілеспрямованого до звичного прийняття рішень сприяє розвитку адиктивної поведінки, дослідили вплив стресу на баланс між цілеспрямованим модельним та звичним модельним системами контролю у людей залежних від азартних ігор. Дослідники не встановили суттєвих відмінностей у прийнятті рішень у гравців до і після індукції стресу (Goudiaan, Holst, Piray, Timmeren, 2023).

Дослідники M. Boffo, P. Collins, H. R. Galvin, T. Pronk, E. Salemink, L. Snippe, S. H. Stewart, R. W. Wiers вивчали упереджений підхід – компонент спонукування до азартних ігор або поведінкову готовність — серед не проблемних гравців, гравців з помірним рівнем ризику та гравців з високим рівнем ризику. Вчені виявили, що у гравців з помірним та високим рівнем ризику, не спостерігається тенденція «наближатися, а не уникати азартних ігор». Також, вони з'ясували, що інтернет-гравці відрізняються від гравців в азартні ігри за мотивацією та саморегуляцією в адиктивній поведінці. Так, інтернет-гравці грають в азартні ігри, щоб впоратися з негативними емоціями, а гравці простих гральних автоматів грають в азартні ігри заради фінансової винагороди (Boffo, Collins, Galvin, Pronk, Salemink, Snippe, Stewart, Wiers, 2023).

Наукові дослідження щодо адиктивної поведінки до початку двадцять першого століття в основному були пов'язані з хімічними залежностями. Незважаючи на теорію стимулюючої сенсibiliзації (підвищена реактивність системи дофаміну на певний стимул через його повторний вплив та очікування винагороди) як провідний процес у залежності від психоактивних речовин, дослідники L. Clark та M. Zack припускають, що лише фармакологічної активації не достатньо для виникнення залежності. В своєму дослідженні L. Clark та M. Zack детально розглянули поняття «невизначеність» для означення впливу винагороди на процес сенсibiliзації при залежності від азартних ігор, а саме суб'єктивного досвіду мінливості винагороди. Вчені дійшли висновку, що мінливість винагороди — загальна та важлива риса багатьох видів діяльності з потенціалом залежності (Clark, Zack, 2023).

Існує багато психометричних інструментів для вивчення адиктивної поведінки заснованих на шестикомпонентній моделі залежності (пріоритетність, толерантність, зміна настрою, рецидив,

відміна, конфлікт) від психоактивних речовин. В рамках наукової дискусії щодо використання критеріїв залежності від психоактивних речовин для операціоналізації та оцінки поведінкових залежностей, J. Billieux, V. Boursier, J. Cataldo, M. Flayelle, L. Fournier, A. Musetti, A. Schimmenti, V. Starcevic здійснили емпіричне дослідження залежності від соціальних медіа на вибірці в 4256 учасників. Результати дослідження показали, що психометричні інструменти, засновані на моделі шести компонентів, при застосуванні до поведінкових залежностей, поєднують в собі центральні (зміна настрою, рецидив, відміна, конфлікт) та периферійні (пріоритетність, толерантність) ознаки залежності. Центральні ознаки залежності позитивно пов'язані з показниками симптомів, які були включені в дослідження: депресія, гнів, манія, тривога, соматичний дистрес, суїцидальні думки, проблеми зі сном, проблеми з пам'яттю, диссоціативні переживання (Billieux, Boursier, Cataldo, Flayelle, Fournier, Musetti, Schimmenti, Starcevic, 2023).

Дослідники J. Billieux, A. Infanti, J. C. Perales, C. Valls-Serrano, C. Vogele, використовуючи особистісно-орієнтований підхід та спираючись на дуалістичну модель пристрасті, визначили психологічні фактори (симптоми ігрової залежності, ігрові мотиви, риси імпульсивності), які властиві дуже активними гравцям (але не проблемним) та, окремо, проблемним гравцям. Насамперед, розділивши групи гравців на основі їх профілів пристрастей до ігор (гармонійна пристрасть, нав'язлива пристрасть) на ризикованих гравців, залучених гравців, звичайних гравців, вчені з'ясували, що до проблемної гри відносяться такі ігрові мотиви: ескапізм (бажання уникнути повсякденних турбот), копінг (прагнення впоратися з несприятливими настроями), фантазія (інтерес до виходу з власної ідентичності та створення нової, далекої від реальності), конкуренція (досягнення), розвиток навичок (координація) (Billieux, Infanti, Perales, Valls-Serrano, Vogele, 2023).

Щодо рис імпульсивності, то вони позитивно корелюють з тяжкістю симптомів проблемної гри. Симптоми ігрового розладу такі, як виразність, зміна настрою, толерантність, низький рівень конфлікту були переважно пов'язані з гармонійною пристрастю (автономна інтерналізація діяльності в свою ідентичність, асоціюється з уважним залученням замість неконтрольованих потягів, діяльність виконується з безпечним почуттям самоповаги, відкритості

та гнучкості), тоді як відсторонення, високий рівень конфлікту, рецидив були більш пов'язані з нав'язливою пристрастю (контрольована інтерналізація певної діяльності в особистість людини) (Billieux, Infanti, Perales, Valls-Serrano, Vogele, 2023).

**Висновки і перспективи досліджень.** Здійснений теоретичний аналіз дозволив з'ясувати, що вивчення психологічних особливостей поведінки особистості з адикціями займає значне місце у дослідженні аспектів психологічного та фізичного здоров'я людини. Спостерігається зміщення фокусу уваги наукових досліджень в біг вивчення нехімічних (поведінкових) адикцій.

Спільність психологічних механізмів функціонування хімічних і нехімічних адикцій дає можливість більш ґрунтовного та розширеного вивчення адиктивної поведінки. Адикції можуть перетікати одна в одну або посилюватися одна одною. Зв'язок між адикціями та психічним і фізичним здоров'ям людини є взаємозалежним.

Чинники адиктивної поведінки поділяються на такі групи: психологічні, соціальні, біологічні. Подальші перспективи дослідження вбачаємо у емпіричному вивченні психологічних чинників адиктивної поведінки.

### Література

1. Бердичевська, К., & Лютий, В. (2023). Сутність та чинники адиктивної поведінки молоді як проблеми сучасності. *Grail of Science*, 26, 112-114. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.14.04.2023.018>
2. Берегова, Н., & Колба, В. (2023). Психологічні особливості формування адиктивної поведінки у сучасної молоді. *Psychology Travelogs*, 2, 15-22. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-4>
3. Брецько, І., Варга, В., & Шклярчук, Л. (2023). Психологічні особливості харчової поведінки особистості. Збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції Мукачівського державного університету, 92-94.
4. Вінс, В., & Тороп, О. (2023). Вплив сім'ї на формування девіантної поведінки в підлітків. *Вікова та педагогічна психологія*, 54, 69-71. <http://habitus.od.ua/journals/2023/54-2023/12.pdf>
5. Грицюк, В. (2023). Розлади харчової поведінки сучасної молоді в умовах війни. Збірник наукових праць Житомирського державного університету ім. Івана Франка, 116-120.
6. Кононенко, А., & Ходотаєв, А. (2024). Теоретичний аналіз впливу інтеракції однолітків та взаємодії на рівні індивіда на формування адиктивної поведінки в молодіжному середовищі. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського*, 1, 62-66. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.1/11>
7. Літвінова, О., & Лебідь, О. (2023). Психологічні особливості впливу дитячо-батьківських відносин на схильність до наркотичної залежності. *Вікова та педагогічна психологія*, 53, 184-191. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.53.31>

8. Мельничук, М., & Рева, М. (2023). Психологічні особливості формування адиктивної поведінки підліткової та юнацької молоді. *Молодий вчений*, 5 (117), 70-72. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-5-117-13>
9. Мороз, М. (2023). Аналіз поглядів на проблему ургентної адикції та адиктивної поведінки в сучасній психології. *Вісник Національного університету оборони України*, 5 (75), 78-86. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-78-86>
10. Петрунько, О., & Сілаєва, О. (2023). Інтернет-залежність як адикція сучасної людини. *Вчені записки університету «Крок»*, 3, 115-124.
11. Ремесник, Н. (2023). Самосприйняття як чинник порушення харчової поведінки особистості. Матеріали науково-практичної конференції Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 124-127.
12. Шеремета С. (2023). До проблеми вивчення психологічного впливу соціальних мереж на особистість як залежність. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції Західноукраїнського національного університету, 267-270.
13. Adams, S., Curran, H. V., Freeman, T. P., Hines, L., Morgan, C. J., & Petrilli, K. (2023). High potency cannabis use, mental health symptoms and cannabis dependence: Triangulating the evidence. *Addictive Behaviors*, 144, E107740. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107740>
14. Billieux, J., Boursier, V., Cataldo, I., Flayelle, M., Fournier, L., Musetti, A., Schimmenti, A., & Starcevic, V. (2023). Deconstructing the components model of addiction: an illustration through “addictive” use of social media. *Addictive Behaviors*, 143, E107694. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107694>
15. Billieux, J., Infanti, A., Perales, J. C., Valls-Serrano, C., & Vogele, C. (2023). Gaming passion contributes to the definition and identification of problematic gaming. *Addictive Behaviors*, 147, E107805. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107805>
16. Boffo, M., Collins, P., Galvin, H. R., Pronk, T., Salemin, E., Snippe, L., Stewart, S. H. & Wiers, R. W. (2023). Losing sight of Luck: Automatic approach tendencies toward gambling cues in Canadian moderate- to high-risk gamblers – A replication study. *Addictive Behaviors*, 145, E107778. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107778>
17. Boursier, V., Casale, S., Cigolini, G., Gioia, F., Ghinassi, S., Musico, A., & Petrucci, E. (2023). Stigmatizing attitudes toward Internet gaming disorder, Problematic smartphone use and Problematic social networking site use: An experimental vignette study. *Addictive Behaviors*, 141, E107665. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107665>
18. Brose, L. S., Brown, J., Cox, S., Kock, L., McNeill, A., Robson, D., Shahab, L., & Tattan-Birch, H. (2023). Association of psychological distress with smoking cessation, duration of abstinence from smoking, and use of non-combustible nicotine-containing products: A cross-sectional population survey in Great Britain. *Addictive Behaviors*, 140, E107624. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107570>
19. Casagrande, M., Favieri, F., Forte, G., Tambelli, R., & Tomai, M. (2023). I feel addicted to watching TV series: association between binge-watching and mental health. *PeerJ*, 11, e15796. <https://doi.org/10.7717/peerj.15796>
20. Clark, L., & Zack, M. (2023). Engineered highs: Reward variability and frequency as potential prerequisites of behavioural addiction. *Addictive Behaviors*, 140, E107626. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107626>
21. Dixon, G., Dragomir, M.-G., James, R. J. E., Hitcham, L., & Thirlwell, E. (2023). Understanding the construction of ‘behavior’ in smartphone addiction: A scoping review. *Addictive Behaviors*, 137, E107503. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107503>
22. Ferri, F., Mattioni, L., Nikcevic, A. V., Sestieri, C., & Spada, M. M. (2023). Twisted memories: Addiction-related engrams are strengthened by desire thinking. *Addictive Behaviors*, 145, E107782. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107782>

23. Gori, A., Griffiths, M. D., & Topino, E. (2023). The associations between attachment, self-esteem, fear of missing out, daily time expenditure, and problematic social media use: A path analysis model. *Addictive Behaviors*, 141, E107633. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107633>
24. Goudriaan, A. E., Holst, R., Piray, P., & Timmeren, T. (2023). Goal-directed and habitual decision making under stress in gambling disorder: An fMRI study. *Addictive Behaviors*, 140, E107628. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107628>
25. Namian, D., Negura, L., & Plante, N. (2023). The social construction of workaholism as a representational naturalization. *Heliyon*, 9(6), E17447. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17447>

## References

1. Berdychevska, K., & Liutyi, V. (2023). Sutnist ta chynnyky adyktivnoi povedinky molodi yak problemy suchasnosti [The Essence and Factors of Youth Addictive Behaviour as a Contemporary Problem]. *Grail of Science*, 26, 112-114. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.14.04.2023.018> [in Ukrainian].
2. Berehova, N., & Kolba, V. (2023). Psykholohichni osoblyvosti formuvannia adyktivnoi povedinky u suchasnoi molodi [Psychological features of the formation of addictive behaviour in modern youth]. *Psychology Travelogs*, 2, 15-22. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-4> [in Ukrainian].
3. Bretsko, I., Varha, V., & Shkliaruk, L. (2023). Psykholohichni osoblyvosti kharchovoi povedinky osobystosti [Psychological characteristics of eating behaviour]. Zbirnyk tez dopovidei Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii Mukachivskoho derzhavnoho universytetu, 92-94. [in Ukrainian].
4. Vins, V., & Torop, O. (2023). Vplyv simi na formuvannia deviantnoi povedinky v pidlitkiv [The influence of the family on the formation of deviant behaviour in adolescents]. *Vikova ta pedahohichna psykholohiia*, 54, 69-71. <http://habitus.od.ua/journals/2023/54-2023/12.pdf> [in Ukrainian].
5. Hrytsiuk, V. (2023). Rozlady kharchovoi povedinky suchasnoi molodi v umovakh viiny [Eating disorders of modern youth in the context of war]. Zbirnyk naukovykh prats Zhytomyrskoho derzhavnoho universytetu im. Ivana Franka, 116-120. [in Ukrainian].
6. Kononenko, A., & Khodotaiev, A. (2024). Teoretychnyi analiz vplyvu interaktsii odnolitkiv ta vzaiemodii na rivni indyvuda na formuvannia adyktivnoi povedinky v molodizhnomu seredovyshchi [Theoretical analysis of the influence of peer interaction and interaction at the level of the individual on the formation of addictive behaviour in the youth environment]. *Vcheni zapysky Tavriiskoho natsionalnoho universytetu imeni V. I. Vernadskoho*, 1, 62-66. [https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/1\\_2024/13.pdf](https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/1_2024/13.pdf) [in Ukrainian].
7. Litvinova, O., & Lebid, O. (2023). Psykholohichni osoblyvosti vplyvu dytiachobatkivskykh vidnosyn na skhylnist do narkotychnoi zalezhnosti [Psychological features of the influence of child-parent relationships on drug addiction]. *Vikova ta pedahohichna psykholohiia*, 53, 184-191. <http://habitus.od.ua/journals/2023/53-2023/31.pdf> [in Ukrainian].
8. Melnychuk, M., & Reva, M. (2023). Psykholohichni osoblyvosti formuvannia adyktivnoi povedinky pidlitkivoi ta yunatsakoi molodi [Psychological features of the formation of addictive behaviour in adolescent and young adult youth]. *Molodyi vchenyi*, 5 (117), 70-72. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2023-5-117-13> [in Ukrainian].
9. Moroz, M. (2023). Analiz pohliadiv na problemu urhentnoi adyktivnoi ta adyktivnoi povedinky v suchasni psykholohii [Analysis of views on the problem of urgent addiction and addictive behaviour in modern psychology]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 5 (75), 78-86. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-78-86> [in Ukrainian].
10. Petrunko, O., & Silaieva, O. (2023). Internet-zalezhnist yak adyktivna suchasnoi liudyny [Internet addiction as an addiction of a modern person]. *Vcheni zapysky universytetu «Krok»*, 3, 115-124. [in Ukrainian].

11. Remesnyk, N. (2023). Samospryiniattia yak chynnyk porushennia kharchovoi povedinky osobystosti [Self-perception as a factor of eating disorders]. *Materialy naukovo-praktychnoi konferentsii Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy*, 124-127. [in Ukrainian].
12. Sheremeta S. (2023). Do problemy vyvchennia psykholohichnoho vplyvu sotsialnykh merezh na osobystist yak zalezhnist [On the Problem of Studying the Psychological Impact of Social Networks on the Personality as an Addiction]. *Materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii Zakhidnoukrainskoho natsionalnoho universytetu*, 267-270. [in Ukrainian].
13. Adams, S., Curran, H. V., Freeman, T. P., Hines, L., Morgan, C. J., & Petrilli, K. (2023). High potency cannabis use, mental health symptoms and cannabis dependence: Triangulating the evidence. *Addictive Behaviors*, 144, E107740. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107740>
14. Billieux, J., Boursier, V., Cataldo, I., Flayelle, M., Fournier, L., Musetti, A., Schimmenti, A., & Starcevic, V. (2023). Deconstructing the components model of addiction: an illustration through “addictive” use of social media. *Addictive Behaviors*, 143, E107694. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107694>
15. Billieux, J., Infanti, A., Perales, J. C., Valls-Serrano, C., & Vogele, C. (2023). Gaming passion contributes to the definition and identification of problematic gaming. *Addictive Behaviors*, 147, E107805. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107805>
16. Boffo, M., Collins, P., Galvin, H. R., Pronk, T., Saleminck, E., Snippe, L., Stewart, S. H. & Wiers, R. W. (2023). Losing sight of Luck: Automatic approach tendencies toward gambling cues in Canadian moderate- to high-risk gamblers – A replication study. *Addictive Behaviors*, 145, E107778. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107778>
17. Boursier, V., Casale, S., Cigolini, G., Gioia, F., Ghinassi, S., Musico, A., & Petrucci, E. (2023). Stigmatizing attitudes toward Internet gaming disorder, Problematic smartphone use and Problematic social networking site use: An experimental vignette study. *Addictive Behaviors*, 141, E107665. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107665>
18. Brose, L. S., Brown, J., Cox, S., Kock, L., McNeill, A., Robson, D., Shahab, L., & Tattan-Birch, H. (2023). Association of psychological distress with smoking cessation, duration of abstinence from smoking, and use of non-combustible nicotine-containing products: A cross-sectional population survey in Great Britain. *Addictive Behaviors*, 140, E107624. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107570>
19. Casagrande, M., Favieri, F., Forte, G., Tambelli, R., & Tomai, M. (2023). I feel addicted to watching TV series: association between binge-watching and mental health. *PeerJ*, 11, e15796. <https://doi.org/10.7717/peerj.15796>
20. Clark, L., & Zack, M. (2023). Engineered highs: Reward variability and frequency as potential prerequisites of behavioural addiction. *Addictive Behaviors*, 140, E107626. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107626>
21. Dixon, G., Dragomir, M.-G., James, R. J. E., Hitcham, L., & Thirlwell, E. (2023). Understanding the construction of ‘behavior in smartphone addiction: A scoping review. *Addictive Behaviors*, 137, E107503. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107503>
22. Ferri, F., Mattioni, L., Nikcevic, A. V., Sestieri, C., & Spada, M. M. (2023). Twisted memories: Addiction-related engrams are strengthened by desire thinking. *Addictive Behaviors*, 145, E107782. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107782>
23. Gori, A., Griffiths, M. D., & Topino, E. (2023). The associations between attachment, self-esteem, fear of missing out, daily time expenditure, and problematic social media use: A path analysis model. *Addictive Behaviors*, 141, E107633. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107633>
24. Goudriaan, A. E., Holst, R., Piray, P., & Timmeren, T. (2023). Goal-directed and habitual decision making under stress in gambling disorder: An fMRI study. *Addictive Behaviors*, 140, E107628. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107628>
25. Namian, D., Negura, L., & Plante, N. (2023). The social construction of workaholism as a representational naturalization. *Heliyon*, 9(6), E17447. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e17447>

Received: 06.03.2024

Accepted: 26.03.2024



## ПСИХОЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ОСОБИСТОСТІ : ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ

**Рудницький Олександр**

Волинський національний університет імені Лесі Українки,  
м. Луцьк, Україна

[rudnytskiy1996@gmail.com](mailto:rudnytskiy1996@gmail.com)

ORCID : <https://orcid.org/0009-0000-1000-8610>

**Мета.** Здійснити аналітичний огляд різновекторних досліджень психоемоційного вигорання особистості як феномена, що негативно впливає та істотно ускладнює її фахову діяльність і міжособистісне спілкування.

**Методи та процедура дослідження.** Для досягнення мети було застосовано такі науково-теоретичні методи : аналіз, синтез, узагальнення, що дало змогу розкрити змістові та функціональні параметри психоемоційного вигорання.

**Результати.** Низка досліджень пояснює причинно-наслідкову сутність психоемоційного вигорання специфікою фахової діяльності людини. Вигорання зумовлює появу психологічних і\або психосоматичних змін, дискомфортно впливає на афективну збалансованість, породжує підвищений стрес, загострену тривожність, гнітючу фрустрованість та інші депресивні відчуття, переживання та поведінкові модальності. Монотонна й емоційно втомлива та фізично амортизаційна фахова діяльність у певній сфері, перманентний тиск з боку адміністрації можуть стимулювати відчуття душевного дискомфорту, підвищувати частоту внутрішньо- та міжособистісних конфліктів, стимулювати соціальну аутизацію, самотність, переживання розчарувань у життєвих цінностях.

**Висновки.** Психоемоційне вигорання розглядається як складний та розгалужений феномен, що чинить несприятливий вплив на життєдіяльність людини та ускладнює її комунікативні взаємини в сім'ї та на роботі. Прояви психоемоційного вигорання і психофізичного виснаження досліджені багатогранно з різноманітними вибірками (студенти, поліцейські, медики, пожежники, спортсмени, депривовані діти та ін.). Спільною рисою проаналізованих досліджень є визнання дискомфорту і деструктивного тиску психоемоційного вигорання на афективно-когнітивні поведінкові тактики і стратегії особистості.

**Ключові слова:** особистість, психоемоційне вигорання, психофізичне виснаження, стрес, тривожність, фрустрованість.

**Oleksandr Rudnytskyi. Psychoemotional burnout of personality: theoretical aspects of the problem.**

**Purpose.** The objective is to conduct an analytical review of multidirectional studies on psychoemotional burnout of personality as a phenomenon that negatively impacts and significantly complicates its professional activity and interpersonal communication.

**Methods.** To achieve this objective, the following scientific-theoretical methods were applied: analysis, synthesis, generalization, which allowed for the revelation of substantive and functional parameters of psychoemotional burnout.

**Results.** A range of studies explains the cause-and-effect essence of psychoemotional burnout by the specifics of a person's professional activity. Burnout leads to the appearance of psychological and/or psychosomatic changes, adversely affects affective balance, generates increased stress, heightened anxiety, oppressive frustration, and other depressive feelings, experiences, and behavioral modalities. Monotonous and emotionally exhausting as well as physically amortizing professional activity in a specific field, along with permanent pressure from administration, may stimulate feelings of mental discomfort, increase the frequency of intra- and interpersonal conflicts, stimulate social withdrawal, loneliness, and experiences of disappointment in life values.

