

ВІСНИК

Харківського національного університету
імені В.Н. Каразіна

СЕРІЯ “ПСИХОЛОГІЯ”

Випуск 78

Започаткована 1967 р.

У Віснику Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія», подано результати теоретичних та експериментальних наукових досліджень у галузі фундаментальної та прикладної психології. Розглянуті проблеми особистості, когнітивної сфери, деякі питання медичної, соціальної психології, психодіагностики та психологічного консультування. Для науковців, аспірантів, пошукачів.
УДК 159.9+316.6](062.552)

Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія», є фаховим виданням у галузі психологічних наук (Наказ Міністерства освіти і науки України № 886 від 02.07.2020р. Категорія «Б»). Затверджено до друку рішенням Вченої ради Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна (протокол № 17 від 30.06.2025 р.).
Засновник Вісника Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Харків, Україна. Рік заснування 1967. Періодичність виходу – два номери на рік.

Редакційна колегія:

Валентина Миколаївна Павленко,

(головний редактор), кандидат психологічних наук, професор, професор кафедри прикладної психології, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Україна.

Світлана Германівна Яновська,

(відповідальний редактор), кандидат психологічних наук, доцент кафедри прикладної психології Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, Україна.

Сергій Арнольдович Гіриник,

(технічний секретар), кандидат фізико-математичних наук, науковий співробітник кафедри медичної фізики та біомедичних нанотехнологій Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, Україна.

Алла Борисівна Коваленко, доктор психологічних наук, професор, завідувачка кафедри соціальної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка.

Олександр Суренович Кочарян, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психологічного консультування та психотерапії, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Україна.

Ірина Володимирівна Кряж, доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри прикладної психології, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Україна.

Оксана Володимирівна Кузнецова, кандидат психологічних наук, доцент, завідувачка кафедри педагогіки та технологій неперервної освіти КЗВО «Одеська академія неперервної освіти Одеської обласної ради».

Марат Амірович Кузнецов, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри практичної психології, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, Україна.

Олена Львівна Луценко, доктор психологічних наук, професор, Латвія.

Валерій Олександрович Олефір, доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри загальної психології, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Україна.

Ніна Вікторівна Підбуцька, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри педагогіки та психології управління соціальними системами ім. І.А. Зязюна Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут».

Ірина Данилівна Плотка, доктор психологічних наук, професор, директор департаменту «Психологія», Балтійська Міжнародна Академія, Латвія.

Віктор Володимирович Плохих, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної психології, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Україна.

Олександр Давидович Резник, доктор філософських наук (психологія), старший науковий співробітник регіонального центру досліджень зловживання алкоголем і наркотиками (RADAR), університет Бен-Гуріона в Негеві, Ізраїль.

Адреса редакційної колегії: 61022, Харків, майдан Свободи, 6, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, факультет психології, каб. 419, тел. 057-707-51-70.

Сайт видання: periodicals.karazin.ua/psychology

Електронна адреса: psychology_series@karazin.ua

Статті пройшли внутрішнє та зовнішнє рецензування

Ідентифікатор медіа у Ресстрі суб'єктів у сфері медіа: R30-04465 (Рішення № 1538 від 09.05.2024 р Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення. Протокол № 15)

Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія» індексується у міжнародних наукометричних базах Google Scholar, Наукова періодика України (Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського), DOAJ та Index Copernicus.

© Харківський національний університет
імені В.Н. Каразіна, оформлення, 2025

Ministry of Education and Science Ukraine

VISNYK

of V. N. Karazin
Kharkiv National University

SERIES PSYCHOLOGY

Issue 78

Founded 1967

Kharkiv – 2025

Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology contains the results of theoretical and experimental research in basic and applied psychology. The problems of personality, cognitive area, some legal questions, medical, social psychology. It can be useful for scientists, teachers, postgraduates.

UDC 159.9+316.6[(062.552)

Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology is a professional publication in the field of Psychology (Ministry of Education and Science of Ukraine No 886, of 02.07.2020. Category «B»).

Approved for publication due to the decision of the Academic Council V. N. Karazin Kharkiv National University (Protocol No 17 of 30.06.2025).

The founder of the Visnyk is V.N. Karazin Kharkiv National University, Kharkiv, Ukraine. Year of foundation 1967. Frequency of publication - two issue per year.

Editorial Board:

V. Pavlenko, (Chief Editor), Candidate of Psychological Science, Professor, Professor of the Department of Applied Psychology, V. N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine.

S. Yanovska, (Deputy Editor), Candidate of Psychological Science, Associate Professor of the Applied Psychology Department, V. N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine.

S. Hirnyk, (Technical Secretary), Ph.D. in Physical and Mathematical Sciences, Senior Researcher, Department of Medical Physics and Biomedical Nanotechnologies, V. N. Karazin Kharkiv National University, Ukraine.

A. Kovalenko, Doctor of Psychology, Professor, Professor of Social Psychology Taras Shevchenko National University of Kyiv, 2a, ave. Academician Glushkov, 03680, Kyiv, Ukraine.

O. Kocharyan, Doctor of Psychology, Professor, Head of the Department of Psychological Counseling and Psychotherapy, V.N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine.

I. Kryazh, Doctor of Psychology, Professor of Applied Psychology V.N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine.

O. Kuznetsova, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Pedagogy and Technology of Continuing Education of the Odessa Regional Academy of Continuing Education, Ukraine.

M. Kuznetsov, Doctor of Psychology, Department of Practical Psychology, H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, 29, Alchevskiy St., Kharkov, 61002, Ukraine.

O. Lutsenko, Doctor of Psychology, Associate Professor, Latvia.

V. Olefir, Doctor of Psychological Science, Head of the Department of General Psychology V.N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine.

N. Podbutska, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of Management of Social Systems. I.A. Zyzyna National Technical University «Kharkiv Polytechnic Institute», Ukraine.

V. Plokhikh, Doctor of Psychology, Professor of the Department of General Psychology V.N. Karazin Kharkiv National University, 4, Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine.

I. Plotka, Doctor of Psychology, Director of the Department of Psychology, Baltic International Academy, Latvia. Lomonosova Street, 4, LV-1019, Riga, Latvia.

O. Reznik, Ph.D (Psychology), Senior Research Associate Ben Gurion University of the Negev, Regional Alcohol and Drug Abuse Research (RADAR) Center, Israel.

Editorial address: 61022, Kharkiv, Svoboda Square, 6, V. N. Karazin Kharkiv National University, Department of Psychology, off. 419, tel. 8-057-707-51-70.

Site edition: periodicals.karazin.ua/psychology E-mail address: psychology_series@karazin.ua

Articles were internally and externally reviewed.

Media identifier in the Register of the field of Media Entities: R30-04465 (Decision № 1538 dated May 9, 2024 of the National Council of Television and Radio Broadcasting of Ukraine, Protocol № 15)

Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology is being indexed in international scientometric databases Google Scholar, DOAJ and Index Copernicus

ЗМІСТ

ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Клімушева Г.С., Яновська С.Г., Тецька П.І., Туренко Р.А. ДИНАМІКА ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ СПРИЙНЯТТЯ МУЗИЧНОЇ КОМПОЗИЦІЇ	7-12
Яворовська Л.М., Абрамова З.Г. ВІД ТЯГАРЯ ДО РЕСУРСУ: РОЛЬ САМОРЕФЛЕКСІЇ У БЛАГОПОЛУЧЧІ МОЛОДИХ ПРОКРАСТИНАТОРІВ	13-18

ЛЮДИНА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Крапива М.С. ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	19-24
Павленко Г.В., Короткова Є.О. ТРИВОЖНІСТЬ ТА АГРЕСИВНІСТЬ ЯК ПСИХОЕМОЦІЙНІ РЕАКЦІЇ НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ: ГЕОГРАФІЧНИЙ ВИМІР	25-29
Пінчук О.В. ПОКАЗНИКИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА АДАПТАЦІЇ ДО ВИКЛИКІВ ВІЙНИ СЕРЕД ОСВІТЯН ХЕРСОНЩИНИ	30-35
Плохих В.В., Тимохіна В.М. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВПЛИВУ СТРЕСОРІВ ВОЄННИХ ДІЙ	36-45
Швалб А.Ю., Яновська С.Г., Перелигіна Л.А. ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА КОПІНГ - СТРАТЕГІЙ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ: РОЛЬ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ	46-52

ПСИХОЛОГІЯ ПІЗНАВАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ

Рєпкін В.В., Рєпкіна Н.В. ЕВОЛЮЦІЯ ПОНЯТТЯ УЧБОВОЇ ЗАДАЧІ В РОЗВИВАЛЬНОМУ НАВЧАННІ	53-59
--	-------

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ

Милославська О.В., Гуляєва О.В., Богдановський С.О. МЕДІАТОРНА РОЛЬ РИС ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ КОЛЕКТИВНОЮ ТРАВМОЮ ТА ПОСТТРАВМАТИЧНИМ ЗРОСТАННЯМ	60-66
--	-------

МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ

Касіяненко Д.М. АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ШКАЛИ ІНТЕНСИВНОСТІ БОЙОВОГО ДОСВІДУ (CES-UA)	67-76
Олефір В.О., Котенко С. ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОПИТУВАЛЬНИКА ВИМОГ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА	77-84

ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ І ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Войтенко, О.В. ДИСПОЗИЦІЙНІ ПРЕДИКТОРИ ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В КОНТЕКСТІ МОТИВАЦІЙНО- ЦІННІСНОЇ МОДЕЛІ	85-94
ПАМ'ЯТНІ ДАТИ До 100 річчя з дня народження Григорія Кузьмича Середи	95

CONTENT**PERSONALITY PSYCHOLOGY**

- Klimusheva H., Yanovskaya S., Tetska P., Turenko R.**
THE PERSONALITY EMOTIONAL STATES' DYNAMICS IN THE CONTEXT
OF A MUSICAL COMPOSITION PERCEPTION 7-12
- Yavorovska L., Abramova Z.**
FROM BURDEN TO RESOURCE: THE ROLE OF SELF-REFLECTION
IN THE WELL-BEING OF YOUNG PROCRASTINATOR 13-18

A PERSON IN EXTREME CONDITIONS

- Krapyva M.**
THEORETICAL MODEL OF COPING BEHAVIOR OF CIVILIANS IN WAR CONDITIONS 19-24
- Pavlenko H., Korotkova Y.**
THE ANXIETY AND AGGRESSION AS PSYCHOSOCIAL REACTIONS OF THE POPULATION
IN WARTIME CONDITIONS: GEOGRAPHICAL DIMENSION 25-29
- Pinchuk O.**
RESILIENCE AND ADAPTATION INDICATORS TO THE CHALLENGES
OF WAR AMONG EDUCATORS IN THE KHERSON REGION 30-35
- Plokhikh V. Tymokhina V.**
FEATURES OF PSYCHIC REGULATION OF STUDENTS'
EMOTIONAL STATES UNDER THE INFLUENCE OF WAR-RELATED STRESSORS 36-45
- Shvalb, A., Yanovskaya, S., Perelygina, L.**
PECULIARITIES OF RESILIENCE AND COPING STRATEGIES
OF THE UKRAINIAN CIVILIAN POPULATION DURING THE FULL-SCALE WAR:
THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT 46-52

PSYCHOLOGY OF COGNITIVE PROCESSES

- Riepkin V., Repkina N.**
EVOLUTION OF THE CONCEPT OF LEARNING TASK IN DEVELOPMENTAL TEACHING 53-59

DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

- Myloslavska O., Huliaieva O., Bohdanovskyi S.**
THE MEDIATING ROLE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE TRAITS IN
THE RELATIONSHIP BETWEEN COLLECTIVE TRAUMA AND POSTTRAUMATIC GROWTH 60-66

METHODS AND TECHNIQUES

- Kasiianenko D.**
ADAPTATION OF THE UKRAINIAN VERSION OF THE COMBAT
EXPOSURE SCALE (CES-UA) 67-76
- Olefir V., Kotenko S.**
PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE EDUCATIONAL
STUDY DEMANDS QUESTIONNAIRE 77-84

PSYCHOLOGY OF LABOUR AND PROFESSIONAL ACTIVITY

- Voitenko O.**
DISPOSITIONAL PREDICTORS OF PROFESSIONAL WELL-BEING IN
THE CONTEXT OF THE MOTIVATIONAL-VALUE MODEL 85-94
- MEMORABLE DATES** To the 100th anniversary of the birth of Hryhorii Kuzmych Sereda 95
-

ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-01

УДК 159.93+ 159.942

H. KLIMUSHEVA (Hanna Klimusheva)

*Postgraduate student of the Department of General Psychology,**V. N. Karazhin Kharkiv National University**4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine**e-mail: klimusheva2021.9718790@student.karazhin.ua*<https://orcid.org/0009-0007-4019-4646>

S. YANOVSKAYA (Svitlana Yanovskaya)

*Candidate of Psychological Sciences (PhD)**Associate Professor of the Applied Psychology Department**V. N. Karazhin Kharkiv National University**4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine**E-mail: sgyanovskaya@karazhin.ua*<https://orcid.org/0000-0002-5439-5269>

P. TETSKA (Polina Tetska)

*Master of Psychology, Kharkiv, Ukraine.**e-mail: kkerodnik@gmail.com*<https://orcid.org/0009-0008-1223-3561>

R. TURENKO (Rimma Turenko)

*Senior Lecturer the Department of English Language**V. N. Karazhin Kharkiv National University**4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine**E-mail: tyrenco@gmail.com*<https://orcid.org/0000-0001-6948-4339>

THE PERSONALITY EMOTIONAL STATES' DYNAMICS IN THE CONTEXT OF A MUSICAL COMPOSITION PERCEPTION

The article substantiates the need to study the holistic impact of a musical composition on the emotional state of a person, the relevance of which lies in the insufficient study of perception problem in complex combinations of musical stimulus material elements. The aim of the article was to determine changes in the emotional state of a person in the context of a holistic musical composition perception based on universal mythical and cultural motifs of overcoming difficulties. An experimental study was conducted (a simple research design plan for a randomized group with a preliminary survey was used) on a group of 99 participants before and after listening to the musical composition "The Hero's Journey", developed based on the work of J. Campbell "The Hero with a Thousand Faces". The study was implemented using such methods as: E. Diener's Life Satisfaction Scale, C. Osgood's Semantic Differential, K. Izard's Differential Emotion Scale and the Tree picture test. Statistical data processing was carried out using the Wilcoxon signed-rank test for comparing dependent samples, the Mann-Whitney test for comparing independent samples, cluster analysis (k-means method), the Kruskal-Wallis test for comparing independent samples. According to the results of the study, a significant effect of listening to a musical composition on the participants was revealed, which was manifested in the fact that they significantly increased the level of their overall emotional state positivity, the feeling of their internal tone and energy, and also - the intensity of negative grief, anger, disgust, contempt, fear, shame, and depression experiences decreased. In addition, four types of perception of a musical composition were identified, namely: rational, sensual, imagination-oriented, and mixed; however, the effect of a musical composition influence on the emotional state of the listener showed an extremely weak connection with the type of perception of musical material.

Keywords: *emotions; music; composition; perception of music; musical plot; emotional states*

Introduction and current state of the problem under study.

For now, in scientific psychology, the issue of the influence of musical stimuli on the psycho emotional states of an individual has been studied quite thoroughly. Thus, on the basis of a generalizing theoretical analysis, A. Nerubasskaya and O. Shepeleva determined that the perception of music can have an effect in the context of varying anxiety, depression,

post-traumatic stress disorder, psychophysiological indicators (quality of sleep, tension), emotional reactions, moods, etc. (Nerubasskaya, Shepeleva, 2023). M.O. Kuznetsova and A.M. Novikova established that the influence of music on a person can have both a positive aspect, manifesting itself in improving physical and psychological well-being, and a negative one, associated mainly with violations and behavioral

Як цитувати: Klimusheva, H., Yanovskaya, S., Tetska, P., Turenko, R. (2025). The Personality Emotional States' Dynamics in the Context of a Musical Composition Perception. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 7-12. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-01>

In cites: Klimusheva, H., Yanovskaya, S., Tetska, P., Turenko, R. (2025). The Personality Emotional States' Dynamics in the Context of a Musical Composition Perception. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 7-12. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-01>

© Klimusheva, H., Yanovskaya, S., Tetska, P., Turenko, R. 2025; CC BY 4.0 license

disorders that appear against the background of music addiction (Kuznetsova, Novikova, 2024). The studies of E. Dudnik proved the positive effect of music on the creativity development, emotional awareness, and value orientations and on the cognitive processes functioning in general (Dudnik, 2023). M. Kret and N. Levchuk noted the complex positive effect of music on the psycho-emotional state of the individual, the main vector of which is to promote the unlocking of emotions (Kret, Levchuk, 2021). In general, throughout the history of research on this topic, a fairly large number of scientific works studying the influence of music on an individual has been published (Schneck, Berger, 1999; Bonny, 2002; Lytvynchuk, 2012; Malashevskaya, Lazuka, 2021, etc.), however, the vast majority of them are focused on studying the direct reflection of musical stimulus material in the psycho-emotional states of an individual. At the same time, the consideration of the complex, compositional influence of music on a person was somewhat neglected - and this, in our opinion, is a significant omission, because even during the times of W. James's functionalism (James, 1890) it was proven that the properties of a holistic formation are in no way obliged to have an undeniable identity with the sum of its individual component's properties. Therefore, in the course of the current study we plan to focus on the study of the holistic, compositional influence of music on the emotional states of an individual. With this approach, we hope to deepen the existing knowledge about the musical influence on an individual, hoping to obtain a holistic vision of the complex, consisting of both the simplest psychophysiological mechanisms that are activated during the perception of musical stimuli by a person, and complex processes that are carried out on the basis of the interaction of cognitive and emotional processing of music by an individual.

The purpose of the study: to determine changes in the emotional state of an individual, in the context of the perception of a holistic musical composition based on universal mythical and cultural motives of overcoming difficulties.

Research hypothesis: the perception of the proposed musical composition should contribute to a decrease in the expressiveness of negative experiences and an increase in the positive self-esteem of the individual.

Research methods. In order to diagnose emotional states, the following methods were used: E. Diener's Life Satisfaction Scale (adaptation - V. Olefir, V. Bosnyuk), C. Osgood's Semantic Differential (adaptation - S. Yanovskaya, P. Sevostianov, R. Turenko), K. Izard's Differential Emotion Scale and the Tree picture test.

The composition "The Hero's Path", developed based on J. Campbell's work "The Hero with a Thousand Faces" (Campbell, 2010), was used as a stimulus material. The composition included eight fragments, namely: "Entering the fairy tale" (time – 144 s), "Searching for a query" (168 s), "Searching for a direction of movement" (187 s), "Searching for a resource" (176 s), "Path" (226 s), "Climax" (288 s), "Transformation" (156 s) and "Exiting the fairy tale" (149 s). The fragments were interspersed with the recording of the accompanying text (total duration of the text: 271 s; entire composition: 1765 s or 29 min, 25 s).

The research design involved the use of a simple experimental design with preliminary testing. The sample consisted of 99 people, included on the basis of random selection. Among the participants – 37 men and 62 women. The age of the subjects ranged from 15 to 58 years (36.3 ± 9.4).

Statistical data processing was carried out using the Wilcoxon signed-rank test for comparison of dependent samples, the Mann-Whitney test for comparison of independent samples, cluster analysis (k-means method), the Kruskal-Wallis test for comparison of independent samples. The check for normality of the analyzed scales distribution showed a discrepancy between the data for most indicators of the normal distribution law (Kolmogorov-Smirnov test - in the range from 0.468 to 0.064; cf. 0.196 ± 0.073).

Results. First of all, the reliability of the changes that occurred in the studied indicators was determined using the signed-rank test (Table 1).

Table 1. Results of the comparative analysis of the studied indicators before and after the perception of the musical composition

Indicator	Median (before)	Median (after)	Effect size	Z	p
Life satisfaction	23.00	24.00	-0.012	-0.096	.923
Evaluation	6.00	7.00	0.285	-2.264	.024
Strength	5.00	5.00	0.317	-2.453	.014
Activity	4.00	6.00	0.309	-2.594	.009
Interest	10.00	10.00	0.076	-0.58	.562
Joy	9.00	9.00	0.217	-1.74	.082
Surprise	5.00	6.00	0.11	-0.851	.395
Grief	5.00	4.00	-0.608	-4.599	.000
Anger	3.00	3.00	-0.471	-2.914	.004
Disgust	4.00	3.00	-0.653	-4.257	.000
Contempt	4.00	3.00	-0.672	-4.415	.000
Fear	4.00	3.00	-0.634	-4.245	.000
Shame	5.00	3.00	-0.579	-3.964	.000
Guilt	4.00	3.00	-0.43	-2.897	.004
Positive Emotion Index	26.00	26.00	0.155	-1.31	.190
Index acute negative emotions	17.00	14.00	-0.662	-5.309	.000
Index of anxious-depressive emotions	14.00	11.00	-0.58	-4.485	.000
Aggressiveness	2.00	2.00	-0.154	-1.034	.301
Asthenicity	2.00	2.00	0.179	-1.235	.217
Contact	2.00	2.00	0.082	-0.573	.566
Rigidity	1.00	1.00	-0.336	-2.203	.028
Anxiety	1.00	1.00	-0.103	-0.709	.478
Depression	2.00	2.00	0.185	-8.111	.000
Stability	3.00	2.00	-0.339	-2.337	.019

The results presented in Table 1 indicate a significant increase in the participants' assessment of their state according to all indicators of the Semantic Differential. In addition, there was a decrease in the expressiveness of such emotions as grief, anger, disgust, contempt, fear and shame, which ultimately manifested themselves in a significant decrease in the indices of acute negative emotions and anxious-depressive emotions. Also, after the participants' perception of the musical composition, they experienced a

significant decrease in depression, identified on the basis of the application of the "Tree" pictorial technique, as well as in emotional stability and rigidity.

Next, in order to take into account, the gender specificity of the results obtained, a comparative analysis of the difference indicators in measurements between the first and second testing in the groups of male and female participants was carried out using the Mann-Whitney criterion (Table 2).

Table 2. Comparative analysis of the difference in the studied indicators expressiveness of male and female participants groups

Indicator	Men (median)		Women (median)		U	W	Z	p
	Before	After	Before	After				
Life satisfaction	22.0	22.0	24.0	25.0	870.0	1573.0	-2.014	.044
Evaluation	6.0	6.0	6.0	7.0	919.5	1622.5	-1.654	.098
Strength	6.0	5.0	5.0	5.5	909.5	1612.5	-1.728	.084
Activity	6.0	6.0	4.0	6.0	1071.0	1774.0	-.552	.581
Interest	11.0	10.0	10.0	10.5	1128.0	1831.0	-.139	.890
Joy	9.0	9.0	9.0	9.0	961.5	1664.5	-1.353	.176
Surprise	7.0	7.0	5.0	6.0	988.5	1691.5	-1.155	.248
Grief	5.0	4.0	5.0	3.0	1016.5	2969.5	-.961	.337
Anger	4.0	3.0	3.0	3.0	1123.0	1826.0	-.185	.853
Disgust	5.0	4.0	3.5	3.0	1119.0	3072.0	-.213	.831
Contempt	5.0	4.0	4.0	3.0	1109.5	1812.5	-.284	.776
Fear	5.0	4.0	4.0	3.0	1100.5	1803.5	-.350	.726
Shame	6.0	5.0	3.5	3.0	1135.0	3088.0	-.090	.929
Guilt	5.0	3.0	4.0	3.0	1045.0	1748.0	-.766	.444
Positive Emotion Index	26.0	25.0	26.0	26.0	901.5	1604.5	-1.780	.075
Index acute negative emotions	20.0	16.0	17.0	13.0	1092.0	3045.0	-.400	.689
Index of anxious-depressive emotions	17.0	14.0	12.0	10.0	1044.0	1747.0	-.749	.454
Aggressiveness	1.0	1.0	2.0	2.0	968.0	2921.0	-1.354	.176
Asthenicity	2.0	2.0	1.0	2.0	1047.5	1750.5	-.751	.453
Contact	1.0	1.0	2.0	2.0	1039.0	1742.0	-.815	.415
Rigidity	2.0	1.0	1.0	1.0	961.0	1664.0	-1.435	.151
Anxiety	1.0	2.0	1.5	1.0	1146.5	1849.5	-.004	.997
Depression	2.0	2.0	2.0	2.0	995.0	2948.0	-1.145	.252
Stability	3.0	2.0	3.0	3.0	939.0	1642.0	-1.556	.120

Based on the results presented in Table 2, it should be said that women, compared to men, demonstrated a significantly more pronounced increase in the indicator of life satisfaction based on the results of the musical composition perception. As for men, they showed a trend level (outside the significance zone, but quite close to it) a decrease in the indicator of the "Strength" of the Semantic Differential and the index of positive emotions. In general, we must state that differences in emotional states, taking into account gender, are generally not widespread, that is, the studied influence of the musical composition can be considered gender-non-specific.

Also, in order to distinguish the types of perception of the musical composition, clustering of the sample was carried out. It was carried out based on the expressiveness of the four criteria of the description of the stimulus material by the participants: imagination, feelings, rationality and memories. Preliminary study of the dendrogram and analysis of the F-criterion (Table 3) indicated four clusters as the optimal number of groups to be distinguished. So, based on the results of clustering the sample using the k-means method, the following four groups were obtained (Table 4).

Table 3. Comparative analysis of the distinguished clusters using the F-criterion based on the variance analysis

Indicator	Cluster		Error		F	p
	Mean square	d.fr.	Mean square	d.fr.		
Imagination	32077.986	3	204.830	95	156.608	.000
Feelings	32320.234	3	231.694	95	139.496	.000
Rationality	19532.938	3	165.959	95	117.697	.000
Memories	548.759	3	123.920	95	4.428	.006

Table 4. Final centers of clusters by indicators

Indicator	Cluster			
	1 (16 people)	2 (24 people)	3 (28 people)	4 (31 people)
Imagination	3.09	5.42	80.80	32.33
Feelings	17.10	90.29	11.22	25.63
Rationality	73.16	3.41	6.05	12.83
Memories	6.66	0.88	0.64	9.70

The first cluster included 16 people who, given the results presented in Table 4, are characterized by the total dominance of a highly expressive rational assessment of a musical composition over the rest of the criteria, which have an expressiveness corresponding to a low level.

Representatives of the second cluster (24 people) are characterized by a significant dominance of highly expressive sensuality over the rest of the indicators, which manifested themselves at an extremely low level.

