ISSN 2225-7756

ЛЮДИНА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

УДК 159.9:316.6:502/504
DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-05

О.В. ПАВЛЕНКО **(Павленко Оксана Володимирівна)**
кандидат психологічних наук, науковий співробітник
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України
Email: oksanapav.11@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-1263-4989

ЕКОЛОГІЧНІСТЬ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН ДОРОСЛИХ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті здійснено теоретичне обґрунтування проблеми екологічності міжособистісних відносин дорослих в умовах повномасштабної війни в Україні. Показано, що війна, зумовлюючи підвищення рівня стресу, тривожності, невизначеності та накопичення травматичного досвіду, суттєво впливає на якість міжособистісної взаємодії. Водночас конструктивні взаємини виступають важливим ресурсом зниження психологічного напруження та відновлення після травматичних подій. Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні сутності екологічності міжособистісних взаємин та визначенні їх ключових параметрів в умовах війни. Методи дослідження включають теоретичний аналіз наукових підходів, узагальнення сучасних психологічних концепцій та моделювання структури екологічного простору міжособистісних взаємин. У результаті дослідження у межах екологічного підходу уточнено зміст поняття «екологічні міжособистісні взаємини», які визначено як такі, що забезпечують безпечну емоційну близькість, взаємну підтримку, збереження психічного здоров'я та суб'єктивного благополуччя, а також сприяють стійкості системи стосунків в умовах тривалого стресу. Виокремлено ключові параметри екологічного простору міжособистісних взаємин: суб'єктність (відповідальність у взаєминах і прийняття іншого), а також характеристики взаємодії — довіра, підтримка та ненасильницьке спілкування. Розроблено та апробовано діагностичний інструментарій для оцінювання рівня екологічності міжособистісного простору. Результати пілотного дослідження підтверджують його доцільність для використання у психологічній практиці, зокрема у програмах підтримки дорослих в умовах війни.
Ключові слова: *міжособистісні відносини, екологічний підхід, війна, психологічне здоров'я, суб'єктність, благополуччя*

Актуальність. Повномасштабна війна, що триває в Україні, зумовлює глибокі трансформації не лише соціально-економічних умов життя, але й безпосередньо впливає на психологічне функціонування особистості, зокрема і на її міжособистісні взаємини. Хронічний стрес, невизначеність, втрати, вимушене переміщення та інші наслідки воєнних дій призводять до підвищення рівня психоемоційного напруження, що безпосередньо впливає на якість взаємодії між людьми. У сучасних дослідженнях у галузі психології травми та кризових станів наголошується, що в умовах тривалого стресу знижується рівень довіри, ускладнюються процеси емоційної регуляції, зростає конфліктність і водночас підвищується потреба у соціальній підтримці як базовому ресурсі виживання та адаптації.

У цих умовах міжособистісні взаємини дорослих постають не лише як сфера приватного життя, але й як важливий психологічний ресурс збереження психічного здоров'я та соціальної стабільності як окремої людини, так і суспільства в цілому. Водночас на практиці спостерігається суперечність: з одного боку, зростає потреба у підтримці, довірі та взаєморозумінні, з іншого — зростає кількість деструктивних форм взаємодії, що проявляються у підвищеній агресивності, емоційній відчуженості, порушенні психологічних меж та формуванні залежних або травматичних зв'язків.

Актуальність проблеми також обумовлюється недостатньою розробленістю у вітчизняній та зарубіжній психології прикладних технологій роботи із зазначеною проблематикою в умовах довготривалої війни, та визначенням критеріїв якості міжособистісних взаємин у кризових умовах. Хоча у межах екологічної психології сформовано теоретичні засади розгляду взаємодії людини із середовищем як системного процесу, питання перенесення цих підходів на рівень міжособистісної взаємодії, особливо в умовах війни, залишається недостатньо дослідженим.