**Conclusions.** Psychoemotional burnout is regarded as a complex and branching phenomenon that exerts an unfavorable influence on a person's life and complicates their communicative relationships within the family and at work. Manifestations of psychoemotional burnout and psychophysical exhaustion have been studied extensively with diverse samples (students, police officers, medical professionals, firefighters, athletes, deprived children, etc.). A common feature of the analyzed studies is the recognition of the uncomfortable and destructive pressure of psychoemotional burnout on the affective-cognitive behavioral tactics and strategies of the individual.

**Keywords:** personality, psychoemotional burnout, psychophysical exhaustion, stress, anxiety, frustration.

**Вступ.** Складні реалії воєнного часу породжують підвищену нервово-психічну напруженість громадян України, активно стимулюють різновидову тривожність, тривалу фрустрованість, гнітючу депресивність та інші амортизаційні психостани, що зумовлюють психоемоційне вигорання значної кількості людей.

Синдром вигорання як складний і багатогранний феномен трактується у сучасній психологічній науці по-різному (Брецко, 2015; Булатевич, 2004; Ващенко, 2006; Кондрацька, 2008; Bianchi, Schonfeld, Laurent, 2015; Maslach, Leiter, 2008), однак його ключове змістово-функціональне наповнення визнається зазвичай майже однаково – *це негативний процес, який розбалансовує особистісну*

*афективність, дискомфортно впливає на когнітивно-поведінкові тактики і стратегії людини та зумовлює численні соціально-психологічні проблеми й психофізичне виснаження.*

Цілий конгломерат негативних психічних переживань стає причиною емоційного, фізичного й інтелектуального знесилення людини, насамперед через тривале та неприємне напруження, зумовлене розладнанням міжособистісних взаємин у сім'ї і/або стосунків на роботі. Надмірна емоційна насиченість інтимно-особистісного або ділового спілкування породжує численні конфліктологічні складнощі та посилює деформацію афективної сфери людини, а також її фахової діяльності.

Багаторівнева структурно-функціональна архітектоніка вигорання містить різноманітні симптоми, ознаки і риси, що можуть стимулювати неконструктивні життєві стратегії (Пілецька, 2018) та фіксувати екзистенційну втому й депресію людини (Reime, Steiner, 2001).

Слід зазначити, що внаслідок психоемоційного вигорання помітних змін зазнає аксіологія особистості, насамперед базові конструкти її ціннісно-сислової сфери, зокрема може відбуватися переоцінення вартостей, криза довіри до людей, втрата ціннісних орієнтирів і сенсів, відчуття душевного дискомфорту тощо. Загалом, криза цінностей у свою чергу може зумовлювати появу внутрішньота міжособистісних конфліктів, стимулювати соціальну аутизацію, відчуття самотності, переживання розчарувань у життєвих вартостях та ідеалах (Карпенко, 1998).

Традиційно основними маркерами, які засвідчують наявність у людини психоемоційного вигорання, постають ті, що суттєво ускладнюють її сімейну та професійну життєдіяльність. Безперечно, це насамперед проблеми в сімейному та професійному довіллі, що породжують розлади в комунікативно-перцептивних взаєминах, конфлікти через надмірне емоційне і фізичне навантаження, монотонність діяльності, порушення статусно-рольових пріоритетів тощо. Переживання численних реальних чи уявлених негараздів зумовлює гіпертрофовану психоенергетичну втрату життєвих намірів і потенціалів людини. Типовим наслідком постає психосоматична втома, психофізичне виснаження і психоемоційне вигорання. Тривога, депресія, апатія, гнів, фрустрація, роздратування, сомато-вегетативні розлади, істотне зниження самооцінки та інші негативні

психостани набувають визначального значення для повсякденного життя емоційно вигорілої людини.

**Мета статті** – розкрити психологічну специфіку прояву і негативного впливу психоемоційного вигорання на особистість.

**Методи та процедура дослідження.** Нами було застосовано такі науково-теоретичні методи : аналіз, синтез, узагальнення, що дало змогу розкрити змістові та функціональні параметри психоемоційного вигорання.

**Обговорення результатів.** Огляд науково-психологічної літератури з окресленої проблематики засвідчує широке аналітичне вивчення й осмислення феноменології психоемоційного вигорання в найрізноманітніших ракурсах.

Я. Гошовський стверджує, що різновидова депривація (соціальна, сенсорна, комунікативна, сексуальна, економічна та ін.) негативним чином детермінує психо- і соціогенезу особистості і призводить до амбівалентного самоусвідомлення та потужного психоемоційного вигорання і психофізичного виснаження. Внаслідок цього депривована людина нагально потребує надання системної та комплексної ревіталізаційної допомоги, зокрема завдяки фаховому застосуванню медіально-рефлексійних психотехнологій (Гошовський, 2016).

У подібному ракурсі ми поглиблено на теоретико-емпіричному рівні досліджуємо особливості впливу психоемоційного вигорання на деформацію Я-концепції в депривованій особистості (Гошовська, Гошовський, Рудницький, 2023).

І. Брецько здійснила розлогий аналіз соціально-психологічних та особистісних детермінант психоемоційного вигорання людини. Депривація сімейного спілкування, опіки й любові цілком слушно й аргументовано постулюється як основний негативний чинник психоемоційного вигорання підлітків. Концептуалізація всіх базових теоретичних положень й еміричних здобутків дозволила дослідниці зробити осяжні узагальнення, які концентрують достовірну й валідну інформацію про психологічну феноменологію емоційного вигорання підлітків у режимі різнотипної сімейної депривації (Брецько, 2011).

L. Nadon, De Beer L.T, Morin AJS. досліджують чи варто концептуалізувати вигорання як психічний розлад і відзначають, що у наукових колах залишаються тривалі і давні дебати щодо його визначення та доцільності класифікації як окремої патологічної

сутності. Науковці стверджують, що якраз через недостатню концептуальну ясність поточний стан досліджень вигорання залишається здебільшого циклічним і пронизаним проблемами вимірювання. Внаслідок цього важлива інформація про унікальну біопсихосоціальну етіологію, діагностичні ознаки, диференційно-діагностичні критерії та рівень поширеності синдрому вигорання все ще відсутня в повній мірі. Зроблено висновок, що було б недоречно вводити психоемоційне вигорання як окремий психічний розлад у будь-яку існуючу систему діагностичної класифікації. Водночас відзначається, що було б так само передчасно відкидати психоемоційне виснаження як психологічно релевантне явище і що наявні дані підтверджують його актуальність як важливого професійного синдрому (Nadon, De Beer, Morin, 2022).

У міжнародній класифікації хвороб ВООЗ віднаходимо інформацію про вигорання як «професійний феномен» (WHO, 2019).

J. Moss стверджує, що чи не всіма науковими галузями людинознавчого циклу констатується своєрідна епідемія професійного вигорання. Невпинне зростання хронічного стресу сприяє різномодальному психофізичному виснаженню, однак спроби зупинити його негативну дію за допомогою йоги, дихальних технік, самонавіювання тощо зазвичай не дають позитивного результату. Дослідниця детально і повномірно розкриває справжні причини вигорання та акцентує увагу на тому, як організації можуть і повинні зупинити часті і тривалі цикли хронічного стресу, який завдає страждань і тривоги багатьом працівникам. Запропоновано глибокі та дієві поради, які засновані на профілактиці, а не на пільгах, і допоможуть людям, враженим «пандемією вигорання», почуватися здоровішими, успішнішими і щасливішими на роботі та вдома (Moss, 2021).

C. Maslach, M.P. Leiter здійснили лонгітюдне дослідження раних предикторів професійного вигорання та констатували наявність помітних змін, що відбулися у працівників упродовж їхньої фахової діяльності. Всі досліджувані проявляли зазвичай суперечливу модель, а ті з учасників експерименту, які найбільше проявляли переживання внаслідок невідповідності на робочому місці у плані справедливості, продемонстрували значно швидший перехід до вигорання. Водночас ті досліджувані, які не мали цієї невідповідності, перейшли до залучення і швидше подолали наслідки

вигорання. Врахування таких результатів з прогнозними індикаторами дало підстави для розробки оптимальних впливів і покращення психологічного втручання та допомоги для цільових груп на робочому місці (Maslach, Leiter, 2008).

A. Eskildsen, H.N. Fentz, L.P. Andersen, A.D. Pedersen, S.B. Kristensen, J.H. Andersen теж на рівні лонгітюдного дослідження встановили, що через тривале і/або гостро інтенсивне переживання стресу зазвичай проявляються всі типові симптоми вигорання, насамперед реалізуючись у порушеннях сну, що у свою чергу може детермінувати дисфункції когнітивних і діяльнісних порушень. Ціла низка афективних розладів, які негативно впливають на поведінкові і фахові аспекти діяльності працівників, першочергово пов'язані якраз із скаргами на вигорання і стрес, спричинені роботою (Eskildsen, Fentz, Andersen, Pedersen, Kristensen, Andersen, 2017).

Як вважають W. Furuichi, A. Shimura, H. Miyama, T. Seki, K. Ono, J. Masuya, T. Inoue пережитий на роботі стрес здійснює негативний і амортизаційний вплив не лише на професійне життя людини, але й вносить дискомфорт та розбалансовує її сімейно-особисте життя. Констатовано, що стрес, вигорання, а також реакції на стрес зумовлюють численні збої в усталеному біосоціальному та власне психологічному ритмі життєдіяльності офісних працівників, призводячи до порушень сну, розладів харчової поведінки та негативно впливаючи на особистісну статусно-рольову презентабельність (Furuichi, Shimura, Miyama, Seki, Ono, Masuya, Inoue, 2020).

Цікавим і дещо контраверсійним поглядом на проблему психоемоційного вигорання особистості є погляди деяких науковців. Здійснивши аналіз порівняльної симптоматики вигорання та депресії, R. Bianchi з групою дослідників, констатували, що зв'язок між виснаженням і депресією людини залишається неясним. Порівнявши симптоми депресії у працівників, які пережили вигорання, амбулаторних пацієнтів, які пережили великий депресивний епізод, і працівників, які не вигорали, дослідники перевірили відмінність психологічної природи та клінічної сутності вигорання. Констатовано, що учасники емпіричного дослідження з виснаженням і великим депресивним епізодом повідомили про дуже подібні і серйозні рівні загальних симптомів депресії. Для восьми з дев'яти діагностичних критеріїв великого депресивного епізоду, що містяться

в загальновідомому «Діагностичному та статистичному посібнику з психічних розладів» (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (4th ed., text rev.)), було додатково підтверджено збіги між синдромами. Науковці зробили висновки, які не підтверджують гіпотезу про те, що вигорання та депресія є окремими одиницями, а також поставили під сумнів нозологічну додаткову цінність конструкту вигорання (Bianchi, Boffy, Hingray, Truchot, Laurent, 2013).

R. Bianchi, I.S. Schonfeld, E. Laurent пишуть про те, що різниця між виснаженням і депресією є концептуально крихкою. Ключовою незрозумілістю називається те, чим стан психоемоційного вигорання, тобто кінцева стадія процесу вигорання, відрізняється від стану клінічної депресії. Дослідники констатують, що відсутність консенсусних діагностичних критеріїв вигорання, а також недостатнє врахування гетерогенності депресивних розладів дослідженнями з проблем вигорання якраз і виступають основними перепонами для вирішення такої проблематики. Пропонується як вихід, щоб систематичне клінічне спостереження посіло центральне місце в майбутніх дослідженнях перетину синдрому вигорання та депресії (Bianchi, Schonfeld, Laurent, 2015).

В. Reime, I. Steiner здійснили емпіричне дослідження щодо конструктивної валідності вигорання на відміну від депресії. Було перевірено дискримінантну валідність вигорання на відміну від депресії за допомогою інструментарію Маслач (MBI, Maslach u. Jackson 1986) і Allgemeine Depressionsskala (ADS, Hautzinger u. Bailer 1993). Також було встановлено взаємозв'язок між виснаженням і депресією та соціальною підтримкою, професійними змінними та змінними здоров'я. Загалом, отримані результати засвідчують високу достовірність конструкції вигорання у кореляційному зв'язку з депресією (Reime, Steiner, 2001).

Про тісний взаємозв'язок між професійним вигоранням і депресивними розладами свідчать результати фінського дослідження. Дослідники відзначають, що депресія та виснаження є дуже розповсюдженими проблемами психофізичного і соціального здоров'я для працюючих людей у різних галузях. Ці два поняття дуже тісно пов'язані, що підтверджується як теоретичними розвідками, так і емпіричними студіями. Було проаналізовано збіг спричиненого проблемами на роботі професійного вигорання та депресивних

розладів, тобто великого депресивного розладу, дистимії та малого депресивного розладу. Крім того, що вигорання та депресивні розлади були явно і тісно пов'язані між собою, було встановлено, що через великий депресивний розлад, тривалість якого була більше року, емоційне вигорання було дуже важким. Причому половина всіх учасників із симптомами сильного вигорання мали чітко фіксований певний депресивний розлад. Констатовано також, що ті досліджувані, які щойно перенесли великий депресивний епізод, страждали від серйозного вигорання значно частіше, ніж ті з учасників експерименту, які перенесли великий депресивний епізод раніше (Ahola, Honkonen, Isometsä, Kalimo, Nykyri, Aromaа, Lönnqvist, 2005).

М. Tafalla, J. Sanchez-Moreno, T. Diez, E.J. Vieta здійснили скринінг біполярного розладу в іспанській вибірці амбулаторних пацієнтів із поточним великим депресивним епізодом. Науковці зазначають, що розлади біполярного спектру часто залишаються нерозпізнаними та недіагностованими або неправильно діагностованими, що особливо складно в ситуації з дослідженням пацієнтів із депресивними епізодами. Діагностувавши розлади настрою у вибірці амбулаторних пацієнтів з поточним великим депресивним епізодом, дослідники порівняли їх із поточним психіатричним діагнозом цих же пацієнтів. Загалом, було встановлено позитивну частоту скринінгу на біполярний розлад у пацієнтів з попереднім діагнозом уніполярний розлад і поточним великим депресивним епізодом. Стверджується, що рання діагностика біполярного розладу може мати істотні і значущі клінічні та терапевтичні наслідки, що дозволить покращити перебіг захворювання та довгострокового функціонального результату (Tafalla, Sanchez-Moreno, Diez, Vieta, 2009).

Як вважають J. C. Pruessner, D. H. Hellhammer, C. Kirschbaum, проблеми вигорання і стресу доцільно розглядати з урахуванням психосоматичних підстав і наслідків, зокрема з фіксацією реакції кортизолу на етапі пробудження. Емпіричне вивчення окресленої проблематики у групі вчителів дало змогу встановити істотний вплив вигорання та відчуття стресу на рівень вільного кортизолу, зокрема вранці після пробудження зі сну. Дослідниками встановлено, що переживаний стрес корелював із підвищенням рівня кортизолу упродовж першої години після пробудження після попереднього лікування дексаметазоном. Досліджувані вчителі, які отримали високі



оцінки щодо виснаження, продемонстрували нижчу загальну секрецію кортизолу, а також вище пригнічення секреції кортизолу після введення дексаметазону. Загалом, досліджувані з високим рівнем стресу і вигорання проявляли найнижчу самооцінку, найвищий зовнішній локус контролю та найбільшу кількість соматичних скарг. Констатовано різний вплив вигорання і відчуття стресу на регуляцію гіпоталамо-гіпофізарно-надниркової системи, що лише підтверджує системний взаємозв'язок між психологічними і соматичними компонентами людського організму та їхньою реакцією на афективні розлади, насамперед унаслідок психоемоційного вигорання (Pruessner, Hellhammer, Kirschbaum, 1999).

Типовими індикаторами психоемоційного вигорання виступають надмірна тривожність і конфліктність у міжособистісних взаєминах, тривалий високий рівень нервово-психічного напруження, невпинне переживання стану провини й депресії, фрустрованість самоусвідомлення тощо. Низка досліджень пояснює *причинно-наслідкову сутність психоемоційного вигорання специфікою фахової діяльності людини*.

Н. Булатевич констатує, що синдром емоційного вигорання вчителя істотно ускладнює його професіогенезу, знижує коефіцієнт педагогічного потенціалу, впливаючи як на якість навчального процесу, так і на психофізичне здоров'я (Булатевич, 2004).

С. Maslach, S. E. Jackson висвітлюють різні рівні професійного стресу та професійного вигорання вчителів початкової та середньої освіти. Дослідницький наголос зроблено на вивченні стратегій подолання, які найчастіше застосовують педагоги, та на існування зв'язку між цими тактико-стратегіальними намірами і діями. Отримані результати засвідчили, що вчителі початкової школи переживають істотно вищий рівень стресу у порівнянні з педагогами середньої школи. Встановлено, що жінки-вчителі переживають частіше і сильніше стрес, ніж чоловіки та мають дещо нижчі особисті досягнення. Відзначено, що раціональна копінг-поведінка досліджуваних є тим психоенергетичним ресурсом, який допомагає педагогам істотно нейтралізувати пов'язані з роботою стресори і професійне вигорання. Безперечно, адекватний копінг дозволяє уникнути надмірного вигорання і виснаження і досягти позитивних фахових результатів у роботі зі студентами (Maslach, Jackson, 1986).

Л. Карамушка, Т. Зайчикова, О. Бондарчук здійснили різновекторне вивчення особливостей вияву синдрому професійного вигорання у педагогів, запропонувавши цікаві психодіагностичні варіанти наукового пізнання цього феномена (Карамушка, Зайчикова, Бондарчук, 2003).

У подібному ракурсі Т. Зайчикова розкрила різнобічні соціально-психологічні чинники синдрому професійного вигорання в учителів та запропонувала авторські підходи до діагностики і профілактики цього складного явища (Зайчикова, 2005).

Вивчення особистісних детермінант запобігання емоційному вигоранню педагогів у контексті досліджень позитивної психології здійснено Н. Грисенко. Встановлено, що визначальна роль у попередженні емоційного вигорання педагога належить рівневі його інтелектуальних здібностей і компетентності у процесі трансляції знань як головної професійної функції (Грисенко, 2011).

М. Міщенко на рівні дисертаційного дослідження здійснила наукологічний теоретико-емпіричний аналіз психологічних чинників запобігання синдрому емоційного вигорання у майбутніх практичних психологів (Міщенко, 2016).

М. Soderfeldt, В. Soderfeldt, L. E. Wag пишуть, що соціальні працівники розглядаються зазвичай тією професійною групою, в якій ризик вигорання знаходиться вище середнього. Це зумовлено насамперед тим, що соціальна робота тісно пов'язана з клієнтами, тому фахівці-практики мимоволі упродовж виконання службових функцій залучаються до розгляду і вирішення складних і кризових соціальних ситуацій. До того ж соціальні працівники доволі часто контактують із невизначеністю складних ситуацій і проблем та обмеженими ресурсами для задоволення високих вимог. Зазначено, що критерії оцінки і стимулювання цієї складної роботи здебільшого нечіткі, а рольові конфлікти, кризово-конфліктні ситуації є доволі частими. Внаслідок цього соціальна робота є одним із найяскравіших прикладів того, коли емоційно втомлива і фізично амортизаційна фахова діяльність у сфері надання послуг спричиняє інтенсивне і різнопланове особистісне вигорання (Soderfeldt, Soderfeldt, Wag, 1995).

І. Ващенко, С. Адроник, аналізуючи деякі показники емоційного вигорання працівників органів внутрішніх справ, теж роблять наголос

насамперед на специфіці напруженої фахової діяльності поліцейських (Ващенко, Адроник, 2007).

На думку Н. Леженіної, емоційне вигорання слідчих Служби безпеки України доцільно розглядати як складний психофізіологічний феномен, що детермінований тривалим перебуванням в ускладнених обставинах, які зумовлені специфічністю і середовища, і тих завдань, які доводиться виконувати. Така гіпернапруженість фахової діяльності, насичена високою емоційністю завдань і вимог, породжує зміни у спонукально-мотиваційній та комунікативній сферах та потребує додаткових зусиль і навичок для саморегуляції власної афективності (Леженіна, 2009).

На екстремальний характер фахової діяльності як основний соціально-психологічний чинник розвитку синдрому «вигорання» серед працівників пожежно-рятувальних підрозділів Міністерства надзвичайних ситуацій України вказує А. Куфлієвський (Куфлієвський, 2006).

Існують дослідження щодо негативного впливу психоемоційного вигорання на спортсменів, зокрема про вплив сприйнятої тренерської поведінки на виснаження та конкурентну тривогу у спортсменок коледжу пишуть R. S. Vealey, L. Armstong, W. Comar, C. A. Grenleaf. У контексті прикладної спортивної психології констатовано численні негативні наслідки психоемоційного вигорання на тренувальну і змагальну діяльність та успішність спортсменів і спортсменок. Наголошено на необхідності превентивних і корекційних заходів з метою недопущення психофізичного виснаження внаслідок цього й оптимізацію спортивної та особистісної кар'єри (Vealey, Armstong, Comar, Grenleaf, 1998).

Про поширеність, вплив і стратегії профілактики психоемоційного вигорання у медичних працівників веде мову De Hert, S., констатуючи помітну масовість цього складного особистісного й соціально-психологічного явища та його негативний вплив на професійні досягнення і спроможність надавати якісну медичну допомогу (De Hert, 2020).

Л. Юр'єва, І. Куш, В. Семенихіна, А. Юр'єв детально висвітлюють специфіку емоційного вигорання лікарів-психіатрів, які через надмірно складну, напружену і відповідальну фахову діяльність

самі можуть зазнавати негативного впливу численних афективно-вигоральних синдромів. Постійне напружене санаційне спілкування з украй складною вибіркою пацієнтів впливає на психофізичні й емоційні параметри особистісної стабільності (Юр'єва, Куш, Семенихіна, Юр'єв, 2001).

L. Dyrbye, T. Shanafelt відзначають специфічність перебігу психоемоційного виснаження у студентів-медиків та ординаторів (Dyrbye, Shanafelt, 2016), а Ochoa P. пише про негативний вплив професійного вигорання на організаційні результати в еквадорських лікарів (Ochoa, 2018).