The third cluster (28 people) included participants characterized by the absolute dominance of highly expressive imagination when assessing a musical composition over the

rest of the criteria, which have an expressiveness corresponding to a low level.

Finally, representatives of the fourth cluster (31 people) are characterized by low or a tendency towards low assessments of a musical composition, despite the fact that in this assessment they relied on the combination of feelings and imagination somewhat more than on rationality and memories.

In order to determine the influence of the musical composition on the emotional states of the participants, taking into account the type of their perception, the selected clusters were compared according to the indicators of the indicated states using the Kruskal-Wallis criterion (Table 5).

Table 5. Significant results of the indicators difference of the participants emotional states, taking into account their type of perception of the musical composition

Indicator	Cluster	Median	Xi- square	d.fr.	p
Strength (after listening)	1	4	9.541	3	.023
	2	7			
	3	6.5			
	4	7			

As it can be seen from the results presented in Table 5, a significant difference in the participants emotional states, taking into account their type of musical composition perception, was detected only by the indicator "Strength" of the Semantic Differential obtained after listening to the stimulus material. At the same time, taking into account the fact that this indicator did not reveal intercluster differences before listening, we have reason to say that the influence of the composition on this variable is differentiated, depending on how it was perceived by the participants: the carriers of the sensory and mixed types of perception were distinguished by the greatest expressiveness of this indicator, while the representatives of the rational cluster - the least.

Discussion. In the course of analyzing the obtained results, it is worth paying attention to the fact that listening to a musical composition by the study participants quite convincingly showed its effect in increasing the level of positivity of the general self-assessment of their emotional state, as well as in their feeling of the internal tone and energy expressiveness increasing of this state. Against this background, a decrease in the intensity of such negative emotions as grief, anger, disgust, contempt, fear and shame, as well as a decrease in acute negative and anxiety-depressive experiences, which is additionally complemented by a decrease in depression, manifests itself quite organically and naturally. Thus, we have every reason to consider musical composition as one of the rather powerful tools of emotional regulation in an individual, which is not only consistent with modern ideas about the potential of musical influence in working with emotional states, but also fully corresponds to the results of related studies in relation to the analyzed

problem (Subota, 2014; Zaretska, Makarenko, 2023; Martyniuk, Malyshevska, 2023, etc.).

In the context of analyzing the differences in the impact of a musical composition with regard to gender, we should note that the established differences between men and women in this aspect are minimal, and relate only to a significant increase in life satisfaction in women as a result of the stimulus material perception. In general, we can say that the musical composition exerted its influence on both sexes in an undifferentiated manner, and this gives grounds to state the universal nature of the analyzed musical composition, as well as the absence of its gender specificity, which, in general, is quite well consistent with the generally accepted idea of the universality of basic emotional processes (Bida, 2012).

The identification of four clusters (rational, sensory, imaginary and mixed), representing the types of perception of a musical composition, and their further comparison allows us to conclude that the method of the specified perception is not a significant factor in the variability of the emotional state. All the specificity in the specified context was manifested only in the fact that significant differences were found only in the indicator of participants' state internal tone in the emotional state after listening to the composition, which turned out to be the most positive in representatives of the sensory and mixed types perception. At the same time, individuals with a predominance in rational perception demonstrated the smallest increase in the specified indicator, which, in our opinion, may indicate a certain limitation in the ability of the musical stimulus to cause deep emotional shifts in these participants. So, here, obviously, it should be suggested that emotional sensitivity is an extremely

important condition for the effective emotional impact of the musical stimulus.

We note that the results obtained in the course of the study expand the understanding of the mechanisms of music emotional impact on the personality, confirming its importance as an emotional-regulatory resource, which is not just a complex of combined stimuli, but a single, compositionally composed unity that exerts influence both due to its content and due to its structural organization.

Conclusions. The results obtained allow us to draw certain general conclusions.

First, listening to a holistic musical composition based on universal mythical and cultural motifs of overcoming difficulties allows listeners to significantly increase the level of general self-assessment positivity of their emotional state, their internal tone and energy feeling, and also to reduce the

intensity of negative experiences of grief, anger, disgust, contempt, fear, shame, and depression. At the same time, such an effect, being quite universal, does not show specificity depending on the listeners' gender.

Secondly, quite clearly expressed types of perception of a musical composition are distinguished, namely: rational, sensual, imagination-oriented, and mixed, the carriers of which are characterized by low or a tendency to low assessments of the musical composition, despite the fact that in this assessment they rely on the combination of feelings and imagination somewhat more than on rationality and memories.

However, the effect of a musical composition on the emotional state of the listener has an extremely weak connection with the type of musical material perception that a listener is the bearer of.

References

- Bida, S.O. (2012). Basic emotions: concepts and types. *Problemy suchasnoi psykholohii*, 16, 35-46. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-16.%25p> [in Ukrainian].
- Dudnyk, Ye. (2023). The influence of musical art on the emotional world of man and society. *Vytoke pedabohichnoi maisternosti*, (32), 88–94. <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2023.32.292639> [in Ukrainian].
- Zaretska, N. & Makarenko, H. (2023). Psychological recovery by musical means in war conditions. *Problemy humanitarnykh nauk. Psykholohiia*, 52, 29–41. <https://doi.org/10.32782/2312-8437.52.2023-2.4> [in Ukrainian].
- Kret, M. & Levchuk, N. (2021). Music therapy as a factor of influence on the psycho-emotional state of the individual. *Nova pedabohichna dumka*, 2(106), 164-168. <https://doi.org/10.37026/2520-6427-2021-106-2-164-168> [in Ukrainian].
- Kuznetsova, M. O. & Novikova, A. M. (2024). The influence of music on the health of students of higher medical education institutions. *Naukovi zapysky Mizhnarodnoho humanitarnoho universytetu*, 1, 70-76. <https://doi.org/10.32782/2663-5682/2024/41/16> [in Ukrainian].
- Lytvynchuk, L. M. (2019). Psychological Mechanisms of Music Action. *Problemy suchasnoi psykholohii*, 17, P. 224–233. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-17.%25p> [in Ukrainian].
- Malashevskaya, I. & Lazuka, M. (2020). The Influence of Music on the Formation of the Personality of the Young Generation. *Pedabohichni nauky*, 93, 44–49. <https://doi.org/10.32999/ksu2413-1865/2020-93-6> [in Ukrainian].
- Martyniuk, A. & Malashevskaya, I. (2023). Peculiarities of Using Music Therapy as a Method of Preserving the Mental Health of an Individual. *Molod i rynek*, 2(210), 66–71. <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2023.275312> [in Ukrainian].
- Nerubasska, A.O. & Shepelieva, V.S. (2023). The Influence of Music Therapy on the Psychological State of a Person. *Habitus*, 47, P. 200-203. <https://doi.org/10.32782/2663-5208>. [in Ukrainian].
- Subota, M.V. (2014). Perception of music as a psychological category. *Aktualni problemy psykholohii: zb. nauk. pr. In-tu psykholohii imeni H. S. Kostiuksa*, 7(37), 167–176. <http://www.appsychology.org.ua/data/jrn/v7/i37/20.pdf> [in Ukrainian].
- Bonny, H.L. (2002). *Music consciousness: the evolution of guided imagery and music*. Barcelona Publishers.
- Campbell, J. (2010). *Hero with a Thousand Faces*. Harper Collins Publishers Limited.
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. London, England: Dover Publications.
- Schneck, D.J., Berger, D.S. (1999). The role of music in physiologic accommodation. *IEEE Engineering in Medicine and Biology Magazine*, 18(2), 44–53. <https://doi.org/10.1109/51.752975>

Г.С. КЛИМУШЕВА (Клімушева Ганна Сергіївна)
аспірантка кафедри загальної психології
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
e-mail: klimusheva2021.9718790@student.karazin.ua
<https://orcid.org/0009-0007-4019-4646>

С.Г. ЯНОВСЬКА (Яновська Світлана Германівна)
кандидат психологічних наук, доцент ЗВО кафедри прикладної психології
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
E-mail: sgyanovskaya@karazin.ua
<https://orcid.org/0000-0002-5439-5269>

П.І. ТЕЦЬКА (Поліна Ігорівна Тецька)
магістр психології, м. Харків, Україна
e-mail: kkrodnik@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0008-1223-3561>

Р.А. ТУРЕНКО (Туренко Римма Леонардівна)
старший викладач ЗВО кафедри англійської мови
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
E-mail: tyrenco@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-6948-4339>

ДИНАМІКА ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ СПРИЙНЯТТЯ МУЗИЧНОЇ КОМПОЗИЦІЇ

У статті проведено обґрунтування необхідності дослідження цілісного впливу музичної композиції на емоційний стан особистості, актуальність якого полягає у недостатній вивченості проблеми сприйняття складних поєднань елементів музичного стимулюючого матеріалу. **Метою** статті було визначення змін в емоційному стані особистості, в контексті сприйняття цілісної музичної композиції, що базується на універсальних міфичних та культуральних мотивах подолання труднощів. Проведено експериментальне дослідження (застосовано простий план дизайну дослідження для рандомізованої групи з попереднім опитуванням), яке проводилося на групі з 99 учасників до та після прослуховування ними музичної композиції «Шлях героя», розробленої на основі роботи Дж. Кемпбела «Тисячолікий герой». Дослідження було реалізоване за допомогою таких **методів**, як: Шкала задоволеності життям Е. Дінера, Семантичний диференціал Ч. Осгуда, Шкала диференційних емоцій К. Ізарда та малюнковий тест «Дерево». Статистична обробка даних здійснювалася із застосуванням критерію знакових рангів Вілкоксена для порівняння залежних вибірок, критерію Манна-Уїтні для порівняння незалежних вибірок, кластерного аналізу (метод к-середніх) критерію Краскелла-Уолліса для порівняння незалежних вибірок. За **результатами** дослідження було виявлено достовірний вплив прослуховування музичної композиції на учасників, який проявився в тому, що у них істотно збільшився рівень позитивності загальної самооцінки свого емоційного стану, відчуття його внутрішнього тону та енергійності, а також, - знизилася інтенсивність негативних переживань горя, гніву, відрази, презирства, страху, сорому, та депресивності. Крім того, було виділено чотири типи сприйняття музичної композиції, а саме: раціональний, почуттєвий, уяво-орієнтований та змішаний; проте ефект від впливу музичної композиції на емоційний стан слухача виявив вкрай слабкий зв'язок з типом сприйняття музичного матеріалу.

Ключові слова: емоції; музика; композиція; сприйняття музики; музичний сюжет; емоційні стани.

Список використаних джерел/References

- Біда С.О. Базові емоції: поняття та види. *Проблеми сучасної психології*. 2012. Вип. 16. С. 35-46. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-16.%25p>
- Дудник Є. Вплив музичного мистецтва на емоційний світ людини та суспільство. *Витоки педагогічної майстерності*. 2023. (32). 88–94. <https://doi.org/10.33989/2075-146x.2023.32.292639>
- Зарецька Н., Макаренко Г. Психологічне відновлення музичними засобами в умовах війни. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. 2023. № 52. С. 29–41. <https://doi.org/10.32782/2312-8437.52.2023-2.4>
- Крет М., Левчук Н. Музикотерапія як чинник впливу на психоемоційний стан особистості. *Нова педагогічна думка*. 2021. №2 (106). С. 164-168. <https://doi.org/10.37026/2520-6427-2021-106-2-164-168>
- Кузнецова М. О., Новікова А. М. Вплив музики на стан здоров'я здобувачів закладу вищої медичної освіти. *Наукові записки Міжнародного гуманітарного університету*. 2024. Вип. 1. С. 70-76. <https://doi.org/10.32782/2663-5682/2024/41/16>
- Литвинчук А. М. Психологічні механізми дії музики. *Проблеми сучасної психології*. 2019. 17. С. 224–233. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-17.%25p>
- Малашевська І., Лазука М. Вплив музики на формуванні особистості молодого покоління. *Педагогічні науки*. 2020. Вип. 93. С. 44–49. <https://doi.org/10.32999/ksu2413-1865/2020-93-6>
- Мартинюк А., Малашевська І. Особливості використання музикотерапії як методу збереження психічного здоров'я особистості. *Молодь і ринок*. 2023. № 2/210. С. 66–71. <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2023.275312>
- Нерубаська А.О., Шепелева В.С. Вплив музикотерапії на психологічний стан людини. *Габітус*. 2023. Вип. 47. С. 200-203. <https://doi.org/10.32782/2663-5208>
- Субота М. В. Сприйняття музики як психологічної категорії. *Актуальні проблеми психології*: зб. наук. пр. Ін-ту психології імені Г. С. Костюка. 2014. Т. 7, Вип. 37. С. 167–176. <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v7/i37/20.pdf>
- Bonny H. L. Music consciousness: the evolution of guided imagery and music. Barcelona Publishers. 2002. 404 p.
- Campbell J. Hero with a Thousand Faces. Harper Collins Publishers Limited. 2010. 352 p.
- James W. The Principles of Psychology. London, England: Dover Publications. 1890. 1618 p.
- Schneck D. J., Berger D. S. The role of music in physiologic accommodation. *IEEE Engineering in Medicine and Biology Magazine*. 1999. Vol. 18(2). P. 44–53. <https://doi.org/10.1109/51.752975>

Стаття надійшла до редакції 12.02.2025 (The article was received by the editors 12.02.2025)

Стаття рекомендована до друку 02.04.2025 (The article is recommended for printing 02.04.2025)

L. YAVOROVSKA (Lubov Yavorovska)

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor of the General Psychology Department

V. N. Karaz'in Kharkiv National University

4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine

e-mail: lmyavorovska@karaz'in.ua

<https://orcid.org/0000-0002-1827-0522>

Z. ABRAMOVA (Zoia Abramova)

Master of Psychology V. N. Karaz'in Kharkiv National University

4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine

e-mail: zgia.abramova@student.karaz'in.ua

<https://orcid.org/0009-0009-5118-4624>

FROM BURDEN TO RESOURCE: THE ROLE OF SELF-REFLECTION IN THE WELL-BEING OF YOUNG PROCRASTINATORS^s

This article examines the relationship between self-reflection and psychological well-being in young adults with medium to high levels of procrastination. The relevance of the study is driven by the growing prevalence of procrastination among youth, particularly during periods of life transition and instability. The aim was to explore age-related differences in the relationship between self-reflection and well-being in procrastinators aged 25–35. Both quantitative (Lay, Ryff, Diener, Grant scales) and qualitative methods (content analysis of a projective response) were applied, along with factor and cluster analyses. The results indicate that for participants under 30, self-reflection showed either no significant relationship or negative correlations with self-acceptance, especially when dominated by behavioral reflection. In contrast, participants over 30 demonstrated positive associations between self-reflection and most dimensions of psychological well-being, particularly when the reflection had an emotional focus. Three procrastinator types were identified: reflective-critical, reflective-effective, and non-reflective adaptive. High-quality self-reflection, particularly emotional, emerged as a key resource for enhancing well-being.

Keywords: *behavioral reflection, emotional reflection, personal growth, procrastination, psychological well-being, self-acceptance, self-reflection, young adults*

Self-reflection is often considered a powerful internal resource. However, for individuals prone to procrastination, it may also become a source of inner tension or self-criticism, particularly during periods of personal transition. The relationship between self-reflection and well-being appears to evolve with age, as the ability to analyze one's actions, emotions, and thoughts typically deepens over time (Grant, Franklin & Langford, 2002; Harrington & Loffredo, 2010).

In recent decades, psychological well-being has emerged as a central focus in both theoretical and applied psychology. Unlike approaches that concentrate solely on reducing pathology, research on well-being seeks to identify personal and contextual resources that contribute to a meaningful, balanced, and fulfilling life. Polivanova and Guliayeva (2015) define psychological well-being as a complex, integrated indicator of one's orientation toward self-realization and subjective life satisfaction.

Among the numerous behavioral and cognitive factors influencing well-being, procrastination remains one of the most persistent challenges in modern society, particularly among young adults (Pychyl & Sirois, 2016). Defined as the voluntary and irrational delay of necessary tasks despite the anticipation of negative consequences (Nazaruk, 2022), procrastination is not simply an issue of time management. It often functions as a coping strategy that provides short-term relief (Pozdnyakova, 2023), but it incurs long-term psychological costs, including stress, anxiety, and reduced life

satisfaction (Sirois & Tosti, 2012), particularly among young people during transitional periods such as post-university adjustment or early career development. While active procrastination may not significantly harm well-being, passive procrastination has been found to be negatively associated with psychological well-being (Habelrih & Hicks, 2015).

A related construct gaining increasing attention is self-reflection, defined as the capacity to consciously examine one's thoughts, feelings, and behaviors (Grant et al., 2002). Often viewed as a beneficial metacognitive skill linked to self-awareness and emotional regulation (Harrington & Loffredo, 2010), self-reflection, however, exhibits a complex and sometimes paradoxical relationship with well-being. In certain populations, especially those prone to procrastination, excessive self-reflection may lead to rumination or hypercriticism, resulting in emotional paralysis rather than constructive insight.

Similarly, Ukrainian studies (Bobkova, 2020; Kit, 2023) have demonstrated both positive and negative associations between self-reflectivity and life satisfaction, depending on factors such as age, depth of analysis, and emotional maturity. Among young adults aged 25 to 35, self-reflection may act as a magnifying lens, intensifying the effects of unmet expectations and perceived failures, thereby exacerbating procrastination. In contrast, older individuals tend to use reflection as a regulatory and supportive

Як цитувати: Yavorovska, L., Abramova, Z. (2025). From Burden to Resource: The Role of Self-Reflection in the Well-Being of Young Procrastinator. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 13-18. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-02>

In cites: Yavorovska, L., Abramova, Z. (2025). From Burden to Resource: The Role of Self-Reflection in the Well-Being of Young Procrastinator. *Visnyk of V.N. Karaz'in Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 13-18. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-02>

© Yavorovska, L., Abramova, Z. 2025; CC BY 4.0 license

mechanism that fosters psychological growth and well-being.

Therefore, the concepts of self-reflection, procrastination, and well-being remain inherently ambiguous, as does the nature of their interrelationship. This complexity makes them particularly compelling subjects for scholarly inquiry. Moreover, demographic variables, such as age, may provide more specific insights into how these factors interact, thus offering an additional layer of contextual depth to the research.

The aim of this study is to investigate the relationship between psychological well-being and the level of self-reflection in young individuals (aged 25–35) who exhibit medium to high levels of procrastination, with a specific focus on age-related differences in this relationship.

Research Methods. The study was carried out in several stages and involved both quantitative and qualitative methods. The procedure included data collection through an online survey, participant selection based on their level of procrastination, statistical analysis using JASP and SPSS, and multivariate procedures (factor and cluster analysis) to identify latent profiles of procrastinators.

Data were collected via an anonymous Google Forms survey, which included demographic questions (age, gender, education, place of residence) and several standardized psychological instruments. Of the 69 individuals who completed the survey, 63 participants with medium ($n = 48$) or high ($n = 15$) levels of procrastination were selected for further analysis, as these met the inclusion criteria. The remaining 6 individuals with low procrastination scores were excluded.

The final sample consisted of 32 women and 31 men aged between 25 and 35 years. The age distribution was divided into two groups: 39 participants were under 30 years old, and 24 were aged 30 or older, reflecting a meaningful psychological threshold. Geographically, 23 participants resided abroad, 13 were internally displaced persons (IDPs), and 27 lived in various regions of Ukraine. Regarding education, 39 had a Master's degree, 18 held a Bachelor's degree, and 6 had secondary education.

Applied Instruments:

1. General Procrastination Scale (K. Lay): This 20-item instrument (10 direct and 10 reverse items) measures chronic procrastination. Responses are scored from 1 (not true at all) to 5 (very true), with a total range of 20–100. Scores below 42 indicate low procrastination; 43–68, medium; 69 and above, high.

2. Psychological Well-Being Scale (C. Ryff): This 84-item scale assesses six dimensions: autonomy, environmental mastery, personal growth, positive relationships, purpose in life, and self-acceptance. Responses are given on a 6-point Likert scale, and total scores range from 84 to 504, where higher scores indicate higher well-being.

3. Satisfaction with Life Scale (E. Diener): This 5-item measure uses a 7-point Likert scale and assesses global life satisfaction. Scores range from 5 (low satisfaction) to 35 (high satisfaction).

4. Self-Reflection and Social Reflection Scale (E.M. Grant): This tool contains two subscales (self-reflection and social reflection), each with 10 items rated on a 6-point scale. In this study, the focus was placed primarily on the self-

reflection subscale, which evaluates the individual's capacity to reflect on their thoughts, emotions, and behaviors.

Projective Method:

To explore qualitative aspects of self-reflection, participants were asked an open-ended projective question: "What is my favorite character most like me?" Responses were subjected to content analysis. The coding focused on references to six dimensions of psychological well-being (based on Ryff's model) and three distinct directions of self-reflection:

1. Cognitive (thoughts),
2. Emotional (feelings),
3. Behavioral (actions).

Percentage scores were calculated for each thematic category, allowing for further statistical correlations between the type of reflection and indicators of well-being.

Statistical Analyses:

1. Descriptive Statistics: To summarize the data and describe general patterns in the sample.

2. Kolmogorov-Smirnov Test: To assess data distribution for determining the appropriateness of parametric vs. non-parametric methods.

3. Spearman's Correlation Analysis: To evaluate the relationships between procrastination, self-reflection, and psychological well-being, including subgroup comparisons by age, gender, education, and place of residence.

4. Factor Analysis (Principal Component Analysis with Varimax rotation): To identify latent constructs underlying the variables.

5. Cluster Analysis (K-means method): To categorize participants into psychological profiles based on their scores across key variables.

These methodological approaches allowed for a comprehensive analysis of how different aspects of self-reflection and procrastination relate to well-being in a demographically diverse group of young adults.

Research Results. Starting with *descriptive statistics*, among 63 individuals who exhibited medium ($n = 48$) or high ($n = 15$) levels of procrastination, the mean score on the General Procrastination Scale was 59.5 ($SD = 8.93$), ranging from 43 to 78. The average psychological well-being score was 367.5 ($SD = 52.78$), ranging from 230 to 451, while the mean score for subjective well-being (Satisfaction with Life Scale) was 21.5 ($SD = 5.75$), ranging from 7 to 32. Self-reflection scores ($M = 46.6$, $SD = 8.73$) and social reflection scores ($M = 40.6$, $SD = 6.49$) were moderately high.

Qualitative responses to the projective question ("What is my favorite character most like me?") were analyzed using content analysis. Out of 63 participants, 53 provided valid responses. On average, the most frequently referenced dimension of psychological well-being was "positive relationships" (13% of coded responses), followed by "autonomy" (12%) and "environmental mastery" (6%). The least mentioned was "self-acceptance" (2%).

In terms of the direction of self-reflection, the average score of behavioral reflection dominated (12%), followed by cognitive (4%) and emotional reflection (4%). This distribution indicates a tendency among young procrastinators to focus more on analyzing their actions than their feelings.

The Kolmogorov-Smirnov test showed normal distribution across most variables, except for the autonomy scale and most of the content analysis categories. Therefore, non-parametric methods (Spearman's rho, Mann-Whitney U-test) were used in further analyses.

The Mann-Whitney U-test revealed statistically significant gender differences. Women showed higher scores in psychological well-being (Mean Rank = 38), life satisfaction (Mean Rank = 38), self-reflection (Mean Rank = 38), social reflection (Mean Rank = 37), positive relationships (Mean Rank = 40), and personal growth (Mean Rank = 39), compared to men (Mean Rank = 26, 26, 26, 27, 23, and 24 respectively). These differences were statistically significant ($p < .05$).

In terms of education, participants with a bachelor's degree exhibited higher levels of cognitive self-reflection (Mean Rank = 30) compared to those with a master's degree (Mean Rank = 22), $p < .05$. Respondents living in Ukraine reported lower scores in life satisfaction (Mean Rank = 28)

and purpose in life (Mean Rank = 28) compared to those living abroad (Mean Rank = 39 for both), $p < .05$.

Spearman correlation analysis across the total sample indicated:

1. A negative correlation between procrastination and subjective well-being ($r = -0.280$, $p < .05$), psychological well-being ($r = -0.431$, $p < .001$), environmental mastery ($r = -0.550$, $p < .001^{***}$), and self-acceptance ($r = -0.444$, $p < .001$);

2. A positive correlation between self-reflection and psychological well-being ($r = 0.256$, $p < .05^*$), purpose in life ($r = 0.278$, $p < .05$), and personal growth ($r = 0.360$, $p < .01^{**}$);

3. A negative correlation between behavioral self-reflection (content analysis) and positive relationships ($r = -0.312$, $p < .05$), personal growth ($r = -0.272$, $p < .05$), and psychological well-being ($r = -0.318$, $p < .05$);

4. A positive correlation between emotional self-reflection (content analysis) and self-acceptance ($r = 0.279$, $p < .05$) (see Table 1).

Table 1. Spearman correlations between procrastination, self-reflection, and well-being (total sample)

Variables	Subjective Well-being	Autonomy	Environmental Mastery	Personal Growth	Positive Relations	Purpose in Life	Self-acceptance	Psychological Well-being
Procrastination	-0.280*		-0.550***			-0.267*	-0.444***	-0.431***
Self-reflection			0.360**	0.360**		0.278*		0.256*

When broken down by age, the group under 30 showed a weaker and sometimes negative relationship between self-reflection and well-being. Procrastination negatively correlated with autonomy ($r = -0.317^*$), environmental mastery ($r = -0.596^{***}$), self-acceptance ($r = -0.504^{**}$), and psychological well-being ($r = -0.486^{**}$). Self-reflection

showed no significant correlations with most dimensions of psychological well-being and negative correlations ($r = -0.341^*$) with self-acceptance (see Table 2). Behavioral self-reflection (content analysis) negatively correlated with subjective well-being, purpose in life, and self-acceptance.

Table 2. Correlations among participants under 30 years old

Variables	Subjective Well-being	Autonomy	Environmental Mastery	Personal Growth	Positive Relations	Purpose in Life	Self-acceptance	Psychological Well-being
Procrastination		-0.317*	-0.596***				-0.504**	-0.486**
Self-reflection							0.341*	

In contrast, participants aged 30 and older showed strong positive correlations between self-reflection and most dimensions of psychological well-being, such as environmental mastery ($r = 0.421^*$), personal growth ($r = 0.538^{**}$), purpose in life ($r = 0.661^{***}$), and psychological

well-being ($r = 0.613^{**}$). There was no correlation between self-reflection and procrastination in this group, unlike in all other demographic groups and the overall sample (see Table 3).