У зв'язку з цим особливої значущості набуває розробка концепції екологічності міжособистісних взаємин дорослих як такої, що дозволяє інтегрувати уявлення про психологічну безпеку, суб'єктність, взаємну відповідальність та ресурсність взаємодії. Екологічні взаємини можуть розглядатися як такі, що не лише мінімізують деструктивний вплив травматичних чинників війни, але й створюють умови для відновлення, підтримки та розвитку особистості.

Отже, необхідність теоретичного обґрунтування та емпіричного дослідження засад екологічності міжособистісних взаємин дорослих в умовах війни визначається як актуальними соціальними викликами, так і потребами психологічної науки і практики, спрямованими на збереження психічного здоров'я та підвищення якості життя населення.

Мета статті – теоретично обґрунтувати засади екологічності міжособистісних взаємин дорослих в умовах війни, скласти модель екологічних

Як цитувати: Павленко, О.В. (2026). Екологічність міжособистісних відносин дорослих в умовах війни. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія», (80)*, 41-46. https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-05
In cites: Pavlenko, O. (2026). Interpersonal Relationships Ecological Quality in Adults at Wartime. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology, (80)*, 41-46. https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-05 (in Ukrainian)
© Павленко, О.В., 2026; CC BY 4.0 license

міжособистісних взаємин та запропонувати методику діагностики рівня екологічності міжособистісних взаємин.

Теоретико-методологічні засади. Слід зазначити, що наша робота будується на сучасній українській теоретико-методологічній школі видатного науковця сучасності Ю.М. Швалба в рамках екологічної психології. У роботах українських дослідників цієї школи окреслені теоретичні підвалини еколого-орієнтованої життєдіяльності, що можна адаптувати для міжособистісного рівня. В цілому ми можемо узагальнити ці концепції як відмову від антропоцентризму та підтримання балансу між вкладом особистості в середовище й тим, що особистість отримує з цього середовища.

За результатами розробок лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України екологічним є те, що дозволяє у конкретних обставинах місця та часу, у певних природніх, соціальних, культурних та матеріальних умовах забезпечити максимальну якість життя як конкретного індивіда, так і суспільства (Швалб та ін., 2024). З точки зору цього підходу екологічною буде така взаємодія, яка створює двосторонні умови для розвитку всіх значущих компонентів системи. Тобто найвищим рівнем екологічності буде така діяльність/взаємодія людини, яка не тільки спрямована на відновлення власної життєдіяльності, а й сприяє найкращому розвитку середовища/інших і саме через це створює середовище спільного благополуччя та розвитку (Швалб та ін., 2021).

В світовій психології на даний момент також публікується велика кількість досліджень, що відповідає основним засадам даної концепції. Так існує багато досліджень щодо впливу війни на міжособистісні стосунки особистості. Зокрема у дослідженні про ментальне здоров'я українців під час війни (Predko et al., 2023) проаналізовано психологічний стан населення в умовах війни та встановлено, що підвищений рівень стресу, тривожності та невизначеності суттєво впливає на якість соціальних взаємодій. Автори підкреслюють, що резильєнтність виступає ключовим медіатором між травматичним досвідом та здатністю підтримувати стабільні міжособистісні зв'язки. Отримані результати підтверджують, що збереження психологічних ресурсів є необхідною умовою екологічності взаємин у кризових умовах.

В інших сучасних дослідженнях доведено, що травматичний досвід суттєво впливає на сприйняття інших у процесі міжособистісної взаємодії, підвищуючи рівень негативних атрибуцій, відчуття відторгнення та провини (Dowgwillo et al., 2024). Це підтверджує, що досвід травми змінює базові параметри міжособистісних взаємин, зокрема довіру та емоційну близькість.