V.L. Dalgaard, J. Hviid Andersen, A.D. Pedersen, L.P. Andersen, A. Eskildsen досліджують віддалені наслідки стресу, пов'язаного з роботою, зокрема з погляду когнітивного функціонування та відновлення через чотири роки після первинного звернення за професійною допомогою. Дослідники констатують, що стан справ загалом із часом значно покращився, однак більше половини колишніх пацієнтів, які брали участь у чотирирічному спостереженні, не почувалися такими, що цілком одужали (Dalgaard, Andersen, Pedersen, Andersen, Eskildsen, 2021).

М. Iskander розглядає вигорання у спорідненому контексті з когнітивними перевантаженнями та метапізнанням у медицині та відзначає, що невпинно збільшується кількість лікарів, які страждають від синдрому психоемоційного вигорання. Зазначено, що вигорання є великим тягарем для людей медичної професії та супроводжує майбутніх лікарів від бакалаврату до аспірантури. Унаслідок дії синдрому психоемоційного вигорання людина виглядає перевантаженою та виснаженою тими завданнями, які зазвичай входять до її компетенції та фахово-функціональних обов'язків. Безперечно, вплив професійного вигорання на продуктивність лікаря є досить помітним. Отож незалежно від рівня кваліфікації та досвіду, ступінь зв'язку між психоемоційним виснаженням і роботою досить часто виходить за межі загальної працездатності та безпосередньо впливає на рівень надання медичних послуг і безпеку пацієнта. Типовими чинниками вигорання називаються вік, більша тривалість роботи з великим навантаженням, низька афективна і матеріальна задоволеність роботою, негативні або погані міжособистісні стосунки та жорсткі корпоративні вимоги, соціально-матеріальна незахищеність роботи та жіноча стать тощо. Наголошено, що дуже

важливо оцінити стресори, що є невід'ємним аспектом клінічної практики та інші амортизуючі умови й обставини праці та життєдіяльності (Iskander, 2018).

Систематичний огляд літератури з окресленої проблематики здійснили C.S. Dewa, D. Loong, S. Bonato, L. Trojanowski, висвітливши взаємозв'язок між вигоранням лікаря та якістю медичної допомоги з погляду безпеки та прийнятності (Dewa, Loong, Bonato, Trojanowski, 2017).

F. Chirico, P. Crescenzo, A. Sacco, M. Riccò, S. Ripa, G. Nucera, N. Magnavita на підставі результатів перехресного дослідження серед італійських волонтерів Червоного Хреста відзначають високу поширеність синдрому вигорання, що зумовлює посилення загальної психофізичної амортизації та втоми (Chirico, Crescenzo, Sacco, Riccò, Ripa, Nucera, Magnavita, 2021).

У дослідженні F. Chirico, N. Magnavita встановлено, що синдром професійного вигорання є дуже поширеним серед ординаторів медичних та хірургічних відділень. Унаслідок обсерваційного мета-аналізу констатовано його високу розповсюдженість серед медичних і хірургічних резидентів у всьому світі. Дослідники вважають, що прийняття політичних рішень у сфері охорони здоров'я повинно базуватися на здобутках наукових досліджень, щоб на державному макрорівні допомогти вирішити цю глобальну проблему (Chirico, Magnavita, 2020).

Група дослідників системно і детально аналізує фактори, що сприяють професійному вигоранню медичних працівників під час пандемії COVID-19. Констатовано посилений і загострений перебіг вигоральних процесів у фахівців, які інтенсивно працюють в загрозованих і ускладнених пандемійних обставинах і ситуаціях (Morgantini, Naha, Wang, Francavilla, Acar, Flores, Crivellaro, Moreira, Abern, Eklund et al., 2020).

У контексті військової медицини С. Van Wijk проаналізовано фактори, що впливають на професійне вигорання та стрес серед військових медсестер. Відзначається, що екстремальний характер професійної діяльності зумовлює як психофізичну втому, так і посилене психофізичне виснаження військових медичних сестер, які допомагають пораненим і хворим. Надмірна втома, підвищена нервово-психічна напруженість, загострена тривожність, невизначеність щодо успішності результатів медичної допомоги

призводять до афективної амортизації та появи багатьох симптомів особистісного і професійного вигорання (Van Wijk, 1997).

Дослідники пропонують цікавий наукологічний підхід до вирішення проблеми вигорання медпрацівників. Дослідники зазначають, що різні інституції охорони здоров'я істотно збільшили залучення тварин-компаньйонів на робочому місці з метою надання емоційної підтримки людям з обмеженими психофізичними можливостями. Тому пропонується підхід, згідно з яким втручання за участю тварин можуть справляти позитивний вплив на медичних працівників, адже відбудеться буферизація негативних наслідків вигорання, фрустрованості, стресу, пов'язаних з роботою, та інших професійних психосоціальних факторів ризику (Acquadro Maran, Capitanelli, Cortese, Pesanmi, Gianino, Chirico, 2022).

**Висновки і перспективи досліджень.** Отож узагальнюємо, що психоемоційне вигорання розглядається у сучасній психологічній науці як складний та розгалужений феномен, який істотно ускладнює міжособистісне спілкування і фахову діяльність людини в сім'ї та на роботі, оскільки розбалансовує афективно-когнітивні поведінкові тактики і стратегії та призводить до психофізичної втоми й соціальних дисфункцій.

Прояви психоемоційного вигорання та психофізичного виснаження досліджені в багатьох аспектах, зокрема його негативний вплив констатовано у діяльності педагогів, медиків, спортсменів, працівників спецслужб, поліцейських, працівників пожежно-рятувальних підрозділів, студентів, депривованих дітей та ін., що засвідчує як сформованість досить розлогого аналітичного дискурсу, так і необхідність подальших деталізованих досліджень.

Перспективи майбутніх студій вбачаємо в емпіричному вивченні деструктивного впливу психоемоційного вигорання на побудову Я-концепції депривованими людьми.

**Література :**

1. Брецько, І.І. (2011). Депривація сімейного спілкування як основний негативний чинник психоемоційного вигорання підлітків. *Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*, 8(2), 24–32.
2. Брецько, І. І. (2015). Психоемоційне вигорання підлітків в умовах сімейної депривації. монографія. Мукачево, 293 .
3. Булатевич, Н. М. (2004). Синдром емоційного вигорання вчителя. *Автореферат дисертаційного дослідження на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Київ.

4. Ващенко, І. В., Андроник, С.Л. (2007). Про деякі показники емоційного вигорання працівників ОВС. *Вісник ХНПУ ім. Г. С. Сковороди. Психологія*, 23, 44–52.
5. Ващенко, І. В., Кондрацька Л.В. (2006). Чинники, що зумовлюють емоційне вигорання підлітків. *Збірник наукових праць НПУ ім. М.П. Драгоманова. Психологічні науки*, 12, 15 (39), 119–124.
6. Гошовська, Д., Гошовський, Я., Рудницький, О. (2023). Особливості впливу психоемоційного вигорання на деформацію Я-концепції депривованої особистості : теоретичний ракурс проблеми. *Психологічні перспективи*, 41, 92–107. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-hos>
7. Гошовський, Я.О. (2016). Феномен емоційного вигорання особистості у контексті депривованої психогенези. *Психологічні перспективи*, 28, 67–80. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2016-28-70-82>
8. Грисенко, Н. В. (2011). Особистісні детермінанти запобігання емоційному вигоранню педагога в аспекті досліджень позитивної психології. *Автореферат дисертаційного дослідження на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Київ.
9. Зайчикова, Т. В. (2005). Соціально-психологічні детермінанти синдрому «професійного вигорання» у вчителів. *Дисертаційне дослідження на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Київ.
10. Карамушка, Л., Зайчикова, Т., Бондарчук, О. (2003). Особливості вияву синдрому «професійного вигорання» у вчителів. *Освіта і управління*, 6(3), 57-66.
11. Карпенко, З. С. (1998). Аксіопсихологія особистості. Київ : ТОВ «Міжнародна фінансова агенція».
12. Кондрацька Л. В. (2008). Сімейні конфлікти як фактор емоційного вигорання у підлітків. *Дисертаційне дослідження на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Харків.
13. Куфлієвський, А. С. (2006). Соціально-психологічні детермінанти розвитку синдрому «вигорання» серед працівників пожежно-рятувальних підрозділів МНС України. *Дисертаційне дослідження на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Харків.
14. Леженіна, Н.М. (2009). Психологічні чинники емоційного вигорання слідчих Служби безпеки України. *Автореферат дисертаційного дослідження на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук*. Харків.
15. Міщенко, М.С. (2016). Психологічні чинники запобігання синдрому емоційного вигорання у майбутніх практичних психологів. Автореферат дисертаційного дослідження на присвоєння наукового ступеня кандидата психологічних наук. Київ.
16. Пілецька, Л.С. (2018). Емоційне вигорання в сім'ї як чинник неконструктивних життєвих стратегій неповнолітніх. *Теоретичні і прикладні проблеми психології : збірник наукових праць Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля*, 2(46), 224–231.
17. Юр'єва, Л. М., Куц, І. П., Семенихіна, В. Є., Юр'єв А. Є. (2001). Проблема емоційного «вигорання» лікарів-психіатрів. *Актуальні проблеми психології. Соціальна робота. Психологія управління. Організаційна психологія: збірник наукових праць Ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*, 2, 156–158.
18. Acquadro Maran, D., Capitanelli, I., Cortese, C.G., Plesanmi, O.S., Gianino, M.M., Chirico, F. (2022). Animal-Assisted Intervention and Health Care Workers' Psychological Health: A Systematic Review of the Literature. *Animals (Basel)*, 4, 12(3), 383. <https://doi.org/10.3390/ani12030383>
19. Ahola K, Honkonen T, Isometsä E, Kalimo R, Nykyri E, Aromaa A, Lönnqvist J. (2005). *J Affect Disord*, 88 (1), 55–62. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2005.06.004>

20. Bianchi, R., Boffy, C., Hingray, C., Truchot, D., & Laurent, E. (2013) Comparative symptomatology of burnout and depression. *Journal of Health Psychology, 18*(6), 782–787. <https://doi.org/10.1177/1359105313481079>
21. Bianchi R, Schonfeld IS, Laurent E. (2015). Burnout-depression overlap: a review. *Clin Psychol Rev.* Mar; 36, 28–41 <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.01.004>
22. Chirico, F.; Crescenzo, P.; Sacco, A.; Riccò, M.; Ripa, S.; Nucera, G.; Magnavita, N. (2021). Prevalence of Burnout Syndrome among Italian Volunteers of the Red Cross: A Cross-Sectional Study. *Ind. Health 59*, 117–127. <https://doi.org/10.2486/indhealth.2020-0246>
23. Chirico, F.; Magnavita, N. (2020), Burnout Syndrome and Meta-Analyses: Need for Evidence-Based Research in Occupational Health. Comments on Prevalence of Burnout in Medical and Surgical Residents: A Meta-Analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health, 17*, 741. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030741>
24. Dalgaard, V.L., Hviid, Andersen J., Pedersen, A.D., Andersen, L.P., Eskildsen, A. (2021). Cognitive impairments and recovery in patients with work-related stress complaints - four years later. *Stress.* May;24(3):294-302. <https://doi.org/10.1080/10253890>
25. De Hert, S. (2020). Burnout in Healthcare Workers: Prevalence, Impact and Preventative Strategies. *Local Reg. Anesth.* 13, 171. <https://doi.org/10.2147/LRA.S240564>
- Dewa CS, Loong D, Bonato S, Trojanowski L. Взаємозв'язок між вигоранням лікаря та якістю медичної допомоги з точки зору безпеки та прийнятності: систематичний огляд. *BMJ Open.* 2017; 7 (6): e015141. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-015141>
26. Dyrbye L, Shanafelt T. (2016). A narrative review on burnout experienced by medical students and residents. *Med Educ.* 50(1):132–149. <https://doi.org/10.1111/medu.12927>
27. Eskildsen, A.; Fentz, H.N.; Andersen, L.P.; Pedersen, A.D.; Kristensen, S.B.; Andersen, J.H. (2017). Perceived Stress, Disturbed Sleep, and Cognitive Impairments in Patients with Work-Related Stress Complaints: A Longitudinal Study. *Stress, 20*, 371–378. <https://doi.org/10.1080/10253890.2017.1341484>
28. Furuichi, W.; Shimura, A.; Miyama, H.; Seki, T.; Ono, K.; Masuya, J.; Inoue, T. (2020). Effects of Job Stressors, Stress Response, and Sleep Disturbance on Presenteeism in Office Workers. *Neuropsychiatr. Dis. Treat.* 16, 1827–1833. <https://doi.org/10.2147/NDT.S258508>
29. Iskander M. (2018) Burnout, Cognitive Overload, and Metacognition in Medicine. *Med Sci Educ.* Nov 12;29(1), 325–328. <https://doi.org/10.1007/s40670-018-00654-5>
30. Maslach, C., Jackson S. E. (1986). The Maslach Burnout Inventory . *Paolo Alto, CA: Consulting Psychologists Press*, 45–63.
31. Maslach, C., Leiter, M.P. (2008) Early predictors of job burnout and engagement. *Journal of Applied Psychology, 93* (3), P. 498–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.93.3.498>
32. Maslach, C., Schaufeli, W.B., Leiter M.P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology.* 52. 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
33. Morgantini LA, Naha U, Wang H, Francavilla S, Acar Ö, Flores JM, Crivellaro S, Moreira D, Abern M, Eklund M, Vigneswaran HT, Weine SM. Factors contributing to healthcare professional burnout during the COVID-19 pandemic: A rapid turnaround global survey. *PLoS One.* 2020 Sep 3;15(9):e0238217. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238217>
34. Nadon L, De Beer LT, Morin AJS. (2022). Should Burnout Be Conceptualized as a Mental Disorder? *Behav Sci (Basel).* Mar 17, 12(3), 82. <https://doi.org/10.3390/bs12030082>
35. Ochoa P. (2018). Impact of burnout on organizational outcomes, the influence of legal demands: the case of Ecuadorian physicians. *Front Psychol.* 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00662>
36. Pruessner J.C., Hellhammer D. H, Kirschbaum C. (1999). Burnout, perceived stress, and cortisol responses to awakening. *Psychosomatic Medicine, 61*, 197–204. <https://doi.org/10.1097/00006842-199903000-00012>



37. Reime B, Steiner I. (2001). Burned-out or depressive? An empirical study regarding the construct validity of burnout in contrast to depression. *Psychother Psychosom Med Psychol*. Aug; 51(8), 304–7. <https://doi.org/10.1055/s-2001-15996>
38. Soderfeldt M., Soderfeldt B., Wag L. E. (1995). Bunout in social work. *Social Work*, 40 (5), 638–646. <https://doi.org/10.1093/SW/40.5.638>
39. Tafalla M, Sanchez-Moreno J, Diez T, Vieta E. (2009). Screening for bipolar disorder in a Spanish sample of outpatients with current major depressive episode. *Affect Disord*, 114 (1-3), 299–304. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2008.06.025>
40. Van Dijk M, Branje S, Keijsers L, Hawk S, Hale W, Meeus W. (2013). Self-concept clarity across adolescence: Longitudinal associations with open communication with parents and internalizing symptoms. *J Youth Adolesc*, 43, 1861–76. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0055-x>
41. Vealey R. S., Armstong L., Comar W., Grenleaf C. A. (1998). Influence of perceived coaching behaviors on burnout and competitive anxiety in female college athletes. *J. of Applied Sport Psychology*, 10 (2), 297–318. <https://doi.org/10.1080/10413209808406395>
42. WHO. (2019). *Burnout an “occupational phenomenon”*: *International Classification of Diseases*. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>

## References

1. Bretsko, I.I. (2011). Depryvatsiia simeinoho spilkuвання yak osnovnyi nehatyvnyi chynnyk psykhoemotsiinoho vyhorannia pidlitkiv [Deprivation of family communication as the main negative factor of psycho-emotional burnout of adolescents.]. *Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykholohii. Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy – Problems of general and pedagogical psychology. Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after H.S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine*, 8(2), 24–32. [in Ukrainian].
2. Bretsko, I. I. (2015). Psykhoemotsiine vyhorannia pidlitkiv v umovakh simeinoi deprivatsii [Psychoemotional burnout of adolescents in conditions of family deprivation]. Mukachevo [in Ukrainian].
3. Bulatevych, N. M. (2004). Syndrom emotsiinoho vyhoriannia vchytelia [Syndrome of emotional burnout of a teacher]. *Extended abstract of candidate’s thesis*. Kyiv. [in Ukrainian].
4. Vashchenko, I. V., Andronyk, S.L. (2007). Pro deiaki pokaznyky emotsiinoho vyhorannia pratsivnykiv OVS [About some indicators of emotional burnout of employees of the OBS]. *Visnyk KhNPU im. H. S. Skovorody. Psykholohiia – Bulletin of KhNPU named after H. S. Skovorody. Psychology*, 23, 44–52. [in Ukrainian].
5. Vashchenko, I. V., Kondratska, L.V. (2006). Chynnyky, shcho zumovliuiut emotsiine vyhorannia pidlitkiv [Factors causing emotional burnout of teenagers]. *Zbirnyk naukovykh prats NPU im. M.P. Drahomanova. Psykholohichni nauky – Collection of scientific works of the NPU named after M.P. Drahomanova. Psychological sciences*, 12, 15 (39), 119–124. [in Ukrainian].
6. Hoshovska, D., Hoshovskyi, Ya., Rudnytskyi, O. (2023). Osoblyvosti vplyvu psykhoemotsiinoho vyhorannia na deformatsiiu Ya-kontseptsii deprivovanoi osobystosti : teoretychnyi rakurs problemy [Features of the impact of psychoemotional burnout on the deformation of the self-concept of a deprived personality: a theoretical perspective on the problem]. *Psykholohichni perspektyvy – Psychological Prospects Journal*, 41, 92–107. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-hos> [in Ukrainian].
7. Hoshovskyi, Ya.O. (2016). Fenomen emotsiinoho vyhorannia osobystosti u konteksti deprivovanoi psykhohenezy [The Emotional Burnout of a Personality in the Context of Deprived Psychogenesis]. *Psykholohichni perspektyvy – Psychological Prospects Journal*, 28, 67–80. [in Ukrainian].
8. Hrysenko, N. V. (2011). Osobystisni determinanty zapobihannia emotsiinomu vyhoranniu pedahoha v aspekti doslidzhen pozytyvnoi psykholohii [Personal determinants of

prevention of emotional burnout of a teacher in the aspect of positive psychology research]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv. [in Ukrainian].

9. Zaichykova, T. V. (2005). Sotsialno-psykholohichni determinanty syndromu «profesiinoho vyhorannia» u vchyteliv [Socio-psychological determinants of the "professional burnout" syndrome among teachers]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv. [in Ukrainian].

10. Karamushka, L., Zaichykova, T., Bondarchuk, O. (2003). Osoblyvosti vyjavu syndromu «profesiinoho vyhorannia» u vchyteliv [Features of the manifestation of the syndrome of "professional burnout" in teachers]. *Osvita i upravlinnia – Education and management*, 6(3), 57-66. [in Ukrainian].

11. Karpenko, Z. S. (1998). *Aksiopsykholohiia osobystosti [Axiopsychology of personality]*. Kyiv : TOV «Mizhnarodna finansova ahentsiia». [in Ukrainian].

12. Kondratska, L. V. (2008). Simeini konflikty yak faktor emotsiinoho vyhorannia u pidlitkiv [Family conflicts as a factor of emotional burnout in teenagers]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kharkiv. [in Ukrainian].

13. Kufliievskiy, A. S. (2006). Sotsialno-psykholohichni determinanty rozvytku syndromu «vyhorannia» sered pratsivnykiv pozhezhno-riatuvalnykh pidrozdiliv MNS Ukrainy [Socio-psychological determinants of the development of the "burnout" syndrome among employees of fire and rescue units of the Ministry of Emergency Situations of Ukraine]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kharkiv. [in Ukrainian].

14. Lezhenina, N.M. (2009). Psykholohichni chynnyky emotsiinoho vyhorannia slidchyykh Sluzhby bezpeky Ukrainy [Psychological factors of emotional burnout of investigators of the Security Service of Ukraine]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kharkiv. [in Ukrainian].

15. Mishchenko, M.S. (2016). Psykholohichni chynnyky zapobihannia syndromu emotsiinoho vyhorannia u maibutnikh praktychnykh psykholohiv [Psychological factors of prevention of emotional burnout syndrome in future practical psychologists]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kyiv. [in Ukrainian].

16. Piletska, L.S. (2018). Emotsiine vyhorannia v sim.i yak chynnyk nekonstruktyvnykh zhyttievyykh stratehii nepovnolitnikh [Emotional burnout in the family as a factor in non-constructive life strategies of minors.]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii : zbirnyk naukovykh prats Skhidnoukrainskoho natsionalnogo universytetu im. V. Dalia – Theoretical and applied problems of psychology: a collection of scientific works of the East Ukrainian National University named after V. Dalia*, 2(46), 224–231. [in Ukrainian].

17. Yurieva, L. M., Kushch, I. P., Semenykhina V. Ye., Yuriev A. Ye. (2001). Problema emotsiinoho «vyhorannia» likariv-psykhiatriv [The problem of emotional "burnout" of psychiatrists]. *Aktualni problemy psykholohii. Sotsialna robota. Psykholohiia upravlinnia. Orhanizatsiina psykholohiia: zbirnyk naukovykh prats In-tu psykholohii im. H.S. Kostiuka APN Ukrainy – Actual problems of psychology. Social work. Management psychology. Organizational psychology: a collection of scientific works of the Institute of Psychology named after H.S. Bone of the APN of Ukraine*, 2, 156–158. [in Ukrainian].