Table 3. Correlations among participants aged 30–35

Variables	Subjective Well-being	Autonomy	Environmental Mastery	Personal Growth	Positive Relations	Purpose in Life	Self-acceptance	Psychological Well-being
Procrastination								
Self-reflection			0.421*	0.538**		0.661***		0.613**

Principal Component Analysis (Varimax rotation) identified two main factors explaining 67% of the variance:

- Factor 1: Positive Functioning – included high scores on well-being and low procrastination.

- Factor 2: Reflection – included both self-reflection and social reflection scores.

Based on these factors, a **K-means cluster analysis** identified three distinct profiles:

1. Reflective-Critical Procrastinators ($n = 19$): cluster centroids for Positive Functioning and Reflection are -1.08

and 0.4 respectively. The descriptive statistics for this profile are presented below (see Table 4):

Table 4. Descriptive Statistics for Reflective-Critical Procrastinators

Variables	Min.	Max.	Mean	Level
Procrastination	55	77	68	High
Subjective Well-being	7	29	17	Below average
Psychological Well-being	230	412	340	Average
Self-reflection	39	60	51	High
Social reflection	34	49	41	Above average

2. Reflective-Effective Procrastinators ($n = 25$): cluster centroids for Positive Functioning and Reflection are

0.7 and 0.5 respectively. The descriptive statistics for this profile are presented below (see Table 5):

Table 5. Descriptive Statistics for Reflective-Effective Procrastinators

Variables	Min.	Max.	Mean	Level
Procrastination	43	78	55	Average
Subjective Well-being	12	31	24	Above average
Psychological Well-being	339	451	402	High
Self-reflection	40	58	50	Above average
Social reflection	34	54	44	Above average

3. Non-Reflective Adaptive Procrastinators ($n = 19$): cluster centroids for Positive Functioning and Reflection are

0.1 and -1.2 respectively. The descriptive statistics for this profile are presented below (see Table 6):

Table 6. Descriptive Statistics for Non-Reflective Adaptive Procrastinators

Variables	Min.	Max.	Mean	Level
Procrastination	44	71	58	Average
Subjective Well-being	13	32	23	Average
Psychological Well-being	289	434	350	Average
Self-reflection	26	47	37	Average
Social reflection	28	41	36	Average

The first cluster represents individuals with high self-analysis tendencies but low self-acceptance and satisfaction, suggesting that intense behavioral reflection may contribute to excessive self-criticism. The second cluster demonstrates that emotional self-reflection, especially in those over 30, can be associated with high well-being despite procrastination. The third group shows that moderate procrastination combined with average self-reflection does not necessarily result in low well-being, indicating a potentially protective effect of reduced self-reflection.

However, the results suggest that high psychological well-being is more likely when self-reflection is not merely present but of high quality. Reducing self-reflection is not the answer; instead, its effectiveness depends on its focus. Enhancing emotional self-reflection and facilitating the emergence of insight may help young procrastinators turn their reflective tendencies into a resource rather than a burden.

Discussion. The current study confirms the complex and ambivalent nature of the relationship between self-reflection, procrastination, and psychological well-being, especially in the context of age-specific differences. One of the key findings was that self-reflection, often perceived as a resourceful metacognitive process, may relate to either

higher or lower well-being depending on its focus (emotional vs behavioral) and the individual's stage of development.

Our results align with those of Kit (2023), who highlighted the importance of emotional integration within reflective processes for them to positively correlate with well-being. These insights were reflected in our findings: participants under 30 often exhibited behavioral reflection associated with lower self-acceptance, while those over 30 showed strong positive correlations between emotional self-reflection and psychological well-being.

This age-related shift may be explained by what has been referred to in literature as the “paradox of introspection”, where excessive self-focus, particularly on negative content, relates to decreased well-being and can be associated with depressive states (Harrington & Loffredo, 2010). Our findings are consistent with this view: younger participants more often engaged in critical behavioral reflection, which appeared to amplify self-criticism, while older participants displayed more emotionally insightful reflection.

Discussing the relationship between self-reflection and psychological well-being, it is worth mentioning that some researchers (Grant et al., 2002) found that self-reflection

combined with insight is a positive predictor of well-being, whereas reflection without insight or emotional clarity may lead to rumination and lower life satisfaction. These conclusions resonate with our cluster analysis results, where reflective-effective procrastinators, especially in the older age group, demonstrated higher scores of well-being along with high levels of emotional reflection. In contrast, reflective-critical procrastinators combined high reflection with low well-being, suggesting that the quality and direction of reflection plays a more essential role than its intensity alone.

The scientific novelty of our study lies in integrating these findings into a developmental framework: age moderates the relationship between self-reflection and well-being, transforming it from a potential vulnerability into a psychological resource. While previous studies have examined either procrastination or reflection in isolation, this research provides empirical evidence of how their interaction changes during early adulthood.

From a practical standpoint, the results indicate that interventions for young procrastinators should not aim to reduce reflection, but rather to enhance its emotional quality. Supporting emotional insight and reducing harsh behavioral self-evaluation may help young adults use their reflective tendencies as a foundation for psychological growth rather than as a source of dissatisfaction.

Conclusion. The present study explored the relationship between self-reflection and psychological well-being in young adults (aged 25–35) with medium to high levels of procrastination. The findings confirmed that this relationship is complex and moderated by age.

Among participants under 30, high levels of self-reflection, especially behavioral, were associated with lower psychological well-being, particularly with reduced self-acceptance. In contrast, participants over 30 demonstrated positive associations between self-reflection and most dimensions of psychological well-being, especially when reflection was emotionally oriented.

Factor and cluster analyses identified three distinct profiles of procrastinators, with the most psychologically resilient group characterized by high emotional self-reflection and overall well-being. The group with the lowest well-being displayed high behavioral self-criticism, while those with average scores maintained moderate well-being despite lower reflection.

These results underline the importance of the quality and direction of self-reflection rather than its intensity. Emotional insight appears to be a key component in transforming self-reflection into a psychological resource.

Therefore, age-sensitive interventions should aim to support emotionally grounded self-awareness to promote well-being in young procrastinators.

References

- Bobkova, D. V. (2020). The relationship between reflection and life satisfaction at different stages of life. *Zaporizhzhia National University*.
<https://dspace.znu.edu.ua/xmlui/handle/12345/2199> [in Ukrainian].
- Grant, M. A., & Franklin, J. (2002). The self-reflection and insight scale: A new measure of private self-consciousness. *Social Behavior and Personality*, 30(8), 821–836.
<https://doi.org/10.1177/0306422010390622>
- Habelrih, E. A., & Hicks, R. E. (2015). Psychological well-being and its relationships with active and passive procrastination. *International Journal of Psychological Studies*, 7(3), 25–34.
<https://doi.org/10.5539/ijps.v7n3p25>
- Harrington, R., & Loffredo, D. A. (2010). Insight, rumination and self-reflection as predictors of well-being. *The Journal of Psychology*, 145(1), 39–57.
<https://doi.org/10.1080/00223980.2010.528072>
- Kit, Y. P. (2023). The significance of reflectivity for an individual's psychological well-being. *Kyryi Rib State Pedagogical University*.
<https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/7114> [in Ukrainian].
- Nazaruk, N. V. (2022). Procrastination as a psychological phenomenon. *Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series "Psychology"*, (3), 66–70. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.3.13> [in Ukrainian].
- Polivanova, O. Y., & Huliaieva, O. V. (2015). On the problem of defining the psychological content of the concept of "psychological well-being". *Bulletin of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series "Psychology"*, 1150, 34–39.
http://visnyk-ps.univer.kharkov.ua/vystnik_psy_ukr/nomera/1150.pdf [in Ukrainian].
- Pozdniakova, A. V. (2023). Psychological aspects of the relationship between academic procrastination and subjective well-being of student youth. In *Youth in Contemporary Psychology: Proceedings of the XII All-Ukrainian Scientific-Practical Conference of Students, Postgraduates, and Young Scientists*, Sumy, April 20, 2023 (pp. 101–103).
http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/26179/3/53_Pozdnyakova.pdf [in Ukrainian].
- Pychyl, T. A., & Sirois, F. M. (2016). Procrastination, emotion regulation and well-being. In F. M. Sirois & T. A. Pychyl (Eds.), *Procrastination, Health and Well-Being* (pp. 163–188). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-802862-9.00008-6>
- Sirois, F. M., & Tosti, N. (2012). Lost in the moment? An investigation of procrastination, mindfulness, and well-being. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 30(4), 237–248. <https://doi.org/10.1007/s10942-012-0151-y>

Л. М. ЯВОРОВСЬКА (Яворовська Любов Миколаївна)

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри загальної психології

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна

e-mail: lmjavorovska@karazin.ua

<https://orcid.org/0000-0002-1827-0522>

З. Г. АБРАМОВА (Абрамова Зоя Григорівна)

магістер психології, Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна

e-mail: zoya.abramova@student.karazin.ua

<https://orcid.org/0009-0009-5118-4624>

ВІД ТЯГАРЯ ДО РЕСУРСУ: РОЛЬ САМОРЕФЛЕКСІЇ У БЛАГОПОЛУЧЧІ МОЛОДИХ ПРОКРАСТИНАТОРІВ

У статті досліджується взаємозв'язок між саморефлексією та психологічним благополуччям у молодих дорослих із середнім і високим рівнем прокрастинації. Актуальність дослідження зумовлена зростанням поширеності прокрастинації серед молоді, особливо в періоди життєвих змін та нестабільності. Метою було вивчення вікових відмінностей у зв'язку між саморефлексією та благополуччям у прокрастинаторів віком 25–35 років. Було застосовано як кількісні методи (шкали Лея, Ріффа, Дінера, Гранта), так і якісні (контент-аналіз проєктивної відповіді), а також факторний і кластерний аналіз. Результати показали, що у респондентів віком до 30 років саморефлексія або не мала значущого зв'язку із самоприйняттям, або виявляла негативну кореляцію з самоприйняттям, особливо коли домінувала поведінкова рефлексія. Натомість у респондентів віком понад 30 років виявлено позитивні зв'язки між саморефлексією та більшістю шкал психологічного благополуччя, зокрема у разі емоційної спрямованості рефлексії. Виявлено три типи прокрастинаторів: рефлексивний критичний, рефлексивний ефективний та нерефлексивний адаптивний. Саморефлексія високої якості, особливо емоційна, постала як важливий ресурс підвищення благополуччя.

Ключові слова: рефлексія поведінки, рефлексія емоцій, особистісне зростання, прокрастинація, психологічне благополуччя, самоприйняття, саморефлексія, молоді дорослі

Список використаних джерел

- Бобкова Д. В. Взаємозв'язок рефлексії та ступеня задоволеності життям на різних вікових етапах. *Запорізький національний університет*. 2020. 65 с. <https://dspace.znu.edu.ua/xmlui/handle/12345/2199>
- Кіт Є. П. Значення рефлексивності для психологічного благополуччя особистості. *Криворізький державний педагогічний університет*. 2023. 55 с. <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/7114>
- Назарук Н. В. Прокрастинація як психологічний феномен. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія "Психологія"*. 2022. № 3. С. 66–70. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.3.13>.
- Позднякова А. В. Психологічні особливості взаємозв'язку академічної прокрастинації та суб'єктивного благополуччя студентської молоді. *Молодь у сучасній психології. Збірник матеріалів конференції. XII Всеукр. наук.-практ. конф. студентів, аспірантів та молодих вчених, м. Суми. 20 квіт. 2023. С. 101–103*. http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/26179/3/53_Pozdnyakova.pdf
- Поліванова О. Є., Гуляєва О. В. До проблеми визначення психологічного змісту поняття "психологічного благополуччя". *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія "Психологія"*. 2015. № 1150. С. 34–39. http://visnyk-ps.univer.kharkov.ua/vystnik_psy_ukr/nomera/1150.pdf
- Grant M. Anthony, Franklin J. The self-reflection and insight scale: A new measure of private self-consciousness. *Social behavior and personality*. 2002. 30(8). P. 821–836. <https://doi.org/10.1177/0306422010390622>
- Habelrih E. A., Hicks R. E. Psychological well-being and its relationships with active and passive procrastination. *International Journal of Psychological Studies*. 2015. 7(3), P. 25–34. <https://doi.org/10.5539/ijps.v7n3p25>.
- Harrington R., Loffredo D. A. Insight, rumination and self-reflection as predictors of well-being. *The Journal of psychology*. 2010. 145(1). P. 39–57. <https://doi.org/10.1080/00223980.2010.528072>.
- Pychyl T. A., Sirois F. M. Procrastination, emotion regulation and well-being. *Procrastination, health and well-being*. Academic Press. 2016. P. 163–188. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-802862-9.00008-6>.
- Sirois, F. M., & Tosti, N. (2012). Lost in the moment? An investigation of procrastination, mindfulness, and well-being. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*. 30(4). P. 237–248. <https://doi.org/10.1007/s10942-012-0151-y>

Стаття надійшла до редакції 17.04.2025 (The article was received by the editors 17.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 08.06.2025 (The article is recommended for printing 08.06.2025)

ЛЮДИНА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-03

UDC 159.9.316.6

М.С. КРАПИВА (Крапива Марія Сергіївна)

*Здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти,**Викладач кафедри практичної психології**Київського столичного університету імені Бориса Грінченка,**вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м.Київ, Україна**E-mail: m.krapiwa@kubg.edu.ua**https://orcid.org/0009-0009-2218-9338*ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ
В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Цивільні особи, тобто ті верстви населення що не беруть безпосередньої участі у збройних конфліктах, виступають однією з найбільш незащитених соціальних категорій населення в період розгортання активних бойових дій. Зважаючи на це, дослідження особливостей подолання цивільним населенням стресу війни в умовах мінального сьогодення, особливо в контексті російсько-української війни, постає на нашу думку, вкрай актуальним. Метою даної статті виступає теоретико-методологічний аналіз психологічних особливостей долаючої поведінки цивільного населення в умовах воєнного стану та обґрунтування теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни. Фундаментом теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни постає профілактика стресу війни, яка є одним з найбільш вагомих, на нашу думку, чинників збереження психологічного благополуччя особистості. В статті проаналізовано долаючу поведінку як психологічний феномен, основні складові подолання стресу війни цивільними особами та обґрунтовано теоретичну модель долаючої поведінки цивільного населення під час війни, що включає також опис можливостей психопрофілактики можливих психологічних наслідків впливу війни на особистість. Було використано такі теоретичні методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, індукція, дедукція та моделювання. Зроблено висновок про те, що копінг-поведінка є багатовимірним психологічним феноменом, в основі процесу формування якого лежить розмаїття копінг-ресурсів, що системно визначають особливості структури реагування кожної окремої особи на ситуацію взаємодії зі стресом.

Ключові слова: долаюча поведінка. копінг-стратегії. психологічні захисти. копінг-ресурси. психопрофілактика.

Вступ. Стрес-долаюча поведінка особистості є комплексним поняттям та розглядається вітчизняними та закордонними дослідниками з точки зору різних парадигм в психології. На думку Н. Ярош процес подолання складних емоційних переживань суб'єктом, що знаходиться під дією стрес-факторів, включає в себе когнітивний, поведінковий та емоційний компонент, охоплює всі види активної взаємодії особистості з проблемною ситуацією з метою її вирішення, а вибір копінг-поведінки зумовлений, насамперед, особистісними особливостями суб'єкта (Ярош, 2018).

Р. Браянт, П. Шнурр, А. Педлер досліджуючи психологічне здоров'я та потреби українців у 2022 році після повномасштабного вторгнення росії в Україну, визначають, що цивільні особи, які постраждали від війни, можуть мати порушення психічного здоров'я, тривожні розлади та депресію (Браянт et. al, 2022). Висновок дослідників також підтверджують дані Всесвітніх досліджень психічного здоров'я ВООЗ про те, що відновлення після посттравматичного стресового розладу відбувається особливо повільно в контексті активних подій війни, що може призводити до тривалих проблем з психічним здоров'ям (Коенен et. al, 2017). Автори акцентують увагу на тому, що різка ескалація бойових дій у 2022 році та спільні для всіх

українців психологічні наслідки війни і внутрішнього переміщення з 2014 року підвищили рівень схильності населення до розвитку психічних захворювань та знизили загальний рівень опірності стресу, що призвело до стійких несприятливих наслідків для психічного здоров'я населення України (Браянт et. al, 2022).

Таким чином, зважаючи на наявність певних особливостей у подоланні стресу війни цивільним населенням України, можемо говорити про особливу актуальність дослідження психологічних особливостей долаючої поведінки осіб, що не беруть безпосередньої участі в бойових діях.

Мета. Метою даної статті виступає теоретико-методологічний аналіз психологічних особливостей долаючої поведінки цивільного населення в умовах воєнного стану та обґрунтування теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни.

Методи дослідження. З метою здійснення теоретико-методологічного аналізу феномену подолання та побудови теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни нами було використано такі теоретичні методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, індукція, дедукція та моделювання.

Як цитувати: Крапива, М. (2025). Теоретична модель долаючої поведінки цивільного населення в умовах воєнного стану. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 19-24. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-03>

In cites: Krapiwa, M. (2025). Theoretical Model of Coping Behavior of Civilians in War Conditions. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 19-24. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-03> (in Ukrainian)

© Крапива, М. 2025; Крапива, М. 2025; CC BY 4.0 license

Результати дослідження. Відповідно до нашої наукової позиції, у межах даного дослідження долаючи поведінка розглядається як цілісне явище, що охоплює як копінг - стратегії, пов'язані з усвідомленим вибором реакцій на стресову ситуацію, так і механізми психологічного захисту, які відображають неусвідомлювані процеси, інтегровані у загальну систему подолання.

У працях Г. Вайланта запропоновано класифікацію захисних механізмів як складової копінг - поведінки, де вони інтерпретуються як пасивний, неусвідомлюваний чинник, що впливає на формування загальної копінг - стратегії особистості (Вайлант, 2000). Отже, неусвідомлювані процеси варто розглядати насамперед як механізми зниження психічної напруги, спричиненої стресом, тоді як застосування копінг - стратегій є результатом свідомої активності, спрямованої на розв'язання проблемної ситуації. Таким чином, взаємодія свідомих і несвідомих процесів у структурі долаючої поведінки зумовлює вибір індивідом конструктивних або деструктивних форм адаптації до середовища.

У наукових працях Г. Вайланта охарактеризовано віднесення механізмів психологічного захисту до класу копінгів, тобто розглянуто захисні механізми як деяку пасивну складову вибору копінг - стратегії, що формує загальний портрет долаючої поведінки особистості (Вайлант, 2000). Таким чином, можемо говорити про те, що неусвідомлювані процеси є, перш за все, механізмами зниження психологічної напруги, що виникають під дією стресу, а застосування певної копінг - стратегії є усвідомленою дією, що спрямована на вирішення проблемної ситуації, що спричиняє стрес. Отже, синтез усвідомлених та неусвідомлених процесів в структурі долаючої поведінки призводить до вибору суб'єктом конструктивних або неконструктивних форм адаптації до умов навколишнього середовища.

Механізми психологічного захисту як науковий феномен вперше обґрунтував Зігмунд Фройд (Фройд, 2023). Вчений наполягав на тому, що захисні механізми психіки, які включають витіснення, проєкцію заміщення, раціоналізацію, регресію, сублімацію, заперечення та реактивне утворення, є вагомими компонентами у формуванні власного «Я» та відіграють ключову роль у формуванні характеру особистості (Фройд, 2023).

В залежності від специфіки дій, механізми психологічного захисту можуть поділятися на ті, що чинять конструктивний вплив на розвиток особистості, а також ті, що є деструктивними та сприяють, в результаті, погіршенню сприйняття стресогенної ситуації (Андрушко, 2013). До конструктивних засобів захисту відносять механізм компенсації та сублімації, як процес перетворення негативних переживань в енергію направлену на соціально прийнятну активність. До деструктивних форм захисту належать: механізм витіснення, як процес переходу травмуючих спогадів у несвідоме; проєкція, як механізм помилкового сприйняття внутрішнього стану за характер зовнішніх обставин; заміщення, як перенесення агресивних імпульсів на менш загрозливий об'єкт; регресія, як повернення до інфантильних форм поведінки;

формування реакції як захист від неприйнятних форм реакції шляхом зворотної поведінки; раціоналізація, як процес помилкової аргументації ситуації; втеча, як спосіб несвідомо уникнути психотравмуючої ситуації (Процик, 2016).

Основною функцією механізмів психологічного захисту є відмежувати негативні і травмуючі переживання особистості від сфери свідомості. В сучасних літературних джерелах даний термін використовується для позначення будь-якої поведінки, яка спрямована на подолання психологічного дискомфорту (Москалець, 2020).

Актуальним питанням для сучасної психології досі залишається рівень усвідомленості механізмів психологічного захисту особистістю. А також можливість контролюваності даного феномену у процесі побудови стратегії подолання проблемної ситуації. С. Степаненко припускає, що психологічні захисти можуть виступати базою для побудови психічної моделі долаючої поведінки суб'єктів, а також можуть набувати певного рівня усвідомленості та урегульованості в процесі цілеспрямованого здійснення людиною діяльності. (Степаненко, 2021).

На нашу думку, копінг - стратегії, як компонент долаючої поведінки, на відміну від захисних механізмів психіки, є більш конструктивною формою подолання стресу і виражають свідомий рівень активізації внутрішніх ресурсів особистості з метою відновлення душевного гомеостазу. У науковій літературі переважає виокремлення трьох ключових підходів до класифікації копінг - стратегій. Перший трактує копінг як різновид психологічного захисту, функцією якого є зниження психоемоційної напруги. Другий підхід розглядає копінг як відносно стабільну індивідуальну схильність до певного способу реагування на стресові обставини. Третій підхід визначає копінг як динамічний процес взаємодії особистості зі стресом, що відображає специфіку її реакцій на стресогенні впливи (Вавілова, 2019).

У багатьох літературних джерелах виокремлюють три базові копінг-стратегії. До базових копінгів за Д. Амірханом належать стратегія розв'язання проблем, стратегія пошуку соціальної підтримки та уникання. Стратегія розв'язання проблем характеризується активним процесом пошуку способів вирішення проблемної ситуації, задіюючи всі можливі внутрішньоособистісні ресурси. Така стратегія вважається найбільш ефективною і сприяє загальній соціальній адаптації особистості. Стратегія пошуку соціальної підтримки характеризується активним пошуком соціального середовища до якого можна звернутися по допомогу та емоційну підтримку. Стратегія уникання є пасивним способом подолання стресу, що виявляється через уникнення контакту з оточуючим світом, а також витіснення потреби у необхідності розв'язати проблемну ситуацію. Психологічний механізм, що характеризує стратегію уникання близький до механізмів психологічного захисту, і тому вважається неконструктивним способом подолання стресу (Амірхан, 1990).

Проблематика дослідження опанувальної поведінки вперше системно була висвітлена в роботах Р. Лазаруса та С. Фолькмана. Науковці розробили власну класифікацію

основних типів реагування на проблемну ситуацію, які може проявляти особа стикаючись зі стресом, що визначаються двома загальними категоріями способів опанування, серед яких: 1) копінг-стратегії, що сфокусовані на проблемі; 2) копінг-стратегії, що сфокусовані на емоціях (Фолькман & Лазарус, 1991). Перший тип передбачає процес боротьби зі стресом шляхом спрямування власної уваги на процесі подолання стресового зв'язку особистості із ситуацією небезпеки та її когнітивною переоцінкою. Другий тип визначає активний процес керування емоціями в умовах стресу. Р. Лазарус зазначав, що копінг-стратегії особистості направлені на вирішення життєвих проблем, що виникають в умовах небезпечних ситуацій і вмикають механізми внутрішньої активізації адаптивних ресурсів (Фолькман & Лазарус, 1991).

На основі вищезазначених типів відповіді на стрес, Р. Лазарус та С. Фолькман визначили три складові відповіді на стресогенну ситуацію, що включають емоційний, поведінковий та когнітивний компоненти реагування на стрес. На основі поєднання цих компонентів, дослідники виокремили вісім стратегій подолання ситуативно-специфічного характеру: уникнення, прийняття відповідальності, дистанціювання, самоконтроль, конфронтація, пошук соціальної підтримки, планування вирішення проблем та позитивна переоцінка стресогенної ситуації (Фолькман & Лазарус, 1991).

Натомість, А. Колчигіна характеризує опанувальну поведінку як відповідь на актуальну загрозу за допомогою копінг-стратегій, що своєю чергою будуються на основі наявних внутрішньоособистісних копінг-ресурсів. За умови, якщо копінг-ресурси активізуються, суб'єкт легше справляється зі стресом і обирає більш ефективні стратегії подолання (Колчигіна, 2015). Копінг-ресурси, на думку А. Колчигіної, поділяються на фізичні, соціальні, психологічні та матеріальні. Фізичні копінг-ресурси визначають здатність до витривалості в складних життєвих ситуаціях. Соціальні ресурси подолання являють собою наявність або відсутність індивідуальної для кожної особи мережі соціальних зв'язків, що може надати підтримку. Психологічні копінг-ресурси включають індивідуальні особливості особистості, її переконання, установки, адекватність самооцінки, здатність до ефективної комунікації, рівень інтелекту, локус контролю, здатність до рефлексії, рівень навичок саморегуляції та самоконтролю. Матеріальні ресурси опанувальної поведінки особистості характеризуються її фінансовими можливостями, матеріальним положенням особи в суспільстві, наявністю або відсутністю власності (Колчигіна, 2015). Кожен із запропонованих дослідницею копінг-ресурсів впливає на рівень можливостей подолання різного рівня складних життєвих ситуацій і може впливати на успішність даного процесу.

Таким чином, можемо зробити висновок про те, що копінг-поведінка є багатовимірним психологічним феноменом, в основі процесу формування якого лежить розмаїття копінг-ресурсів, що системно визначають особливості структури реагування кожної окремої особи на ситуацію взаємодії зі стресом.

В. Федорчук та В. Федорчук описали арсенал ресурсів, що може використати людина, що опинилася у ситуації війни. На думку вчених такими ресурсами є резильєнтність як здатність людини до подолання травматичних переживань, психологічна стійкість як здатність долати життєві випробування, зберігаючи при цьому особистісну цілісність, а також резильєнтність як динамічна властивість особистості долати стреси конструктивним шляхом. Науковці роблять висновок про те, що дані особистісні властивості виступають ресурсами подолання життєвих випробувань, спричинених війною, а також дозволяють зберегти психічне здоров'я в умовах кризи (Федорчук & Федорчук, 2022).