Також показано, що соціальна підтримка є одним із ключових факторів психологічної стійкості в умовах криз (Wang et al., 2021). Дослідження демонструє, що якісні міжособистісні взаємини сприяють зниженню рівня стресу та відіграють важливу роль у процесах відновлення після травматичних подій. Обґрунтовано, що травматичний досвід суттєво впливає на формування моделей прив'язаності у дорослому віці, які визначають характер міжособистісних взаємин. Зокрема, небезпечні типи прив'язаності асоціюються з труднощами у встановленні довіри, емоційної близькості та підтримки, що ускладнює формування стабільних взаємин (Steele, 2020). Це дозволяє розглядати екологічність міжособистісних взаємин як таку, що передбачає здатність до безпечної емоційної близькості та взаємної підтримки.

Також слід зазначити, що в межах сучасних підходів до психології конфлікту, зокрема в рамках психології миру (Christie et al., 2001), підкреслюється значення ненасильницького спілкування як інструменту трансформації міжособистісних конфліктів. Ефективна комунікація розглядається як така, що передбачає орієнтацію на потреби сторін, розвиток емоційної регуляції та пошук взаємоприйнятних рішень.

В дослідженні Карамушки Л.М. (2022) психічне здоров'я розглядається як багатовимірна система, що включає емоційну стабільність, стресостійкість, ефективність діяльності та здатність до побудови й підтримання соціальних контактів. Особливу увагу у роботі приділено ролі міжособистісної взаємодії як ключового ресурсу збереження психічного здоров'я. Зокрема, підкреслюється, що в умовах війни здатність встановлювати та підтримувати соціальні зв'язки виступає важливим фактором подолання стресу та забезпечення психологічної стабільності.

У дослідженнях Харківського національного університету підкреслюється значущість міжособистісної взаємодії як чинника психологічної адаптації та благополуччя особистості. Результати аналізу засвідчили, що адаптивні копінг-стратегії та сприйнята соціальна підтримка є значущими предикторами життєстійкості, незалежно від регіону проживання чи статусу ВПО (Швалб А. та ін., 2025).

Слід зазначити, що сучасні дослідження підкреслюють, що суб'єктність є базовою умовою екологічних міжособистісних відносин, оскільки її порушення призводить до деформації взаємодії та втрати здатності до автентичної участі у відносинах (Horowski, 2021). Емпіричні дослідження демонструють, що відчуття міжособистісної відповідальності виступає медіатором формування довіри між людьми, підсилюючи стабільність і якість взаємин (Li et al., 2023).

У свою чергу, відповідальність постає як внутрішньо переживане зобов'язання діяти щодо іншого та підтримувати якість взаємин, виступаючи важливим механізмом реалізації суб'єктності (Jønsson & Fasano, 2025). Емпіричні дані свідчать, що міжособистісна відповідальність безпосередньо пов'язана з формуванням довіри та стабільністю відносин (Zhao et al., 2023), а також з моральною регуляцією поведінки через переживання провини та турботи про іншого (Leonardi et al., 2022). Водночас рефлексивна суб'єктність створює підґрунтя для про-соціальної поведінки та взаємної підтримки у взаєминах (Mangone, 2021). Це дозволяє розглядати поєднання суб'єктності та відповідальності як базові індикатори їх екологічності.

Кожне з наведених досліджень підтверджує доцільність розгляду екологічності міжособистісних взаємин як важливого фактору психологічної стійкості в кризових умовах. Проте питання побудови екологічних

міжособистісних взаємин дорослих в умовах війни залишається відкритим.

Основна частина. Виходячи з зазначених джерел екологічними міжособистісними взаєминами є такі взаємини, де особистість здатна відбудовувати та підтримувати взаємодії, що сприяють суб'єктивному благополуччю особистості, дозволяють мінімізувати руйнівний вплив війни, сприяють усвідомленню та актуалізації ресурсів учасників і сприяють довготривалій стійкості системи стосунків.