18. Acquadro Maran, D., Capitanelli, I., Cortese, C.G., Ilesanmi, O.S., Gianino, M.M., Chirico, F. (2022). Animal-Assisted Intervention and Health Care Workers' Psychological Health: A Systematic Review of the Literature. *Animals (Basel)*, 4, 12(3), 383. <https://doi.org/10.3390/ani12030383>

19. Ahola K, Honkonen T, Isometsä E, Kalimo R, Nykyri E, Aromaa A, Lönnqvist J. (2005). *J Affect Disord*, 88 (1), 55–62. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2005.06.004>

20. Bianchi, R., Boffy, C., Hingray, C., Truchot, D., & Laurent, E. (2013) Comparative symptomatology of burnout and depression. *Journal of Health Psychology*, 18(6), 782–787. <https://doi.org/10.1177/1359105313481079>

21. Bianchi R, Schonfeld IS, Laurent E. (2015). Burnout-depression overlap: a review. *Clin Psychol Rev*. Mar; 36, 28–41 <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.01.004>

22. Chirico, F.; Crescenzo, P.; Sacco, A.; Riccò, M.; Ripa, S.; Nucera, G.; Magnavita, N. (2021). Prevalence of Burnout Syndrome among Italian Volunteers of the Red Cross: A Cross-Sectional Study. *Ind. Health* 59, 117–127. <https://doi.org/10.2486/indhealth.2020-0246>
23. Chirico, F.; Magnavita, N. (2020). Burnout Syndrome and Meta-Analyses: Need for Evidence-Based Research in Occupational Health. Comments on Prevalence of Burnout in Medical and Surgical Residents: A Meta-Analysis. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17, 741. <https://doi.org/10.3390/ijerph17030741>
24. Dalgaard, V.L., Hviid, Andersen J., Pedersen, A.D., Andersen, L.P., Eskildsen, A. (2021). Cognitive impairments and recovery in patients with work-related stress complaints - four years later. *Stress*. May;24(3):294–302. <https://doi.org/10.1080/10253890>
25. De Hert, S. (2020). Burnout in Healthcare Workers: Prevalence, Impact and Preventative Strategies. *Local Reg. Anesth.* 13, 171. <https://doi.org/10.2147/LRA.S240564>
- Dewa CS, Loong D, Bonato S, Trojanowski L. Взаємозв'язок між вигоранням лікаря та якістю медичної допомоги з точки зору безпеки та прийнятності: систематичний огляд. *BMJ Open*. 2017; 7 (6): e015141. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-015141>
26. Dyrbye L, Shanafelt T. (2016). A narrative review on burnout experienced by medical students and residents. *Med Educ.* 50(1):132–149. <https://doi.org/10.1111/medu.12927>
27. Eskildsen, A.; Fentz, H.N.; Andersen, L.P.; Pedersen, A.D.; Kristensen, S.B.; Andersen, J.H. (2017). Perceived Stress, Disturbed Sleep, and Cognitive Impairments in Patients with Work-Related Stress Complaints: A Longitudinal Study. *Stress*, 20, 371–378. <https://doi.org/10.1080/10253890.2017.1341484>
28. Furuichi, W.; Shimura, A.; Miyama, H.; Seki, T.; Ono, K.; Masuya, J.; Inoue, T. (2020). Effects of Job Stressors, Stress Response, and Sleep Disturbance on Presenteeism in Office Workers. *Neuropsychiatr. Dis. Treat.* 16, 1827–1833. <https://doi.org/10.2147/NDT.S258508>
29. Iskander M. (2018) Burnout, Cognitive Overload, and Metacognition in Medicine. *Med Sci Educ.* Nov 12;29(1), 325–328. <https://doi.org/10.1007/s40670-018-00654-5>
30. Maslach, C., Jackson S. E. (1986). The Maslach Burnout Inventory . *Paolo Alto, CA: Consulting Psychologists Press*, 45–63.
31. Maslach, C., Leiter, M.P. (2008) Early predictors of job burnout and engagement. *Journal of Applied Psychology*, 93 (3), P. 498–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.93.3.498>
32. Maslach, C., Schaufeli, W.B., Leiter M.P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*. 52. 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
33. Morgantini LA, Naha U, Wang H, Francavilla S, Acar Ö, Flores JM, Crivellaro S, Moreira D, Abern M, Eklund M, Vigneswaran HT, Weine SM. Factors contributing to healthcare professional burnout during the COVID-19 pandemic: A rapid turnaround global survey. *PLoS One*. 2020 Sep 3;15(9):e0238217. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238217>
34. Nadon L, De Beer LT, Morin AJS. (2022). Should Burnout Be Conceptualized as a Mental Disorder? *Behav Sci (Basel)*. Mar 17, 12(3), 82. <https://doi.org/10.3390/bs12030082>
35. Ochoa P. (2018). Impact of burnout on organizational outcomes, the influence of legal demands: the case of Ecuadorian physicians. *Front Psychol.* 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00662>
36. Pruessner J.C., Hellhammer D. H, Kirschbaum C. (1999). Burnout, perceived stress, and cortisol responses to awakening. *Psychosomatic Medicine*, 61, 197–204. <https://doi.org/10.1097/00006842-199903000-00012>
37. Reime B, Steiner I. (2001). Burned-out or depressive? An empirical study regarding the construct validity of burnout in contrast to depression. *Psychother Psychosom Med Psychol.* Aug; 51(8), 304–7. <https://doi.org/10.1055/s-2001-15996>
38. Soderfeldt M., Soderfeldt B., Wag L. E. (1995). Bunout in social work. *Social Work*, 40 (5), 638–646. <https://doi.org/10.1093/SW/40.5.638>

39. Tafalla M, Sanchez-Moreno J, Diez T, Vieta E. (2009). Screening for bipolar disorder in a Spanish sample of outpatients with current major depressive episode. *Affect Disord*, 114 (1-3), 299–304. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2008.06.025>
40. Van Dijk M, Branje S, Keijsers L, Hawk S, Hale W, Meeus W. (2013). Self-concept clarity across adolescence: Longitudinal associations with open communication with parents and internalizing symptoms. *J Youth Adolesc*, 43, 1861–76. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0055-x>
41. Vealey R. S., Armstrong L., Comar W., Grenleaf C. A. (1998). Influence of perceived coaching behaviors on burnout and competitive anxiety in female college athletes. *J. of Applied Sport Psychology*, 10 (2), 297–318. <https://doi.org/10.1080/10413209808406395>
42. WHO. (2019). *Burnout an “occupational phenomenon”*: *International Classification of Diseases*. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>

Received: 04.04.2024

Accepted: 27.04.2024

## РЕПРЕЗЕНТАЦІЇ ІГРОВОГО МОДЕЛЮВАННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

**Хайрулін Олег**

Національний університет оборони України,  
м. Київ, Україна,

[oleg.khairulin.ph@gmail.com](mailto:oleg.khairulin.ph@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7042-7948>

**Мета.** Особливості сучасності, що відповідають ознакам світу, у якому панують мінливість (англ. Volatility), невизначеність (Uncertainty), складність (Complexity) й неоднозначність (Ambiguity), загрози використання таких особливостей як засобів геополітичного впливу, умови повномасштабної російсько-української війни, необхідність відновлення на усій території України безпекового середовища вимагають від вітчизняної психології дієвих пропозицій для забезпечення життєдіяльності людини у наведених умовах. Обґрунтованою системоутворюючою позицією для цього усе більше постає гра, як універсальне соціокультурне явище та інтегральний фактор самореалізації людини та ігрове моделювання як спосіб і метод життєдіяльності людини у невизначеності. Мета статті полягає в теоретичному дослідженні психологічних закономірностей репрезентації гри в аспектах моделювання життєдіяльності людини, обґрунтуванні психологічного змісту, функціональної сутності, класифікації репрезентацій як атрибутивного чинника ігрового моделювання життєдіяльності людини в умовах невизначеності.

**Методи.** У дослідженні застосовано методи аналізу і систематизації психологічних та міждисциплінарних підходів у вивченні явища репрезентації і моделювання життєдіяльності людини, теоретичну реконструкцію і уточнення психологічного змісту та функціональної сутності репрезентації ігрового моделювання життєдіяльності людини в актуальних умовах проживання.

**Результати.** За результатами дослідження конкретизовано категоріально-понятійний зміст та функціональну сутність ігрового моделювання життєдіяльності людини в умовах невизначеності. Актуалізовано та обґрунтовано атрибутивність явища репрезентації в аспектах ігрового моделювання. Запропоновано визначення дефініції “репрезентація ігрового моделювання життєдіяльності суб’єкта в умовах невизначеності” та відповідну класифікацію проявів цього явища. Поглиблено наукові уявлення про репрезентацію, гру та ігрове моделювання. Встановлено, що репрезентація ігрового моделювання життєдіяльності суб’єкта в умовах невизначеності є

універсальним, прагматичним, атрибутивним явищем неспецифічним психічним утворенням; способом життєдіяльності людини і соціальної групи, що відбувається одночасно у двох комплементарних вимірах: а) внутрішньо-суб'єктному просторі людини як інтеріоризована ментальна репрезентація та б) у зовнішньо-діяльнісному вимірі як вчинкова, діяльнісна репрезентація екстеріоризації.

**Висновки.** Результати дослідження дозволяють висновки про актуальність наведеної проблематики і доцільності продовження психологічних розвідок феномену репрезентації ігрового моделювання життєдіяльності суб'єкта в умовах невизначеності. Перспективними вважаються завдання уточнення закономірностей впливу репрезентацій на психологічне благополуччя людини та продуктивність індивідуальної та групової діяльності.

**Ключові слова:** життєдіяльність, репрезентація, гра, модель, моделювання, диспозиція, таксономія, функція, екзистенціал, інтеріоризація, екстеріоризація, символ, генезис.

### **Oleg Khairulin. Game modeling representations of human life activity in uncertainty conditions.**

**Purpose.** Features of modernity that correspond to the features of a world dominated by volatility, uncertainty, complexity and ambiguity, threats of using such features as means of geopolitical influence, conditions of a full-scale russian-ukrainian war, the necessity restoration for a safe environment throughout the territory of Ukraine requires effective proposals from domestic psychology to ensure human life in the given conditions. A well-founded system-forming position for this increasingly appears as a game as a universal socio-cultural phenomenon and an integral factor of human self-realization, and game modeling as a way and method of human life activity in uncertainty. The purpose of the article is a theoretical study of the psychological regularities of game representation in the aspects of modeling human life, substantiation of psychological content, functional essence, classification of representations as an attributive factor of game modeling of human life in uncertainty conditions.

**Methods.** The research uses methods of analysis and systematization for psychological and interdisciplinary approaches in the study of representation and modeling of human life activities, theoretical reconstruction and classification of the psychological content and functional essence for the game modeling representation of human life activities in current living conditions.

**Results.** Based on the results of the research, the categorical and conceptual content and functional essence for game modeling representations of human life activity in uncertainty conditions were specified. The attribution of representation in the game modeling aspects is updated and substantiated. The definition of "game modeling representations of human life activity in uncertainty conditions" and the corresponding classification are proposed. Scientific ideas about representation, game and game modeling are deepened. It was established that the game modeling representations of human life activity in uncertainty conditions is a universal,

pragmatic, attributive phenomenon; non-specific mental formation; the way of life of a person and a social group, which occurs simultaneously in two complementary dimensions: a) the intrasubjective space of a person as an interiorizational mental representation and b) in the external activity dimension as a deed, activity representation of exteriorization.

**Conclusions.** The results of the study allow us to draw conclusions about the relevance of continuing psychological explorations for game modeling representations of human life activity in uncertainty conditions. The clarifying regularities tasks of influence for representations on psychological well-being and productivity of individual and group activities are considered promising.

**Key words:** life activity, representation, game, model, modeling, disposition, taxonomy, function, existential, interiorization, exteriorization, symbol, genesis.

**Вступ.** Сучасний світ все більше набуває ознак нової епохи, особливості якої втілилися у загальнокультурному і науковому акронімі VUCA, що позначає реальність з атрибутивними ознаками мінливості (англ. Volatility), невизначеності (Uncertainty), складності (Complexity) й неоднозначності (Ambiguity). Завдяки своїй змістовній релевантності, увазі світових лідерів і науковців концепт VUCA був обраний для опису середовища, яке швидко стало “новою нормою” і особливості якого використовуються агресивними геополітичними суб’єктами в якості засобів впливу (Codreanu, 2016; Hamid, 2019; Парахонський & Яворська, 2019; Sinha & Sinha, 2020). Історичним прикладом цього стали злочинні дії російської федерації, що призвели до анексії українського Криму та повномасштабної російсько-української війни. Екзистенційно небезпечні умови воєнного часу, потреба відновлення на усій території України безпекового середовища, завдання післявоєнної відбудови та подальшої ефективної життєдіяльності українського суспільства потребують від вітчизняної психологічної науки дієвих пропозицій для впровадження теорій, моделей, технологій і протоколів ковітальної життєдіяльності людини у світі ризику та невизначеності. Обґрунтованою системоутворюючою позицією і раціональною програмою пошуку й реалізації психологічних засобів життєдіяльності суб’єкта в наведених умовах усе більше постає *гра* – універсальне соціокультурне явище та інтегральний фактор самореалізації людини (Bartlett, 1951; Фурман & Шандрук, 2014; Жовтянська, 2020 та ін.).

Мета статті полягає в теоретичному дослідженні психологічних закономірностей репрезентацій гри в аспектах моделювання життєдіяльності людини, обґрунтуванні психологічного змісту і функціональної сутності репрезентації як атрибутивного чинника ігрового моделювання життєдіяльності людини в умовах невизначеності. Завдання дослідження: 1) здійснити теоретичний аналіз психологічного змісту і функціональної сутності репрезентації як атрибутивного чинника ігрового моделювання життєдіяльності людини в умовах невизначеності, 2) на основі полідисциплінарного аналізу наукових джерел запропонувати авторське визначення дефініції “репрезентація ігрового моделювання життєдіяльності суб’єкта в умовах невизначеності”, 3) виявити види (класи) репрезентацій ігрового моделювання життєдіяльності суб’єкта в умовах невизначеності.

**Методи та процедура дослідження.** Стаття має характер теоретико-методологічної розвідки, тому основними методами дослідження є аналіз і систематизація наукових положень й підходів у дослідженні репрезентації (від лат. *representatio* – наявне відображення) та моделювання життєдіяльності людини як наукових об’єктів, психологічних й міждисциплінарних феноменів, теоретична реконструкція і уточнення психологічного змісту та функціональної сутності репрезентації ігрового моделювання життєдіяльності людини в актуальних умовах прожиття. Концептуальними атрибутами наведеного дослідницького дискурсу обрано прагматичний синтез тріади універсальних, системотвірних стосовно життєдіяльності людини феноменів – *гри, моделювання і репрезентації*. Аналіз імплікативної взаємодії наведених явищ уможливорює досягнення мети дослідження. Водночас пріоритетне значення надається аналізу *репрезентації*, як атрибуту ігрового моделювання життєдіяльності людини і класифікації репрезентацій саме в сенсі ігрового моделювання. Сутність ігрового моделювання життєдіяльності людини як предмета психологічного дослідження нами розкрито у попередніх дослідженнях (Хайрулін, 2023; 2024). Вихідні засновки для побудови концепції *репрезентацій ігрового моделювання життєдіяльності суб’єкта в умовах невизначеності* нами зосереджуються на відповідних постулатах репрезентаційного підходу у соціогуманітаристиці, а саме: 1) теорії ментальних соціальних моделей (Piaget, 1964; Wartofsky, 1979; Johnson-Laird,



1980; Біла, 2014; Bandura, 2015 та ін.) 2) теорії соціальних репрезентацій (Piaget, 1964; Wartofsky, 1979; Moscovici, 1984; Tamm, 1990; Hall, 1997; Панок, 2006; Passer, 2009; Kirsh, 2009, 2017; Загнітко, 2012; Довгань, 2020; Жовтянська, 2020 та ін.), 3) загальнонаукової теорії моделювання (Wartofsky, 1979; Johnson-Laird, 1980).

Початковою вихідною позицією нашого дослідження вважаємо наступні загальні визначення. В англійській мові репрезентація (англ. representation): 1) акт подання когось або чогось конкретного; 2) щось таке, що показує або описує щось; 3) факт наявності представників, які будуть говорити або голосувати за когось чи від імені когось; 4) офіційні заяви, що зроблені на адресу суб'єкта владних повноважень, особливо для того, щоби висловити власну думку або протест (Oxford Advanced Learner's Dictionary : 1082). Ментальні репрезентації, як перцептивні схеми надають уявні шаблони, які дозволяють людині класифікувати та ідентифікувати сенсорну інформацію, отриману у будь-який спосіб (Passer, 2009 : 154). Один з варіантів репрезентаційної теорії психіки в якості основного розглядає поняття *ментальної моделі*, що є *репрезентацією, яка стосується можливого розвитку подій при певних початкових умовах* (Johnson-Laird, 1980).

Сучасні дослідження явища репрезентації ґрунтуються на здобутках теорії ментальних моделей (Theory of Mental Models, ТММ, Johnson-Laird, 1980) і теорії соціальних репрезентацій (Moscovici, 1984; Панок, 2006 та ін.). Теорія ментальних моделей постулює, що люди будують “невеликого масштабу” репрезентації власної реальності та використовують їх для міркування, вироблення рішень або побудови очікувань. Такі *моделі повинні відображати структуру того, що вони репрезентують*. У контексті дедуктивного мислення, ТММ стверджує, що обопільно як успіхи, так й помилки продуктивної людської дедукції можна пояснити на основі того, як індивіди будують *ментальні моделі* та розуміння обмежень їх здатності створювати такі моделі (Johnson-Laird, 1980). У розвиток репрезентаційного підходу D. Kirsh пояснює механізм ментальної репрезентації тим, що люди для здобування, виокремлення, розуміння сенсу власної життєдіяльності, продукування висновків і заглиблення розуміння репрезентацій, переранжують їх, будують на їх основі умовиводи й програми дій (акцептори результатів дії), порівнюють й перероблюють їх, маніпулюють ними (Kirsh, 2009).

Тобто люди моделюють реальність.

В основі психологічного дискурсу репрезентації знаходяться фундаментальні висновки Ж. Піаже (1896-1980) про розвиток пізнавального мислення людини. Цей процес дослідником пов'язувався з розвитком *символічної функції*, а уява розглядалась як особлива форма *репрезентативного мислення*, яка дозволяє дитині передбачати зміни оточуючої дійсності (Piaget, 1964). М. Тамм будує власне дослідження репрезентацій як семіотичної функції свідомості саме на здобутках Ж. Піаже та Л. Виготського (Тамм, 1990). Одним із вагомих здобутків Ж. Піаже М. Тамм вважає відкриття об'єднуючого символічного характеру таких різних видів діяльності, як *малювання, символічна гра, імітація, мова та розумові образи*. Ж. Піаже приписує цю поведінку семіотичній функції, що з'являється на початку доопераційної стадії розвитку інтелекту людини, породжує уявлення як “символічне” і полягає в здатності представляти і репрезентувати речі за допомогою символів (означників, імен) (Тамм, 1990 : 13). Відповідний *ментальний образ-модель є неспецифічним символом*, що носить семіотичну, тобто інформаційну, пізнавальну та організаційну, відносно свідомості, функцію (Vygotsky, 1962; Piaget, 1964, 1969, див. Тамм, 1990).

Грунтовну розвідку проблематики як *внутрішніх ментальних репрезентацій*, так й *зовнішніх (англ. – англ., унаявлених, фактичних, діяльнісних) репрезентацій* здійснив S. Hall (1932-2014). Він вважав питання значення, мови та репрезентацій “першим елементом кругообігу культури”, що забезпечує прихильникам якоїсь однієї культури “ділитися наборами концепцій, образів та ідей які дозволяють їм думати й відчувати світ, а отже, інтерпретувати світ, приблизно подібним чином” (Hall, 1997 : 4). S. Hall зауважує, що мислення та почуття самі по собі є “системами репрезентації”, в яких наші поняття, образи та емоції постають для упредметнення (stand for) або іншою мовою репрезентують у нашому розумовому житті речі, які є або можуть бути “там” у світі (там само). Переходи між інтеріоризованими репрезентаціями (внутрішні ментальні репрезентації) та екстеріоризованими (зовнішніми, фактичними, діяльнісними) репрезентаціями дослідник ґрунтує на основі того, що 1) практикою позначення є мова, 2) будь-яка репрезентативна система, функції якої можна вважати робочими, відповідає принципам *репрезентації через мову*, незалежно від вербалізації

змісту (лексеми) або подання змісту у якійсь іншій формі (фотографія, музичні ноти, виставка, експозиція музею, банери спортивних змагань, написи і символи на обличчях улюблявальників тощо) (Hall, 1997a). Таким чином за результатами досліджень S. Hall у центрі процесу вироблення значень в культурі лежать *дві комплементарні системи репрезентацій*. Перша – система інтеріоризованих репрезентацій (внутрішні ментальні репрезентації), яка забезпечує людині змогу надавати світу сенс через побудову набору відповідностей або ланцюжка еквівалентностей поміж речами — люди, предмети, події, абстрактні ідеї тощо — і нашої системи понять, наших концептуальних карт (Hall, 1997a : 19). Друга – система зовнішніх (external, унаявлених, діяльнісних) репрезентацій опікується залежністю від побудови набору відповідностей поміж нашою концептуальною картою та набором знаків, розташованих або організованих різними мовами, які позначають або представляють такі концепти. Згідно S. Hall відношення між речами, подіями, поняттями і знаками знаходяться в основі створення значень у мові. Процес, який пов'язує ці три елементи разом - це те, що дефініціюється як “репрезентація” (там само).

На нерозривному імплікативному зв'язку соціальних репрезентацій з психологічною сферою людини (у розумінні скажімо Ю.Д. Прилюка як *внутрішньо-суб'єктного простору духовної сутності людини* (Прилюк, 1985) у власній концепції ментального лексикону (mental lexicon) наголошує Р. Bonin (Bonin, 2004). Цей дослідник визначає, що *ментальний лексикон* людини містить різні типи репрезентацій включно фонологічний, семантичний, морфологічний та орфографічний. Даний висновок суттєво посилює і розвиває наведену концепцію S. Hall про дві системи репрезентацій (Hall, 1997b).

Ф. Toyoshima, А. Barton та О. Grenier у розвиток започаткованої дослідженнями М. Bratman концепції BDI-сутностей (англ. BDI-entities), якими є переконання (Belief), бажання (Desire) та інтенції (Intention), досліджують явище ментальної репрезентації в оптиці онтологічної побудови ментальності та діяльності людини (Toyoshima, Barton&Grenier, 2020). Тріада BDI-сутностей за висновками цих дослідників має системоутворююче значення для організації діяльності людини позаяк переконання та бажання мають бінарну реалізацію, *внутрішню диспозиційну та зовнішню діяльнісну*

(там само). Предметний бік тут складає інтенція, яка на відміну від переконань і бажань, є схильністю до цілеспрямованої практичної дії, у процесі якої переконання і бажання взаємодіють і BDI-тріада реалізується у зовнішню репрезентацію, вчинок.