О. Кокун, досліджуючи психологічний стан українського населення в умовах війни, акцентує увагу на тому, що широкий спектр емоційних переживань обумовлених стресом може трансформуватися у творчий потенціал, що сприятиме особистісному розвитку індивіда (Кокун, 2023).

Щодо психопрофілактики стресу війни, то можемо говорити про те, що обов'язковою умовою для збереження психологічного здоров'я особистості в умовах війни виступає здійснення різних видів психологічних інтервенцій, тобто втручання на рівні особистості та організацій, із якими вона взаємодіє. Вкрай важливим для попередження важких наслідків впливу стресу війни науковці вважають негайне підтримуюче втручання, що має включати широкий спектр методів спрямованих на зниження емоційної напруги, відновлення психологічних ресурсів, а також зниження інтенсивності впливу травмуючих переживань на особистість та подальшу психотерапевтичну допомогу (Бургін et. al., 2022). Особливу увагу варто надати підтримці психічного здоров'я травмованих дітей, адже вплив війни на дітей є широким і різностороннім, із багатьма наслідками, що може призвести до формування підвищеного ризику розвитку психічних розладів у підлітковий період та на інших вікових етапах становлення особистості (Бургін et. al., 2022).

Згідно результатів проведеного теоретико-методологічного аналізу феномену долаючої поведінки цивільного населення України нами було створено відповідну теоретичну модель цього явища, представлену на рисунку 1.

Модель включає в себе загальний механізм подолання, що на нашу думку складається з первинної емоційної реакції, подальшої когнітивної оцінки стресогенної ситуації та наступного вибору оптимальної стратегії копіngu, що дозволить підтримувати стан психічного гомеостазу особи, яка переживає стрес війни. Проте, як ми вважаємо, на шляху до формування адаптивного подолання з метою підтримки психологічної рівноваги на особистість можуть діяти певні фактори, що можуть впливати на рівень адаптивності подолання стресогенної ситуації.

До факторів ризику, що зменшують адаптивність подолання ми відносимо переживання втрати, соціальну дезінтеграцію та наявні психічні розлади. Переживання втрати, незалежно від рівня її тяжкості, (від матеріальних втрат до втрати близької людини) може пригнічувати

можливості подолання суб'єкта. Соціальна дезінтеграція особистості може перешкоджати процесу ефективного подолання стресу, адже відсутність сталого осередку соціальної підтримки, відчуття ізольованості та самотності здатні пригнічувати процеси вироблення ефективних форм подолання та стимулювати уникнення проблемної ситуації. Наявність психічних розладів може значно зменшувати адаптивні можливості успішного подолання стресу війни. До факторів, що на нашу думку стимулюватимуть успішне подолання стресу війни, ми включили розвинену систему копінг-ресурсів особистості, рівень резильентності та

особистісний потенціал особистості. До копінг-ресурсів ми відносимо усі індивідуально-психологічні характеристики особистості, що полегшують адаптацію і допомагають впоратися із загрозливими обставинами життя. Під резильентністю ми розуміємо психологічну стійкість до кризових умов життя, що дозволяє ефективно справлятися зі стресом. Особистісний потенціал, як фактор успішного подолання ми характеризуємо як здатність людини до самонавчання та особистісного зростання, що дозволяє примножувати власні адаптаційні можливості на основі позитивного досвіду подолання стресу.

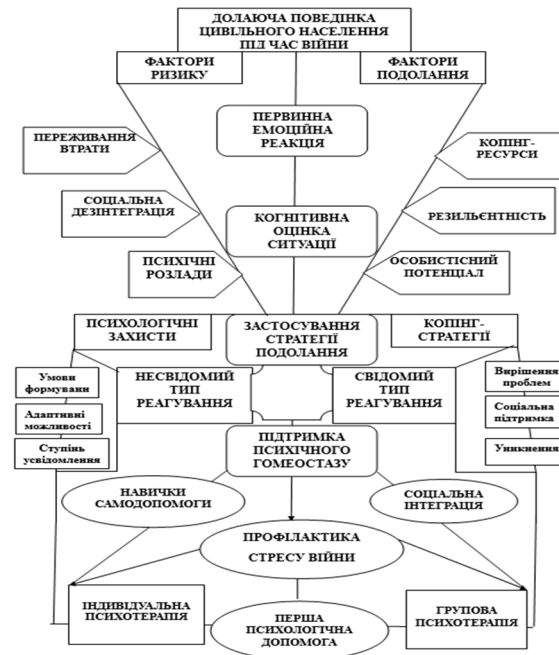


Рисунок 1. Долаюча поведінка цивільного населення під час війни / Overcoming the Behavior of Civilians During War

Згідно нашої наукової позиції долаюча поведінка розглядається як поєднання несвідомих та свідомих реакцій на стресогенну ситуацію, де свідомий рівень відображають базові копінг-стратегії особистості, до яких належать стратегія вирішення проблем, соціальна підтримка та уникнення. Своєю чергою, несвідомий рівень подолання відображають захисні механізми психіки, де проаналізувавши велику кількість наявних класифікацій ми, перш за все вважаємо, що основними критеріями активації певного механізму в дорослому віці виступають умови їх формування в дитинстві, адаптивні можливості особистості та ступінь усвідомленості її вибору, що можна простежити на рисунку 1.1. До базових механізмів психологічного захисту, ми перш за все відносимо ті, що були описані З. Фройдом згідно його психоаналітичної теорії, до яких належать витіснення, проєкція, заміщення, раціоналізація, регресія, сублімація, заперечення та реактивне утворення.

Фундаментом теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни постає профілактика стресу війни, яка є одним з найбільш вагомих, на нашу думку, чинників збереження психологічного благополуччя особистості. Узагальнюючи підходи до профілактики можливих

наслідків впливу стресу війни, можна зробити висновок про те, що першочерговим етапом майбутньої профілактики постає вчасно та професійно надана перша психологічна допомога, за якою можуть слідувати інші форми втручання, у вигляді індивідуальної та групової психотерапії в залежності від індивідуальних потреб особистості. Такі форми роботи допоможуть виробити навички самодопомоги та надати необхідний рівень підтримки. У випадку групових форм роботи, яка є особливо ефективною для дітей та підлітків, особа, що пережила стрес війни, може отримати необхідну соціальну підтримку, розширити коло комунікації та бути інтегрованою у певну соціальну групу. Варто зазначити, що не всі цивільні особи, які були травмовані внаслідок воєнних дій звертаються за кваліфікованою психологічною допомогою, проте можливість отримати кваліфіковану першу психологічну допомогу безпосередньо після надзвичайної події значно зменшує ризик розвитку ПТСР та інших психічних розладів внаслідок психічної травматизації.

Обговорення. Потужну теоретико-методологічну базу поняття копіngu розробляють українські вчені С. Максименко, Г. Костюк, В. Роменець, В. Татенко, Т. Титаренко та ін. Проте слід наголосити, що дослідження цього психологічного феномену в Україні

поки що залишається на стадії формування. Можемо говорити про те, що базис усіх теорій стратегій подолання лежить в основі теорії стресу Г. Сельє, яку можна вважати методологічним фундаментом когнітивно-міжособистісного підходу у проведенні досліджень копінгу. Загалом відомо, що найбільш ефективно копінг-стратегії формуються у процесі розв'язання певної проблемної ситуації, що призводить до появи нового життєвого досвіду. Проблематика дослідження захисно-долаючої поведінки залишається відкритою для наукових розвідок та потребує більш ґрунтовного емпіричного дослідження складових подолання.

Висновки. Спираючись на теоретико-методологічний аналіз наукової літератури, робимо висновок про те, що багатовекторність поняття долаючої поведінки спрямовує авторів до більш детального індивідуалізованого підходу до його вивчення, адже досить велика кількість теорій копінгу спирається не тільки на пошук та аналіз зовнішніх факторів впливу стресу на особистість, а й звертається до більш глибоких, внутрішньоособистісних чинників формування стратегій подолання. Дослідження особистісних конструктів, в контексті долаючої поведінки, все більше спонукає наукову спільноту до побудови нових адаптаційних теорій, що сприятиме у подальшому розширенню цього поняття. У зв'язку з цим, перспективна нашого дослідження передбачає ґрунтовний теоретичний аналіз новітніх поглядів на проблематику долаючої поведінки та віднайдення зв'язку усіх можливих її компонентів з індивідуальними характеристиками суб'єкта подій стресу в рамках подальшого емпіричного дослідження.

Список використаних джерел

- Андрушко Я.С. Теоретико-психологічний аналіз проблеми механізмів захисту особистості. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. 2013. Вип. 2. С. 152-157. <https://social-science.uu.edu.ua/article/1053>
- Вавілова А.С. Психологічні особливості копінг-стратегій у підлітків-перфекціоністів *Психологічний часопис: збірник наукових праць за ред. С.Д. Максименка*, 2019. Вип. 5. С. 101-114. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.10>
- Кокун, О. М. Захисний потенціал професійної життєстійкості фахівців при впливі стресових чинників воєнного часу. *Методи та засоби психологічної допомоги постраждалим у подоланні ПТСР: тези доповідей науково-практичної конференції Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2023. С. 17-19. <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055634.pdf>
- Колчигіна А. В. Прояв різних профілів копінг-стратегій в емоційних станах студентів в ситуації оцінювання знань. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2015. Вип. 51. С. 91–99.
- Мелоян А.Е., Садчикова О. Г. Взаємозв'язок особистісної зрілості та копінг-поведінки у психологів, які працюють у зоні військового конфлікту. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. Вип. 3. С.45-50. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-1.15>
- Москалець В.П. Загальна психологія: підручник. Київ: Видавництво Ліра. 2020. 564с. <http://194.44.152.155/elib/local/sk/sk814182%20.pdf>
- Процик Л.С. Особливості реалізації механізмів психологічного захисту інтелектуально обдарованими підлітками: автореф. дис...канд.псих.наук: 19.00.07 Київ, 2018. 22 с. https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/%D0%94_26.053.10/Prottsyk.pdf
- Степаненко Л. В. Особливості взаємозв'язку емоційних властивостей та копінг-захисних механізмів особистості переселенців. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2021. Вип. 1. С. 47-53. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-1-6>
- Федорчук В. Федорчук В. Психологічні ресурси особистості в умовах війни. *Всеукраїнська науково-практична конференція з нагоди 50-річчя від початку підготовки психологів у Харківському Університеті* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, 08-09 грудня 2022р. С. 275-279. <https://psychology.karazin.ua/news2023/12042023/Zbyrka.pdf>
- Фройд З. Нарис психоаналізу. Частина 3. Теоретичний заобудок. *Український психоаналітичний журнал*. 2023. 1(3). С. 74-77. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-3-11>
- Ярош Н. Саногенне мислення як чинник стрес-долаючої поведінки: автореф.дис...канд.псих.наук: 19.00.01 Київ. 2018. 25 с. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya_yarosh_1540403786.pdf
- Amirkhan J. A Factor Analytically Derived Measure of Coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990. V. 55. P. 1066–1074.
- Bryant R.A., Schnurr P.P., Pedlar D. Addressing the mental health needs of civilian combatants in Ukraine. *The Lancet Psychiatry*. 2022. V.9(5). P. 346-347. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(22\)00097-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(22)00097-9)
- Bürgin D., Anagnostopoulos D., Vitiello B., Sukale T., Schmid M., & Fegert J. M. Impact of war and forced displacement on children's mental health-multilevel, needs-oriented, and trauma-informed approaches. *European child & adolescent psychiatry*, 2022. V. 31(6). P. 845-853. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01974-z>
- Folkman S., Lazarus R. Coping and emotion. Stress and Coping: An Anthology. Ed.: Alan Monat and Richard S. Lazarus. Columbia University Press. 1991. V. 1, P. 207-227.
- Koenen K. C., Ratanatharathorn A., Ng L., McLaughlin K. A., Bromet E. J., Stein D. J., Kessler R. Posttraumatic stress disorder in the world mental health surveys. *Psychological medicine*. 2017. V. 47(13). P. 2260-2274. <https://doi.org/10.1017/S0033291717000708>
- Vaillant G. E. Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American psychologist*. 2000. V. 55(1). P. 89-98. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.89>

M. KRAPYVA (Krapyva Mariia Serhiivna)
A graduate of the third (educational and scientific) level of higher education,
Lecture of the Department of Practical Psychology
Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University,
st. Bulvarno-Kudryavska, 18/2, Kyiv, Ukraine
E-mail: m.krapyva@kmbg.edu.ua
<https://orcid.org/0009-0009-2218-9338>

THEORETICAL MODEL OF COPING BEHAVIOR OF CIVILIANS IN WAR CONDITIONS

Civilians, that is, those segments of the population that do not take direct part in armed conflicts, are one of the most vulnerable social categories of the population during the period of active hostilities. Given this, the study of the features of overcoming war stress by the civilian population in the conditions of the changing present, especially in the context of the Russian-Ukrainian war, appears, in our opinion, extremely relevant. The purpose of this article is a theoretical and methodological analysis of the psychological features of the overcoming behavior of the civilian population in conditions of martial law and the substantiation of the theoretical model of the overcoming behavior of the civilian population during war. The foundation of the theoretical model of the overcoming behavior of the civilian population during war is the prevention of war stress, which is one of the most significant, in our opinion, factors in preserving the psychological well-being of the individual. The article analyzes coping behavior as a psychological phenomenon, the main components of overcoming war stress by civilians, and substantiates a theoretical model of coping behavior of the civilian population during war, which also includes a description of the possibilities of psychoprophylaxis of possible psychological consequences of the impact of war on the personality. The following theoretical research methods were used: analysis, synthesis, comparison, generalization, induction, deduction, and modeling. It is concluded that coping behavior is a multidimensional psychological phenomenon, the basis of the process of its formation is a variety of coping resources that systematically determine the features of the structure of the response of each individual to a situation of interaction with stress.

Keywords: coping behavior. coping strategies. psychological defenses. coping resources. psychoprophylaxis

References

- Andrushko, Y. (2013). Theoretical and psychological analysis of the problem of personality protection mechanisms. *Osvita rebionu: politolohiya, psykholohiya, komunikatsiya*, 2, 152-157. <https://social-science.uu.edu.ua/article/1053> [In Ukrainian].
- Vavilova, A. (2019). Psychological features of coping strategies in perfectionist adolescents. *Psykholobichnyy chasopys: zbirnyk naukovykh prats za red. S. Maksymenka*, 5, 101-114. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.10> [In Ukrainian].
- Kokun, O. (2023). Protective potential of professional resilience of specialists under the influence of stress factors of wartime. *Metody ta zasoby psykholobichnoyi dopomohy postrazhdalym u podolanni PTSR: tezy dopovidey naukovo-praktychnoyi konferentsiyi Instytutu psykholohiyi imeni HS Kostyuka NAPON Ukrayiny*, 2023, 17-19. <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055634.pdf> [In Ukrainian].
- Kolchygina, A. (2015). Manifestation of different profiles of coping strategies in the emotional states of students in the situation of knowledge assessment. *Visnyk Kharkivskoho natsional'noho pedahohichnogo universytetu imeni H. S. Skovorody. Psykholohiya*, 51, 91-99. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2015_51_11 [In Ukrainian].
- Meloyan, A & Sadchikova, O. (2019). The relationship between personal maturity and coping behavior in psychologists working in a military conflict zone. *Teoriya i praktyka suchasnoyi psykholohiyi*, 3, P. 45-50. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-1.15> [In Ukrainian].
- Moskalets, V. (2020). *General Psychology: Textbook*. Kyiv : Lira, P. 564. <http://194.44.152.155/elib/local/sk/sk814182%20.pdf> [In Ukrainian].
- Protsyk, L. (2018). Peculiarities of the implementation of psychological protection mechanisms by intellectually gifted adolescents. (master's thesis). National Pedagogical M.P. Dragomanov University, Kyiv. https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/%D0%94_26.053.10/Protsyk.pdf [In Ukrainian].
- Stepanenko, L. (2021). Peculiarities of the relationship between emotional properties and coping-protective mechanisms of the personality of displaced persons. *Naukovyy visnyk Khersonskoho derzhavnogo universytetu. Seriya «Psykholobichni nauky»*, 1, 47-53. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-1-6> [In Ukrainian].
- Fedorchuk, V. & Fedorchuk, V. (2022). Psychological resources of the individual in wartime. *Vseukrayinska naukovo-praktychna konferentsiya z nabody 50-richchya vid pochatku pidhotovky psykholohiv u Kharkivskomu Universyteti: materialy Vseukrayinskoyi naukovo-praktychnoyi konferentsiyi. Kharkiv*. <https://psychology.karazin.ua/news2023/12042023/Zbyrka.pdf> [In Ukrainian].
- Freud, Z. (2023). An Essay on Psychoanalysis. Chastyna 3. Teoretychnyy zdobutok. *Ukrayins'kyi psykhoanalitichnyy journal*, 1(3), 74-77. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-3-11> [In Ukrainian].
- Yarosh, N. (2018) Sanogenic thinking as a factor of stress-coping behavior. (master's thesis). G.C. Kostyuk Institute of Psychology. Kyiv. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya_yarosh_1540403786.pdf [In Ukrainian].
- Amirkhan, J. (1990). Factor Analytically Derived Measure of Coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 1066-1074.
- Bryant, R. A., Schnurr, P. P. & Pedlar, D. (2022). Addressing the mental health needs of civilian combatants in Ukraine. *The Lancet Psychiatry*, 9(5), 346-347. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(22\)00097-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(22)00097-9)
- Bürgin, D., Anagnostopoulos, D., Vitiello, B., Sukale, T., Schmid, M. & Fegert J. M. (2022). Impact of war and forced displacement on children's mental health-multilevel, needs-oriented, and trauma-informed approaches. *European child & adolescent psychiatry*, 31(6), 845-853. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01974-z>.
- Folkman, S. & Lazarus, R. (1991) Coping and emotion. *Stress and Coping: An Anthology*. Ed.: Alan Monat and Richard S. Lazarus. Columbia University Press, 1, 207-227
- Koenen, K., Ratanatharathorn, A., Ng L., Mc Laughlin, K., Bromet, E., Stein, D. & Kessler, R. (2017) Posttraumatic stress disorder in the world mental health surveys. *Psychological medicine*, 47(13), 2260-2274. <https://doi.org/10.1017/S0033291717000708>.
- Vaillant, G. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American psychologist*, 55(1), 89-98. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.89>

Стаття надійшла до редакції 13.04.2025 (The article was received by the editors 13.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 01.06.2025 (The article is recommended for printing 01.06.2025)

Г.В. ПАВЛЕНКО (Ганна Володимирівна Павленко)
*PhD, доцентка ЗВО кафедри прикладної психології,
 Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,
 майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
<https://orcid.org/0000-0001-6028-4779>
 e-mail: avpavlenko@karazin.ua*

Є. О. КОРОТКОВА (Єлизавета Олександрівна Короткова)
*студентка 2 курсу магістратури факультету психології,
 Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,
 майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна*

ТРИВОЖНІСТЬ ТА АГРЕСИВНІСТЬ ЯК ПСИХОЕМОЦІЙНІ РЕАКЦІЇ НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ: ГЕОГРАФІЧНИЙ ВИМІР

У статті представлено результати дослідження, яке порівнює рівні тривожності та агресивності серед різних груп респондентів, що відрізняються за місцем перебування під час воєнного конфлікту в Україні. Згідно з результатами аналізу, рівень тривожності та агресивності значно варіюється залежно від місця проживання респондентів. Найнижчий рівень тривожності спостерігався серед тих, хто перебував за кордоном, де відсутність прямої загрози життю сприяла зниженню стресогенних факторів. Найвищий рівень тривожності був виявлений серед респондентів, які повернулися до України після перебування за кордоном, що можна пояснити контрастом між безпечною ситуацією за кордоном і небезпечними умовами на батьківщині. Аналогічні результати отримано і щодо рівня агресивності, де найнижчий рівень спостерігався у тих, хто перебував за кордоном, а найвищий — серед внутрішньо переміщених осіб (ВПО) та респондентів, що залишилися у своїх домівках в умовах бойових дій. Найвищий рівень агресивності спостерігався серед ВПО та тих, хто залишався в Україні, де умови постійної загрози та адаптації до воєнного стану підвищують напруження й агресивність. Крім того, відзначено, що група, яка повернулася з-за кордону, демонструє підвищений рівень тривожності через стрес від повернення до зони конфлікту. Соціально-психологічний контекст перебування індивідів відіграє вирішальну роль у формуванні їх емоційних та поведінкових реакцій у контексті війни. Визначено, що в умовах постійної загрози для життя й адаптації до екстремальних ситуацій психосоціальна підтримка повинна бути орієнтована на підтримку резильєнтності та зменшення стресових реакцій, особливо серед груп, які повертаються до зони конфлікту.

Ключові слова: тривожність, агресивність, резильєнтність, психосоціальна підтримка, війна в Україні

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

У сучасній Україні, де війна суттєво змінює соціальне та особистісне життя, психологічні ефекти, зумовлені стресом та постійною загрозою, набувають особливої важливості. Війна, як надзвичайний стресовий фактор, викликає серйозні психічні наслідки через втрати, руйнування та інші небезпеки, з якими стикаються люди. Це сприяє зростанню рівня тривожності, розвитку тяжких психічних станів, таких як безпомічність, емоційне вигорання, депресія тощо, що підтверджується результатами численних наукових і практичних досліджень (Нежинська, 2024).

З ініціативи О. Зеленської у 2022 році було проведено дослідження психічного здоров'я українців під час війни, яке показало, що більше половини опитаних відчувають негативні емоції або переживають депресивні стани. Зокрема, 50% респондентів вказали на підвищену тривожність та напруту, 38% на злість і роздратування, а 45% відчували поганий настрій (Тривожно-депресивні розлади в умовах дистресу війни в Україні, 2024). Це вказує на зростання схильності до депресивних розладів. Це, звісно, не означає, що всі ці люди матимуть важку депресію, але певний відсоток тих, хто перебуває в стані постійного дистресу (адже люди зараз часто переживають, мають обґрунтовані страхи,

такі як можливість загинути, втратити житло або залишитися без роботи), все ж потрапляють до групи ризику розвитку депресії. Цю проблему можна частково уникнути, якщо в Україні буде розвиватися культура піклування про психічне здоров'я нарівні з фізичним.

Тривожність, як одна з найбільш поширених реакцій на постійну небезпеку, часто взаємодіє з агресивною поведінкою, формуючи складний механізм, який суттєво впливає на психічний стан людей. Це питання потребує детального аналізу, особливо з огляду на гендерні відмінності, які впливають на те, як індивіди реагують на ці емоційні стани. Питання тривожності та агресивності в умовах війни є важливою темою вітчизняних досліджень. Сучасні українські психологи, зокрема В. Станчишин, О. Чабан, І. Максимова, висловлюють різні підходи до розуміння тривожності, зауважуючи, що тривога є природною реакцією на стрес, але стає проблемою лише тоді, коли починає негативно впливати на якість життя. Проте при тривалому або інтенсивному впливі стресових ситуацій тривога може трансформуватися в тривожний розлад, що погіршує психічне здоров'я. О. Чабан та О. Хаустова (2022) зазначають, що під час війни зросла кількість людей з психологічними проблемами, включаючи тривогу. Дослідники акцентують увагу на важливості

Як цитувати: Павленко, Г., Короткова, Є. (2025). Тривожність та агресивність як психоемоційні реакції населення в умовах війни: географічний вимір. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 25-29. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-04>

In cites: Pavlenko, H., Korotkova, Y. (2025). The anxiety and aggression as psychosocial reactions of the population in wartime conditions: geographical dimension. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 25-29. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-04> (in Ukrainian)

© Павленко, Г., Короткова, Є. 2025; CC BY 4.0 license

підтримки ментального здоров'я та на необхідності прислухатися до фізіологічних і психологічних симптомів тривожності, яка може заважати нормальній життєдіяльності. Особливо важливою є поведінка людини, яка може стати фоном для розвитку тривожних розладів. Сюди належать: нестача сну, погане харчування, надмірне вживання цукру, кофеїну, алкоголю, нерухомий спосіб життя, надмірне споживання новин, ігнорування симптомів тривоги.

Агресія в умовах війни може бути не лише відповіддю на стрес, але й способом справитися з відчуттям безпорадності, яке часто виникає під час постійної загрози. Багато людей, що переживають кризу, можуть проявляти агресію або в зовнішній формі (на ворогів), або у вигляді агресії щодо оточуючих. В умовах війни гнів до окупантів може проявлятися у вигляді конфліктів навіть серед мирних жителів. Е. Крайніков (2024) визначає агресію як складне поєднання когнітивних, емоційних і вольових аспектів, де вольова складова сприяє досягненню мети через агресивну поведінку. І. Полудьонний (2021) розглядає агресію як спосіб задоволення потреб людини, наголошуючи на важливості усвідомлення і здорового вираження агресії. Н. Івахно (2024) акцентує увагу на аутоагресії, як на будь-яких діях, що можуть завдати шкоди самій людині.

Зв'язок між тривожністю та агресивністю в умовах війни є складнішим, ніж просто набір емоційних реакцій. Підвищена тривожність, зумовлена постійною загрозою та невизначеністю, веде до накопичення стресу, що може стати основою для агресивних проявів. Дослідження свідчать, що високий рівень кортизолу та адреналіну, сприяє підвищеній агресивності та знижує здатність до емоційного контролю. У таких умовах люди мають обмежену здатність до саморегуляції, що ускладнює стримування агресивних реакцій. Переїзд, ізоляція від соціуму, втрата житла та розлука з близькими значно посилюють стресові фактори. Втрата стабільності та безпеки сприяє розвитку тривожних розладів, які можуть переростати в агресивну поведінку. Це можна також пояснити гормональними змінами, що відбуваються в організмі людини під час тривалого стресу. Дослідження А. Хильченко та А. Журавльової (2023) вказують, що більш емпатичні люди є більш чутливими до переживань, пов'язаних з війною. Також було виявлено, що у жінок частіше зустрічається тривожність, а у чоловіків – рівень фрустрації. Особам старшого віку властиві негативні емоційні стани більше, ніж молодшим респондентам. За результатами досліджень А. Юдіної та І. Ошерової (2023), тривожність у жінок має тісний зв'язок з агресивністю: чим вищий рівень тривожності, тим вище рівень агресії. У юнаків, із високою тривожністю, також спостерігається підвищена агресивність, тоді як у підлітків такого зв'язку не виявлено. Таким чином, війна є травматичним явищем, яке має значний вплив на психічне здоров'я населення. Дослідницями (Юдіна & Ошерева, 2023) було встановлено, що у жінок високий рівень сімейної тривожності корелює з високим рівнем агресивності. Водночас серед юнаків агресивність виявляється лише за умови високої тривожності, тоді як у підлітків зв'язок між цими факторами відсутній.