Тобто факторами які беруть участь у міжособистісних стосунках є:

Суб'єкт та простір взаємодії. Які відображаються в нашому дослідженні в шкалі суб'єктності та шкалі інтернальності. Причому за шкалою суб'єктності особистість оцінює як себе так і іншого/інших учасників міжособистісних взаємодій. А за шкалою інтернальності визначається спрямованість самого акту взаємин, і вони можуть бути направлені як на себе так і на інших.

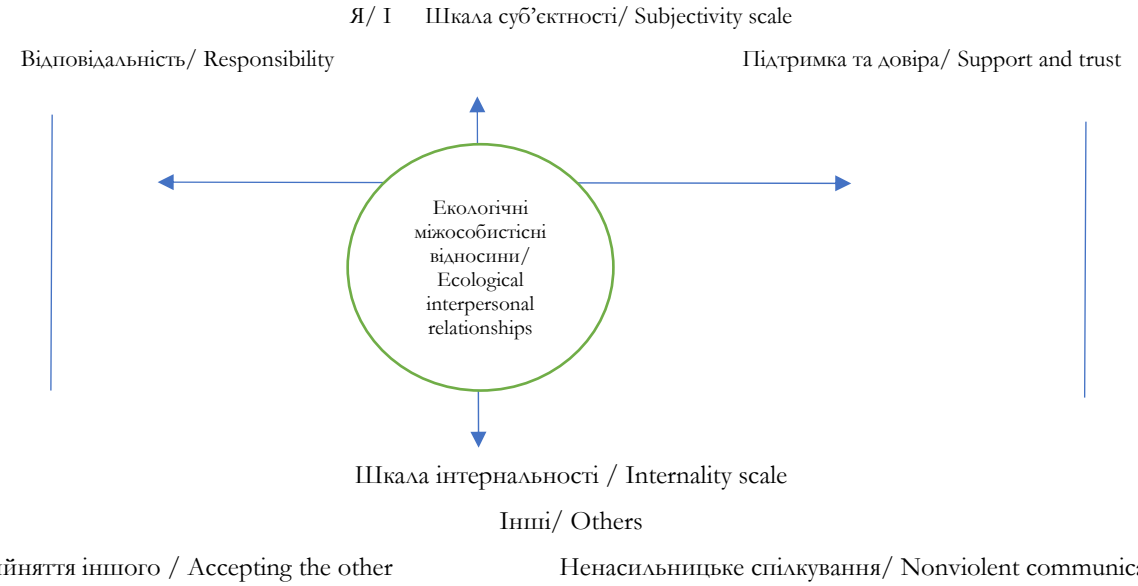

Рисунок 2. Структура екологічних міжособистісних взаємин/ Figure 2. Structure of ecological interpersonal relationships

Виходячи з наведеного рисунку компонентами екологічних міжособистісних стосунків є :

- Суб'єктність особистості – відповідальність;
- Прийняття суб'єктності іншого – прийняття іншого;
- Побудова комфортного простору – довіра і підтримка;
- Відсутність конфліктності – ненасильницьке спілкування.

Таким чином наведена модель не тільки базується на принципах екологічної психології, але й об'єднує в собі всі ті фактори міжособистісних відносин в умовах війни, на які наголошують як світові так і українські сучасні дослідники. Тобто наявність цих 4 компонентів, а саме відповідальності у відносинах, прийняття іншого, наявністі простору підтрики і довіри вибудованого засобами ненасильницького спілкування можна вважати індикатором наявності екологічності в міжособистісних стосунках. І відповідно, їх відсутність – показником не екологічності міжособистісних взаємин.

На підставі даної структурної моделі нами був розроблений опитувальник екологічності міжособистісних взаємин. Цей опитувальник містить 4 шкали, що відображені у – 24 твердженнях, що відповідають основним параметрам моделі: суб'єктність особистості у взаємодії, прийняття суб'єктності іншого, підтримка та довіра та ненасильницьке спілкування. Кожна шкала включає висловлювання, що відображають і інтернальні фактори (ставлення до взаємодії), і екстернальні (безпосередньо акти взаємодії).