За висновками J. Smortchkova, K. Dolega та T. Schlicht ментальна репрезентація є фундаментальною теоретичною міждисциплінарною конструкцією у дослідженнях когнітивної сфери людини, завдяки якій у психології та суміжних наукових галузях відбувся “когнітивний поворот” (Smortchkova, Dolega, Schlicht, 2020). Це явище знаходиться в основі ключових когнітивних процесів, таких як сприймання, руховий контроль та мислення. Воно має онтологічний статус (ontological status), тому й суттєво уточнює і гармонізує розмаїття обчислювальних моделей мозку й розуму людини. Водночас дослідники вказують на проблему відсутності загальноприйнятого наукового опису та характеристики ментальної репрезентації (там само).

У власних дослідженнях репрезентації S. Taylor актуалізує проблему того, чи є можливою натуралізація ментальних сутностей, й, відповідно, чи є виправданим обрання ментальної репрезентації у якості постулату когнітивних наук. Свою позитивну відповідь цей дослідник обґрунтовує на основі методології когнітивного інструменталізму. Він пропонує новий спосіб мислення про ментальні репрезентації, який за змістом відповідає онтологічному (Taylor, 2021).

F. Toyoshima та A. Barton підтримують й розвивають науковий дискурс про онтологічний статус ментальних репрезентацій (Toyoshima&Barton 2023). Дослідники обґрунтовують свій проєкт, що має за мету формулювання фундаменту для побудови онтології ментальних репрезентацій (ontology of mental representation), на основі *їх можливостей для фізичного уявлення у вигляді фактів реальності*. В основу проєкту авторами закладається методологія онтологічного моделювання, зокрема логіка побудови базової формальної онтології (Basic Formal Ontology).

У дискурсі дослідження явища ментальної репрезентації відомий український психолог В.О. Моляко у розвиток висновків Р. Johnson-Laird та D. Kirsh зауважує, що завдяки розбудові власної *системи взаємозалежних ментальних репрезентацій – перцептивних образів, сценаріїв, знаків, символів, які є носієм смислу, людина*

набуває та розвиває здатність управляти своєю поведінкою, забезпечувати власну і соціальну адаптацію й виживання (Моляко, 2021). При цьому В.О. Моляко розвиває найменш досліджений вид репрезентації – зовнішні репрезентації (*external representations*), які у репрезентаційному підході поки що обмежуються діаграмами, ілюстраціями, іншими графічними модусами репрезентацій, усними, мовленнєвими інструкціями, релізами письмового викладення проблеми (Kirsh, 2017 : 171; Моляко, 2021 : 184). Слід зауважити, що перспективний взаємозв'язок внутрішніх та зовнішніх репрезентацій нами обґрунтовується передусім на основі моделі “колообігу культури” (англ. *circuit of culture*) S. Hall (Hall, 1997b). Таким чином у психологічному дискурсі концепт репрезентації як медіатора поміж суб'єктом, що мислить, та навколишнім світом (Wartofsky, 1979) доцільно сприймати як такий, що одночасно відбувається у двох комплементарних вимірах: 1) у внутрішньо-суб'єктному просторі людини як притаманна такій людині ментальна репрезентація включно у сенсі диспозиції, та 2) у зовнішньому життєдіяльнісному вимірі у вигляді акту подання когось або чогось конкретного включно людського вчинку. Така методологічна позиція інтегрує репрезентаційний підхід із класичним діяльнісним підходом у психології, зокрема з фундаментальними висновками М.О. Бернштейна про закодований в мозку “образ потрібного майбутнього” як психофізіологічної основи мети та змістом акцептору результату дії, який є центральним поняттям-пейсмейкером теорії функціональної системи П.К.Анохіна (див. Загальна психологія в основних категоріях і поняттях : 78).

На теренах вітчизняної психології ґрунтовне дослідження проблем формування, функціонування і розвитку репрезентацій було здійснено В.В.Жовтянською (Жовтянська, 2020). Наукиня пропонує й обстоює підхід, заснований на тому, що “основним теоретико-методологічним базисом дослідження репрезентацій є положення про те, що феноменологічний бік функціонування репрезентацій – їхній зміст, і онтологічний бік функціонування репрезентацій — психічний процес, існують у діалектичній єдності” (Жовтянська, 2020 : 51). Осередям власної теорії формування, функціонування і розвитку репрезентацій В.В. Жовтянська визначає поняття смислу як основи формування репрезентацій. Авторський підхід до розуміння формування репрезентацій В.В. Жовтянська верифікує за допомогою

феноменів, які здавна і традиційно становлять психологічний й загальний соціогуманітарний інтерес: *гра, метафора та міф* (Жовтянська, 2020). Ігрові аспекти формування, функціонування і розвитку репрезентацій у дослідженні В.В.Жовтянської акцентовано визначаються такими, що з'являються й існують як *екзистенційні атрибути взаємовідносин індивіда з дійсністю* (Жовтянська, 2020 : 321-324).

Розвиває дискурс ментальних репрезентацій українська психологиня І.М. Біла. Дослідниця здійснює наукову розвідку на підґрунті атрибутивної здатності людини міркувати про об'єкти, які вона у даний момент не сприймає виключно завдяки моделям-репрезентаціям цих об'єктів, що існують у її свідомості (Біла, 2012). *Від початку усвідомленого сприймання у віці раннього дитинства людина розвивається через конструювання власної глобальної моделі-репрезентації, що формується й ускладнюється по мірі прогресивних кількісних та якісних змін перцептивних образів, виникнення відповідних ситуаційних моделей-репрезентацій* (Біла, 2014).

Українська наукиня Н.О. Довгань, досліджуючи фундаментальне для психології та загальної соціогуманітаристики явище і концепт *габітусу*, обґрунтовує цей феномен через концептуальні уявлення, що за своєю сутністю та змістом є репрезентаціями: культурні конструкти уявлень про реальність (Довгань, 2020 : 179), репрезентації реальності (Довгань, 2020 : 307), *ментальні диспозиційні конструкти* (Довгань, 2020 : 320).

Чільне місце у дослідженнях В.В. Москаленко, що присвячені виявленню закономірностей соціалізації особистості, займає проблематика ігрової діяльності, яку дослідниця сприймає у класичній парадигмі, що започаткована Й. Хейзінгою (Москаленко, 2013). Дослідниця акцентує на тому, що особливості гри, як ключового чинника розвитку психіки та поведінки дитини, полягають у *зручності моделювати у грі та через гру відносини між людьми*, спочатку лише завдяки імпринтингу, копіювання доступних дорослих зразків, надалі все більше ускладнюючись відповідно до таксономічних закономірностей гри як виду провідної діяльності (Москаленко, 2013). Дослідниця пропонує для контекста “існування у свідомості індивідів різних форм, в яких інтеріоризується система цінностей суспільства” (Москаленко, 2013 : 66), у якості узагальнюючого феномену вживати поняття “*ціннісні репрезентації*”.

Проблематиці ментальних репрезентацій присвячені дослідження української наукині О.О. Селіванової (Селіванова, 2017), в основі яких знаходиться висновок, що такі репрезентації, як *ідеалізовані когнітивні моделі* складають зміст концептосфери людини (згадаємо концепцію ментального лексикону Р. Bonin (Bonin, 2004) та основу когнітивних процесів будь-якого змісту і спрямованості (Селіванова, 2017 : 21-23).

У царині психолінгвістики сутність і зміст явища репрезентації узагальнено А.П. Загнітко (Загнітко, 2012). Додатково до наведених вище атрибутивною характеристикою будь-якої репрезентації науковець вважає “подання мовних фактів в ефектній позиції, в умовах найбільшої переконливості” (Загнітко, 2012 : 172).

Дослідженню стереотипних репрезентацій та їх індивідуального й соціального значення і впливу присвячені наукові розвідки М. Беллер (Беллер, 2011). Цей автор зауважує, що “стереотипні репрезентації є живильним середовищем для забобонів, котре по-своєму раціоналізують і “підтверджують” стереотипні уявлення. У результаті такої взаємодії зі зворотнім посиленням соціальні психологи включають стереотипи у визначення забобонів” (Беллер, 2011 : 379). З іншого боку за висновками S. Southwick та D. Charney (Southwick & Charney, 2012) повторювані репрезентації спроможні позитивно впливати на психологічне благополуччя людини, позаяк *моделювання людиною власної поведінки за зразком резилієнтної особи* може підвищити власну резилієнтність (Southwick& Charney, 2012 : 137). Цей феномен пов’язаний з тим, що рольове моделювання частково ґрунтується на научінні через спостереження: коли нас не вчать безпосередньо, а радше ми вчимося, коли спостерігаємо за кимось (Southwick& Charney, 2012 : 133).

В.М. Дружинін на основі висновку, що існує два фундаментальні рівні наукового пізнання: емпіричний і теоретичний, пропонує класифікацію методів наукового дослідження у якій він розділяє такі методи на три класи: 1) емпіричні — за яких здійснюється зовнішня реальна взаємодія суб’єкта і об’єкта дослідження; 2) теоретичні — за яких суб’єкт взаємодіє з уявною моделлю пошуку (предметом дослідження); 3) інтерпретаційні та описові — за яких суб’єкт «ззовні» взаємодіє зі знаково-символічним представленням об’єкта пошуку (таблицями, графіками, схемами). Критерієм такої класифікації В. М. Дружинін обирає *форму*

*репрезентації об'єкта дослідження: реальний об'єкт у першій групі, мисленнєва модель — у другій та знаково-символічна — у третій (Дружинін, 1997, див. Загальна психологія. Теоретико-методологічні основи науки).*

Герменевтиці екзистенціалізму людині, що розвивається й прагне жити повноцінним життям, є притаманним аналітичне виокремлення і феноменологічний опис буттєвих структур (екзистенціалів) своєї реальності, суцього, яке її наповнює змістом (Філософський енциклопедичний словник : 103). Психологічна сутність екзистенціалів полягає у тому, що вони є *поняттями, які репрезентують у свідомості людини безконечне і всюдисуще, тобто інтелігібельне* (Філософський енциклопедичний словник : 294). При цьому структуру особистості людини визначають і наповнюють якісним змістом конкретні буттєві структури (екзистенціали), що позбавлені каузальності, часо-просторових характеристик та визначають й узмістовлюють життєдіяльність людини: “вибір”, “проект”, “план”, “віра”, “надія”, “любов”, “гра”, “праця”, “володарювання/панування”, “смерть” та інші інтелігібельні буттєві структури, що є також фундаментальними категоріями життєдіяльності людини (Філософський енциклопедичний словник). Сутність буттєвої структури (екзистенціалу) і сутність одного з трьох видів-ступенів соціальної репрезентацій за С. Московічі (Moscovici, 1984), а саме первинної (hegemonic) репрезентації, нами вважається ідентичними. Тобто будь-яка *буттєва структура або екзистенціал є первинною, іманентно визначальною соціальною репрезентацією*. Таким чином екзистенціал або первинна (hegemonic) соціальна репрезентація є буттєвою структурою, зміст, практичне, діяльнісне, вчинкове наповнення якої є визначальним для усіх інших як внутрішніх ментальних репрезентацій, так й зовнішніх вчинкових. У розвиток наведених ідей екзистенціалізму слід також зауважити, що у просторі національної науки гра визначається як “форма вільного самовиявлення людини, котра передбачає реальну відкритість світові можливого й розгортається як *імпровізація, змагання або як вистава, репрезентація певних ситуацій, смислів, стану речей*” (Філософський енциклопедичний словник : 129). Вбачаємо такий зміст інституалізацією продуктивних розвідок відомого представника екзистенціалізму Ойгена Фінка (1905-1975), який визначає гру як “*основний спосіб людського спілкування з*



можливим” (Філософський енциклопедичний словник : 129).

**Обговорення результатів.** Відповідно до здійснених узагальнень основною методологічною платформою, що пов’язує аспекти репрезентаційної теорії, теорії моделей та ігрового моделювання життєдіяльності суб’єкта в умовах невизначеності, нами обрано фундаментальні підходи Ж. Піаже, Ф. Бартлета, Л.С. Виготського, А. Бандури, М. Wartofsky й систему професійного методологування відомого українського вченого, автора вітакультурної парадигми А.В. Фурмана (Фурман, 2016).

Теорія когнітивного розвитку людини Жана Піаже (1896-1980) (Theory of Cognitive Development, Piaget, 1964; Tamm, 1990; Seifert&Sutton, 2009) ґрунтується на парадигмі когнітивної здатності людини до моделювання. Ментальний розвиток людини вважається повноцінним, якщо вона розвиває власну *здатність до формального операційного мислення* (четвертий заключний етап когнітивного розвитку суб’єкта) до рівня навички вирішення власних проблем не репродуктивним методом проб і помилок, а творчим міркуванням подумки для моделювання й знаходження шляху до вирішення відповідних проблем (там само).

Відомий британський психолог, один із засновників когнітивної психології Фредерік Бартлет (1886-1969) будь-яку проблемну для людини ситуацію розглядав як ігрову, а перцептивну і мисленнєву діяльність у нових, незвичних умовах як *ігрову діяльність* (Bartlett, 1951). Дослідження Ф. Бартлета варто сприймати як первинні психологічні дослідження у рамках репрезентаційного підходу, адже він одним із перших сформулював і дослідив проблематику “... як само центральна нервова система утримує увесь масив організованого матеріалу, котрий може використовуватися по мірі необхідності” (Bartlett, 1951 : 111). Вчений описує зміст і механізм ментальної репрезентації наступним: “Можливо свідчити лише про те, що, коли би не відбувалося б запам’ятовування, те, що запам’ятовується має відбиток того, що не відбувається саме у даний момент, але до чого слід відноситися як до того, що відбулось колись у дійсності. Водночас яким би суттєвим не була би зміна, що відбулась, “сімейна подібність” залишається або може бути виявленою, якщо ми маємо картину перебігу послідовних змін. Звичайно усталено зберігається якась *схема* або *план*” (Bartlett, 1951 : 112). Саме проголошений Ф. Бартлетом *принцип сімейної подібності*

забезпечує міцний і продуктивний системотвірний зв'язок первинної (hegemonic) соціальної репрезентації (буттєвої структури, екзистенціалу) зі всіма генетично наступними й таксономічно організованими (за рівнями екзистенційної сили) репрезентаціями як внутрішнього ментального плану, так й зовнішніх діяльнісних репрезентацій або вчинків. Аспект моделювання у теорії Ф. Бартлета полягає у тому, що “насправді не буває процесів мислення, які не зв'язували би певним чином одну ситуацію з іншою, використовуючи вже наявні матеріали при розв'язанні знову виникаючих проблем” (Bartlett, 1951 : 115). Більш ємного і лаконічного пояснення апперцепції важко віднайти або уявити.

Початковою позицію психологічних досліджень гри стали розвідки Л.С. Виготського, який обґрунтовував, що гра є не переважаючим видом діяльності в дитинстві, а провідним фактором розвитку людини (Vygotsky, 1962, див. Tamm, 1990).

У психологічний дискурс метод моделювання увів автор Social Learning Theory Альберт Бандура (1925-2021), який вважав, що моделювання часто є чимось більшим, ніж просто імітацією, копіюванням чи науцінням через спостереження (див. Southwick&Charney, 2012 та Modeling Theory. Theories of Personality). Моделювання натомість охоплює навчання правил поведінки, які згодом стають зразками для подальших дій. Формуючи такі правила, людина набуває здатності прийняти цінності, умовиводи, поведінку та емоційні реакції, що властиві рольовій моделі та водночас у прикладному сенсі є корисними для конкретної особи у певних обставинах її соціалізації і розвитку (Southwick& Charney, 2012 : 134).

За відомим визначенням автора теорії моделей М. Wartofsky (1928-1997) моделі “утворюються як *репрезентаційні артефакти*, предмети матеріальної культури і як такі слугують... тим засобом, за допомогою якого людська свідомість може охопити свої власні творіння, тобто тим інструментом, завдяки якому воно стає самопізнанням” (Wartofsky, 1979 : xviii). Як зазначає М. Wartofsky, остаточне завдання будь-якої моделі полягає в ефективній організації “*екзистенційних домагань*” суб'єкта (Wartofsky, 1979), до яких першочергово належать гіпотетичне пояснення відмінностей актуальних об'єктів репрезентації, виявлення їх нових властивостей; орієнтація на особистісний розвиток суб'єкта створення репрезентацій. Наведені методологічні позиції М. Вартофські

знаходяться також в основі дослідження структурно-функціональної організації інтелекту особистості, автором якого є знана українська психологиня Л.В. Засекіна, яка будує власну теорію на основі того, що елементами такого досвіду є *ментальні репрезентації, тобто актуальні образи конкретної події, концепти, що моделюють можливе для фізичного відтворення або таке, що мало місце у практичному досвіді суб'єкта в минулому* (Засекіна, 2006).

За висновками А.В. Фурмана поряд із винятково важливим значенням ментальних моделей, мислесхем, категорійних матриць і типологічного підходу загалом, важливу когнітивну і діяльнісну роль відіграють категорійні схеми і цикли, що дають змогу стратегічно і тактично вирішувати проблеми найвищого рівня складності. Матриця для створення продуктивних схем і циклів за А.В. Фурманом складається з “...чотирьох періодів (пізнання новації - проектування нововведення - впровадження інновації - моніторинг змін) та відповідних їм десяти етапів (зацікавлення - ініціювання - дослідження - моделювання - продукування - апробування - обґрунтування - експертизування - розповсюдження - масове використання)” (Фурман, 2016 : 170).

Ми вважаємо доцільним *принцип екзистенційної сили ментальної моделі* (Wartofsky, 1979) транслювати через зміст матриці створення продуктивних схем і циклів (Фурман, 2016). Тобто ментальна модель має тим більшу екзистенційну силу, чим більше компонентів життєдіяльності (чотири періоди та десять етапів матриці А.В. Фурмана) вона може змістовно забезпечити на повному функціональному діапазоні ігрового моделювання (дескриптивна, прогностична і нормативна функції) та усьому діапазоні форм репрезентації об'єкта життєдіяльності: реальний емпіричний об'єкт, теоретична ментальна (мисленнева) модель, дескриптивна (знаково-символічна, інтерпретаційна, описова) (Дружинін, 1997).

**Висновки та перспективи.** Виходячи із наведеного та змісту ігрового моделювання життєдіяльності людини в умовах невизначеності (Хайрулін, 2023; 2024) нами пропонується наступне авторське визначення дефініції “репрезентація ігрового моделювання життєдіяльності суб'єкта в умовах невизначеності” та відповідна типологія репрезентацій.

Репрезентація ігрового моделювання життєдіяльності суб'єкта в умовах невизначеності – це: 1) універсальне прагматичне атрибутивне явище життєдіяльності суб'єкта і неспецифічне психічне утворення; 2) спосіб життєдіяльності людини і соціальної групи в умовах високого когнітивного навантаження, виразної вірогідності невизначеності та екзистенційних ускладнень, що відбувається одночасно у двох комплементарних вимірах: а) у внутрішньо-суб'єктному просторі людини як перцептивний та семіотичний образ-модель події, що мала місце у її практичному досвіді в минулому (інтеріоризована ментальна репрезентація) та б) у зовнішньому діяльнісному вимірі як диспозиційний концепт, ментальний образ-акцептор-програма потрібного майбутнього, що на основі досвіду та актуальної ситуації моделює і забезпечує фізичне відтворення суб'єктом можливого і необхідного з метою продуктивного управління власною поведінкою, забезпечення соціальної адаптації, виживання і розвитку (діяльнісна репрезентація екстеріоризації).

Атрибутивними характеристиками репрезентації ігрового моделювання життєдіяльності суб'єкта в умовах невизначеності є: 1) забезпечення здатності людини міркувати про об'єкти, які вона у даний момент не сприймає, але що існують у її свідомості на основі попереднього привласнення (інтеріоризації) взірців психологічних комунікативних ролей як моделей поведінки; 2) забезпечення продуктивної соціалізації людини, нерозривного, обопільного та взаємогенеруючого поєднання процесів екстеріоризації та інтеріоризації (привласнення та вироблення моделей у синтезі з продукуванням їх уреальнених, фактичних життєдіяльнісних репрезентацій), що відбуваються комплементарно; 3) дескриптивний, прогностичний і нормативний функціоналізм у діапазоні а) форм реального емпіричного об'єкту або події, б) теоретичної ментальної (мисленнєвої) моделі, в) дескриптивної (знаково-символічної, інтерпретаційної, описової) моделі; 4) забезпечення психологічної саморегуляції людини через відтворення нею певної психічної діяльності шляхом штучного утворення умов в актуальній обстановці з метою її дослідження, удосконалення або подолання; 5) подання змісту діяльності у ефективній позиції найбільшої корисності та переконливості.

Типологія репрезентацій ігрового моделювання життєдіяльності людини в умовах невизначеності складається за “сімейною

подібністю” тобто за принципом таксономії, родо-видова ступневість якої залежить від екзистенційної сили відповідної ментальної моделі-репрезентації. Найбільшу життєдіяльнісну вагомість, екзистенційну силу при цьому має репрезентація, яка генерується певною екзистенціальною, первинною (hegemonic) соціальною репрезентацією (екзистенціалом) та забезпечує свою діяльнісну, поведінкову та вчинкову реалізацію в усіх періодах (пізнання необхідності новації - проектування нововведення - впровадження інновації - контроль змін) та через усі етапи (зацікавлення - ініціювання - дослідження - моделювання - продукування - апробування - обґрунтування - експертизування - розповсюдження – практичне використання) продуктивної життєдіяльності суб’єкта. Цим забезпечується повнота реалізації дескриптивної, прогностичної і нормативної функцій репрезентацій на максимально можливому діапазоні їх форм (реальний емпіричний, фізичний об’єкт, теоретична ментальна (мисленнєва) модель, дескриптивна (знаково-символічна, інтерпретаційна, описова) модель).

Відповідно до своєї таксономічної організації репрезентації ігрового моделювання в умовах невизначеності першочергово поділяються на два класи: 1) клас інтеріоризованих ментальних репрезентацій (індивідуальні цінності, унормування світогляду, диспозиції, зміст внутрішньо-суб’єктного простору духовної сутності людини, її ментальний лексикон) і 2) клас діяльнісних репрезентацій екстеріоризації (унаявлені фізичні, кінетичні явища свідомої життєдіяльності людини).

Інтеріоризовані ментальні репрезентації ігрового моделювання – клас репрезентацій, що забезпечують людині спроможність надавати сенс світу, реальності, життєдіяльності через побудову набору відповідностей або систем еквівалентностей поміж речами (люди, предмети, події, абстрактні ідеї тощо) і опанованою суб’єктом на час дії системи понять.