Аналізуючи проблему, розуміємо, що актуальність дослідження зумовлена особливостями психоемоційного стану людей в умовах постійного стресу та невизначеності, які супроводжують воєнний конфлікт. Тривожність і агресивність стали типовими реакціями на ситуацію, що загрожує безпеці та стабільності. Дослідження цих реакцій через призму гендерних і географічних факторів дозволяє глибше зрозуміти, як різні соціальні групи переживають і адаптуються до війни, що має важливе значення для розробки індивідуальних підходів у наданні психологічної підтримки.

Мета емпіричного дослідження: дослідити особливості прояву тривожності та агресивності в чоловіків і жінок в умовах війни залежно від місця проживання.

Було висунуто припущення, що існують значущі відмінності у рівні тривожності та агресивності між чоловіками та жінками залежно від їхнього місця проживання. Також припускається, що жінки можуть проявляти більш виражену тривожність, тоді як чоловіки – вищий рівень агресивності під впливом стресових ситуацій, пов'язаних із війною.

Методи дослідження.

Для визначення загального рівня тривожності як особистісної характеристики та оцінки схильності до тривожних реакцій у повсякденних ситуаціях було застосовано особистісну шкалу проявів тривоги Дж. Тейлор. Методика дозволяє визначити, наскільки індивід схильний до тривожних станів на постійній основі. Вона є цінним інструментом для виявлення тривожності як стійкої риси особистості, що може впливати на поведінку та емоційний стан у різних життєвих ситуаціях. Для вимірювання рівня ситуативної тривожності, яка виникає як реакція на конкретні стресові події чи обставини, було застосовано шкалу тривоги А. Бека. Ця методика дозволяє оцінити інтенсивність та глибину тривожного стану в конкретний момент часу. Вона є особливо корисною для аналізу тривожності в умовах значного емоційного напруження, наприклад, у період війни або під впливом інших травматичних подій. Для аналізу різних форм і проявів агресивної поведінки, таких як фізична агресія, вербальна агресія, роздратування, ворожість та інші складові, було використано опитувальник рівня агресивності А. Басс-А. Даркі. Методика спрямована на визначення структури агресивності у конкретного індивіда, що дозволяє виявити домінуючі типи агресивних реакцій. Це важливо для розуміння того, як агресія проявляється залежно від індивідуальних особливостей і соціального контексту. Для оцінки рівня агресивності у міжособистісних стосунках було застосовано методику оцінки агресивності у відносинах А. Ассінгера. Цей інструмент дозволяє проаналізувати, як агресивні тенденції впливають на якість взаємодії між людьми. Методика є особливо корисною для виявлення агресивних проявів у контексті сімейних, дружніх чи професійних стосунків, що дозволяє оцінити характер і напрямок конфліктних взаємодій. Ці методики в сукупності дають змогу комплексно оцінити рівень тривожності та агресивності,

а також їхній взаємозв'язок у контексті досліджуваної проблематики.

Для математично-статистичної обробки були використані критерії Коомогова-Смірнова, t-критерій Стюдента, F-критерій Фішера.

Вибірку дослідження склали 60 респондентів, з них 30 чоловіків і 30 жінок віком від 20 до 35 років. Серед жінок найбільшу частку становили опитані віком 20-25 років (37%), дещо меншу – 25-30 років (33%), і найменшу – 30-35 років (30%). Чоловіки в основному були віком 25-30 років (38%), трохи менше – 20-25 років (35%), і найменше – 30-35 років (27%). Респонденти були рівномірно розподілені між тими, хто проживає вдома, внутрішньо переміщеними особами, а також тими, хто виїхав за кордон, але згодом повернувся. Такий розподіл забезпечив можливість проведення порівняльного аналізу залежно від статі та місця перебування.

Результати дослідження.

Дослідження, проведене з використанням шкали агресивності у відносинах А. Ассінгера, продемонструвало статистично значущу різницю між чоловіками та жінками. На основі аналізу результатів із використанням t-критерій Стюдента було встановлено, що рівень агресії у відносинах у чоловіків є вищим, ніж у жінок ($p=0,025$). Отримані результати можна пояснити з різних аспектів. З біологічної точки зору агресивна поведінка у чоловіків може бути пов'язана з підвищеним рівнем тестостерону, який стимулює схильність до домінування та боротьби за ресурси (Михайлишин & Шігімага, 2018). З соціальної перспективи існують стереотипи, які визначають чоловічі соціальні ролі як такі, що сприяють або навіть заохочують агресію, тоді як жінок соціалізують як м'яких, миролюбних і орієнтованих на створення гармонії (МОЗ України, 2018). З психологічного боку чоловіки частіше виявляють меншу схильність до емоційного самовираження, що може призводити до накопичення напруження та його прояву у вигляді агресивної поведінки. Водночас жінки частіше використовують механізми емоційної регуляції, що сприяє кращому контролю над агресією (Гурак, 2024).

Аналіз рівнів тривожності серед різних груп респондентів, сформованих за місцем їх перебування, було здійснено за допомогою шкали тривоги Дж. Тейлор та шкали тривоги А. Бека. Результати аналізу виявили статистично значущі відмінності між групами, що підтверджується відповідними значеннями F-критерію Фішера: за шкалою Дж. Тейлор $F=1,45$, $p=0,01$, за шкалою А. Бека $F=1,89$, $p=0,03$. Найнижчий рівень тривожності за двома методиками спостерігався у респондентів, які перебувають за кордоном. Фізична дистанція від зон активних бойових дій значно знижує вплив стресогенних факторів, таких як постійна загроза для життя чи нагадування про війну. Це створює умови для активізації адаптаційних механізмів, що, в свою чергу, знижує загальний рівень тривожності. Групи респондентів, які залишилися у своїх домівках, а також внутрішньо переміщені особи (ВПО), продемонстрували схожі рівні тривожності. Умови постійної загрози, адаптація до нових життєвих обставин та необхідність виживання в умовах воєнного

конфлікту значно підвищують психологічне напруження, що обумовлює підвищення рівня тривожності в цих групах. Найвищий рівень тривожності виявлений серед респондентів, які повернулися до України після перебування за кордоном. Відзначений контраст між безпечною обстановкою за кордоном та небезпечними умовами, з якими вони знову стикнулися на батьківщині, є важливим фактором, що пояснює високий рівень тривожності цієї групи ($F=2,34$, $p=0,005$). Повернення в зону конфлікту викликає емоційну напругу та активізує переживання, пов'язані з реальністю війни, що створює додаткові стресові фактори.

Аналіз рівня агресивності серед різних груп респондентів, сформованих за місцем їх перебування, був проведений за допомогою методик А. Басс-А. Даркі та А. Ассінгера. Результати порівняння, здійсненого за допомогою F-критерію Фішера, виявили статистично значущі відмінності в агресивності серед груп. Зокрема, за шкалою агресивності А. Басс-А. Даркі значення F-критерію склали $F=4,14$, $p=0,003$, а за шкалою ворожості - $F=1,41$, $p=0,003$. За методикою А. Ассінгера також було зафіксовано значущі відмінності в рівні агресивності, де показник F склав 5,22, $p=0,001$.

Найнижчий рівень агресивності спостерігався серед респондентів, які перебувають за кордоном. Відсутність прямої загрози життю та безпечне середовище сприяли зменшенню почуття небезпеки та внутрішньої напруженості, що в результаті знижує рівень агресивної поведінки. Група респондентів, що повернулася до України після перебування за кордоном, демонструвала дещо вищий рівень агресивності порівняно з групою, яка залишалася за кордоном, але цей рівень був нижчим, ніж у групи внутрішньо переміщених осіб (ВПО) та тих, хто залишився проживати у своїх домівках. Це може бути пов'язано з набуттям нових навичок саморегуляції та адаптації до безпечнішого середовища під час перебування за кордоном. Найвищий рівень агресивності спостерігався серед ВПО та респондентів, які залишилися у своїх домівках. Хронічний стрес, постійне відчуття небезпеки та необхідність адаптації до екстремальних умов, пов'язаних з війною, значно підвищують рівень агресивності. Подібну тенденцію було зафіксовано і при аналізі рівня ворожості, де група респондентів, що перебувала за кордоном, продемонструвала найнижчий рівень ворожості, в той час як найвищий рівень ворожості був виявлений серед осіб, що залишилися проживати в умовах активних бойових дій. Ці результати підкреслюють важливість контексту, в якому перебувають індивіди, для розвитку агресивних і ворожих реакцій, та вказують на необхідність врахування соціальних і психологічних чинників при оцінці агресивної поведінки.

Отримані результати аналізу рівнів тривожності та агресивності серед різних груп респондентів, сформованих за місцем їх перебування, свідчать про значний вплив соціально-психологічного контексту на емоційні та поведінкові реакції індивідів в умовах воєнного конфлікту. Зокрема, фізична дистанція від зон бойових дій значно знижує рівень тривожності та агресивності, що може бути пояснено зменшенням стресогенних факторів і створенням більш безпечного

середовища. Натомість перебування в умовах безпосередньої загрози для життя, адаптація до екстремальних ситуацій, а також постійна потреба в психологічній регуляції в умовах війни сприяють підвищенню рівнів тривожності та агресивності серед респондентів, що залишилися в Україні, а також серед внутрішньо переміщених осіб.

Особливу увагу слід приділити групі респондентів, які повернулися до України після перебування за кордоном. Відзначена контрастність між умовами безпеки за кордоном і реаліями війни в Україні може стати важливим фактором, що сприяє емоційному напруженню та активізації стресових реакцій, зокрема підвищенню рівня тривожності. Це також підкреслює важливість психосоціальної адаптації після повернення до зони конфлікту. Отже, ці результати підтверджують необхідність комплексного підходу до психологічної підтримки осіб, які переживають наслідки війни, зокрема з урахуванням їх соціального контексту, умов життя та емоційної реакції на перебування в умовах конфлікту. Психологічна підтримка повинна враховувати специфіку різних груп і сприяти розвитку адаптаційних механізмів для зменшення стресових реакцій та покращення психологічного благополуччя.

Висновки. На основі отриманих результатів можна підтвердити припущення щодо наявності значущих відмінностей у рівнях тривожності та агресивності індивідів залежно від їхнього місця проживання. Отже, рівень тривожності варіюється залежно від місця перебування респондентів. Найнижчий рівень тривожності спостерігався у тих, хто перебував за кордоном, найвищий рівень тривожності спостерігався серед респондентів, які повернулися до України після перебування за кордоном, через контраст між безпечною ситуацією за кордоном та небезпечними умовами на батьківщині. Рівень агресивності також варіюється залежно від місця перебування. Найнижчий рівень агресивності спостерігався у респондентів, які перебували за кордоном, через відсутність безпосередньої загрози та спокійне середовище. Найвищий рівень агресивності зафіксовано серед ВПО та тих, хто залишився в умовах активних бойових дій, що може бути результатом хронічного стресу та необхідності адаптації до екстремальних умов. Враховуючи отримані результати, які свідчать про різницю в рівнях тривожності та агресивності серед різних груп респондентів, подальші дослідження повинні зосередитись на вивченні механізмів адаптації

та резильєнтності в умовах війни. Це дозволить виявити фактори, які сприяють підтримці психологічного благополуччя та знижують стресові реакції в умовах постійної загрози.

Список використаних джерел

- Гурак Г. М. Психологічні чинники розвитку емоційної стійкості підлітків : дис. ... канд. психол. Наук: 19.00.07. Київ, 2024. 255с.
https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/45776/Gyrak_dys.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Крайніков Е. В. Агресивність (психологія). Велика українська енциклопедія. Отримано з <https://vue.gov.ua/> 2024.
- Михайлишин У. Б., Шігімага А. В. Підходи до пояснення феномену агресивної поведінки в різних теоретичних школах. *Psychology Innovative Approaches to Solving Scientific Problems*: materials the 19th International scientific and practical conference (May 16 – 19, 2023) Tokyo, Japan. International Science Group. 2023. 353–358. <https://isg-konf.com/wp-content/uploads/2023/05/Innovative-approaches-to-solving-scientific-problems.pdf>
- МОЗ України. Дослідження стану позначення стереотипів за ознакою статі на психоемоційному добробуті жінок та чоловіків в підставі аналізу світової науково-практичної літератури. Київ. 2023. <https://moz.gov.ua/uk/doslidzhennja-stanu-poznachennja-stereotipiv-za-oznakoju-stati>
- Нежинська О. О. Психологічна допомога постраждалим від російської агресії на деокупованих територіях України в умовах війни. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2024. 35(74), №1. 67–73. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.1/12>
- Полудьонний І., Лівін М. Простими словами. Як розібратися у своїх емоціях. Київ: Наш формат, 2020. 264с.
- Тривожно-депресивні розлади в умовах дистресу війни в Україні. *Здоров'я України | Інформація для спеціалістів охорони здоров'я*. 2024. Отримано з <https://health-ua.com/article/71710-trivozhnodepresivn-rozladi-vumovah-distresu-vjni-vukran>
- Чабан О. С., & Хаустова О. О. Медико-психологічні наслідки дистресу війни в Україні: що ми очікуємо та що потрібно враховувати при наданні медичної допомоги? *Укр. мед. Часопис*. 2022. 4(150), 1–11. <https://doi.org/10.32471/umj.1680-3051.150.232297>
- Юдіна А., Ошерова І. Специфіка взаємозв'язків тривожності та прояву агресивності в українських жінок в умовах війни. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія. Педагогічні науки*. 2023. №1 (25). С.156–164. <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2023-1-25-17>
- «Ми боїмося не злості, а того як вона проявляється». Наталія Івахно про роботу з агресією в терапії. *Психотерапевт онлайн*. <https://www.treatfield.com/field/agression-psychoanalysis> (дата звернення: 30.08.2024).

H. PAVLENKO (Hanna Pavlenko)
 Ph.D., Associate Professor of the Department of Applied Psychology
 V. N. Karazhin Kharkiv National University
 4 Svobody Sq., Kharkiv, 61022, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-6028-4779>
 e-mail: aripavlenko@karazhin.ua

Y. KOROTKOVA (Yelyzaveta Korotkova)
 2nd-year Master's student, Faculty of Psychology,
 V. N. Karazhin Kharkiv National University,
 Svobody Square, 4, Kharkiv, 61022, Ukraine

THE ANXIETY AND AGGRESSION AS PSYCHOSOCIAL REACTIONS OF THE POPULATION IN WARTIME CONDITIONS: GEOGRAPHICAL DIMENSION

The article presents the results of a study comparing anxiety and aggression levels among different groups of respondents, differentiated by their location during the ongoing conflict in Ukraine. According to the analysis, the levels of anxiety and aggression vary significantly depending on the respondents' places of residence. The lowest anxiety levels were observed among those who were abroad, where the absence of direct life-threatening risks contributed to a reduction in stress-inducing factors. The highest levels of anxiety were found among respondents who returned to Ukraine after staying abroad, which can be explained by the contrast between the safe environment abroad and the dangerous conditions in their home country. Similar results were found regarding aggression, with the lowest levels observed in those who were abroad, and the highest among internally displaced persons (IDPs) and those who remained in their homes amid the ongoing conflict. The highest aggression levels were seen in IDPs and those staying in Ukraine, where the constant threat to life and the need to adapt to wartime conditions increase tension and aggression. Additionally, it was noted that the group returning from abroad showed increased anxiety due to the stress of returning to a conflict zone. The socio-psychological context of individuals' experiences plays a crucial role in shaping their emotional and behavioral responses in the context of war. It was concluded that, in situations of constant life-threatening risks and adaptation to extreme circumstances, psychosocial support should focus on fostering resilience and reducing stress reactions, especially among groups returning to conflict zones.

Keywords: *anxiety, aggression, resilience, psychosocial support, war in Ukraine*

References

- Gurak, H. M. (2024). *Psychological factors of the development of emotional stability of adolescents* (Master's thesis). Kyiv. [In Ukrainian]. https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/45776/Gyrak_dys.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kraynikov, E. V. (2024). Aggression (psychology). *Great Ukrainian Encyclopedia*. Retrieved from <https://vue.gov.ua/> [In Ukrainian].
- Mykhaylyshyn, U. B., Shihimaha, D. V. (2023). *Approaches to explaining the phenomenon of aggressive behavior in different theoretical schools*. Psychology Innovative Approaches to Solving Scientific Problems, 19th International scientific and practical conference (May 16 – 19, 2023) Tokyo, Japan. <https://isg-konf.com/wp-content/uploads/2023/05/Innovative-approaches-to-solving-scientific-problems.pdf> [In Ukrainian].
- MOZ Ukrainy. (2023). Study of the status of gender stereotypes on the psycho-emotional well-being of women and men based on the analysis of world scientific and practical literature. Kyiv. <https://moz.gov.ua/uk/doslidzhennja-stanu-poznachennja-stereotipiv-za-oznakoju-stati> [In Ukrainian].
- Nezhyn's'ka, O. O. (2024). Psychological assistance to victims of Russian aggression in the deoccupied territories of Ukraine in wartime. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernads'koho. Seriya: Psykholohiya*, 35(74)(1), 67–73. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.1/12> [In Ukrainian].
- Poludyonnyy, I., Livin, M. (2020). In simple words. How to understand your emotions. Kyiv: Nash format. [In Ukrainian].
- Anxiety and depressive disorders in conditions of war distress in Ukraine. (2024). *Zdorov'ya Ukrayiny | Informatsiya dlya spetsialistiv okhorony zdorov'ya*. <https://health-ua.com/article/71710-tryvozhnodepresyivni-rozlad-y-vumovah-distresu-vjni-vukran> [In Ukrainian].
- Chaban, O. S., Khaustova, O. O. (2022). Medical and psychological consequences of war distress in Ukraine: what do we expect and what should be considered when providing medical care? *Ukr. med. chasopys*, 4(150), 1–11. <https://doi.org/10.32471/umj.1680-3051.150.232297> [In Ukrainian].
- Yudyna, A., & Osherova, I. (2023). Specificity of the relationship between anxiety and aggressiveness in Ukrainian women in wartime. *Visnyk universytetu imeni Al'freda Nobelya. Seriya: Pedahohika i psykholohiya. Pedahohichni nauky*, 156–164. <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2023-1-25-17> [In Ukrainian].
- “We are not afraid of anger, but of how it manifests itself.” Natalia Ivakhno on working with aggression in therapy. *Psychotherapist online*. Otrymano z <https://www.treatfield.com/field/agression-psychoanalysis> [In Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 18.02.2025 (The article was received by the editors 18.02.2025)

Стаття рекомендована до друку 19.04.2025 (The article is recommended for printing 19.04.2025)

Пінчук Олена Валентинівна
кандидатка психологічних наук,
старший науковий співробітник
відділу психології малих груп та спільнот.
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України
вул. Андріївська, 15, м. Київ, Україна
<https://orcid.org/0009-0000-7455-2287>
E-mail: Olenipinchuk@gmail.com

ПОКАЗНИКИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА АДАПТАЦІЇ ДО ВИКЛИКІВ ВІЙНИ СЕРЕД ОСВІТЯН ХЕРСОНЩИНИ

У статті представлено результати дослідження ресурсів подолання стресу в освітянській спільноті, яка працює в умовах підвищеної психологічної напруги прифронтової зони. У дослідженні взяли участь педагоги, які працюють у прифронтовій зоні. Збір даних здійснювався за допомогою опитувальника, що включав твердження, спрямовані на оцінку частоти використання різних стратегій подолання стресу за 10-бальною шкалою. Результати дослідження виявили, що найбільш часто використовуваними ресурсами подолання стресу серед освітян є когнітивні стратегії, пов'язані з аналізом проблем та пошуком їх вирішення, а також духовні та філософські установки, що підтримують віру в власні сили та позитивне мислення. Фізична активність також відіграє значну роль у подоланні стресу. Кореляційний аналіз показав наявність статистично значущих позитивних зв'язків між емоційним станом та більшістю досліджуваних ресурсів. Особливо помірні кореляції виявлено з позитивним мисленням ($r = +0,43$), розумінням власного внутрішнього світу ($r = +0,44$), цілеспрямованістю ($r = +0,389$), а найсильніший позитивний зв'язок спостерігався зі звичкою піклуватися про себе та своє здоров'я ($r = +0,523$). Отримані висновки підкреслюють важливість комплексного підходу до підтримки психологічного благополуччя освітян, які працюють у складних умовах прифронтової зони. Зміцнення когнітивних навичок вирішення проблем, підтримка позитивного світогляду, заохочення фізичної активності та формування звички до самотурботи є ключовими напрямками психологічної допомоги та підтримки стійкості педагогів. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення специфічних механізмів впливу різних ресурсів на емоційний стан та розробку ефективних інтервенцій для цієї вразливої професійної групи.

Ключові слова: стрес, подолання стресу, ресурси, освітяни, прифронтова зона, емоційний стан, кореляційний аналіз

Постанова проблеми. У контексті війни термін «сіра зона» зазвичай застосовується для опису територій, де відсутні чітко визначені стабільні межі лінії фронту чи контролю. Це може бути у випадку, коли бойові дії розгортаються у населених пунктах з великою кількістю мешканців або міських районах, де територія може неодноразово переходити під контроль (юрисдикцію) сторін.

Прифронтова зона – це територія, яка безпосередньо межує з лінією фронту або знаходиться в безпосередній близькості до активних бойових дій. Незважаючи на небезпеку, в цій місцевості живуть люди і спільноти, забезпечується право українців на отримання освіти. Однак є особливості, що суттєво впливають на організацію життя цивільного населення:

Прифронтова зона може бути небезпечною для життя і здоров'я мирного населення через загрозу військових операцій, бойових сутичок та випадкового ураження. Існує також постійна загроза мінування та діяльності диверсійно-розвідувальних груп.

В прифронтовій та «сірій» зонах ускладнюється організація життя цивільного населення, надання гуманітарної, адміністративної та медичної підтримки. Часто спостерігаються перебої з постачанням електроенергії, води, газу, медичної допомоги та інших життєво важливих послуг.

Функціонування органів місцевого самоврядування може бути порушено або й зовсім припинено. Можуть постраждати чи бути втрачені архіви та утруднене оформлення пенсії, спадку, інших майнових документів.

Прифронтові території використовуються для військової логістики, відпочинку військових. Там відчувається активна військова присутність та спостерігається значна концентрація військових сил та техніки. Це може призводити до обмеження свободи пересування цивільного населення, встановлення контрольно-пропускних пунктів та інших заходів безпеки.

Також відбувається руйнування інфраструктури, адже бойові дії неминуче призводять до пошкодження або повного знищення житлових будинків, об'єктів критичної інфраструктури (електростанцій, водогонів, газопроводів), медичних та освітніх закладів. Це значно ускладнює забезпечення базових потреб населення.

Близькість до лінії фронту порушує логістичні зв'язки, ускладнює або унеможливає стабільне постачання продуктів харчування, медикаментів, палива та інших необхідних товарів. Транспортні шляхи можуть бути пошкоджені або заблоковані.

Постійне перебування під загрозою, звуки вибухів, втрата найближчого оточення, звичного розкладу життя та майна чинять значний негативний вплив на

Як цитувати: Пінчук, О. (2025). Показники життєстійкості та адаптації до викликів війни серед освітян Херсонщини. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 30-35. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-05>

In cites: Pinchuk, O. (2025). Resilience and Adaptation Indicators to the Challenges of War among Educators in the Kherson Region. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 30-35. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-05> (in Ukrainian)

© Пінчук, О. 2025; CC BY 4.0 license

психологічний стан цивільного населення, яке перебуває у зоні інтенсивних бойових дій. Зокрема, поблизу лінії розмежування або фронту, що провокують в людей стійкий стан тривоги та очікування небезпеки, характеризується високим рівнем хронічного стресу. Дана ситуація призводить до активації фізіологічних та психологічних механізмів стресової реакції, що може проявлятися у вигляді порушень сну, підвищеної збудливості чи гальмування, когнітивних дисфункцій, зокрема зниження концентрації уваги та погіршення пам'яті.

Перебування в «сірій чи прифронтовій зоні» накладає відбиток на життя освітян та їх учнів. Підвищений рівень небезпеки через обстріли та військові операції, невизначеність завтрашнього дня, втрачені або відкладені життєві перспективи, розділені навіть через лінію фронту родини та друзі – є джерелом стресу для всіх, кому доводиться жити і працювати на Херсонщині. Постійні тривоги переривають уроки та вимагають переміщення до більш захищених місць («правило двох стін») та сховищ. Частина освітян та їх учнів прифронтових районів взагалі можуть навчати та навчатися лише он-лайн, бо перебувають під постійною загрозою обстрілів або в безпечному місці, але далеко від дому. В таких умовах навчання вимагає від вчителів та учнів наполегливості, цілеспрямованості, терпіння.

Процес прийняття рішення про евакуацію із зони бойових дій є складним когнітивно-емоційним процесом. Особи змушені оцінювати ризики, пов'язані із перебуванням під обстрілами, порівнюючи їх із потенційними негативними наслідками переміщення, такими як втрата майна, соціального статусу та звичного середовища. Рішення про виїзд часто приймається під впливом комбінації факторів, включаючи безпосередню загрозу життю, наявність інформації про безпечніші території та доступність соціальної підтримки. Процес прийняття рішення може бути як раціональним, зваженим аналізом, так і імпульсивним, зумовленим безпосередньою небезпекою.

Навіть виїхавши з «прифронтової зони» вчителі переживають за учнів, друзів та рідних, які лишаються потойбіч або біля лінії фронту. Втрата соціальних зв'язків із родичами, колегами та учнями, які опинилися на окупованих територіях, є додатковим фактором психологічної дестабілізації. Розлука та невизначеність щодо їхнього долі викликають почуття провини, безсилля та поглиблюють переживання самотності.