Респондентам пропонується оцінити, наскільки кожне твердження відповідає реальному стану в його міжособистісному середовищі, за п'ятибальною шкалою: від «зовсім не відповідає» до «повністю відповідає». За аналізом результатів опитування фахівець визначає як загальний рівень екологічності міжособистісних відносин особистості, так і відповідність результатів кожної шкали параметру екологічності.

Задля перевірки достовірності запропонованого опитувальника нами було проведено пілотажне дослідження. Загальна кількість респондентів, що прийняли участь у нашому дослідженні – 61 особа дорослого віку. Серед яких 52 жінок 85% та 9 чоловіків 15%, такий розподіл можна пояснити доступною на даний момент для дослідження аудиторією. При цьому 64% респондентів мають вищу освіту, 20% - неповну вищу, та по 8% респондентів мають середню та середню спеціальну освіту. За соціальним статусом більшість опитуваних є працюючими – 43%, студенти – 39%, самозайняті – 12%, пенсіонери – 3%, безробітні та домогосподарці – по 1,5%. За місцем проживання, 41% вибірки проживають у місці постійного проживання, 23% мають прихисток в інших країнах, 21% проживають у місці тимчасового проживання та 15% мають статус ВПО. В результаті нами були отримані наступні результати по шкалам і в цілому, представлені в Таблиці 1.

Таблиця 1. Параметри екологічності міжособистісних відносин дорослих в умовах війни/ Table 1. Parameters of environmental friendliness of interpersonal relationships of adults in war conditions

Компоненти екологічних МО взаємин/ Components of ecological IP relationships	Кількість/ Quantity	Середнє/ Mean	Медіана/ Median	SD	Мінімум/ Minimum	Максимум/ Maximum	Шапіро-Уілка W	p
Прийняття іншого/ Acceptance of others	61	16,48	17	2,521	9	20	0,948	0,011
Толерантність/ Tolerance	61	14,9	15	2,718	7	20	0,973	0,202
Підтримка та довіра/ Support and trust	61	16,34	16	2,105	11	20	0,962	0,054
Відповідальність/ Responsibility	61	16,13	16	2,269	11	20	0,964	0,072
Загальний/ General	61	63,85	64	7,752	48	80	0,982	0,493

Тобто в цілому ми маємо достатньо високий рівень екологічності міжособистісних відносин для даної вибірки, при найвищому показнику 80% та найнижчому – 48%, середній показник 64%. Серед зазначених компонентів найнижчий рівень має показник толерантності у спілкуванні, тобто ненасильницького спілкування, можливо це пов'язано із нагальною ситуацією війни, в якій знаходяться респонденти.

Результати однофакторного дисперсійного аналізу з поправкою Велча показали, що рівень освіти має статистично значущий вплив на показники міжособистісних відносин ($F(3, 10{,}84) = 3{,}85$; $p = 0{,}04$). Також статистично значущими є відмінності у показниках міжособистісних відносин залежно від місця проживання ($F(3, 25) = 3{,}131$; $p = 0{,}043$). Тож саме освіта та місце проживання є факторами, що впливають на якість міжособистісних відносин, це можна пояснити тим, що саме місце проживання відображає те середовище, де людина будує міжособистісні відносини, а наявність освіти може бути тим фактором, що дає інструменти для побудови цих відносин. Проте в подальшому дослідженні ми маємо намір уточнити ці дані.

За результатами кореляційного аналізу виявлено зв'язок середнього рівня між міжособистісними відносинами особистості та її рівнем суб'єктивного благополуччя за методикою Е. Дінера та методикою діагностики суб'єктивного благополуччя розробленою лабораторією екологічної психології (Швалб та ін., 2025). Та високий рівень зв'язку з показниками екологічності взаємодії в сім'ї та з інформаційним середовищем. Що демонструє наявність загальних підстав для оцінки особистістю середовища як екологічного в різних сферах власної життєдіяльності.