Діяльнісні репрезентації екстеріоризації ігрового моделювання – клас репрезентацій, які реалізуються у зовнішньому життєдіяльнісному вимірі у вигляді акту подання суб’єктом чогось конкретного, фізичного, такого, що реєструється через сенсорні відчуття: усні, вербальні, мовленнєві лексеми (фонемі), завершені тексти, символічні та інші форми (напис, формула, діаграма, ілюстрація, фотографія, музичні ноти, виставка, експозиція музею,

банери, тілесні та аксесуарні візуалізації символічного значення, інші графічні модули репрезентацій тощо), кінетичні рухи-дії, знаряддя-предмети, що обрані для дії, вчинкові прояви.

Генетичне, системотвірне значення для життєдіяльності людини має тип екзистенціальної репрезентації або первинна (hegemonic) соціальна репрезентація, зміст, практичне, діяльнісне, вчинкове наповнення якої складає основу індивідуальної культури, формує та умістовлює внутрішньо-суб'єктний простір духовної сутності людини і є визначальним для усіх інших як інтеріоризованих ментальних репрезентацій, так й діяльнісних репрезентацій екстеріоризації.

Перспективними напрямками подальших психологічних розвідок репрезентацій ігрового моделювання життєдіяльності людини в умовах невизначеності вважаємо уточнення закономірностей формування і розвитку інтеріоризованих ментальних репрезентацій людини, їх впливу на психічні стани суб'єкта, його психологічне благополуччя, якість резиліентності, продуктивність індивідуальної та групової діяльності. Також актуальними вважаються завдання психологічної класифікації діяльнісних репрезентацій екстеріоризації ігрового моделювання в умовах невизначеності.

#### **Література**

1. Біла, І.М. (2012). Індивідуальні особливості сприймання, їх роль у конструюванні реальності. *Актуальні проблеми психології: зб. наук. Праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України. Т. XII. Психологія творчості, 15, 62–68.*
2. Біла, І.М. (2014). *Психологія дитячої творчості* : монографія. Київ : Фенікс.
3. Беллер, М. (2011). Сприйняття, образ, імагологія. *Літературна компаративістика*. Випуск IV: Імагологічний аспект сучасної компаративістики: стратегії та парадигми. Частина II. 376–381.
4. Довгань, Н.О. (2020). *Психологія соціокультурної взаємодії поколінь* : монографія. Київ : Талком.
5. Жовтянська, В.В. (2020). *Психологія репрезентацій дійсності* : монографія. Київ : Талком.
6. Загнітко, А. (2012). *Словник сучасної лінгвістики : поняття і терміни*. Т. 3. Донецьк : ДонНУ.
7. Засекіна, Л.В. (2006). Структурно-функціональна організація інтелекту особистості. *Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук*. Острог : Національний університет "Острозька академія".
8. Ловка, О. В., Борисенко, Л. Л., Колесніченко Л. А., Музичко, Л. В. Тімакова А. В., Лавриненко, Д. Г. (2019). *Загальна психологія. Теоретико-методологічні основи науки*. К.: КНЕУ.
9. Моляко, В.О. (2021). Проблеми розумової діяльності в ускладнених умовах. *Функціонування творчого мислення в інформаційно- віртуальному просторі суб'єкта, 7-46.*
10. Москаленко, В.В. (2013). *Соціалізація особистості*. : монографія. Київ : Фенікс.

11. Панок, В.Г., Рудь, Г.В. (2006). *Психологія життєвого шляху особистості*. Київ : Ніка-Центр.
12. Прилюк, Ю.Д. (1995). *Суспільні закони та їх дія*. Київ : Наукова думка.
13. Парахонський, Б.О., Яворська, Г.М. (2019). *Онтологія війни і миру: безпека, стратегія, смисл*. Київ : НІСД.
14. Селіванова, О.О. (2017). Когнітивно-ономасіологічне підґрунтя концептуального моделювання. Н. В. Петлюченко (Ред.). *Концепти і контрасти*. (с. 21-29). Одеса : «Гельветика».
15. Фурман, А.В., Шандрук, С.К. (2014). *Сутність гри як учинення* : монографія. Тернопіль : ТНЕУ.
16. Фурман, А.В. (2016). *Ідея і зміст професійного методологування* : монографія. Тернопіль : ТНЕУ.
17. Хайрулін, О.М. (2023). Онтологічне моделювання психологічного поля гри. *Психологія і суспільство*, 2, 106-141. <https://doi.org/10.35774/pis2023.02.106>
18. Хайрулін, О.М. (2024). Ігрове моделювання життєдіяльності людини як предмет психологічного дослідження. *Габітус*, 57, 73–79. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.57.11>
19. Чебикін, О.Я. (Ред.). (2011). *Загальна психологія в основних категоріях і поняттях*. Одеса : Букаєв Вадим Вікторович.
20. Schultz, D. P. & Schultz, S. E. (2015). Bandura Albert: Modeling Theory. In *Theories of Personality*. (pp. 341-370). Cengage Learning.
21. Bartlett, F. (1951). *The Mind at Work and Play*. London. George Allen & Unwin Ltd.
22. Bonin, P. (2004). *Mental lexicon: Some words to talk about words*. New York: Nova Science Publishers.
23. Codreanu, A. (2016). VUCA action framework for a VUCA environment: Leadership challenges and solutions. *Journal of Defense Resources Management*, 7(2), 31–38.
24. Hamid, H. (2019). The strategic position of human resource management for creating sustainable competitive advantage in the VUCA world. *Journal of Human Resources Management and Labor Studies*, 7(2), 1–4. <http://dx.doi.org/10.15640/jhrmls.v7n2a1>
25. Hall, S. (1997a). *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. Sage Publications & Open University.
26. Hall, S. (1997b). The work of representation. *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. London: Sage/The Open University. 13–64.
27. Johnson-Laird, P.N. (1980). *Mental Models in Cognitive Science*. *Cognitive Science*, 4, 71–115.
28. Kelvin, S., & Rosemary, S. (2009). *Educational Psychology*. Zurich, Switzerland. The Saylor Foundation.
29. Kirsh, D. (2009). Interaction, External Representation and Sense Making. *Proceedings of the 31st Annual Conference of the Cognitive Science Society*. N.A. Taatgen & H. van Rijn (Eds.). (pp. 1103–1108). Austin, TX: Cognitive Science Society.
30. Kirsh, D., (2017). Thinking with External Representations. Cowley, S. J., & Vallée-Tourangeau, F. (Eds.). *Cognition Beyond the Brain: Computation, Interactivity and Human Artifice*. (pp. 171–194). Springer.
31. Marx, W., Wartofsky. (1979). *Models: Representation and the Scientific Understanding*. Dordrecht/Boston/London : D. Reidel.
32. Moscovici, S. (1984). The phenomena of social representations. *Social representations*. R.M. Farr, S. Moscovici eds. Cambridge: Cambridge University Press. 3–69.
33. *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English*. (2000). Oxford University Press. Sixth edition. Oxford.
34. Passer, M. (2009). *Psychology: the science of mind and behavior*. McGraw-Hill.

35. Piaget, J. (1964). Cognitive Development in Children Development and Learning. *Journal of Research in Science Teaching*, 2, 176–186.
36. Sinha, D., Sinha, S. (2020). Managing in a VUCA world: Possibilities and pitfalls. *Journal of Technology Management for Growing Economies*, 11(1), 17–21. <http://dx.doi.org/10.15415/jtmge.2020.111003>
37. Smith, N. (2001). *Current systems in psychology : history, theory, research, and applications*. Wadsworth/Thomson Learning.
38. Smortchkova, J., Dolega, K. and Schlicht, T. (2020). *What are mental representations?* Oxford: Oxford University Press.
39. Southwick, S., Charney, D. (2012). *Resilience: The Science of Mastering Life's Greatest Challenges*. New York, Cambridge University Press. <http://dx.doi.org/10.1017/cbo9781139013857>
40. Taylor, S. (2021). Cognitive Instrumentalism about Mental Representations. *Pacific Philosophical Quarterly*, 103 (3). 518–550. <https://doi.org/10.1111/papq.12383>
41. Toyoshima, F., Barton, A., Grenier, O. (2020). Foundations for an ontology of belief, desire and intention. In B. Brodaric and F. Neuhaus (Eds.), *Proceedings of the 11th International Conference on Formal Ontology in Information Systems (FOIS 2020)* (pp. 140–154). Amsterdam: IOS Press.
42. Toyoshima, F., Barton, A. (2023). Foundations for a Realist Ontology of Mental Representation. *CAOS VII: Cognition and Ontologies, 9th Joint Ontology Workshops (JOWO 2023), co-located with FOIS 2023, 19-20 July, 2023, Sherbrooke, Québec, Canada*.
43. Tamm, M. (1990). The semiotic function: Studies in children's representations. *Doctor's thesis*. Department of Psychology, University of Umeå, S 901 87 Umeå, Sweden.

## References

1. Bila, I.M. (2012). Individual features of perception, their role in constructing reality. [Indyvidualni osoblyvosti sprymannia, yikh rol u konstruiuvanni realnosti]. *Aktualni problemy psykhologii: zb. nauk. Prats Instytutu psykhologii im. H.S.Kostiuka NAPN Ukrainy. T. KhII. Psykhologhiia tvorhosti – Actual problems of psychology: coll. of science Proceedings of the Institute of Psychology named after H.S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine. T. XII. Psychology of creativity, 15, 62–68. [in Ukrainian]*.
2. Bila, I.M. (2014). *Psykhologhiia dytiachoi tvorhosti [Psychology of children's creativity]*. Kyiv : Feniks. [in Ukrainian].
3. Beller, M. (2011). Perception, image, imagology. [Spryiniattia, obraz, imaholohiia]. *Literaturna komparatyvistyka – Literary comparative studies, 4(2), 376–381. [in Ukrainian]*.
4. Dovhan, N.O. (2020). *Psykhologhiia sotsiokulturnoi vzaiemodii pokolin [Psychology of sociocultural interaction of generations]*. Kyiv : Talkom. [in Ukrainian].
5. Zhovtianska, V.V. (2020). *Psykhologhiia reprezentatsii diisnosti. [Psychology of representations of reality]*. Kyiv : Talkom. [in Ukrainian].
6. Zahnitko, A. (2012). *Slovnnyk suchasnoi lnhvistyky : poniattia i terminy (T. 1-4). (T. 3). [Dictionary of modern linguistics: concepts and terms]*. Donetsk : DonNU. [in Ukrainian].
7. Zasiiekina, L.V. (2006). *Strukturno-funktsionalna orhanizatsiia intelektu osobystosti. [Structural and functional organization of individual intelligence]*. *Doctor's thesis*. Ostroh : Natsionalnyi universytet “Ostrozka akademiia”. [in Ukrainian].
8. Lovka, O. V., Borysenko, L. L., Kolesnichenko L. A., Muzychko, L. V. Timakova A. V., Lavrynenko, D. H. (2019). *Zahalna psykhologhiia. Teoretyko-metodolohichni osnovy nauky.[General Psychology. Theoretical and methodological foundations of science]*. K.: KNEU. [in Ukrainian].
9. Moliako, V.O. (2021). Problems of mental activity in difficult conditions [Problemy rozumovoi diialnosti v uskladnennykh umovakh]. V. O. Moliako, (Red.). *Funktsionuvannia tvorchoho myslennia v informatsiino- virtualnomu prostori subiekta – The functioning of creative*



*thinking in the subject's information-virtual space.* (pp. 7–46). Kyiv – Lviv : Vydavets Viktoriia Kundelska. [in Ukrainian].

10. Moskalenko, V.V. (2013). *Sotsializatsiia osobystosti. [Socialization of personality]*. Kyiv : Feniks. [in Ukrainian].

11. Panok, V.H., Rud, H.V. (2006). *Psykhologhiia zhyttievoho shliakhu osobystosti. [Psychology of a person's life path]*. Kyiv : Nika-Tsentr. [in Ukrainian].

12. Pryliuk, Yu.D. (1995). *Suspilni zakony ta yikh diia. [Social laws and their effect]*. Kyiv : Naukova dumka. [in Ukrainian].

13. Parakhonskyi, B.O., Yavorska, H.M. (2019). *Ontolohiia viiny i myru: bezpeka, stratehiia, smysl. [Ontology of war and peace: security, strategy, meaning]*. Kyiv : NISD. [in Ukrainian].

14. Selivanova, O.O. (2017). *Kohnityvno-onomasiolohichne pidgruntia kontseptualnoho modeliuвання. [Cognitive and onomasiological basis of conceptual modeling]*. N. V. Petliuchenko (Red.). *Kontsepty i kontrasty – Concepts and contrasts.* (pp. 21-29). Odesa : «Helvetyka». [in Ukrainian].

15. Furman, A.V., Shandruk, S.K. (2014). *Sutnist hry yak uchynennia. [The essence of the game as practice]*. Ternopil : TNEU. [in Ukrainian].

16. Furman, A.B. (2016). *Ideia i zmist profesiinoho metodolohuvannya. [The idea and content of professional methodology]*. Ternopil : TNEU. [in Ukrainian].

17. Khairulin, O.M. (2023). Ontological modeling of the psychological playing field. [Ontolohichne modeliuвання psykhologichnoho polia hry]. *Psykhologhiia i suspilstvo - Psychology and society*, 2, 106-141. <https://doi.org/10.35774/pis2023.02.106> [in Ukrainian].

18. Khairulin, O.M. (2024). Game modeling of human life as a subject of psychological research. [Ihrove modeliuвання zhyttiedialnosti liudyny yak predmet psykhologichnoho doslidzhennia]. *Habitus*, 57, 73–79. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.57.11> [in Ukrainian].

19. Chebykin, O.Ia. (Red.). (2011). *Zahalna psykhologhiia v osnovnykh katehoriakh i poniattiakh. [General psychology in basic categories and concepts]*. Odesa : vydavets Bukaiev Vadym Viktorovich. [in Ukrainian].

20. Schultz, D. P. & Schultz, S. E. (2015). Bandura Albert: Modeling Theory. In *Theories of Personality.* (pp. 341-370). Cengage Learning.

21. Bartlett, F. (1951). *The Mind at Work and Play*. London. George Allen & Unwin Ltd.

22. Bonin, P. (2004). *Mental lexicon: Some words to talk about words*. New York: Nova Science Publishers.

23. Codreanu, A. (2016). VUCA action framework for a VUCA environment: Leadership challenges and solutions. *Journal of Defense Resources Management*, 7(2), 31–38.

24. Hamid, H. (2019). The strategic position of human resource management for creating sustainable competitive advantage in the VUCA world. *Journal of Human Resources Management and Labor Studies*, 7(2), 1–4. <http://dx.doi.org/10.15640/jhrmls.v7n2a1>

25. Hall, S. (1997a). *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. Sage Publications & Open University.

26. Hall, S. (1997b). The work of representation. *Representation: Cultural Representations and Signifying Practices*. London: Sage/The Open University. 13–64.

27. Johnson-Laird, P.N. (1980). *Mental Models in Cognitive Science*. *Cognitive Science*, 4, 71–115.

28. Kelvin, S., & Rosemary, S. (2009). *Educational Psychology*. Zurich, Switzerland. The Saylor Foundation.

29. Kirsh, D. (2009). Interaction, External Representation and Sense Making. *Proceedings of the 31st Annual Conference of the Cognitive Science Society*. N.A. Taatgen & H. van Rijn (Eds.). (pp. 1103–1108). Austin, TX: Cognitive Science Society.

30. Kirsh, D., (2017). Thinking with External Representations. Cowley, S. J., & Vallée-Tourangeau, F. (Eds.). *Cognition Beyond the Brain: Computation, Interactivity and Human Artifice*. (pp. 171–194). Springer.
31. Marx, W., Wartofsky. (1979). *Models: Representation and the Scientific Understanding*. Dordrecht/Boston/London : D. Reidel.
32. Moscovici, S. (1984). The phenomena of social representations. *Social representations*. R.M. Farr, S. Moscovici eds. Cambridge: Cambridge University Press. 3–69.
33. *Oxford Advanced Learner's Dictionary of Current English*. (2000). Oxford University Press. Sixth edition. Oxford.
34. Passer, M. (2009). *Psychology: the science of mind and behavior*. McGraw-Hill.
35. Piaget, J. (1964). Cognitive Development in Children Development and Learning. *Journal of Research in Science Teaching*, 2, 176–186.
36. Sinha, D., Sinha, S. (2020). Managing in a VUCA world: Possibilities and pitfalls. *Journal of Technology Management for Growing Economies*, 11(1), 17–21. <http://dx.doi.org/10.15415/jtmge.2020.111003>
37. Smith, N. (2001). *Current systems in psychology : history, theory, research, and applications*. Wadsworth/Thomson Learning.
38. Smortchkova, J., Dolega, K. and Schlicht, T. (2020). *What are mental representations?* Oxford: Oxford University Press.
39. Southwick, S., Charney, D. (2012). *Resilience: The Science of Mastering Life's Greatest Challenges*. New York, Cambridge University Press. <http://dx.doi.org/10.1017/cbo9781139013857>
40. Taylor, S. (2021). Cognitive Instrumentalism about Mental Representations. *Pacific Philosophical Quarterly*, 103 (3). 518–550. <https://doi.org/10.1111/papq.12383>
41. Toyoshima, F., Barton, A., Grenier, O. (2020). Foundations for an ontology of belief, desire and intention. In B. Brodaric and F. Neuhaus (Eds.), *Proceedings of the 11th International Conference on Formal Ontology in Information Systems (FOIS 2020)* (pp. 140–154). Amsterdam: IOS Press.
42. Toyoshima, F., Barton, A. (2023). Foundations for a Realist Ontology of Mental Representation. *CAOS VII: Cognition and Ontologies, 9th Joint Ontology Workshops (JOWO 2023), co-located with FOIS 2023, 19-20 July, 2023, Sherbrooke, Québec, Canada*.
43. Tamm, M. (1990). The semiotic function: Studies in children's representations. *Doctor's thesis*. Department of Psychology, University of Umeå, S 901 87 Umeå, Sweden.

Received: 02.05.2024

Accepted: 18.05.2024

## ОСОБИСТІСНІ ДЕСКРИПТОРИ ЗРІЛОСТІ ГРОМАДЯНСЬКОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ СТУДЕНТІВ

### Хазратова Нігора

Західноукраїнський національний університет

Тернопіль, Україна

[Nigora888@ukr.net](mailto:Nigora888@ukr.net)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1471-3234>

### Олійник Алла

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Івано-Франківськ, Україна

[Alla.oliinyk@pnu.edu.ua](mailto:Alla.oliinyk@pnu.edu.ua)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2543-4281>

### Сидоркіна Марина

Інститут соціальної та політичної психології  
Національної академії педагогічних наук України

Київ, Україна

[Marina.sidorkina@gmail.com](mailto:Marina.sidorkina@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8303-8762>

**Мета.** Метою статті є теоретичне і емпіричне вивчення особистісних дескрипторів зрілості громадянської ідентичності студентів.

**Методи.** У дослідженні було використано психодіагностичні методики встановлення характеристик особистості («Велика П'ятірка» Р. Мак Крає і П. Кости, тест локусу контролю Дж. Роттера, тест визначення рівня стресу В.Ю. Щербатих), а також методику діагностики рівня зрілості громадянської ідентичності І.Р. Петровської. Методами статистичної обробки даних були кореляційний, порівняльний і кластерний аналіз. Вибірку досліджуваних склали студенти гуманітарних спеціальностей 1-5 курсів університетів м. Львова.

**Результати.** Кореляційний аналіз засвідчив, що найбільшу кількість кореляційних зв'язків утворюють такі показники громадянської ідентичності, як загальна зрілість і стійкість. Показники зрілості громадянської ідентичності мають прямий зв'язок з особистісними характеристиками: сумлінність, нейротизм, рівень стресу (прямий зв'язок), екстернальний локус контролю, екстраверсія (обернений зв'язок). Стійкість громадянської ідентичності пов'язана з рівнем стресу, а також з локалізацією контролю. Кластерний аналіз

продемонстрував, що стійкість громадянської ідентичності виявилася параметром поділу респондентів на дві підгрупи. Особам з низьким рівнем стійкості громадянської ідентичності притаманні низький рівень екстраверсії, високі показники сумлінності, нейротизму та стресу, а також інтернальність локусу контролю. Особам з високим рівнем стійкості громадянської ідентичності притаманні високий рівень екстраверсії, низькі показники сумлінності, нейротизму та стресу, а також високий рівень екстернальності локусу контролю.

**Висновки.** Зрілість громадянської ідентичності пов'язана з такими особистісними параметрами, як: інтроверсія, сумлінність, нейротизм, високий рівень стресу, інтернальний локус контролю. Виявлено обернений зв'язок між стійкістю та зрілістю громадянської ідентичності, що означає: характерною рисою останньої є не ригідність, а гнучкість. Особам з високим рівнем стійкості громадянської ідентичності притаманні: високий рівень екстраверсії, низькі показники сумлінності, нейротизму та стресу, а також високий рівень екстернальності локусу контролю.

**Ключові слова:** зрілість громадянської ідентичності, стійкість громадянської ідентичності, локус контролю, стрес, сумлінність.

**Nigora Khazratova, Alla Olijnyk, Maryna Sydorkina. Personal descriptors of civic identity of students.**

**The purpose** of the article is to theoretically and empirically study the personal descriptors of students' civic identity maturity.

**Methods.** The study used psychodiagnostic methods for determining personality characteristics (the Big Five by R. McKrae and P. Costa, the locus of control test by J. Rotter, the stress level test by V. Shcherbatykh), as well as the methodology for diagnosing the level of maturity of civic identity by I. Petrovska. The methods of statistical data processing were correlation, comparative and cluster analysis. The sample of the researchers consisted of students of humanitarian specialties of 1-5 courses of universities in Lviv.

**Results.** The correlation analysis showed that the largest number of correlations is formed by such indicators of civic identity as general maturity and resilience. Indicators of civic identity maturity are directly related to personal characteristics: conscientiousness, neuroticism, stress level (direct relationship), external locus of control, extraversion (inverse relationship). The resilience of civic identity is related to the level of stress and the localization of control. Cluster analysis showed that civic identity resilience was a parameter for dividing respondents into two subgroups. Individuals with a low level of civic identity resilience are characterized by low levels of extraversion, high levels of conscientiousness, neuroticism, and stress, as well as internalization of the locus of control. Individuals with a high level of civic identity resilience are characterized by a high level of extraversion, low levels of conscientiousness, neuroticism and stress, as well as a high level of locus of control externalization.