Вчителі, які залишилися на тимчасово окупованих територіях переживають почуття страху та безсилля, «право» мовчати і дивитися в землю, щоб не потрапити до в'язниці через українське слово, пост чи навіть лайк у Фейсбуці.

Аналіз вивчення проблеми. Наразі, на нашу думку емоційний стан населення, яке вимушено перебуває в умовах «сірої» та прифронтової зон вивчався недостатньо. При тому, що є безперечна потреба в вивченні і наданні психологічної допомоги, психоедукації і підтримки населенню, особливої уваги та психологічних знань потребує освітянська спільнота. Адже на педагогів покладатиметься обов'язок збереження майбутнього і надання підтримки дітям та підліткам, які

зростають та навчаються в умовах гарячої та довготривалої війни.

Мета дослідження. Вивчення внутрішніх ресурсів життєстійкості освітян Херсонщини, що сприяють подоланню тривалого стресу в умовах прифронтової зони.

Методи. Використано теоретичні та практичні методи наукового пізнання: збір первинних емпіричних даних (опитування респондентів); аналіз літературних джерел для формування теоретичної бази дослідження та інтерпретації отриманих результатів; систематизація та класифікація; кількісний аналіз для визначення найбільш та найменш використовуваних ресурсів подолання стресу; кореляційний аналіз для виявлення статистичних зв'язків між емоційним станом та різними ресурсами; індукція та дедукція при формулюванні висновків; опис та інтерпретація отриманих статистичних даних; надання змістовної інтерпретації в контексті досліджуваної проблеми; прогнозування та формулювання перспектив.

Результати. Ресурси життєстійкості включають: індивідуальні копінг-стратегії, ресурсні переконання і соціальну підтримку (Bogdan, 2024). До індивідуальних механізмів адаптації належать когнітивне переоцінювання ситуації, спрямоване на пошук сенсу та можливостей для контролю, а також емоційна регуляція, що може включати допомогу іншим, дисоціацію, пошук сенсу, толерантність до невизначеності та інші елементи, які ми вивчали під час проведення он-лайн семінарів з психологічної підтримки вчителів Херсонщини.

Ці заходи проходили у рамках угоди про співпрацю між Інститутом соціальної та політичної психології НАПН України та Херсонською Академією безперервної освіти і кожного разу охоплювали від 150 до 200 педагогів нескореної Херсонщини. З огляду на правила безпеки ми зберігали конфіденційність і не робили ніяких світлин з обличчями та прізвищами. Організатори вебінарів просили психологів приділити увагу саме засобам подолання стресу, розраді та покращенню емоційного стану учасників.

Під час зустрічей вчителі отримували психологічні знання з засобів подолання стресу, малювали, робили арт терапевтичні вправи, ділилися думками та почуттями, проходили опитування. Зі свого боку фахівці робили все, щоб допомогти учасникам витримати ситуацію прифронтової зони та емоційно стабілізуватися.

При розробці опитувальників та аналізі результатів ми частково спиралися на дві моделі внутрішніх ресурсів життєстійкості: «Салютогенетична модель» та модель «BASIC Ph».

Автором «Салютогенетичної моделі» є ізраїльсько-американський соціолог і психолог Аарон Антоновський (Aaron Antonovsky) 1923-1994 рр.

Ключовим поняттям цієї моделі є «Почуття когерентності» (Sense of Coherence - SOC). Антоновський розглядав не фактори ризику виникнення стресу та захворювань, а навпаки, фактори, які допомагають людям зберігати здоров'я та благополуччя навіть в умовах сильного стресу.

Почуття когерентності на думку Антоновського складається з трьох основних компонентів:

Зрозумілість (Comprehensibility): Віра в те, що події, які відбуваються в житті, є структурованими, передбачуваними та зрозумілими. Людина відчуває, що може осягнути, що відбувається навколо неї.

Керованість (Manageability): Віра в те, що людина має в своєму розпорядженні ресурси, необхідні для подолання викликів і вимог, які ставить життя. Ці ресурси можуть бути як внутрішні (власні вміння, знання), так і зовнішні (підтримка родини, друзів, соціальних служб).

Значущість (Meaningfulness): Віра в те, що життя має сенс, а ті виклики та труднощі, з якими доводиться стикатися, варті зусиль для їх подолання. Людина відчуває залученість та мотивацію діяти.

Саме ці три компоненти, на думку Антоновського, є основними внутрішніми ресурсами, які допомагають людині справлятися зі стресом та підтримувати своє здоров'я (Antonovsky, 1979).

Друга модель, яку ми використовували під час підготовки та аналізу дослідження, модель "BASIC Ph", розроблена ізраїльським психологом Мулі Лахадом. Вона описує шість основних способів (або "каналів") подолання стресу та травматичних подій, які люди використовують для відновлення психологічної рівноваги та адаптації. Аббревіатура «BASIC Ph» розшифровується як:

B - Beliefs & Values (Вірування та Цінності): Звернення до своїх духовних або філософських переконань, релігії, системи цінностей, щоб знайти сенс, розраду та підтримку.

A - Affect (Емоції): Вираження та опрацювання емоцій через розмови, плач, сміх, творчість тощо. Усвідомлення та прийняття своїх почуттів.

S - Social (Соціальні зв'язки): Пошук та отримання підтримки від родини, друзів, колег, спільноти. Активне залучення до соціальних взаємодій.

I - Imagination (Уява & Креативність): Використання уяви, фантазії, творчості (мистецтво, музика, письмо, гра) як способу відволікання, вираження себе та знаходження нових рішень.

C - Cognition (Пізнання & Мислення): Раціональний аналіз ситуації, пошук інформації, планування, переоцінка подій, використання гумору для полегшення напруги.

Ph - Physiology & Senses (Фізіологія & Відчуття): Діяльність, спрямована на тілесне розслаблення та задоволення сенсорних потреб: фізичні вправи, відпочинок, сон, їжа, масаж, контакт з природою тощо.

Модель BASIC Ph є практичним інструментом для розуміння індивідуальних стратегій подолання стресу та для розробки програм психологічної допомоги. Вона підкреслює, що кожна людина має свій унікальний набір переважних каналів подолання. Тому ми взяли за основу ідею Мулі Лахада про систему індивідуальних ресурсів, однак виявили і розробили власну класифікацію засобів подолання стресу (Lahad, 2013).

Опитування на тему «**Стратегії подолання стресу**», в якому взяли участь 141 респондент, мав на меті дати можливість учасникам структурувати звичні способи поведінки в умовах стресу. Питання були сформульовані

у вигляді установок, де установка розглядалася, як схильність (готовність) людини певним чином сприймати, оцінювати і реагувати на ситуацію, та внутрішній стан (думка), що визначає поведінку.

Респонденти обирали відповіді за допомогою 10-бальної шкали, де 1 – це якнайрідше використання певного способу подолання стресу, а 10, відповідно, – найчастіше використання цього способу. Тобто найвищий середній бал визначав найбільш затребуване та ефективне ресурсне переконання, висловлювання або установку.

В результаті ми отримали наступний розподіл установок щодо життєстійкості та подолання стресу за наступними видами ресурсів:

Когнітивні ресурси (пов'язані з мисленням, аналізом, плануванням):

Я збираю інформацію, щоб переконатися, що у мене є найліпший варіант розв'язання проблеми (Середній бал: 7,14).

Я аналізую проблеми й намагаюся розв'язати їх (8,25).

Я створюю спеціальний план і дію згідно з ним крок за кроком (6,39).

Насамперед, я намагаюся зрозуміти, що, власне, відбувається (7,96).

Я зважую всі можливі варіанти розв'язання проблеми і якщо змога — обираю найліпший із них (7,73).

Я намагаюся знайти розв'язання проблеми у найліпший спосіб, з тих, які знаю, обмірковую кожен з них (7,81).

Емоційні ресурси (пов'язані з вираженням та регуляцією емоцій):

Я не говорю про свої емоції прямо, але виражаю їх опосередковано, приміром плачу, коли думаю про себе (Середній бал: 4,99).

Я висловлюю почуття у власній завуальованій спосіб — через натяки, сарказм або навіть флірт (5,22).

Я не тримаю почуття всередині й звільняюсь від них через плач, сміх або крик (6,3).

Я даю вихід власним емоціям (6,51).

Соціальні ресурси (пов'язані з пошуком підтримки та спілкуванням):

Я шукаю підтримки в людей (Середній бал: 5,63).

Я спілкуюся з друзями по телефону (7,34).

Я намагаюся знайти підтримку в друга або членів моєї сім'ї (7,23).

Я глибоко занурююся у взаємини з членами громади або організації, до якої я належу (5,06).

Я шукаю людей, з якими можна провести час, нічим особливо не займаючись (5,05).

Я пишу листи та e-mail друзям і сподіваюсь отримати відповідь (4,11).

Фізичні ресурси (пов'язані з тілесною активністю та турботою про себе):

Я їм або сплю менше/більше, ніж зазвичай (Середній бал: 5,72).

Я постійно займаюся фізичною працею, наприклад прибираю, готую їжу, працюю з деревом, ремонтую автомобіль тощо (7,74).

Я використовую вправи для релаксації (5,6).

Я розслаблююся, коли роблю щось: приймаю душ або ванну, йду на прогулянку або бігаю (7,9).

Я намагаюся постійно займатися якоюсь фізичною діяльністю (7,17).

Я виходжу з дому або намагаюся бути активним аби позбутися надлишку енергії (6,77).

Духовні/Філософські ресурси (ресурсні переконання пов'язані з вірою, сенсом життя, позитивним мисленням):

Я здаюся і покладаюся на долю у розв'язанні проблеми (Середній бал: 4,09).

Я вірю у власні сили і здатність долати перешкоди (7,72).

Я згадую свої улюблені історії, байки, притчі або казки — як спосіб пошуку розв'язання проблеми (5,14).

Моє кредо: «Я зможу пережити це, незважаючи ні на що» (8,13).

Я прошу допомоги у Бога в молитві (6,44).

Я згадую часи, коли мені було ліпше, ніж зараз, або думаю про час, коли все зміниться на краще (7,6).

Я опираюся на свої духовні переконання або на свою життєву філософію (7,4).

Моє кредо: «Те, що не вбиває мене, робить мене сильнішим» (7,6).

Я мрію та думаю про ліпші часи, уявляю їх (7,77).

Інші ресурси:

Я фантазую і даю волю своїй уяві, наприклад уявляю себе у спокійному, безтурботному місці (Середній бал: 6,66).

Коли я слухаю музику, то даю волю своїй уяві (7,54).

Я накручую себе емоційно, щоб посилити свою мотивацію (5,28).

Я розповідаю або слухаю жарти і смішні історії (6,6).

Я переглядаю спортивні змагання, фільми або читаю книжки, уявляючи себе на місці дійових осіб (5,43).

Виходячи з найвищих показників середніх балів, найбільш затребуваними ресурсами вчителів з прифронтової зони для подолання стресу є:

Аналіз проблем та їх розв'язання (Когнітивний):

Я аналізую проблеми й намагаюся розв'язати їх (Середній бал: 8,25).

Розуміння того, що відбувається (Когнітивний):

Насамперед, я намагаюся зрозуміти, що, власне, відбувається (Середній бал: 7,96)

Пошук розв'язання проблеми найкращим відомим способом (Когнітивний):

Я намагаюся знайти розв'язання проблеми у найліпший спосіб, з тих, які знаю, обмірковую кожен з них (Середній бал: 7,81)

Зважування варіантів розв'язання проблеми (Когнітивний):

Я зважую всі можливі варіанти розв'язання проблеми і якщо змога — обираю найліпший із них (Середній бал: 7,73).

Віра у власні сили та здатність долати перешкоди (Духовний/Філософський, ресурсні переконання):

Я вірю у власні сили і здатність долати перешкоди (Середній бал: 7,72).

Кредо "Я зможу пережити це, незважаючи ні на що" (Духовний/Філософський, ресурсні переконання):

Мрії та думки про кращі часи (Духовний/Філософський):

Я мрію та думаю про ліпші часи, уявляю їх (Середній бал: 7,77).

Віра у власні сили (Духовний/Філософський, ресурсні переконання):

Я вірю у власні сили і здатність долати перешкоди (Середній бал: 7,72).

Згадування кращих часів (Духовний/Філософський):

Я згадую часи, коли мені було ліпше, ніж зараз, або думаю про час, коли все зміниться на краще (Середній бал: 7,6).

Кредо "Те, що не вбиває..." (Духовний/Філософський, ресурсні переконання):

Моє кредо: «Те, що не вбиває мене, робить мене сильнішим» (Середній бал: 7,6).

Моє кредо: «Я зможу пережити це, незважаючи ні на що» (Середній бал: 8,13).

Розслаблення через фізичну активність (Фізичний):

Я розслабляюся, коли роблю щось: приймаю душ або ванну, йду на прогулянку або бігаю (Середній бал: 7,9).

Постійна фізична праця (Фізичний):

Я постійно займаюся фізичною працею, наприклад прибираю, готую їжу, працюю з деревом, ремонтую автомобіль тощо (Середній бал: 7,74).

Висновки за результатами першого опитування.

На основі цих даних можна побачити, що вчителі з прифронтової зони найчастіше використовують *когнітивні стратегії*, спрямовані на аналіз та вирішення проблем, а також *духовні/філософські установки та ресурсні переконання*, що підтримують віру в себе та позитивне мислення.

Фізична активність також є важливим ресурсом для подолання стресу. *Соціальна підтримка* також використовується досить активно, але трохи менше, ніж когнітивні та духовні ресурси. Найменше використовуються *Емоційні стратегії*, особливо пряме вираження емоцій.

Під час наступного дослідження на тему «Психологічна підтримка учасників освітнього процесу, які переживають складні етапи під час війни» ми охопили 151 респондента. Ми просили їх зазначити своє ставлення на сьогодні щодо сфер професійного та життєвого самовизначення, стресостійкості, розуміння себе та інших та загальної задоволення поточною життєвою ситуацією за 10-бальною шкалою, де: 1 бал — це найменша відповідність певного твердження до ваших реалій сьогодення; 10 балів — найбільша відповідність.

На основі анкети було проведено кореляційний аналіз для виявлення зв'язку між емоційним станом респондентів та їхніми відповідями на питання, що стосуються різних когнітивних та особистісних ресурсів.

Для оцінки сили та напрямку кореляційного зв'язку використовувався коефіцієнт кореляції Пірсона (r). Зазначимо, що діапазон значень коефіцієнта коливається від -1 (негативна кореляція) до +1 (позитивна кореляція). В цих рамках загальноприйнятні критерії інтерпретації сили зв'язку можуть бути слабкими, помірними та сильними.

Ми виявили кореляційні зв'язки між емоційним станом респондентів та наступними висловлюваннями:

Таблиця 1. Показники кореляційного зв'язку між емоційним станом респондентів та висловлюваннями/Indicators of the correlation between the emotional state of respondents and statements

N	Змінна	Коефіцієнт кореляції Пірсона (r)	Сила зв'язку
1	Я маю звичку піклуватись про себе та своє здоров'я, аби залишатись в ресурсному стані навіть в умовах стресового навантаження	+0,523	Помірна
2	Я розумію мій внутрішній світ, можу провести самоаналіз себе та своїх реакцій в разі складної ситуації	+0,44	Помірна
3	Я натхненно створюю власний світ і відкритий/відкрита до знайомства з унікальними світами інших людей	+0,43	Помірна
4	Я радію кожному новому дню життя, оскільки це нові враження, нові емоції, нові можливості	+0,43	Помірна
5	Я можу чітко прописати ланцюжок «хочу-роблю-досягаю» для різних сфер моєї життєвої активності	+0,389	Слабка
6	Я маю чіткі уявлення щодо бажаного образу життя в найближчі 10 років	+0,385	Слабка
7	Я достатньо автономний/автономна у виборі власних життєвих активностей. Я дослухаюсь до себе, і реалізую те, що мені підказує серце	+0,364	Слабка
8	Я відкрито пред'являю мою позицію іншим людям	+0,338	Слабка
9	Я маю достатні навички комунікації, аби почуватись невимушено навіть в складних та заплутаних ситуаціях міжособистісної взаємодії	+0,293	Слабка

Зокрема, результати кореляційного аналізу чітко демонструють наявність статистично значущих позитивних зв'язків між емоційним станом респондентів та наступними когнітивними та особистісними ресурсами подолання стресу.

1. **Значущість позитивного мислення та світосприйняття:** Помірна позитивна кореляція між емоційним станом та твердженнями про радість новому дню та натхнення створення власного світу підкреслює важливість оптимістичного світосприйняття як ресурсу, що підтримує емоційне благополуччя.

2. **Роль самоусвідомлення та рефлексії:** Зв'язок між емоційним станом та розумінням власного внутрішнього світу та здатністю до самоаналізу вказує на те, що усвідомлення своїх емоцій та реакцій є важливим ресурсом для підтримки емоційної стабільності.

3. **Вплив цілеспрямованості та планування:** Позитивна кореляція між емоційним станом та здатністю чітко прописувати життєві цілі та плани свідчить про те, що наявність структури та розуміння своїх прагнень може позитивно впливати на емоційний стан.

4. **Значення відкритості та комунікації:** Хоча кореляція між емоційним станом та відкритим пред'явленням своєї позиції є слабшою, вона все ж вказує на те, що здатність відкрито висловлюватись може бути пов'язана з кращим емоційним самопочуттям.

5. **Взаємозв'язок емоційного стану та життєвої автономії:** Позитивний зв'язок між емоційним станом та відчуттям автономії у виборі життєвих активностей підкреслює важливість відчуття контролю та самостійності для емоційного благополуччя.

6. **Ключова роль турботи про себе та здоров'я:** Найсильніша позитивна кореляція виявлена між емоційним станом та звичкою піклуватись про себе та своє здоров'я. Це підкреслює фундаментальну важливість турботи про власні фізичні та психологічні потреби, як ресурсу для підтримки позитивного емоційного стану та життєстійкості в умовах стресу.

7. **Комунікативні навички, як допоміжний ресурс:** Слабша, але статистично значуща позитивна кореляція емоційного стану з комунікативними навичками в складних ситуаціях міжособистісної взаємодії вказує на те, що вміння ефективно спілкуватися може сприяти кращому емоційному самопочуттю, хоча цей зв'язок не є таким сильним, як інші.

Висновки. Отже, отримані результати підтверджують важливість різноманітних когнітивних та особистісних ресурсів для підтримки позитивного емоційного стану. Особливо значущими виявилися такі аспекти, як позитивне мислення, самоусвідомлення, цілеспрямованість, автономія та, що особливо важливо, звичка піклуватись про себе та своє здоров'я. Ці висновки можуть мати практичне значення для розробки психологічних інтервенцій, спрямованих на зміцнення емоційної стійкості та ресурсів подолання стресу.

Перспективи дослідження. Майбутнє дослідження унікального досвіду освітян, які працюють в надзвичайно складних умовах прифронтової зони, може лежати в площині специфічних індивідуальних, соціальних, культурних особливостей подолання щоденних викликів хронічного стресу, небезпеки та невизначеності.

Також цікаво було б визначити, як місцева культура та усталені традиції впливають на формування механізмів психологічного виживання та адаптації. Також важливо дослідити ефективність різних підходів психологічної підтримки, ретельно адаптованих до специфічного контексту прифронтової зони, щоб зрозуміти, які форми допомоги є найбільш прийнятними та дієвими для освітянської спільноти в цій ситуації.

Крім того, важливим було б розуміння того, як різні фази конфлікту – від гострих загострень до періодів відносного затишшя – впливають на наявність та ефективність цих внутрішніх та зовнішніх опор.

Аналіз демографічних факторів, включаючи вік, стаж роботи та сімейний стан, також може допомогти краще зрозуміти різноманіття досвіду в межах освітянської спільноти прифронтової зони.

У майбутньому є сенс приділити увагу розробці та оцінці ефективності нових інтервенцій, спеціально адаптованих для зміцнення ресурсів подолання стресу прифронтової зони. Це може включати адаптацію існуючих психотерапевтичних підходів, розробку навчальних програм з самодопомоги та стрес-менеджменту, а також оцінку можливостей використання технологій для надання психологічної підтримки.

Ми сподіваємося, що майбутні дослідження не лише поглиблюють наукове розуміння цієї важливої проблеми, але й стануть основою для розробки ефективних

стратегій підтримки та підвищення стійкості освітянської спільноти, яка відіграє ключову роль у збереженні майбутнього нашої країни в цих надзвичайно складних умовах.

Список використаних джерел

- Богдан О. Стратегії психологічного добробуту українців у взаємодії з копінг-стратегіями в умовах війни. *Проблеми політичної психології*. 2024. Вип. 16(30), С.60–83. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol16-Year2024-164>
- Antonovsky A., Maoz B., Dowty N., Wijsenbeek H. Twenty-five years later: A limited study of the sequelae of the concentration camp experience. *Social Psychiatry*, 1971. №6(4), С.186–193. <https://doi.org/10.1007/BF00578367>
- Lahad M. The "Basic Ph" Model of Coping and Resiliency: Theory, Research and Cross-cultural Application. Jessica Kingsley Publishers, 2013.

O. PINCHUK (Pinchuk Olena)

PhD, senior researcher

Department of Psychology of Small Groups and Communities

Institute of Social and Political Psychology

National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0009-0000-7455-2287>

E-mail: Olenipinchuk@gmail.com

RESILIENCE AND ADAPTATION INDICATORS TO THE CHALLENGES OF WAR AMONG EDUCATORS IN THE KHERSON REGION

This article presents the results of a study on stress coping resources within the educational community working under conditions of heightened psychological tension in the frontline zone. The relevance of the study is driven by the necessity to understand the adaptation mechanisms and support the psychological well-being of educators who daily face the consequences of military actions. The aim of the study was to identify the most sought-after types of stress coping resources (cognitive, emotional, social, physical, spiritual/philosophical) and to analyze their relationship with the emotional state of educators. The study involved educators working in the frontline zone. Data collection was conducted using a questionnaire that included statements aimed at assessing the frequency of using various stress coping strategies on a 10-point scale. The results of the study revealed that the most frequently used stress coping resources among educators are cognitive strategies related to problem analysis and the search for their solutions, as well as spiritual and philosophical attitudes that support belief in own strengths and positive thinking. Physical activity also plays a significant role in coping with stress. Correlation analysis showed the presence of statistically significant positive relationships between emotional state and most of the studied resources. Particularly moderate correlations were found with positive thinking ($r = +0.43$), understanding own inner world ($r = +0.44$), goal-orientedness ($r = +0.389$), and the strongest positive relationship was observed with the habit of taking care of himself and his health ($r = +0.523$). The findings underscore the importance of a comprehensive approach to supporting the psychological well-being of educators working in the challenging conditions of the frontline zone. Strengthening cognitive problem-solving skills, supporting a positive outlook, encouraging physical activity, and fostering the habit of self-care are key directions for psychological assistance and resilience support for educators. Further research may focus on exploring the specific mechanisms of the influence of various resources on emotional state and developing effective interventions for this vulnerable professional group.

Keywords: stress, stress coping, resources, educators, frontline zone, emotional state, correlation analysis

References

- Bogdan, O. (2024). Psychological well-being strategies of Ukrainians in interaction with coping strategies in war conditions. *Problems of political psychology*, 16(30), 60–83. [In Ukrainian]. <https://doi.org/10.33120/popp-Vol16-Year2024-164>
- Antonovsky, A., Maoz, B., Dowty, N., & Wijsenbeek, H. (1971). Twenty-five years later: A limited study of the sequelae of the concentration camp experience. *Social Psychiatry*, 6(4), 186–193. <https://doi.org/10.1007/BF00578367>
- Lahad, M. (2013). *The "Basic Ph" Model of Coping and Resiliency: Theory, Research and Cross-cultural Application*. Jessica Kingsley Publishers.

Стаття надійшла до редакції 10.04.2025 (The article was received by the editors 10.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 29.05.2025 (The article is recommended for printing 29.05.2025)

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-06

UDC 316.62:364.62-787.2-054.73(477)"364"

В.В. ПЛОХІХ (Віктор Володимирович Плохих)

*доктор психологічних наук, професор,**кафедра загальної психології,**Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Україна**пл. Свободи, 4, Харків, Україна.**e-mail: plokhih_v@ukr.net,**<https://orcid.org/0000-0001-7897-3417>*

В. М. ТИМОХІНА (Владислава Максимівна Тимохіна)

*студентка факультету психології**Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,**пл. Свободи, 4, Харків, Україна.**e-mail: aerlissaerliss@gmail.com**<https://orcid.org/0009-0001-9493-3885>*

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВПЛИВУ СТРЕСОРІВ ВОЄННИХ ДІЙ

Досліджуються проблемні аспекти організації спрямованої взаємодії свідомого і неусвідомлюваного рівнів регуляції емоційних станів студентів в умовах стресогенних впливів. *Метою* дослідження є визначення особливостей взаємозв'язку представленого складовими емоційного інтелекту свідомого і вираженого через психологічні захисти неусвідомлюваного рівнів психічної регуляції емоційних станів студентів в умовах тривалого впливу стресорів воєнних дій. *Досліджуваними* були 84 студенти (вік в роках: $M = 20$; $\min = 18$; $\max = 25$). В емпіричному дослідженні застосовувалися наступні методики: «Діагностика емоційного інтелекту» Н. Холла (для діагностики складових свідомого рівня регуляції емоційного стану), «Індекс життєвого стилю» (для діагностики автоматизмів психологічних захистів); «Шкала психологічного стресу» PSM-25 (для визначення стресогенного психічного напруження); Фрайбурзький особистісний опитувальник, форма В (для визначення неадаптивних психічних станів). *Результати.* Встановлено, що стресогенне психічне напруження досліджуваних обернено пов'язане з їх здатністю до управління власними емоціями ($R_s = -.375$; $p = .000$) і з інтегральним показником конструкту емоційного інтелекту ($R_s = -.232$; $p = .034$). У більшості випадків показники складових конструкту емоційного інтелекту обернено статистично пов'язані з показниками виразності психологічних захистів. Стресогенне психічне напруження прямо пов'язано з загальною напругою психологічних захистів ($R_s = .498$; $p = .000$) і з психологічними захистами регресії ($R_s = .593$; $p = .000$), заміщення ($R_s = .497$; $p = .000$), компенсації ($R_s = .249$; $p = .022$), гіперкомпенсації ($R_s = .367$; $p = .001$). Виразність стресогенного психічного напруження і психологічних захистів прямо пов'язана з підсиленням неадаптивних станів досліджуваних. *Висновки.* Встановлено, що в умовах стресогенного впливу воєнних дій активація свідомого і неусвідомлюваного рівнів регуляції емоційних станів у студентів переважно має різну спрямованість. Доведено, що можливості свідомого рівня доцільної саморегуляції студентами емоційних станів ефективно реалізуються при незначному рівні стресогенного психічного напруження і вже при середньому рівні стресостійкості особистісної організації. Виявлено, що значна активація більшості психологічних захистів при помірному стресогенному психічному напруженні пов'язана з високим рівнем виразності тих станів і особистісних властивостей студентів, які відповідають тенденції розвитку дистресу.