Загалом такі результати були очікуваними. Та підтвердили доцільність запропонованого опитувальника для діагностики екологічності міжособистісних відносин особистості в умовах війни.

Висновки. Екологічність міжособистісних взаємин в умовах війни є не тільки умовою для збереження психологічного здоров'я особистості, але й необхідною умовою підтримки українського суспільства в цілому.

Екологічними міжособистісними взаєминами є такі взаємини, де особистість здатна відбудовувати та підтримувати взаємодії, що сприяють суб'єктивному благополуччю особистості, дозволяють мінімізувати руйнівний вплив війни, сприяють усвідомленню та актуалізації ресурсів учасників та забезпечують довготривалу стійкість системи цих стосунків.

Запропонована структурна модель міжособистісних стосунків містить такі фактори, як суб'єктність, що відображається у відповідальності у відносинах та прийнятті іншого, та характеристики самого простору, тобто наявності підтримки і довіри та ненасильницького спілкування, що відображає не тільки засади екологічної психології, але й підсумовує сучасні психологічні дослідження з даної проблематики.

Розроблений діагностичний інструментарій був апробований за результатами пілотного дослідження, була підтверджена його доцільність. Що дає змогу системно оцінювати рівень екологічності простору міжособистісного спілкування за основними параметрами, виділеними в даній моделі, та проводити подальшу роботу з формування екологічності міжособистісних взаємин дорослих в умовах війни.

Перспективою подальшого дослідження є проведення діагностики екологічності міжособистісних відносин на ширшій вибірці для отримання статистично значущих результатів. Та розробка, апробація та впровадження програм психологічної роботи з формування екологічності міжособистісних відносин для різних типів відсутності екологічності відповідно до запропонованих параметрів.

Декларація про використання штучного інтелекту. В роботі над цією статтею було використано інструменти штучного інтелекту для перевірки правопису та вдосконалення стилю тексту. Задум, зміст та наукові результати є авторськими. Текст був перевірений і відредагований автором.

Етичні засади. Участь у дослідженні є добровільною. Усі учасники надали інформовану згоду на використання даних у знеособленому вигляді. Конфіденційність забезпечено шляхом повної анонімізації матеріалу. Дослідження проводилося з дотриманням етичних принципів Американської психологічної асоціації (American Psychological Association, 2017) та Гельсінської декларації.

Список використаних джерел

Карамушка Л.М. Тренінгова програма «Як зберегти та підтримати психічне здоров'я освітнього персоналу в умовах війни»: зміст, структура, процедура проведення.

Київський журнал сучасної психології та психотерапії. 2022. № 2(4). С. 24–45. https://doi.org/10.48020/mppj.2022.02.03

Швалб Л., Яновська С., Перелигіна Л. Особливості життєстійкості та копінг-стратегій цивільного населення України під час повномасштабної війни: роль соціальної підтримки. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»,* 2025. (78). С.46-52. https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-07

Швалб Ю. М., Варава Л. А., Вернік О. Л., Кирпенко Т. М., Павленко О.В., Дячок О. М. Особливості особистісних стратегій життєдіяльності в умовах невизначеності середовища. 2024. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742906/

Швалб Ю. М., Вернік О. Л., Вовчик-Блакитна О. О., Кирпенко Т. М., Павленко О. В., Рудоміно-Дусятська О. В. Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості: монографія. Київ–Львів: Видавець Вікторія Кунделська, 2021. 234 с. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728490/1/Shvalb_2021.pdf

Швалб Ю. М., Вернік О. Л., Павленко О. В. Методика дослідження життєвого благополуччя особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія.* 2025. № 1(34). С. 170–180. https://doi.org/10.31108/2.2025.1.34.15

Christie, D. J., Wagner, R. V., Winter, D. D. Peace psychology: Theory, research, and practice. *Journal of Social Issues.* 2001. Vol. 57(2). P. 387–405. https://doi.org/10.1111/0022-4537.00218