**Conclusions.** The maturity of civic identity is related to such personal parameters as introversion, conscientiousness, neuroticism, high stress level, and internal locus of control. An inverse relationship between resilience and maturity of civic identity was found, which means that the characteristic feature of the latter is not rigidity but flexibility. Individuals with a high level of civic identity resilience are characterized by a high level of extraversion, low levels of conscientiousness, neuroticism and stress, as well as a high level of external locus of control.

**Key words:** maturity of civic identity, stability of civic identity, locus of control, stress, conscientiousness.

**Вступ.** Проблема особливостей громадянської ідентичності, особливо в юнацькому та молодому віці, традиційно зумовлює інтерес психологів, соціологів, політологів (Жадан, 2019; Лукасевич, 2020; Петровська, 2023; Хазратова, 2018a; Хазратова, 2018b; Petrovska 2019a, Petrovska 2019b, Petrovska, 2021 та ін.). Тривають суперечки як щодо природи громадянської ідентичності, так і її взаємозв'язку з національною та етнічною ідентичностями (Жадан, 2019; Кухарук, 2019; Петровська, 2023; Соснюк, Остапенко, 2017; Хазратова, 2018b; Corfield, 2021 та ін.); закономірностей функціонування громадянської ідентичності (Жадан (ред.), 2019; Петровська, 2023; Onuch, Hale, Sasse, 2018; Petrovska, 2023; Wilson, 2023 та ін.). Але попри велику кількість робіт, які так чи інакше торкаються проблеми громадянської ідентичності, залишається недостатньо висвітленою проблема ролі особистості у процесі формування громадянської ідентичності. Чи існують ті чи інші особистісні властивості, які можуть ускладнити або, навпаки, оптимізувати процес формування громадянської ідентичності? Чи впливають характеристики особистості (наприклад, зовнішній чи внутрішній локус контролю) на особливості громадянської ідентичності, наприклад, її стійкість або концептуальність/осмисленість? Чи пов'язана зрілість громадянської ідентичності з емоційною та особистісною зрілістю? Ці та інші питання залишаються актуальними, особливо у контексті становлення громадянської ідентичності у молоді.

**Метою** статті є теоретичне і емпіричне вивчення особистісних дескрипторів зрілості громадянської ідентичності студентів.

У різних дослідженнях громадянська ідентичність особистості пов'язується з усвідомленням та переживанням своєї приналежності до держави і спільноти громадян цієї держави. Процес громадянської

ідентифікації полягає в тому, що особистість ототожнює себе з членом організації, що становить собою державу (громадянином); цей процес ідентифікації може бути складним, не-лінійним, тривалим і включати в себе різного роду кризи, регресії, переосмислення, трансформацію громадянських цінностей. Це становлення громадянської ідентичності здійснюється в тісному зв'язку з громадянською соціалізацією та ресоціалізацією особистості, розвитку її ціннісно-сміслової та мотиваційної сфери.

Громадянську ідентичність можна вважати різновидом організаційної ідентичності як специфічної форми соціальної ідентичності. Громадянська ідентичність особистості має організаційно-рольову природу і проходить своє становлення перш за все у дихотомії «особистість – держава», а також у процесі засвоєння ролі громадянина (його прав, обов'язків, еталонів, рольових приписів) (Петровська, 2023).

У процесі громадянської ідентифікації, так само як і організаційної ідентифікації, відбувається акцептація власної приналежності до держави (як організації) та спільноти громадян (як групи) в поєднанні зі специфічними формами поведінки, когнітивними процесами та емоційними станами. У цьому процесі можна виокремити аспекти: самокатегоризації, усвідомлення власної приналежності в якості громадянина до держави (організації) та спільноти громадян; внутрішньогрупових зв'язків (сприйняття спільності долі зі співгромадянами, подібності проблем та досвіду функціонування в державі).

Громадянська ідентичність особистості (як і ідентичність взагалі) забезпечує тяглість уявлень про себе як громадянина, а також громадянських цінностей та орієнтацій. Саме тому її важливим параметром є стійкість. Цей параметр є складовою зрілості громадянської ідентичності. Стійкість означає незмінність, постійність і передбачає неготовність трансформувати свою громадянську ідентичність під впливом зовнішніх та ситуативних обставин; вказана ідентичність може бути змінена лише під впливом реального переосмислення своїх політичних та громадянських цінностей. Якщо висока і надмірна стійкість означає ригідність громадянина, закритість для змін власних громадянських орієнтацій, некритичну лояльність до держави, то низька стійкість означає готовність «механічної» і швидкої зміни цих громадянських

орієнтацій (скажімо, під впливом страху – в окупації – або заради утилітарної вигоди).

Найзагальнішою та найістотнішою характеристикою громадянської ідентичності, котра втілює рівень її розвитку, є зрілість. Зріла громадянська ідентичність дає змогу всебічного розуміння і автентичного переживання своїх стосунків з державою, партнерства з нею, дає можливість відмовитися від маніпулятивності та «об'єктній орієнтації» у цих стосунках. Незріла громадянська ідентичність найчастіше зумовлює «об'єктну» трактовку або самого себе в стосунках з державою («Від мене нічого не залежить»), або держави (орієнтація на її використання, корупція тощо).

Виходячи зі сказаного вище, можна сформулювати такі дослідницькі завдання:

ДЗ1: виявити кореляційний взаємозв'язок між зрілістю та стійкістю громадянської ідентичності і такими особистісними характеристиками, як локалізація суб'єктивного контролю, екстраверсія – інтроверсія, нейротизм, сумлінність тощо.

ДЗ2: описати «особистісний профіль» особи з високою і низькою стійкістю громадянської ідентичності.

**Методи, вибірка, програма і процедура емпіричного дослідження.**

Для збору емпіричних даних було використано чотири тестові психодіагностичні методики: тест-опитувальник «Діагностика зрілості та типу громадянської ідентичності особистості» І.Р. Петровської, тест на визначення рівня стресу В.Ю. Щербатих, тест на визначення локусу контролю Дж. Роттера та тест «Велика П'ятірка» Р. Мак-Крає та П. Кости. Перший тест застосовувався для виявлення зрілості громадянської ідентичності людини, а решта три – для визначення особливостей особистості респондента. Серед методів статистичної обробки були застосовані: коефіцієнт кореляцій Спірмена, критерій Манна-Уїтні та кластерний аналіз.

У дослідженні взяли участь 60 осіб (з них 31 чоловік та 29 жінок) віком від 17 до 25 років (рис. 1), студенти гуманітарних спеціальностей 1 – 5 курсів університетів міста Львова. Вибірка була збалансована за ознакою статі (майже однакова кількість чоловіків та жінок), а також за ознакою стажу студентського життя (20 студентів молодших, 20 – старших курсів бакалаврата, а також 20 – магістратури). Цей склад групи діагностованих дає нам змогу

уникнути впливу такої побічної змінної, як стаж перебування у статусі студента: як відомо, ідентичність студента, його бачення свого майбутнього та життя загалом певною мірою змінюється з першого до шостого (сьомого) року навчання.

Дослідження проводилося у форматі онлайн за допомогою гугл-форми.

Програма емпіричного дослідження особистісних дескрипторів зрілості громадянської ідентичності студентів включала в себе 6 етапів.

Перший етап включав в себе підбір методів та методик дослідження, адекватних поставленим цілям і завданням: була перевірена достовірність обраних діагностичних методик, наявність тестових норм, поширеність згадувань про ці методики у науковій літературі. Усі запитання психодіагностичних методик були переведені у google-форму.

На другому була сформована вибірка досліджуваних (чоловіків та жінок – студентів закладів вищої освіти м. Львова у віці 17-25 років). Також була визначена підбірка соцмереж для поширення лінків з пропозицією для студентів пройти опитування: Телеграм, Інстаграм, Фейсбук.

На третьому етапі було здійснено збір даних. Четвертий етап передбачав перевірку отриманих показників діагностованих по різних шкалах усіх застосованих психологічних тестів на нормальність розподілу. Ця підготовча статистична обробка результатів давала змогу адекватно вибрати статистичні критерії подальшого аналізу даних.

Пятий етап нашого емпіричного дослідження включав у себе статистичну обробку одержаних результатів за допомогою кореляційного та порівняльного аналізу, виявлення наявних кореляцій та статистично значимих відмінностей, а також кластерний аналіз. Шостий етап містив інтерпретацію результатів статистичного аналізу та формування висновків дослідження.

Враховуючи, що більшість обраних нами тестових методик («Велика п'ятірка» Р. Мак-Крае та П. Кости, тест на визначення рівня стресу В.Ю. Щербатих, тест на визначення локусу контролю Дж. Роттера) є відомими та поширеними, вважаємо за доцільне, не зупиняючися на їх аналізі, детальніше описати Тест-опитувальник



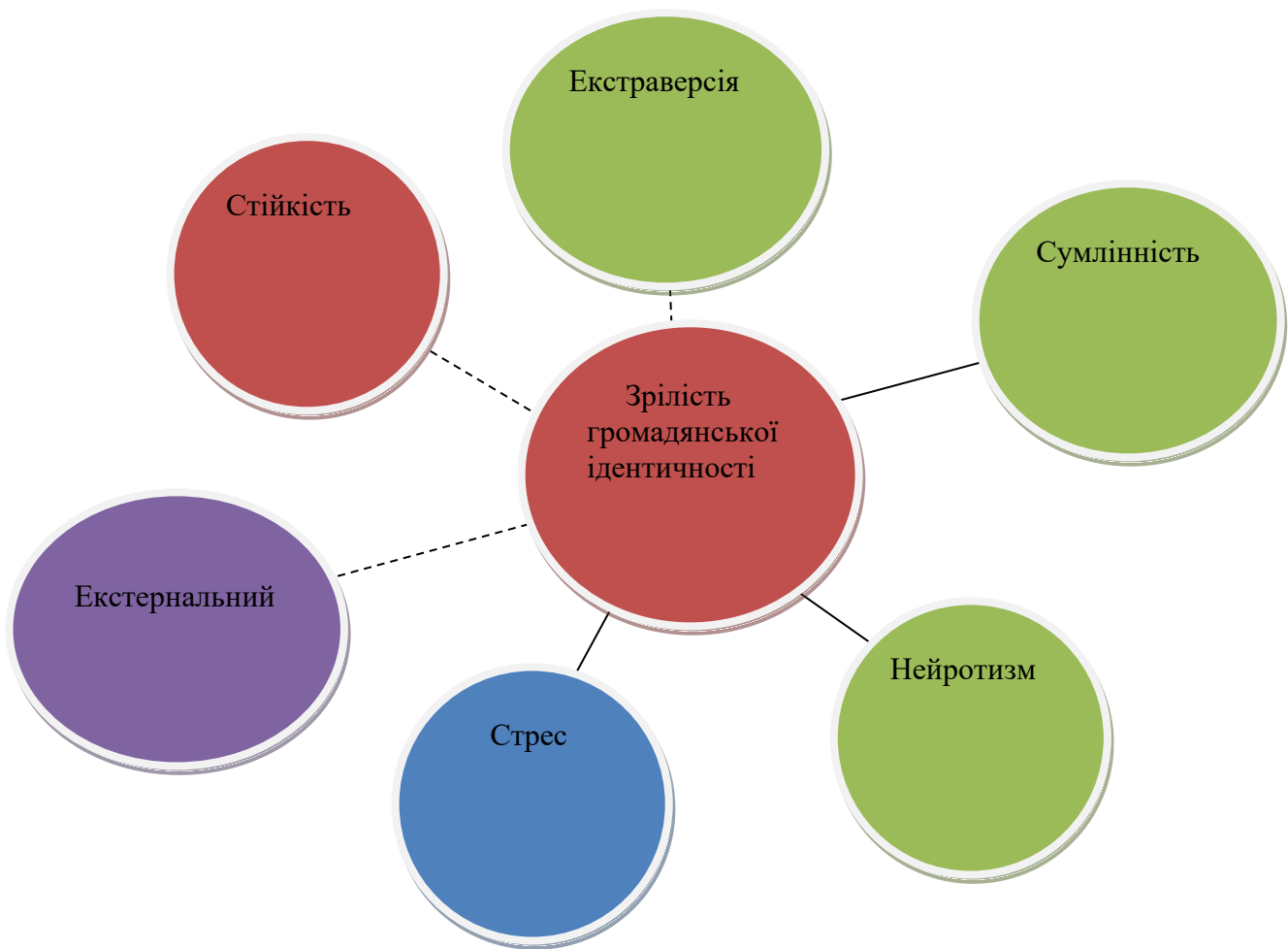
«Діагностика зрілості та типу громадянської ідентичності особистості» І.Р. Петровської.

Цей тест складається з тверджень та описів ситуацій, пов'язаних з громадянською ідентичністю та подій, за яких вона проявляється. Досліджуваному пропонують обрати той варіант відповіді із запропонованих, який на його думку є найбільш влучним. Методика містить шкали стійкості, суб'єктної орієнтації, концептуальності та інтегральний показник зрілості громадянської ідентичності і дозволяє визначити тип громадянської ідентичності досліджуваного. Оцінюється також міра репрезентованості у громадянській ідентичності інституціональної, спільнотної, індивідуально-рольової складової.

З метою визначення репрезентованості громадянської ідентичності серед інших ідентичностей особистості респондентам пропонується обрати із запропонованого переліку ідентичностей особистості (етнічної, професійної, статевої, регіональної, громадянської та ін.) найбільш значущі для самосприймання. Після цього шляхом рангування визначається пріоритетність кожної обраної характеристики та ієрархічне положення громадянської ідентичності в структурі інших ідентичностей.

Для оцінювання стійкості громадянської ідентичності в якості стимульного матеріалу використовуються так звані казуси – життєві ситуації, у яких наявні ситуації, що вимагають зміни громадянської ідентичності і альтернативи розв'язання. Шкала суб'єктної орієнтації встановлює готовність особистості бути джерелом активності у стосунках з державою, переживання себе суб'єктом або «маленьким гвинтиком великого механізму». Оцінювання концептуальності громадянської ідентичності передбачає фіксацію наявності – відсутності її деталізованості та відрефлексованості відносин особистості з державою (протилежним полюсом концептуальності громадянської ідентичності є її когнітивна простота, примітивність, схематизм).

**Обговорення результатів.** За допомогою кореляційного аналізу було виявлено, що велику кількість зв'язків з іншими шкалами утворює шкала зрілості громадянської ідентичності: з екстраверсією ( $r=-0,59$ ), сумлінністю ( $r=0,4$ ), нейротизмом ( $r=0,52$ ), рівнем стресу ( $r=0,53$ ), екстернальним локусом контролю ( $r=-0,35$ ) та стійкістю громадянської ідентичності ( $-0,31$ ).



**Рис. 1. Кореляційні зв'язки зрілості громадянської ідентичності з іншими показниками**

Найбільше числове значення має зв'язок шкали зрілості громадянської ідентичності з екстраверсією. Цей зв'язок є оберненим, що можна інтерпретувати так: дозріванню громадянської ідентичності сприяє більша орієнтація на власні переконання та цінності, ніж на переконання та цінності оточення, до яких тяжіє екстраверт. У швидкоплинній політичній ситуації екстраверти більше піддаються впливу чужих поглядів і переконань, оскільки більше потребують контактів, груп, соціального оточення. Хоч екстраверсія не означає конформізм, але бути в групах і не піддаватися їхньому впливу є майже неможливим. Більша залежність від соціуму та його думки не сприяє формуванню зрілої громадянської ідентичності.

Менш тісною є кореляція шкали зрілості громадянської ідентичності з рівнем стресу досліджуваного. Ця кореляція пряма, а отже зрілість громадянської ідентичності зумовлює або «супроводжує» високий рівень стресу. Можна також пояснити це

через необхідність для зрілого громадянина виявляти політичний нонконформізм, самостійність ухвалення громадянських рішень, визначеність політичної позиції (що є загалом стресогенним).

Зв'язок зрілості громадянської ідентичності з нейротизмом є прямим. Якщо прийняти попереднє пояснення і факт, що зрілість громадянської ідентичності часто передбачає переживання стресу, то цілком логічним виглядає виникнення нейротизму – емоційної нестабільності – у особистості.

Існує також кореляція між зрілістю громадянської ідентичності досліджуваного та його сумлінністю. Це пряма кореляція: у осіб з високою сумлінністю частіше спостерігається зріла громадянська ідентичність. Якщо розуміти сумлінність як совісність, відповідальність і внутрішню чесність, то це сприяє встановленню відповідальних і суб'єктних стосунків громадянина як з державою, так і зі співгромадянами.

Обернений зв'язок між зрілістю громадянської ідентичності та екстернальністю локусу контролю означає, що зріла громадянська ідентичність частіше зустрічається у людей з інтернальним – внутрішнім – локусом контролю. Ці люди приписують собі відповідальність за те, що відбувається у їх житті. Така позиція притаманна суб'єктній орієнтації в стосунках з державою – покладанню на власні сили, прагненню змінити щось у своїй державі, відмови від громадянської пасивності.

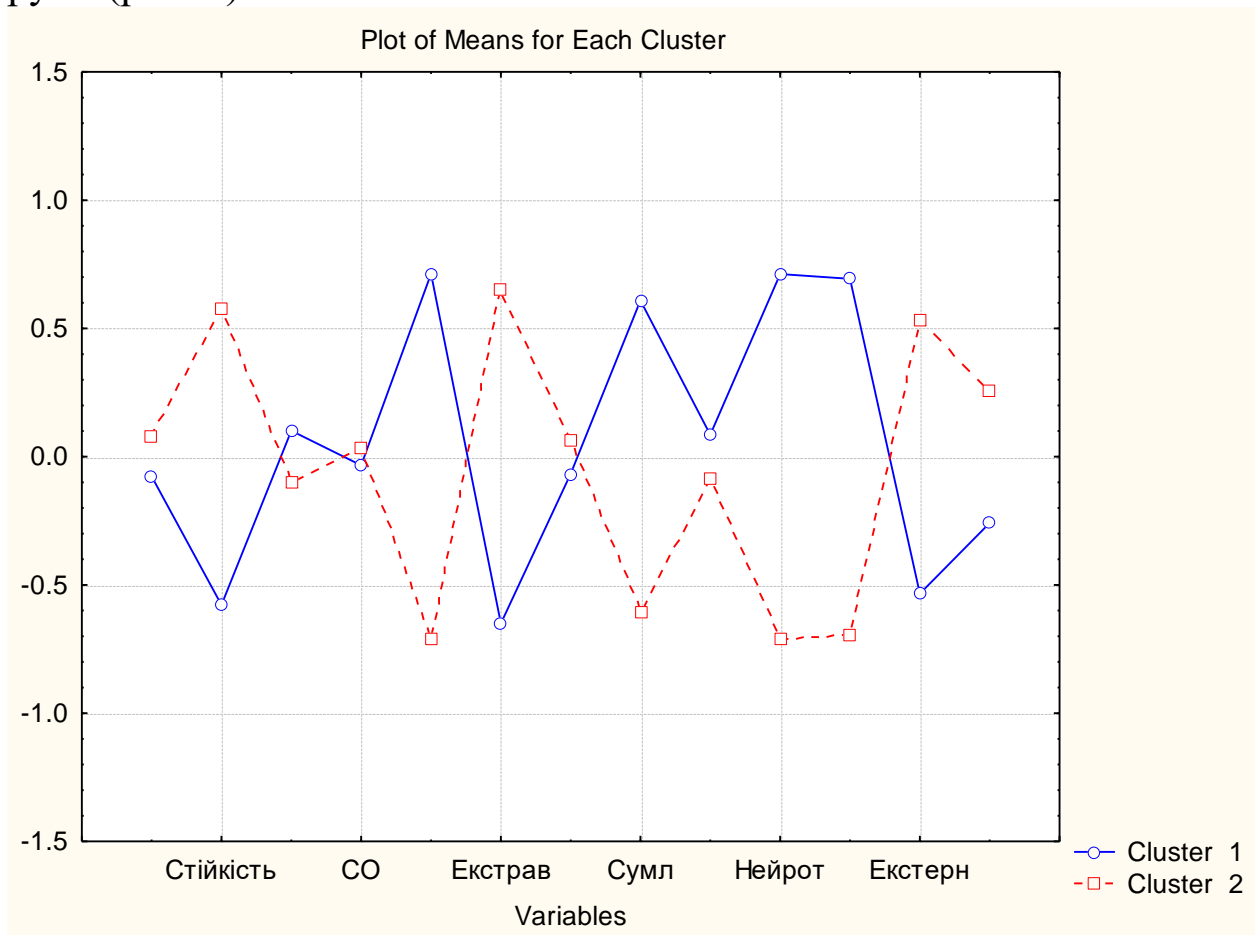
Ще одним параметром громадянської ідентичності, який утворив чимало кореляційних зв'язків з характеристиками особистості, стала стійкість громадянської ідентичності.

Виявлено кореляцію між рівнем стресу досліджуваного та стійкістю його громадянської ідентичності ( $r=-0,61$ ). Ця кореляція обернена, тож чим вищий рівень стресу досліджуваного, тим менш стійкою є його громадянська ідентичність. Як було зазначено вище, емоційна нестабільність не сприяє стійкості громадянської ідентичності людини, а оскільки причиною емоційної нестабільності може бути високий рівень стресу (в тому числі стресу військово-політичного характеру), то за таких умов стійкість громадянської ідентичності зменшується.

Нарешті, дослідження показало один дещо парадоксальний результат: наявність оберненого кореляційного зв'язку між стійкістю та зрілістю громадянської ідентичності. Хоч його значення є

невисоким (-0,31), слід також інтерпретувати його як певну тенденцію. Цей зв'язок свідчить, що зріла громадянська ідентичність не завжди є дуже стійкою. Це означає, що людина зі зрілою громадянською ідентичністю за певних умов може відмовитися від свого громадянства, переосмислити його, трансформувати його. Така людина не є завжди затятим прихильником своєї держави і може виявляти стосовно неї як лояльність та відданість, так і нелояльність. І така гнучкість необхідна для адаптації до політичних реалій (так, наприклад, українці з гіпотетично зрілою громадянською ідентичністю на референдумі 1994 року проголосували за вихід України з Радянського Союзу, тобто переосмислили свою попередню ідентичність).

На основі кластерного аналізу досліджувані поділилися на дві групи (рис. 2).