Ключові слова: саморегуляція; емоції; стрес; особистість; емоційний інтелект; психологічний захист, психічне напруження, студенти

Загрози і ураження з боку пандемії COVID-19 разом з карантинними обмеженнями, потім, практично одразу ж, повномасштабні воєнні дії, що тривають вже більше трьох років; усе це суттєво вплинуло на психічне і фізичне здоров'я мешканців України і вимушених мігрантів. Емоційні і інформаційні стресори воєнних дій прямо і опосередковано через засоби масової інформації й інформаційні мережі викликають у мільйонів українців значні негативні емоційні переживання, невизначеність екзистенціального порядку, суттєве підсилення і фіксацію психічного напруження (Плохих, Супонєва, 2021; Plokhikh et al., 2024).

Тривале стресогенне пригнічення, переживання страху і тривоги, невизначеність часової перспективи життєдіяльності у багатьох постраждалих руйнують пізнавальну діяльність, структуру мотивації, образ світу,

базові принципи життя. На рівні організму тривалий стрес обертається функціональними і структурними порушеннями в серцево-судинній, ендокринній, нервовій системі, вражаються органи-мішені (Yaribeygi et al., 2017; Valencia-Florez et al., 2023). Бурхливі переживання критичних подій, що підкріплюються емоціями страху і, навіть, жаху, підсилюються зростаючою тривогою, зумовлюють більше або менше ураження психічної організації з фіксацією у пам'яті травматичного досвіду і наступним можливим розвитком посттравматичних стресових розладів, розвитком соматичних захворювань.

В аспекті аналізу ресурсів стресостійкості студентство може розглядатися як специфічна категорія населення. Стрес пов'язується із суттєвою невизначеністю щодо ключових взаємин людини з дійсністю. (Peters et al.,

Як цитувати: Плохих, В., Тимохіна, В. (2025). Особливості психічної регуляції емоційного стану студентів в умовах впливу стресорів воєнних дій. Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія», (78), 36-45. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-06>

In cites: Plokhikh, V. Tymokhina, V. (2025). Features of Psychic Regulation of Students' Emotional States under the Influence of War-Related Stressors. Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology, 78, 36-45. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-06> (in Ukrainian)

© Плохих, В., Тимохіна, В. 2025; CC BY 4.0 license

2017; Valencia-Florez et al., 2023). Порівняно з багатьма іншими, для студентів фактор стресогенної невизначеності перспективи майбутнього внаслідок руйнівних воєнних дій системно суттєво послаблюється через більшу або меншу орієнтацію на послідовні, передбачені наперед етапи професійного навчання і на наступну самореалізацію в обраній професії (Plokhikh, 2022; Plokhikh et al., 2024; Pomytkina et al., 2024). Відповідно до такого вибору життєвих орієнтирів формується життєстверджуюча внутрішня мотивація, позитивні емоційні стани і як результат, і як передумова успіхів в навчанні, організуються навколо цілеспрямованих зусиль процеси життєдіяльності, структурується система досвіду.

Загальна позитивна емоційна налаштованість, підкріплена впевненістю у своїх можливостях в досягненні цілей професійного зростання, для студентів має значення в аспекті стимулювання пізнавальних зусиль, а в стресогенних умовах – підсилює загальну стійкість до деструктивних впливів (Candeias et al., 2024; Chebykin, 2023; Izard, 2011). У свою чергу, суттєві неконтрольовані емоційні переживання сприяють дезорганізації пізнавальної діяльності, знижують ефективність навчання і взагалі погіршують якість життя. Чим вище стресогенна психічна напруга, тим більш значущою вона є для організації когнітивної сфери і поведінки особистості (Sattar et al., 2022; Yaribeygi et al., 2017; Valencia-Florez et al., 2023). З огляду на це, для студентів з метою досягнення встановлених у навчальному процесі цілей в умовах додаткового впливу стресорів воєнних дій стає необхідною ефективна регуляція власного емоційного стану, усунення застійних проявів страху, тривоги, пригніченості.

Емоційні процеси активуються як реакція на зовнішні виклики і як супровід внутрішньоособистісних перетворень. Психічна організація і організм реагують на емоціогенні подразники і безпосередньо – через активацію рефлексорних автоматизмів, і опосередковано – через когнітивне оцінювання впливів і протиріч з наступним винесенням суджень про дійсне або вигадане суб'єктивне значення подій. Особливо виразно динаміка емоційних процесів виступає у разі об'єктивних загроз та критичних обставин. У стресі гранично активуються оціночні і адаптивні механізми психічної організації і організму (Lazarus, Folkman, 1987; Selye, 1975). Вони поєднуються в складні і досить часто суперечливі утворення з численними багаторівневими зв'язками й неоднозначною спрямованістю у функціонуванні (Nater, 2021; Valencia-Florez et al., 2023). Загальна зорієнтованість психічної організації на конструктивне усунення загострених актуальних протиріч і невизначеності, зазвичай, супроводжується позитивними переживаннями і підвищенням впевненості суб'єкта у власних можливостях. Деструктивні тенденції в психічній діяльності в критичних обставинах з підсиленням проявів дистресу пов'язані, у свою чергу, з негативними емоційними переживаннями і зменшенням стресостійкості (Plokhikh et al., 2024; Schönfeld et al., 2016; Wersebe et al., 2018). З огляду на означене, обрані і реалізовані можливості саморегуляції емоційних станів стають важливим фактором успішного долаання стресу і ефективності дій.

Психічна регуляція емоційних переживань і психічного напруження у стресовому стані відбувається на неусвідомленому і свідомому рівнях. Одним з найважливіших варіантів рефлексорної неусвідомлюваної регуляції стресогенного напруження і граничних емоційних переживань є реалізація механізмів психологічного захисту. Закріплені і розвинені різноманітні способи психологічного захисту активуються мимовільно при появі загрозливої інформації щодо реального або уявного стресогенного впливу. При цьому механізми психологічних захистів функціонально зорієнтовані на уникнення, нейтралізацію, перекручування, зниження дійсної значущості повідомлень про загрозу і небезпеку. Останнє дозволяє швидко позбавлятися надмірного психічного напруження і непріємних переживань, але дуже часто – це на шкоду загальному розумінню сутності подій, повноцінному конструктивному усуненню актуальних критичних протиріч з негативними наслідками для особистісної організації (Carvalho et al., 2019; Walkera, McCabe, 2021; Zeigler-Hill et al., 2008).

Успішність саморегуляції суб'єктом власних переживань у стресовому стані з урахуванням дійсної значущості стресогенних впливів забезпечується правильною оцінкою ситуації, усвідомленням доцільним вибором і реалізацією відповідних долаючих заходів. Під тиском загального стресогенного напруженості в аспекті неспецифічного адаптивного реагування на стрес реалізація спрямованих пізнавальних дій для оцінки і визначення сутності критичних обставин, постановки і досягнення цілей вимагає від суб'єкта значних волевових зусиль, потужної внутрішньої мотивації, цілісності й стійкості особистісної організації (Cheban et al., 2020; Porovych et al., 2023). Зокрема, такі необхідні складові свідомого рівня психічної регуляції емоцій концептуально поєднуються в наукових роботах в психологічному конструкті емоційного інтелекту (Bar-On, 2000; Mayer et al., 2004; Носенко, 2012; Шпак, 2020). Успішна реалізація здібностей в аспекті оцінки, розуміння і регуляції власних емоцій дозволяє особистості не тільки ефективно позбавлятися зайвих негативних переживань у стресовому стані, а й спрямовувати стресогенне напруження в позитивному емоційному підкріпленні інтересом і натхненням на доцільну актуалізацію прихованого потенціалу і ресурсів пізнання, на успішне вирішення завдань (Chebykin, 2023).

У студентів, як і у більшості населення, впродовж пандемії COVID-19 в середньому рівень актуалізації психологічних захистів і проблемних перетворень в структурі особистості суттєво підвищився (Плохих, Супонєва, 2021; Salari et al., 2020; Walkera, McCabe, 2021). Впродовж трьохрічного впливу повномасштабних воєнних дій стресогенне напруження у значній частини цивільного населення посилилося разом з послабленням ресурсів стресостійкості. У такому варіанті імовірність застосування постраждалими захисного реагування очікувано зростає. Поряд із цим свідомо саморегуляція емоційних переживань у студентів базується на достатньо міцному ціннісно-смысловому підґрунті процесу професіоналізації з наявними цільовими орієнтирами в майбутньому. Останнє

підсилює свідому саморегуляцію стресогенних переживань. Таким чином, в умовах тривалого впливу стресорів воєнних дій спостерігається поєднана виразна активація у студентів свідомого і неусвідомлюваного рівнів психічної регуляції емоційних станів. Між цими рівнями при значній виразності стресу можуть виникати специфічні і досить суперечливі зв'язки. Для студентів ці зв'язки можуть бути значущими в аспекті особистісних трансформацій і організації життєдіяльності.

Мета дослідження – визначення особливостей взаємозв'язку представленого складовими емоційного інтелекту свідомого і вираженого через психологічні захисти неусвідомлюваного рівнів психічної регуляції емоційних станів студентів в умовах тривалого впливу стресорів воєнних дій.

Гіпотеза дослідження. Довільна цільова активація свідомого рівня емоційної саморегуляції у студентів, що знаходяться під тривалим впливом стресорів воєнних дій, послаблюється з розвитком дистресу, з деструктивними змінами в структурі особистості, з недоцільною мимовільною активацією психологічних захистів, спрямованих на когнітивне відсторонення від поточних загроз і непрямим емоційним переживанням.

Методи дослідження

В емпіричному дослідженні досліджуваними були 84 студенти (вік в роках: $M_e = 20$; $min = 18$; $max = 25$) жіночої (49 осіб) та чоловічої (35 осіб) статі. Досліджені добровільно погодилися на участь у дослідженні з можливістю подальшої відмови. Вибіркову сукупність досліджуваних було сформовано випадковим чином.

Емпіричне дослідження – кореляційне. Емпіричний матеріал отримувався у першій половині семестрового навчального процесу. В реалізації дослідження було використано сервіс Google FoRsm в режимі онлайн. Для онлайн-опитування розроблялася відповідна форма, до якої увійшли завдання по чотирьом стандартизованим психодіагностичним методикам. Досліджуваним було запропоновано виконати завдання у зручному режимі.

В емпіричному дослідженні психологічний рівень свідомої доцільної оцінки і саморегуляції емоційних станів було представлено показниками конструкту емоційного інтелекту. Неусвідомлюваний рівень регуляції емоційних станів було представлено психологічними захистами. Поряд із рівнями психічної регуляції емоцій діагностувалися стресогенне психічне напруження та стійкі властивості і стани досліджуваних.

Методикою «Діагностика емоційного інтелекту» (Н. Холл) оцінювався емоційний інтелект як сукупність здібностей, переважна більшість яких відносяться до свідомого рівня оцінки, контролю і регуляції емоційних станів (Яцук, 2019). Останнє стосується наступних показників: «емоційна обізнаність» (рефлексія, усвідомлення власних емоцій), «управління власними емоціями» (здатність контролювати і регулювати власні емоції), «самотивація» (довільне керування власними емоціями з метою підтримки внутрішньої мотивації), «розпізнавання емоцій оточуючих» (вміння ідентифікувати емоційний стан інших людей). Також завдяки методіці діагностувався рівень емпатії особистості. Отримані значення інтегрального

показника в конструкті емоційного інтелекту (EQ) розглядалися згідно з наступною рівневою шкалою: низький рівень – 39 і менше балів; середній рівень – 40-69 бали; високий рівень – 70 і більше балів.

Для діагностики проявів у досліджуваних студентів автоматизмів психологічних захистів застосовувалася методика «Індекс життєвого стилю» (Г. Келлерман, Р. Плутчик, Х.Р. Конте). Результатом психодіагностики за вказаною методикою є вимір у відсотках восьми механізмів психологічного захисту (витіснення, регресія, заміщення, заперечення, проєкція, компенсація, гіперкомпенсація, раціоналізація) і загальної напруги психологічних захистів. У якості значущих розглядалися механізми психологічних захистів, рівень виразності яких перевищував 50 %. (Неурова та ін., 2016)

Стресогенне психічне напруження досліджуваних діагностувалося з застосуванням Шкали психологічного стресу Лемур-Тесьє-Філіона (PSM-25) (Штепа, 2012). Отримані значення показника психічного напруження (ППН) класифікувалися у відповідності до наступної градації рівня стресу: низький – ППН менше 100 балів; середній (помірний) – ППН в інтервалі $100 \div 154$ бали; високий – ППН більше 155 балів.

Стійкі психічні стани і властивості особистості досліджуваних студентів, які знаходяться під тривалим прямим і непрямим впливом стресорів воєнних дій, діагностувалися з застосуванням Фрайбурзького особистісного опитувальника (FPI, форма В). Визначалися проблемні психічні стани і властивості досліджуваних, що відносяться до розвитку дистресу з виснаженням адаптаційних ресурсів психічної організації і організму. Також діагностувався рівень виразності тих особистісних властивостей, які сприяють стресостійкості і адекватній поведінці в критичних умовах життєдіяльності (Лупенко, 2016). Отримані стандартні оцінки по показниках розглядалися з огляду на запропоновану в методіці градацію по рівням виразності властивостей та станів: $1 \div 3$ – низький; $4 \div 6$ – середній; $7 \div 9$ – високий.

Кількісний аналіз емпіричних даних було проведено з застосуванням статистичного пакету IBM SPSS Statistics 20. Внутрішня узгодженість вибірки даних визначалася за критерієм α Кронбаха. Розподіл загальної групи досліджуваних на окремі групи одразу по трьом ключовим узагальнюючим параметрам (психічне напруження, загальна напруга психологічних захистів, інтегральний показник конструкту емоційного інтелекту) відбувався з застосуванням кластерного аналізу (метод k-середніх). Було виділено дві групи: група 1 ($n = 46$) – досліджувані переважно з ознаками помірного стресу, зі значною загальною напругою психологічних захистів, зі зниженим інтегральним показником конструкту емоційного інтелекту; група 2 ($n = 38$) – досліджувані без ознак стресу, з переважно середніми значеннями інтегрального показника конструкту емоційного інтелекту, з незначною виразністю загальної напруги психологічних захистів. Статистичний зв'язок між параметрами визначався з застосуванням кореляційного аналізу за Спірменом (R_s). Статистичні розбіжності в значеннях показників у виділених групах досліджуваних встановлювалися з застосуванням U-критерію Манна-Уїтні.

Результати

За показником α Кронбаха вибірка емпіричних даних є внутрішньо узгодженою ($\alpha = .997$). В усіх значущих варіантах показники складових конструкту емоційного інтелекту обернено статистично пов'язані з показниками виразності психологічних захистів (табл. 1). Також обернено статистично пов'язано стресогенне психічне

напруження досліджуваних з їх здатністю до управління власними емоціями як складовою конструкту емоційного інтелекту ($R_s = -.375^{**}$; $p = .000$) і з інтегральним показником цього конструкту ($R_s = -.232^*$; $p = .034$). При цьому помірний стрес виявлено у 51 досліджуваного (61 % від загального складу).

Таблиця 1. Статистичні зв'язки (за Спірменом) показників конструкту емоційного інтелекту і психологічних захистів досліджуваних загальної групи / Statistical relationships (according to Spearman) between the indicators of the emotional intelligence construct and psychological defenses of the subjects of the general group

Психологічні захисти	Статистичний параметр	Показники конструкту емоційного інтелекту					
		ЕО	УВЕ	СМ	Е	РЕЛ	ІП_ЕІ
Витіснення	R_s	-.207	-.035	-.288**	-.267*	-.106	-.252*
	p	.058	.753	.008	.014	.339	.021
Регресія	R_s	-.060	-.335**	-.164	.123	-.047	-.161
	p	.587	.002	.137	.265	.669	.143
Заміщення	R_s	-.292**	-.338**	-.094	.016	-.141	-.258*
	p	.007	.002	.397	.882	.201	.018
Заперечення	R_s	.078	.185	.176	.156	.190	.146
	p	.479	.092	.110	.156	.083	.184
Проекція	R_s	-.059	-.239*	-.167	-.115	-.127	-.164
	p	.596	.029	.128	.297	.250	.137
Компенсація	R_s	-.235*	-.231*	.038	-.054	.064	-.157
	p	.032	.035	.730	.624	.560	.153
Гіперкомпенсація	R_s	-.174	-.358**	-.378**	-.288**	-.201	-.410**
	p	.113	.001	.000	.008	.067	.000
Раціоналізація	R_s	.064	.115	.094	.102	.192	.153
	p	.565	.297	.395	.356	.080	.166
Загальна напрута захистів	R_s	-.231*	-.310**	-.159	-.034	-.018	-.242*
	p	.034	.004	.150	.759	.868	.027

Примітки: * – $p \leq .050$; ** – $p \leq .001$; ЕО – емоційна обізнаність; УВЕ – управління власними емоціями; СМ – самомотивація; Е – емпатія; РЕЛ – розпізнавання емоцій інших людей; ІП_ЕІ – інтегральний показник емоційного інтелекту.

Було встановлено специфічний статистичний зв'язок стресогенного психічного напруження з показниками виразності психологічних захистів (табл. 2), а також з стійкими властивостями і станами досліджуваних (табл. 3). Також характерно пов'язані

складові конструкту емоційного інтелекту з тими стійкими властивостями і станами особистості, які супроводжують розвиток дистресу, і з тими, які відносяться до підтримки стресостійкості і адекватного зв'язку з дійсністю (табл. 4).

Таблиця 2. Статистичні зв'язки (за Спірменом) показників психологічних захистів з показником психічного напруження досліджуваних загальної групи / Statistical relationships (according to Spearman) of indicators of psychological defenses with the indicator of mental stress of the subjects of the general group

Показник	Статистичний параметр	Регресія	Заміщення	Компен-сація	Гіперком-пенсація	ЗНПЗ
Психічне напруження	R_s	.593**	.497**	.249*	.367**	.498**
	p	.000	.000	.022	.001	.000

Примітки: * – $p \leq .050$; ** – $p \leq .001$; ЗНПЗ – загальна напрута психологічних захистів.

Таблиця 3. Статистичні зв'язки (за Спірменом) показників виразності стійких властивостей і станів з показником психічного напруження досліджуваних загальної групи / Statistical relationships (according to Spearman) of the indicators of the expressiveness of stable properties and states with the indicator of mental stress of the subjects of the general group

Показник	Статистичний параметр	Невр.	СА	Деп.	Драт.	Врівн.	Сором.	ЕЛ
Психічн напруження	R_s	.691**	.238*	.549**	.453**	-.324**	.362**	.545**
	p	.000	.029	.000	.000	.003	.001	.000

Примітки: * – $p \leq .050$; ** – $p \leq .001$; Невр. – невротичність; СА – спонтанна агресивність; Деп. – репресивність; Драт. – дратівливість; Врівн. – врівноваженість; Сором. – сором'язливість; ЕЛ – емоційна лабільність.

Таблиця 4. Статистичні зв'язки (за Спірменом) показників виразності стійких властивостей і станів з показником складових конструкту емоційного інтелекту досліджуваних загальної групи / Statistical relationships (according to Spearman) of the expressiveness indicators of stable properties and states with the indicator of the components of the emotional intelligence construct of the studied subjects of the general group

Показник	Статистичний параметр	ЕО	УВЕ	СМ	Е	РЕЛ	ІП_ЕІ
Невротичність	Rs	-.082	-.358**	-.195	.029	-.112	-.254*
	p	.461	.001	.076	.793	.311	.020
Спонтанна агресивність	Rs	-.191	-.088	-.015	-.158	-.097	-.154
	p	.082	.428	.889	.151	.381	.163
Депресивність	Rs	-.175	-.583**	-.380**	-.071	-.284**	-.418**
	p	.111	.000	.000	.523	.009	.000
Дратівливість	Rs	-.261*	-.371**	-.265*	-.043	-.220*	-.331**
	p	.017	.001	.015	.700	.044	.002
Товариськість	Rs	.047	.277*	.385**	.222*	.389**	.323**
	p	.674	.011	.000	.043	.000	.003
Врівноваженість	Rs	.118	.621**	.423**	.034	.245*	.383**
	p	.284	.000	.000	.758	.025	.000
Реактивна агресивність	Rs	-.125	.152	.233*	-.027	.110	.097
	p	.256	.169	.033	.810	.319	.378
Сором'язливість	Rs	-.200	-.569**	-.535**	-.265*	-.363**	-.537**
	p	.068	.000	.000	.015	.001	.000
Відкритість	Rs	-.045	-.298**	-.186	.090	-.072	-.139
	p	.687	.006	.091	.416	.515	.208
Екстраверсія	Rs	-.129	.151	.269*	.048	.167	.139
	p	.244	.170	.013	.668	.128	.208
Емоційна лабільність	Rs	-.176	-.564**	-.452**	-.102	-.215*	-.447**
	p	.108	.000	.000	.357	.050	.000

Примітки: * – $p \leq .050$; ** – $p \leq .001$; ЕО – емоційна обізнаність; УВЕ – управління власними емоціями; СМ – самомотивація; Е – емпатія; РЕЛ – розпізнавання емоцій інших людей; ІП_ЕІ – інтегральний показник емоційного інтелекту.

З застосуванням кластерного аналізу (метод k-середніх) по показникам рівня психічного напруження, загальної напруги психологічних захистів і інтегральному показнику конструкту емоційного інтелекту було виділено 2 групи досліджуваних. До групи 1 увійшли 46 осіб з порівняно вищим рівнем напруги психологічних захистів, до групи 2 увійшло 38 осіб з порівняно вищим рівнем по параметру емоційного інтелекту (табл. 5 і 6). Психологічні захисти витіснення і заперечення в групах на однаковому низькому рівні

виразності. По параметру «емпатія» статистичні розбіжності між групами відсутні. По параметру психічного напруження встановлено суттєве переважання ($U = 74.50$; $p \leq .001$) групи 1 ($Me = 122.50$; $min = 95.00$; $max = 166.00$) над групою 2 ($Me = 86.50$; $min = 30.00$; $max = 125.00$). У переважній більшості досліджуваних групи 1, згідно з класифікацією психічного напруження в методиці PSM-25, діагностовано помірний (середній) рівень стресу, що може розглядатися як характерна ознака самої групи.

Таблиця 5. Статистичне порівняння (U-критерій Манна-Уїтні) показників конструкту емоційного інтелекту у групі 1 ($n = 46$) і у групі 2 ($n = 38$) / Statistical comparison (Mann-Whitney U-test) of the indicators of the emotional intelligence construct in group 1 ($n = 46$) and group 2 ($n = 38$)

Група	Статистичний параметр	ЕО	УВЕ	СМ	РЕЛ	ІП_ЕІ
	U	525.00	346.50	526.50	612.50	395.00
	p	.002	.000	.002	.019	.000
1	Me	9.00	-5.50	3.00	6.00	18.50
	min	-13.00	-17.00	-13.00	-9.00	-40.00
	max	18.00	14.00	18.00	16.00	78.00
2	Me	13.00	5.00	6.50	10.00	42.00
	min	-6.00	-12.00	-8.00	1.00	-12.00
	max	18.00	16.00	18.00	18.00	80.00

Примітки: ЕО – емоційна обізнаність; УВЕ – управління власними емоціями; СМ – самомотивація; РЕЛ – розпізнавання емоцій інших людей; ІП_ЕІ – інтегральний показник емоційного інтелекту.

Таблиця 6. Статистичне порівняння (U-критерій Манна-Уїтні) показників виразності психологічних захистів у групі 1 (n = 46) і у групі 2 (n = 38) / Statistical comparison (Mann-Whitney U-test) of the indicators of the expressiveness of psychological defenses in group 1 (n = 46) and in group 2 (n = 38)

Група	Статистичний параметр	Регресія	Заміщення	Проекція	Компенсація	Гіперкомпенсація	Раціоналізація	ЗНПЗ
1	U	409.50	427.50	753.00	546.50	428.00	778.50	425.50
	p	.000	.000	.273	.003	.000	.385	.000
	Me	58.82	50.00	66.67	60.00	50.00	58.33	52.17
2	min	29.41	10.00	16.67	20.00	10.00	16.67	33.70
	max	88.24	100.00	100.00	90.00	100.00	91.67	73.91
	Me	44.12	30.00	58.33	35.00	30.00	58.33	44.57
2	min	23.00	0.00	16.00	10.00	0.00	16.60	21.70
	max	70.59	60.00	91.67	90.00	70.00	91.67	60.87

Примітка. ЗНПЗ – загальна напруга психологічних захистів.

Зважаючи на те, що значущим підґрунтям реагування на стресогенні впливи і реалізацію психологічних захистів є стійкі психічні стани і властивості особистості, визначалися відмінності по означених параметрах груп 1 і 2. У групі 1 низка проблемних властивостей і станів

особистості, на відміну від групи 2, перебуває на високому рівні виразності (табл. 7). При цьому ресурсна для стресостійкості врівноваженість як властивість особистості у групі 1 тяжіє до низького рівня.

Таблиця 7. Статистичне порівняння (U-критерій Манна-Уїтні) виразності стійких властивостей і станів особистості у групі 1 (n = 46) і у групі 2 (n = 38) / Statistical comparison (Mann-Whitney U-test) of the expressiveness of stable personality traits and states in group 1 (n = 46) and group 2 (n = 38)

Група	Статистичний параметр	Невр.	СА	Деп.	Драт.	Врівн.	Сором.	ЕЛ
1	U	329.50	695.00	291.00	497.00	483.50	437.50	324.00
	p	.000	.089	.000	.001	.000	.000	.000
	Me	8.00	8.00	8.00	7.00	3.50	8.00	8.00
2	min	5.00	3.00	5.00	1.00	1.00	3.00	5.00
	max	9.00	9.00	9.00	9.00	8.00	9.00	9.00
	Me	6.00	7.00	6.00	6.00	5.00	6.00	6.00
2	min	4.00	4.00	3.00	3.00	2.00	1.00	2.00
	max	9.00	8.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00

Примітки. Невр. – невротичність; СА – спонтанна агресивність; Деп. – репресивність; Драт. – дратівливість; Врівн. – врівноваженість; Сором. – сором'язливість; ЕЛ – емоційна лабільність.