Dowgwillo, E. A., Ruchensky, J. R. The influence of trauma symptoms on interpersonal attributions in daily life. *Journal of Traumatic Stress.* 2024. Vol. 37(3). P. 410–421. https://doi.org/10.1002/jts.23036

Horowski, J. Harm, forgiveness and the subjectivity of the victim. *Philosophia.* 2021. Vol. 50(3). P. 1175–1188. https://doi.org/10.1007/s11406-021-00446-z

Jønsson, T. F., Fasano, M. C. Theorizing subjective responsibility. *Frontiers in Psychology.* 2025. Vol. 16. 1548931. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1548931

Leonardi, J., Righi, S., Tani, F. Understanding interpersonal guilt: Development and validation of a scale. Scandinavian *Journal of Psychology.* 2022. Vol. 63(5). P. 433–444. https://doi.org/10.1111/sjop.12854

Li Q., Ren X., Zhou Z., Wang J. Reciprocal relationships between self-control and self-authenticity: A two-wave study. *Frontiers in Psychology.* 2023. Vol. 14. 1207230. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1207230

Mangone E. Altruistic relationships, responsibility, and sociology. *Integrative Psychological and Behavioral Science.* 2021. Vol. 55(4). P. 1094–1108. https://doi.org/10.1007/s12108-021-09523-y

Predko V., Schabus M., Danyliuk I. Psychological characteristics of the relationship between mental health and hardiness of Ukrainians during the war. *Frontiers in Psychology.* 2023. Vol. 14. 1282326. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1282326

Steele M. Attachment and trauma in adulthood. *Current Opinion in Psychology.* 2020. Vol. 34. P. 105–108. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.005

Wang Y., Wang D., Liu H., Chen Y. Social support and resilience in the context of crises: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health.* 2021. Vol. 18(10). 5032. https://doi.org/10.3390/ijerph18105032

Zhao M., Yung Yu., Hao L., & Xia L. Can treating oneself kindly inspire trust? The role of interpersonal responsibility. *The Journal of Psychology.* 2023. 158(1). 1-23. https://doi.org/10.1080/00223980.2023.2283474

O. PAVLENKO (**Oksana Pavlenko**)
PhD in Psychology, Research Fellow
G. S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine
Email: oksanapav.11@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-1263-4989

INTERPERSONAL RELATIONSHIPS ECOLOGICAL QUALITY IN ADULTS AT WARTIME

The article provides a theoretical justification of ecological interpersonal relationships problem among adults in full-scale war in Ukraine context. It is shown that war, causing stress increased levels of anxiety, uncertainty, and traumatic experience accumulation, significantly affects the interpersonal interaction quality. At the same time, constructive relationships serve as an important resource for reducing psychological tension and supporting recovery after traumatic events. The aim of the article is to theoretically substantiate the ecological interpersonal relationships essence and to identify their key parameters in wartime conditions. The research methods include theoretical scientific approaches analysis, contemporary psychological concepts generalization, and ecological space structure modeling in interpersonal relationships. As a result of the study, within the ecological approach, "ecological interpersonal relationships" concept is clarified and defined as those that ensure safe emotional closeness, mutual support, mental health and subjective well-being preservation, and contribute to the relationship systems stability under prolonged stress condition. The key parameters of interpersonal relationships ecological space are identified: subjectivity (responsibility in relationships and acceptance of the other), as well as interaction characteristics such as trust, support, and nonviolent communication. A diagnostic tool for assessing ecological quality level in interpersonal space has been developed and tested. The pilot study results confirm its applicability in psychological practice, particularly in support programs for adults in wartime conditions.
Keywords: *interpersonal relationships, ecological approach war, mental health, subjectivity, well-being.*

References

Karamushka, L. M. (2022). Training program «How to preserve and support the mental health of educational personnel in war conditions»: content, structure, procedure. *Kyiv Journal of Modern Psychology and Psychotherapy,* 2(4), 24–45. https://doi.org/10.48020/mppj.2022.02.03 [in Ukrainian].