**Рис. 2. Розподіл на кластери за стійкістю громадянської ідентичності.**

Обидві групи схожі між собою за показниками концептуальності громадянської ідентичності, суб'єктної орієнтації, доброзичливості та відкритістю до нового досвіду (результати розподілилися по

широкому континууму значень). Водночас представникам першого кластеру притаманний низький рівень стійкості громадянської ідентичності, а представникам другого кластеру – високий.

Першій групі -- особам з низьким рівнем стійкості громадянської ідентичності – притаманний високий рівень зрілості громадянської ідентичності, низький рівень екстраверсії, високі показники сумлінності, нейротизму та стресу, а також низький рівень екстернальності локусу контролю. Представникам другого кластеру (з високим рівнем стійкості ГІ) притаманний низький рівень зрілості громадянської ідентичності, високий рівень екстраверсії, низькі показники сумлінності, нейротизму та стресу, а також високий рівень екстернальності локусу контролю.

Інтерпретуючи ці результати, можна дати «психологічний портрет» як особи з високим рівнем стійкості громадянської ідентичності, так і особи з низьким її рівнем. Парадоксальність результатів полягає в тому, що люди з високим рівнем стійкості громадянської ідентичності не завжди мають максимально зрілу громадянську ідентичність; цим особам притаманно також орієнтуватися на інших людей, бути відкритим для спілкування, приписувати зовнішнім причинам відповідальність за події свого життя; водночас їх характеризує емоційна стабільність і відносно низький рівень переживання стресу.

**Висновки та перспективи.** Громадянську ідентичність можна вважати різновидом організаційно-рольової ідентичності особистості, яка реалізується у дихотомії «особистість – держава» і забезпечує самототожність з громадянином держави і тяглясть уявлень про себе як громадянина.

Зрілість громадянської ідентичності пов'язана з такими особистісними параметрами, як: інтроверсія, сумлінність, нейротизм, високий рівень стресу, інтернальний локус контролю. Виявлено обернений зв'язок між стійкістю та зрілістю громадянської ідентичності, що означає: характерною рисою останньої є не фіксованість/ ригідність, а гнучкість. Особам з високим рівнем стійкості громадянської ідентичності притаманні: високий рівень екстраверсії, низькі показники сумлінності, нейротизму та стресу, а також високий рівень екстернальності локусу контролю.

Перспективою цих досліджень є їх реалізація на кількісно ширшій, різноманітнішій та більш репрезентативній вибірці, що дало б змогу уточнення і всебічного осмислення результатів.

**Література:**

1. Жадан, І. В. (2019а). Комунікативний потенціал розвитку громадянської компетентності студентської молоді. *Наукові студії із соціальної та політичної психології НАПН України*, 43 (46), 67-82. <http://sssppj.org/index.php/ssj/article/view/16/79>.
2. Жадан, І.В. (ред.) (2019b). *Механізми громадянської і національної самоідентифікації: трансформації комунікативних практик* : монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД. Взято з: <https://lib.iitta.gov.ua/721062/1/zhadanMon2019.pdf>
3. Кухарук, О. Ю. (2019). Суспільні трансформації та ідентичність українців у контексті теорії соціальної ідентичності. *Проблеми політичної психології*, 22 (1), 63–73. <http://dx.doi.org/10.33120/popp-vol22-year2019-34>
4. Лукасевич О. А. (2020). Проблема формування ідентичності особистості: сучасний контекст. *Проблеми сучасної психології*, 1 (17), 45–51. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2020-1-4>
5. Петровська, І.Р. (2023). *Психологія становлення громадянської ідентичності особистості*. Дис. ... докт. психол. наук із політичної психології : 19.00.11 / Інст. соціал. та політ. психології. Київ.
6. Петровська, І.Р. (2021). Розробка та апробація опитувальника «Діагностика зрілості та типу громадянської ідентичності особистості». *Проблеми політичної психології*, 24(1), 208–232. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol24-Year2021-76>
7. Соснюк, О. П., & Остапенко, І. В. (2017). Психосемантичні особливості національної та громадянської ідентичності студентської молоді. *Український психологічний журнал*, 2(4), 164–176.
8. Хазратова, Н. В. (2018а). Діагностика громадянської ідентичності: пошук інструментів вимірювання. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. Зб. наук. статей. 2 (12), 264-278.
9. Хазратова, Н. В. (2018b). Етнонаціональна і громадянська ідентичність: пошук емпіричних критеріїв. *Науковий вісник Миколаївського національного університету ім.. В.О. Сухомлинського*, 1 (19), 143- 150.
10. Corfield, P. (2021). Being Assessed as a Whole Person: A Critique of Identity Politics. *Academia Letters*, Article 101. <https://doi.org/10.20935/AL101>
11. Onuch, O., Hale, H.E. & Sasse, G. (2018). Studying identity in Ukraine, *Post-Soviet Affairs*, 34(2-3), 79–83. <https://doi.org/10.1080/1060586X.2018.1451241>
12. Petrovska, I. (2019а). Civic identity development: ontogenetic aspect. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 2 (9), 29-43. <http://dx.doi.org/10.21277/sw.v2i9.423>
13. Petrovska, I. (2019b). Peculiarities of various types of civic identity. *Journal of Education Culture and Society*, 10 (2), 43-54. <https://doi.org/10.15503/jecs20192.43.54>
14. Petrovska, I. (2021). Psychological Model of Civic Identity Formation. *Journal of Education Culture and Society*, 12 (2). 167-178 <https://doi.org/10.15503/jecs2021.2.167.178>

15. Petrovska, I. (2023). Typology of Civic Identity. *Current Issues in Personality Psychology*, 11(2), 150-161. <https://doi.org/10.5114/cipp.2022.116324>

16. Wilson, A. (2023). Ukraine at war: Baseline identity and social construction. *Nations and Nationalism*, 1–10. <https://doi.org/10.1111/nana.12986>

## References

1. Zhadan, I.V. (2019). Sotsialno-psykhologichna model hromadianskoi kompetentnosti. [Social and psychological model of civic competence] *Problemy politychnoi psykholohii – Scientific studies in social and political psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine*, 8(22), 7–21. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol22-Year2019-25> [in Ukrainian].

2. Zhadan, I.V. (red.) (2019). *Mekhanizmy hromadianskoi i natsionalnoi samoidentyfikatsii: transformatsii komunikatyvnykh praktyk : monohrafiia*. [Mechanisms of civic and national self-identification: transformations of communicative practices]. Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/721062/1/zhadanMon2019.pdf> [in Ukrainian].

3. Kukharuk, O. Y. (2019). Suspilni transformatsii ta identychnist ukraintsev u konteksti teorii sotsialnoi identychnosti [Public Transformations and Ukrainians' Identity through Social Identification Theory]. *Problemy politychnoi psykholohii – Problems of Political Psychology*, 22 (1), 63–73. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol22-Year2019-34> [in Ukrainian].

4. Lukasevich, O. A. (2020). Problema formuvannia identychnosti osobystosti: suchasnyi kontekst [Problem of Personality Identity Formation: Contemporary Context]. *Problems of Modern Psychology*, 1 (17), 45–51. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2020-1-4> [in Ukrainian].

5. Petrovska, I. R. (2023). Psykhologhiia stanovlennia hromadianskoi identychnosti osobystosti. [Psychology of formation of civic identity of personality]. *Doctor's thesis*. Kyiv: Inst. sotsial. ta polit. Psykhologhii.

6. Petrovska, I.R. (2021). Rozrobka ta aprobatsiia opytuvalnyka «Diahnostyka zrilosti ta typu hromadianskoi identychnosti osobystosti». [Development and testing of the questionnaire “Diagnosis of maturity and type of civic identity of the individual”]. *Problemy politychnoi psykholohii – Problems of Political Psychology*, 24(1), 208–232. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol24-Year2021-76>. [in Ukrainian].

7. Sosniuk, O. P., & Ostapenko, I. V. (2017). Psykhosemantychni osoblyvosti nacionaljnoji ta ghromadjanskoji identychnosti studentskoji molodi. [Psychosemantic features of student youth's national and civic identity]. *Ukrayinskyi psykholohichnyi zhurnal – Ukrainian Psychological Journal*, 2 (4), 164–176. [in Ukrainian].

8. Khazratova, N. V. (2018). Diahnostyka hromadianskoi identychnosti: poshuk instrumentiv vymiriuvannia. [Assessment of civic identity: the search of measurement instruments]. *Psykhologhichni nauky – Psychological sciences: problems and achievements*, 2 (12), 264-278. [in Ukrainian].

9. Khazratova, N. V. (2018). Etnonatsionalna i hromadianska identychnist: poshuk empirychnykh kryteriiv [Ethnonational and civic identity: the search for empirical criteria]. *Naukovyi visnyk Mykolaivskoho natsionalnoho universytetu im. V.O. Sukhomlynskoho – Scientific Bulletin of Mykolaiv National University named after V.O. Sukhomlynskyi*, 1 (19), 143- 150. [in Ukrainian].

10. Corfield, P. (2021). Being Assessed as a Whole Person: A Critique of Identity Politics. *Academia Letters*, Article 101. <https://doi.org/10.20935/AL101>
11. Onuch, O., Hale, H.E. & Sasse, G. (2018). Studying identity in Ukraine, *Post-Soviet Affairs*, 34(2-3), 79–83. <https://doi.org/10.1080/1060586X.2018.1451241>
12. Petrovska, I. (2019a). Civic identity development: ontogenetic aspect. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 2 (9), 29-43. <http://dx.doi.org/10.21277/sw.v2i9.423>
13. Petrovska, I. (2019b). Peculiarities of various types of civic identity. *Journal of Education Culture and Society*, 10 (2), 43-54. <https://doi.org/10.15503/jecs20192.43.54>
14. Petrovska, I. (2021). Psychological Model of Civic Identity Formation. *Journal of Education Culture and Society*, 12 (2). 167-178 <https://doi.org/10.15503/jecs2021.2.167.178>
15. Petrovska, I. (2023). Typology of Civic Identity. *Current Issues in Personality Psychology*, 11(2), 150-161. <https://doi.org/10.5114/cipp.2022.116324>
16. Wilson, A. (2023). Ukraine at war: Baseline identity and social construction. *Nations and Nationalism*, 1–10. <https://doi.org/10.1111/nana.12986>

Received: 13.05.2024

Accepted: 30.05.2024



## ПАМ'ЯТКА АВТОРОВІ

«Психологічні перспективи» ISSN 2227-1376 (Print); ISSN 2308-3743 (Online) – рецензований періодичний науковий часопис, уключений до міжнародних наукометричних баз, а також до затвердженого МОН переліку наукових фахових видань України, у яких можуть друкуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора чи кандидата психологічних наук.

### **Вимоги до оригіналів статей, поданих до наукового часопису «Психологічні перспективи»**

Стаття повинна відповідати тематиці журналу й сучасному стану науки, мати актуальність, не бути опублікованою раніше чи поданою до публікації в інших наукових журналах України та світу. Автор праці відповідає за достовірність і вірогідність викладеного матеріалу, відсутність плагіату й коректність висновків, правильне цитування наукових джерел і покликання на них.

Матеріал розглядають редакційна колегія відповідного розділу журналу, а також два анонімні рецензенти. Після схвального відгуку з їхнього боку редакція приймає остаточне рішення про публікацію статті, про що повідомлятиметься авторові.

Під час подання рукопису до журналу автори повинні підтвердити його відповідність всім встановленим вимогам, вказаним нижче. В разі виявлення невідповідності поданої роботи пунктам цих вимог редакція повертатиме авторам матеріали на доопрацювання.

- ✓ Ця стаття раніше не була опублікована і не надсилалася до розгляду редакціям інших журналів (або у коментарях для редактора нижче дані необхідні пояснення).
- ✓ Файл статті є документом у форматі Microsoft Word.
- ✓ Текст відповідає вимогам до стилістики та бібліографії, викладеним у Керівництві для авторів розділу «Про журнал».

**Повний обсяг статті** разом із двома анотаціями – мінімум 12 – максимум 20 сторінок.

Формат А-4, відстань між рядками – 1,5 інтервали, кегль 14, гарнітура

Times New Roman; поля: ліворуч, угорі, внизу – 2,5 см, праворуч – 1 см; абзац – 1,25 см; сторінки статті мають бути пронумеровані; не використовувати переносів; таблиці, рисунки, малюнки повинні мати нумерацію й назву.

### **Структура статті:**

1) УДК, рядком нижче – назва статті (великими літерами) ;

2) прізвище, ініціали автора чи авторів (не більше двох осіб), рядком нижче – організація, місто, країна, електронна адреса автора (якщо два автора – дві електронні адреси та ін.); код ORCID ID. Якщо автор не зареєстрований в ORCID, потрібно обов'язково створити обліковий запис за посиланням <http://orcid.org/>;

3) анотація українською мовою, 1800 знаків без пробілів (250–300 слів) та ключові слова (5–7 слів), жодне з яких не дублює назву статті (10 кегль); обов'язковою є така структура анотації: **Мета, Методи, Результати та Висновки.**

4) прізвище ім'я автора та назва статті англійською мовою (10 кегль);

5) анотація англійською мовою. 1800 знаків без пробілів (250–300 слів) та ключові слова (5–7 слів), жодне з яких не дублює назву статті (10 кегль); обов'язковою є така структура анотації: **Purpose, Methods, Results, Conclusions;**

6) обов'язкові структурні елементи тексту статті:

**вступ (актуальність, мета та завдання статті);**

**методи та процедура дослідження;**

**обговорення результатів;**

**висновки й перспективи.**

7) література оформлюється згідно зі стандартом **APA** (на кожен позицію має бути посилання в статті). Обов'язковим є науковий огляд публікацій за останні 5–7 років. Мінімальна кількість цитованих джерел – 15 для емпіричних статей, для теоретичних – 25;

8) **References** оформляється згідно зі стандартом **APA**;

9) за необхідності – примітки, джерела ілюстративного матеріалу, список нестандартних скорочень.

формлюються два списки літератури:

1. Література (*вирівнювання по центру*) оформляється згідно зі стандартом **APA**

2. **References** (*вирівнювання по центру*) оформляється відповідно до стандарту **APA**. Для транслітерації з української мови можна скористатися

сервісом <http://ukrlit.org/transliteratsiia>.

*Приклади оформлення літератури (за стилем АРА)*

*Журнали:*

Ahutina, T. V., Zasykina, K. V. & Romanova, A. A. (2009). Kak deti 5–7 let peredajut smysl kartinki: nejrolingvisticheskoe issledovanie [How children 5–7 years transmit the meaning of the picture: neurolinguistic research]. *Psicholingvistika – Psycholinguistics*, 4, 10–20 [in Ukrainian].

Бурдейна, М. В. (2018). Використання нових медіа в релігійній комунікації. *Обрії друкарства*, 1 (6), 49–57.

*Книги:*

Kuranova, S. I. (1999). *Osnovy psicholingvistyky [Fundamentals of psycholinguistics]*. Kyiv: ВС «Академія» [in Ukrainian].

Лавриш, Ю. (2017). Церква у нових медіях України: проблеми і пріоритети комунікації: монографія. Львів.

*Матеріали конференції:*

Milinchuk, V. I. (2015). Psicholingvistychni osoblyvosti ekspresyvnoi dyslalii v ditej [Psycholinguistic features of expressive dyslalia in children]. Proceedings from International Scientific Conference '15: *X Mizhnarodna naukovo-praktychna konferenciia [Psycholingvistyka v suchasnomu sviti – 2015] – The Xth International Scientific Conference «Psycholinguistics in a Modern World – 2015»*, 76–77. Pereyaslav-Khmelnytskyi [in Ukrainian].

На кожен позицію в списку літератури має бути посилання в тексті статті.

Цитування та внутрішньотекстове посилання на літературні джерела здійснюються за стилем АРА, наприклад (Петренко, 2008); якщо зазначається сторінка джерела, то вона подається через двокрапку, наприклад (Петренко, 2008: 125).

Не допускається перерахування прізвищ науковців! У статті обов'язково мають бути посилання на іншомовні джерела (як мінімум 30 %).

2) відомості про автора надати редколегії, заповнивши форму, подану нижче.

## ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

Назва статті \_\_\_\_\_

Прізвище, ім'я, по батькові, науковий ступінь та вчене звання, посада автора (-ів) (українською та англійською мовами) \_\_\_\_\_

ORCID (цифровий ідентифікатор автора. Отримати свій унікальний ідентифікатор ORCID можна, зареєструвавшись

<https://orcid.org/register>) \_\_\_\_\_

Місце роботи, навчання, поштова адреса, індекс, службовий телефон (установи чи організації) (українською та англійською мовами)

---

Поштова адреса Нової пошти, № відділення, на яке редколегія надсилає друкований примірник журналу \_\_\_\_\_

Для публікації статті в журналі на адресу редакції [psyprojournal@gmail.com](mailto:psyprojournal@gmail.com) потрібно надіслати: 1) прізвище\_стаття.doc; 2) прізвище\_відомості про автора.doc; 3) прізвище\_квитанція-оплата.jpeg (після позитивного рішення редакції). Інформацію щодо реквізитів оплати автор отримує на електронну адресу в разі позитивного рішення редколегії журналу та успішного проходження перевірки на антиплагіат.

Оригінальні версії статей публікуватимуться у відкритому доступі на сайті журналу <http://psychoprospects.vnu.edu.ua>

## **GUIDELINES FOR AUTHORS**

Psychological Prospects ISSN 2227-1376 (Print); ISSN 2308-3743 (Online) is a peer-reviewed scholarly periodical indexed and listed in international databases in the field of social sciences, approved by the Ministry of Education and Science as a specialized journal where the results of the theses for obtaining the degrees of Doctor and Candidate of psychological sciences can be published.

The editorial board of Psychological Prospects Journal invites you to send your paper for publishing in the Journal. The editorial board will review the papers and inform the author(s) about any decision. The editorial board will be responsible for the publication reserving the right of requesting the author(s) for modifications.

As part of the submission process, authors are required to check off their submission's compliance with all of the following items, and submissions may be returned to authors that do not adhere to these guidelines.

- ✓ This article has never been published and submitted to the Editorial board of other journals for reviewing (or the necessary data have to be explained in the comments to the editor).
- ✓ The submission file is a Microsoft Word document.
- ✓ If the paper is submitted to the peer-reviewed journal section, the instructions of Guarantees for Blind Peer Review are followed, when the file is formatted.

Only original (never published before or submitted to any other journal for reviewing) papers in Ukrainian and English are accepted. The originals must meet the following requirements:

### **FORMAT/LENGTH**

The original must be in version similar or higher than Word 97. The recommended length is 12 pages (max 3,000 words) including references, printed on A4 paper format, with 2,5 cm for upper, lower and left margins, 1 cm for right margins, observing 1,5 space between lines and with Times new roman font type, with a14 point body.

### **TITLE-AUTHOR'S IDENTIFICATION**

The first page must include author(s) name and affiliation, e-mail; ORCID ID code. If the author doesn't have an account in ORCID it is obligatory to log in at <http://orcid.org/>; It should be written in bold, centered, times new roman, 14 point body.

## ABSTRACT/KEY WORDS

Each paper should include brief abstracts in Ukrainian, Russian and English which should contain 250–300 words volume is 1800 symbols without spaces preceded by the author's family and given names, title of the article (in the respective language). The three abstracts should be written in italics with a 10 point body. The following structure is necessary for abstract: **Purpose, Methods, Results and Conclusions**. The abstract should include 5–10 key words or words combinations, and none of them can repeat article's title.

## TEXT

Quotations in the text should be as follows: According to Gilberg, Warr (Gilberg, 2017), while (Gilberg, 2017: 76–78) means number of page with quotation. Comments and notes should be included in footnotes. Any examples should be numbered consecutively with Arabic numerals. The article should contain the following parts: introduction; methods; results and discussion; conclusions.

## REFERENCES

References should come at the end of the paper. They should be written according to the APA norms with a 14 point body and in alphabetic order. The Ukrainian and Russian references should be written originally, then transcribed in Latin italicized letters and translated below, e.g.

To transliterate from Ukrainian, you can use the service <http://ukrlit.org/transliteratsiia>.

1. Ahutina, T. V., Zasyrkina, K. V. & Romanova, A. A. (2009). Kak deti 5–7 let peredajut smysl kartinki: nejrolingvisticheskoe issledovanie [How children 5–7 years transmit the meaning of the picture: neurolinguistic research]. *Psiholingvistika – Psycholinguistics*, 4, 10–20 [in Ukrainian].

2. Kuranova, S. I. (1999). *Osnovy psiholingvistyky [Fundamentals of psycholinguistics]*. Kyiv: VC «Akademija» [in Ukrainian].

For the editorial board must be filed:

1) An article file and additional image files (E-mail: psyprojournal@gmail.com); in Windows format, version of MS Word; for illustrations – JPG format, resolution – 300 dpi;

2) Information about the author: surname, name, patronymic; academic rank, position, place of work (institution, division) of the author; address; Email; phone.

### **Author's Information**

Title of the article \_\_\_\_\_

Last, first and middle name, scientific degree and academic title, author's position (*in Ukrainian and English*)

Place of work, study, postal address, index, office phone number (of the establishment or organization) (*in Ukrainian and English*)

---

Postal address of the New Post Office, №, where the Editorial board sends the issue \_\_\_\_\_

Phone \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_

### **Files should be named after the author's surname:**

- 1) Ivanenko \_ article.doc;
- 2) Ivanenko \_ information about the author.doc;
- 3) Ivanenko \_ payment (scanned document) (after a positive decision of the editor).

All papers will be published in open access on the Journal site:  
<http://psychopropects.vnu.edu.ua>

Наукове видання

**ПСИХОЛОГІЧНІ ПЕРСПЕКТИВИ**  
**PSYCHOLOGICAL PROSPECTS**

ВИПУСК 43

ISSUE 43

*Редактор і коректор: Н.С. Коструба*

Формат 60×84<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Обсяг 14,41 ум. друк. арк., 13,87 обл.-вид. арк. Наклад 100 пр. Зам. 110.

Редакція і видавець – Волинський національний університет імені Лесі Українки  
(43025, Луцьк, просп. Волі, 13).

Виготовлювач – Вежа-Друк (м. Луцьк, вул. Шопена, 12, тел. 29-90-65).

Свідоцтво Держ. комітету телебачення та радіомовлення України

ДК № 4607 від 30.08.2013 р.