Shvalb, A., Yanovska, S., & Perelyhina, L. (2025). Features of resilience and coping strategies of the civilian population of Ukraine during the full-scale war: The role of social support. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (78), 46–52. https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-07 [in Ukrainian].

Shvalb, Y. M., Varava, L. A., Vernik, O. L., Kyrpenko, T. M., Pavlenko, O. V., & Diachok, O. M. (2024). Features of personal life strategies under conditions of environmental uncertainty. Retrieved from https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742906/ [in Ukrainian].

Shvalb, Y. M., Vernik, O. L., Vovchyk-Blakytna, O. O., Kyrpenko, T. M., Pavlenko, O. V., & Rudomino-Dusiatska, O. V. (2021). *Ecological and psychological determinants of subjective well-being of personality.* Kyiv–Lviv: Vydavets Viktoriia Kundelska. Retrieved from https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728490/1/Shvalb_2021.pdf [in Ukrainian].

Shvalb, Y. M., Vernik, O. L., & Pavlenko, O. V. (2025). Methodology for studying personal well-being. *Organizational Psychology. Economic Psychology*, 1(34), 170–180. https://doi.org/10.31108/2.2025.1.34.15 [in Ukrainian].

Christie, D. J., Wagner, R. V., & Winter, D. D. (2001). Peace psychology: Theory, research, and practice. *Journal of Social Issues*, 57(2), 387–405. https://doi.org/10.1111/0022-4537.00218

Dowgwillo, E. A., & Ruchensky, J. R. (2024). The influence of trauma symptoms on interpersonal attributions in daily life. *Journal of Traumatic Stress*, 37(3), 410–421. https://doi.org/10.1002/jts.23036

Horowski, J. (2021). Harm, forgiveness and the subjectivity of the victim. *Philosophia*, 50(3), 1175–1188. https://doi.org/10.1007/s11406-021-00446-z

Jønsson, T. F., & Fasano, M. C. (2025). Theorizing subjective responsibility. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1548931. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1548931

Leonardi, J., Righi, S., & Tani, F. (2022). Understanding interpersonal guilt: Development and validation of a scale. Scandinavian Journal of Psychology, 63(5), 433–444. https://doi.org/10.1111/sjop.12854

Li, Q., Ren, X., Zhou, Z., & Wang, J. (2023). Reciprocal relationships between self-control and self-authenticity: A two-wave study. Frontiers in Psychology, 14, Article 1207230. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1207230

Mangone, E. (2021). Altruistic relationships, responsibility, and sociology. Integrative Psychological and Behavioral Science, 55(4), 1094–1108. https://doi.org/10.1007/s12108-021-09523-y

Predko, V., Schabus, M., & Danyliuk, I. (2023). Psychological characteristics of the relationship between mental health and hardiness of Ukrainians during the war. Frontiers in Psychology, 14, Article 1282326. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1282326

Steele, M. (2020). Attachment and trauma in adulthood. Current Opinion in Psychology, 34, 105–108. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.005

Wang, Y., Wang, D., Liu, H., & Chen, Y. (2021). Social support and resilience in the context of crises: A systematic review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(10), Article 5032. https://doi.org/10.3390/ijerph18105032

Zhao, M., Chen, X., & Li, Y. (2023). Can treating oneself kindly inspire trust? The mediating role of interpersonal responsibility. The Journal of Psychology. https://doi.org/10.1080/00223980.2023.2283474

Конфлікт інтересів: автор заявляє про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.
Conflict of Interest: The author declares that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 27.01.2026 (The article was received by the editors 27.01.2026)
Стаття рекомендована до друку 05.04.2026 (The article is recommended for printing 05.04.2026)
Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)