За показником «товариськість», який статистично прямо пов'язаний з переважною більшістю показників свідомої психічної регуляції емоцій в конструкті емоційного інтелекту (див. табл. 4), групи не відрізняються. Товариськість в загальній групі досліджуваних виражена на середньому рівні (Me = 4.00; min = 1.00; max = 9.00).

Обговорення результатів дослідження

Отриманий результат по відносній кількості студентів, що мають виразні прояви стресу, вадичі перевищує показники по розповсюдженості стресового стану у мешканців різних країн під час пандемії COVID-19 (Salari et al., 2020). Наше дослідження проводилося в першій половині навчального семестру, коли зазвичай студенти не занадто перевантажені різними заходами

контролю, що викликають значний академічний стрес. Однак у студентів з ознаками помірного стресу в групі 1 суттєво і на високому рівні підвищені значення по таким стійким особистісним властивостям і станам, як невротичність, депресивність, спонтанна агресивність, дратівливість, невпевненість у собі, емоційна лабільність (див. табл. 2 і табл. 7). У такому поєднанні наведені стійкі властивості і стани досліджуваних вказують на наявність у контингенту групи 1 виразних ознак послаблення ресурсів стресостійкості, на тенденції розвитку дистресу. При переважній відсутності суттєвого впливу стресорів академічного порядку, які є провідними детермінантами для навчання багатьох студентів навіть під тиском пандемії COVID-19 (Barbayannis et al., 2022), наявність застійних явищ стресу і деструктивних наслідків у наших досліджуваних слід віднести до критичних умов

життєдіяльності. І ці критичні умови саме й пов'язані (прямо або опосередковано) з тривалим тиском стресорів воєнних дій.

Разом із стійкими дезадаптивними проявами дистресу в структурі особистості досліджуваних студентів збільшується і компенсаторна рефлекторна реалізація ними автоматизмів психологічних захистів (див. табл. 2 і табл. 6). Обмеженість ресурсів стресостійкості зумовлює рефлекторне реагування звичними способами для швидкого позбавлення надмірного, небезпечного психічного напруження і значних негативних переживань. У даному аспекті у досліджуваних групи 1 спостерігається суттєва виразність більшості психологічних захистів і їх загальної напруги (див. табл. 6). При цьому доцільна реалізація свідомого рівня психічної регуляції емоцій, представленого складовими конструкту емоційного інтелекту, з підсиленням стресу і дезадаптивних станів у досліджуваних гальмується (див. табл. 4 і табл. 5). Останнє особливо стосується здатності до саморегуляції емоцій і загальної здатності до інтелектуального опрацювання інформації про емоційні переживання.

Можливості свідомого рівня психічної регуляції емоційного стану у досліджуваних студентів збільшуються з підвищенням їх стресостійкості (параметр «врівноваженість») й товариськості (див. табл. 4). Якщо означений висновок у зв'язку із стресостійкістю більше відноситься до представників групи 2, то результати по параметру «товариськість» мають загальне значення. Останнє може пояснюватися загальною зорієнтованістю студентів на можливе застосування копінг-стратегій, розрахованих на соціальну підтримку (Sattar et al., 2022). У стані помірного стресу така зорієнтованість може бути результативною. Однак з підсиленням стресогенного психічного напруження до критичних значень при послабленій саморегуляції емоцій зростаючі складності в організації соціальної взаємодії можуть суттєво обмежувати можливості допомоги з боку оточення.

Як за правило, у більшості випадків у загальній групі досліджуваних психологічні захисти обернено статистично пов'язані з складовими конструкту емоційного інтелекту. Виняток складають психологічні захисти заперечення і раціоналізації, а також здатність до розпізнавання емоцій інших людей (див. табл. 1). Але за останнім параметром група 2 суттєво переважає групу 1 (див. табл. 5). Такий результат вочевидь вказує на зростання протиріч між свідомим і неусвідомлюваним рівнями психічної регуляції емоцій студентів при підвищенні рівня стресогенного психічного напруження.

Помірний стрес у багатьох випадках не тільки не погіршує, а навіть покращує перебіг пізнавальної діяльності без деструктивних наслідків для особистості (Peters et al., 2017; Yarıbeygi et al., 2017). Але означений результат стає можливим тільки у разі наявності необхідного ресурсу додання у психічної організації і організму. У групі 1 спостерігаються ознаки виснаження ресурсів і тенденція до розвитку дистресу. Саме з цим і можна пов'язувати суттєву зниженість ефективності когнітивних функцій свідомої оцінки емоційних переживань і довільної регуляції емоційних станів у

досліджуваних у стані помірного стресу. У групі 2 – навпаки, у досліджуваних зберігається середній рівень інтелектуальних можливостей щодо контролю і доцільної регуляції власної емоційної сфери (див. табл. 5).

В обох групах досліджуваних спостерігаються підвищені значення показників реалізації психологічних захистів раціоналізації і проєкції (див. табл. 6). По цим показникам статистичні розбіжності між групами також відсутні. Якщо такий результат по відношенню до досліджуваних з помірним стресом не викликає особливих запитань, то стосовно досліджуваних без ознак стресу в цьому аспекті необхідні деякі додаткові пояснення. При помірному стресогенному впливі активуються когнітивні процеси, процеси рефлексії, способи рефлекторного стереотипного реагування, стратегії свідомої організації поведінки. При достатній стресостійкості особистісної організації і когнітивної системи свідомий і неусвідомлюваний рівні психічної регуляції доцільно узгоджуються і принципово не суперечать одне одному. Надмірне ж підвищення стресогенного напруження у багатьох випадках руйнує свідомі когнітивні процеси з підвищенням акцентів на рефлекторному реагуванні (Valencia-Florez et al., 2023). Особливо це стосується пригнічення здатності досліджуваних студентів до саморегуляції емоційного стану при посиленні психологічних захистів регресії, заміщення, проєкції, компенсації, гіперкомпенсації (див. табл. 1 і табл. 2).

ВИСНОВКИ

1. Можливості свідомого рівня доцільної саморегуляції студентами емоційних станів в умовах тривалого впливу стресорів воєнних дій достатньо ефективно реалізуються при незначному рівні стресогенного психічного напруження і при середньому рівні стресостійкості (врівноваженості) особистісної організації.

2. У студентів неусвідомлюваний рівень рефлекторної психічної регуляції емоційних станів в умовах тривалого впливу стресорів воєнних дій реалізується через рефлекторну активацію психологічних захистів, виразність яких посилюється зі збільшенням стресогенного психічного напруження. Значна активація психологічних захистів (регресія, заміщення, проєкція, компенсація, гіперкомпенсація, раціоналізація) при помірному рівні стресогенного психічного напруження пов'язується з високим рівнем виразності тих стійких станів і особистісних властивостей студентів (невротичність, спонтанна агресивність, депресивність, дратівливість, сором'язливість, емоційна лабільність), які в поєднанні відповідають тенденції розвитку дистресу.

3. В умовах тривалого стресогенного впливу воєнних дій і збільшення психічного напруження у досліджуваних студентів посилення активації психологічних захистів на неусвідомлюваному рівні психічної активності здебільшого ускладнює свідому регуляцію емоційних станів. Особливо означене ускладнення проявляється на здатності до саморегуляції емоцій, яка погіршується з посиленням таких психологічних захистів як регресія, заміщення, проєкція, компенсація, гіперкомпенсація.

Список використаних джерел

- Луценко О. А. Фрайбурзький особистісний опитувальник FPI – перевірка валідності та локальна стандартизація. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2016. № 61. С. 49–54. <https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/8211/7685>
- Неурова А. Б., Капінус О. С., Грищевич Т. А. Діагностика індивідуально-психологічних властивостей особистості. Львів: НАСВ, 2016. 181 с. <https://ep3.nuwm.edu.ua/21224/1/07-03-332%D0%9C.pdf>
- Носенко Е. А. Емоційний інтелект як форма прояву важливої складової особистісного потенціалу – рефлексивної свідомості. *Вісник ДНУ. Серія: Педагогіка і психологія*. 2012. Т. 20. № 18. С. 116–122. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdupp_2012_20_18_20
- Плохих В., Супоньса А. Психологічні захисти в організації часової перспективи студентів в умовах COVID-обмежень. *Наука і освіта*. 2021. № 3. С. 12–21. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-3-2>
- Шпак М. М. Психологічна концепція розвитку емоційного інтелекту особистості в онтогенезі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки*. 2020. № 10(55). С. 125–134. URL: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.10\(55\).12](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.10(55).12)
- Штепа О. С. Самоменеджмент (самоорганізування особистості): навч. посібник. Львів: ДНУ імені Івана Франка, 2012. 362 с. <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Resurs-menedzhment.-Samomenedzhment-samoorganizuvannia-osobystosti.-SHtepa-O.-S..pdf>
- Яцюк М. Емоційний інтелект особистості (на хвилі Нової української школи): Навчально-методичний посібник. Вінниця: «Діалог», 2019. 105 с. http://metodcluster.vn.ua/page/na_dop_met/5_2019/kaf_psiholog/Lab_psyhol/psychologu.pdf
- Barbayannis G., Bandari M., Zheng X., Baquerizo H., Pecor K.W., Ming X. Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations, Affected Groups, and COVID-19. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>
- Bar-On, R. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory / R. Bar-On, J. Parker // The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace. San Francisco: Jossey-Bass, 2000. P. 363 – 388. <https://psycnet.apa.org/record/2001-00355-018>
- Candeias A. A., Galindo E., Reschke K., Bidzan M., Stueck M. Editorial: The interplay of stress, health, and well-being: unraveling the psychological and physiological processes. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1471084>
- Carvalho L. de Francisco Reis A. M., Pianowski G. Investigating Correlations Between Defence Mechanisms and Pathological Personality Characteristics. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2019. Vol. 48(4). P. 232–243. <https://doi.org/10.1016/j.rcpeng.2018.01.004>
- Cheban, Yu., Chebykin, O., Plokhikh, V. & Massanov, A. Emotional and volitional potential of self-mobilization in the organization of time perspective activity of highly qualified rowing athletes. *Journal of Physical Education and Sport*. 2020. Vol 20. Supplement issue 6. P. 3128 – 3137. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s6424>
- Chebykin O. Psycholinguistic Mechanisms of Emotion Regulation of Educational Activity. *Insight: the psychological dimensions of society*. 2023. № 10. P. 17–136. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-6>
- Izard, C. E. Forms and Functions of Emotions: Matters of Emotion–Cognition Interactions. *Emotion Review*. 2011. Vol. 3. № 4. P. 371–378. <https://doi.org/10.1177/1754073911410737>
- Lazarus R. S., Folkman S. Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*. 1987. Vol. 1. P. 141–169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>
- Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D. Emotional intelligence: Theory, Findings, and Implications. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15. № 3. P. 197–215. <https://aec6905spring2013.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/01/mayersaloveycaruso-2004.pdf>
- Nater U. M. Recent developments in stress and anxiety research. *Journal of Neural Transmission*. 2021. Vol. 128. P. 1265–1267. <https://doi.org/10.1007/s00702-021-02410-3>
- Peters A., McEwen B. S., Friston K. Uncertainty and stress: Why it causes diseases and how it is mastered by the brain. *Progress in Neurobiology*. 2017. Vol. 156. P. 164–188. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0301008217300369>
- Plokhikh, V. V. Limitation of psychological defense on the formation of students' time perspective. *Insight: the psychological dimensions of society*. 2022. № 8. P. 39–55. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2022-8-4>
- Plokhikh V., Kireieva Z., & Skoromna M. Emotional Accompaniment of the Organization of Time Perspective of Forced Ukrainian Migrants Staying Abroad. *Insight: the psychological dimensions of society*. 2024. № 11. P. 15–37. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-2>
- Pomytkina L., Melnyk N., Kovtun O., Kokariyeva A. Features of Life Planning Among Student Youth During Wartime and the Post-Pandemic Period. Strategies. *Insight: the psychological dimensions of society*. 2024. № 12. P. 166–190. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-19>
- Popovych I., Plokhikh V., Hrys A., Pavliuk M., Nosov P., Zinchenko S. Operationalization of footballers' emotional intelligence in the dimensions of motivational orientation: analysis based on the basic positions. *Journal of Physical Education and Sport*. 2023. Vol. 23(3). P. 772–781. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.03095>
- Salari, N., Hosseini-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Rasoulpoor, S. & Khaledi-Paveh, B. Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Global Health*. 2020. Vol. 16. P. 57. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00589-w>
- Sattar K., Yusoff M. S. B., Arifin W. N., Yasin, M. A. M. & Nor, M. Z. M. Effective coping strategies utilised by medical students for mental health disorders during undergraduate medical education—a scoping review. *BMC Medical Education*. 2022. Vol. 22. P. 121. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03185-1>
- Schönfeld P., Brailovskaia J., Bieda A., Zhang X. C., Margraf J. The effects of daily stress on positive and negative mental health: Mediation through self-efficacy Efectos del estrés cotidiano en la salud mental positiva y negativa: mediación de la autoeficacia. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2016. Vol. 16. P. 1–10. https://www.redalyc.org/pdf/337/33743098001_1.pdf
- Selye H. A. Confusion and Controversy in the Stress Field. *Journal of Human Stress*. 1975. Vol. 1. P. 37–44. <http://dx.doi.org/10.1080/0097840X.1975.9940406>
- Yaribeygi H., Panahi Y., Sahraei H., Johnston T.P., Sahebkar A. The impact of stress on body function: A review. *EXCLI Journal*. 2017. Vol. 16, pp. 1057–1072. <https://doi.org/10.17179/excli2017-480>

Valencia-Florez K. B., Sánchez-Castillo H., Baruch K., Vázquez P., Zarate P., Paz D. B. Stress, a Brief Update. *International Journal of Psychological Research*. 2023. Vol. 16(2). P. 105–121.

<https://doi.org/10.21500/20112084.5815>

Walker G., McCabe T. Psychological defence mechanisms during the COVID-19 pandemic: A case series. *The European Journal of Psychiatry*. 2021. Vol. 35(1). P. 41–45.

<https://doi.org/10.1016/j.ejpsy.2020.10.005>

Wersebe H., Lieb R., Meyer A. H., Hofer P., Gloster A. T. The link between stress, well-being, and psychological flexibility during an Acceptance and Commitment Therapy self-help intervention. *Relación entre estrés,*

bienestar y flexibilidad psicológica durante una intervención de autoayuda de Terapia de Aceptación y Compromiso. *International Journal of Clinical and Health Psychology*. 2018. Vol. 18(1). P. 60–68.

<https://www.sciencedirect.com/journal/international-journal-of-clinical-and-health-psychology/vol/18/issue/1>

Zeigler-Hill V., Chadha S., & Osterman L. Psychological defense and self-esteem instability: Is defense style associated with unstable self-esteem? *Journal of Research in Personality*. 2008. Vol. 42(2). P. 348–364.

<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.06.002>

V. PLOKHIKH (Viktor Plokhikh)
 Doctor of Psychological Sciences, Full Professor,
 Department of General Psychology,
 V. N. Karaz'in Kharkiv National University,
 Svobody sq., 4, Kharkiv, Ukraine.
 e-mail: plokhikh_v@ukr.net,
<http://orcid.org/0000-0001-7897-3417>
 V. TYMOKHINA (Vladyslava Tymokhina)
 Student of the Faculty of Psychology
 V. N. Karaz'in Kharkiv National University,
 Svobody sq., 4, Kharkiv, Ukraine.
 e-mail: aerlissaelriss@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0001-9493-3885>

FEATURES OF PSYCHIC REGULATION OF STUDENTS' EMOTIONAL STATES UNDER THE INFLUENCE OF WAR-RELATED STRESSORS

This study explores the problematic aspects of organizing the interaction between conscious and unconscious levels of emotional state regulation among students under stressogenic influences. *The aim of the research* is to identify the features of the relationship between the conscious level of emotional regulation represented by components of emotional intelligence and the unconscious level manifested through psychological defense mechanisms in conditions of prolonged exposure to war-related stressors. *The sample* consisted of 84 university students (age: $M = 20$; $min = 18$; $max = 25$). The empirical study employed the following methods: Hall's Emotional Intelligence Test (to assess conscious regulation components), the Life Style Index (to diagnose automatic psychological defenses), the PSM-25 Psychological Stress Scale (to determine stress-induced psychic tension), and the Freiburg Personality Inventory, Form B (to identify maladaptive mental states). *Results*. A statistically significant inverse correlation was found between psychic tension and the students' ability to manage their own emotions ($R_s = -.375$; $p = .000$), as well as with the overall index of emotional intelligence ($R_s = -.232$; $p = .034$). In most cases, components of emotional intelligence negatively correlated with the intensity of psychological defenses. Psychic tension was positively correlated with the overall level of psychological defenses ($R_s = .498$; $p = .000$), as well as with specific defenses such as regression ($R_s = .593$; $p = .000$), displacement ($R_s = .497$; $p = .000$), compensation ($R_s = .249$; $p = .022$), and overcompensation ($R_s = .367$; $p = .001$). The intensity of psychic tension and psychological defenses was also positively associated with the manifestation of maladaptive mental states. *Conclusions*. Under the stressogenic impact of warfare, the activation of conscious and unconscious mechanisms of emotional regulation in students tends to diverge. It is proven that effective conscious self-regulation of emotional states occurs when psychic tension is low and the student possesses at least a moderate level of stress resistance. The significant activation of psychological defenses at moderate stress levels is linked to an increased presence of maladaptive emotional states and personality traits characteristic of distress.

Keywords: *self-regulation, emotions, stress, personality, emotional intelligence, psychological defenses, psychic tension, students*

REFERENCES

- Lutsenko, O.L. (2016). Freiburg Special Inspectorate FPI – Validity Review and Local Standardization. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karaz'ina. Seriya: Psykholohiia – Bulletin of V. N. Karaz'in Kharkiv National University. Series: Psychology*, 61, 49–54. <https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/8211/7685> [in Ukrainian]
- Neurova A. B., Kapinus O. S., Hrytsevykh T. L. (2016). Diagnosis of individual psychological characteristics of a person. Lviv: NASV, 181. <https://ep3.nuwm.edu.ua/21224/1/07-03-332%D0%9C.pdf> [in Ukrainian]
- Nosenko E. L. (2012). Emotional intelligence as a form of manifestation of an important component of personal potential - reflective consciousness. *Visnyk DNU. Seriya: Pedagogika i psykholohiia – Bulletin of DNU. Series: Pedagogy and Psychology*, 20 (18), 116–122. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vdupp_2012_20_18_20 [in Ukrainian]
- Plokhikh V., & Suponiev L. (2021). Psychological protections in organizing students' time perspectives under COVID restrictions. *Nauka i osvita – Science and education*, 3, 12–21. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-3-2> [in Ukrainian]
- Shpak M. M. (2020). Psychological concept of the development of emotional intelligence of a person in ontogenesis. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriya 12: Psykholohichni nauky – Scientific Journal of the National Polytechnic University named after M. P. Dragomanov. Series 12: Psychological Sciences*, 10(55), 125–134. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.10\(55\).12](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.10(55).12) [in Ukrainian]
- Shtepa, O.S. (2012). Self-management (self-organization of the individual): a textbook. Lviv: LNU im. Ivana Franka. 362. <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Resurs-menedzhment.-Samomenedzhment-samoorhanizuvannia-osobystosti.-Shtepa-O.-S..pdf> [in Ukrainian]
- Yatsiuk M. (2019). Emotional Intelligence of the Personality (in the Wave of the New Ukrainian School): Teaching and Methodological Manual. Vinnytsia: Vyd-vo «Dilo». 105. http://metodcluster.vn.ua/page/na_dop_mct/5_2019/kaf_psiholog/Lab_psihol/psychologu.pdf [in Ukrainian]

- Barbayannis, G., Bandari, M., Zheng, X., Baquerizo, H., Pecor, K.W., & Ming X. (2022). Academic Stress and Mental Well-Being in College Students: Correlations, Affected Groups, and COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.886344>
- Bar-On, R. (2000). Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory / R. Bar-On, J. Parker // The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace. San Francisco: Jossey-Bass. 363–388. <https://psycnet.apa.org/record/2001-00355-018>
- Candeias, A.A., Galindo, E., Reschke, K., Bidzan, M. & Stueck, M. (2024). Editorial: The interplay of stress, health, and well-being: unraveling the psychological and physiological processes. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1471084>
- Carvalho, L. de Francisco, Reis, A. M., & Pianowski, G. (2019). Investigating Correlations Between Defence Mechanisms and Pathological Personality Characteristics. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 48(4), 232–243. <https://doi.org/10.1016/j.rcpeng.2018.01.004>
- Cheban, Yu., Chebykin, O., Plokhikh, V. & Massanov, A. (2020). Emotional and volitional potential of self-mobilization in the organization of time perspective activity of highly qualified rowing athletes. *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 20, (Supplement issue 6), 3128-3137. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s6424>
- Chebykin, O. (2023). Psycholinguistic Mechanisms of Emotion Regulation of Educational Activity. *Insight: the psychological dimensions of society*, 10, 117–136. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-6>
- Izard, C. E. (2011). Forms and Functions of Emotions: Matters of Emotion–Cognition Interactions. *Emotion Review*, 3(4), 371-378. <https://doi.org/10.1177/1754073911410737>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1, 141-169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>
- Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, D. (2004). Emotional intelligence: Theory, Findings, and Implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215. <https://aec6905spring2013.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/01/mayersaloveycaruso-2004.pdf>
- Nater, U.M. (2021). Recent developments in stress and anxiety research. *Journal of Neural Transmission*, 128, 1265–1267. <https://doi.org/10.1007/s00702-021-02410-3>
- Peters, A., McEwen, B.S., & Friston, K. (2017). Uncertainty and stress: Why it causes diseases and how it is mastered by the brain. *Progress in Neurobiology*, 156, 164–188. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0304008217300369>
- Plokhikh, V. (2022). Limitation of psychological defense on the formation of students time perspective. *Insight: the psychological dimensions of society*, 8, 39–55. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2022-8-4>
- Plokhikh, V., Kireieva, Z., & Skoromna, M. (2024). Emotional Accompaniment of the Organization of Time Perspective of Forced Ukrainian Migrants Staying Abroad. *Insight: the psychological dimensions of society*, 11, 15–37. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-11-2>
- Pomytkina, L., Melnyk, N., Kovtun, O., & Kokarieva, A. (2024). Features of Life Planning Among Student Youth During Wartime and the Post-Pandemic Period. *Insight: the psychological dimensions of society*, 12, 166–190. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-19>
- Popovych I., Plokhikh V., Hrys A., Pavliuk M., Nosov P., Zinchenko S. (2023). Operationalization of footballers' emotional intelligence in the dimensions of motivational orientation: analysis based on the basic positions. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(3), 772–781. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.03095>
- Salari, N., Hosseini-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulopoor, S., Mohammadi, M., Rasoulopoor, S. & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Global Health*, 16, 57. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00589-w>
- Sattar, K., Yusoff, M.S.B., Arifin, W.N., Yasin, M.A.M. & Nor, M.Z.M. (2022). Effective coping strategies utilised by medical students for mental health disorders during undergraduate medical education-a scoping review. *BMC Medical Education*, 22, 121. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03185-1>
- Schönfeld, P., Brailovskaia, J., Bieda, A., Zhang, X.C., & Margraf, J. (2016). The effects of daily stress on positive and negative mental health: Mediation through self-efficacy. *Efectos del estrés cotidiano en la salud mental positiva y negativa: mediación de la autoeficacia. International Journal of Clinical and Health Psychology*, 16, 1–10. https://www.redalyc.org/pdf/337/33743098001_1.pdf
- Selye, H.A. (1975). Confusion and Controversy in the Stress Field. *Journal of Human Stress*, 1, 37–44. <http://dx.doi.org/10.1080/0097840X.1975.9940406>
- Yaribeygi, H., Panahi, Y., Sahraei, H., Johnston, T.P., & Sahebkar, A. (2017). The impact of stress on body function: A review. *EXCLI Journal*, 16, 1057–1072. <https://doi.org/10.17179/excli2017-480>
- Valencia-Florez, K. B., Sánchez-Castillo, H., Baruch, K., Vázquez, P., Zarate, P., & Paz, D. B. (2023). Stress, a Brief Update. *International Journal of Psychological Research*, 16(2), 105–121. <https://doi.org/10.21500/20112084.5815>
- Walker, G., McCabe, T. (2021). Psychological defence mechanisms during the COVID-19 pandemic: A case series. *European Journal of Psychiatry*, 35(1), 41–45. <https://www.elsevier.es/es-revista-european-journal-psychiatry-431-articulo-psychological-defence-mechanisms-during-covid-19-S0213616320300914>
- Wersebe, H., Lieb, R., Meyer, A. H., Hofer, P., & Gloster, A. T. (2018). The link between stress, well-being, and psychological flexibility during an Acceptance and Commitment Therapy self-help intervention. *Relación entre estrés, bienestar y flexibilidad psicológica durante una intervención de autoayuda de Terapia de Aceptación y Compromiso. International Journal of Clinical and Health Psychology*, 18(1), 60–68. <https://www.sciencedirect.com/journal/international-journal-of-clinical-and-health-psychology/vol/18/issue/1>
- Zeigler-Hill V., Chadha S., Osterman L. (2008). Psychological defense and self-esteem instability: Is defense style associated with unstable self-esteem? *Journal of Research in Personality*, 42(2), 348-364. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.06.002>

Стаття надійшла до редакції 27.04.2025 (The article was received by the editors 27.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 11.06.2025 (The article is recommended for printing 11.06.2025)

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-07

UDC 316.62:364.62-787.2-054.73(477)"364"

А. Ю. ШВАЛБ (Швалб Антон Юрійович)
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент ЗВО кафедри прикладної психології,
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,
майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
E-mail: shvalb.anton@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0001-7975-6024>

С. Г. ЯНОВСЬКА (Яновська Світлана Германівна)
кандидат психологічних наук,
доцентка ЗВО кафедри прикладної психології,
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,
майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
E-mail: sgyanovskaya@karazin.ua
<https://orcid.org/0000-0002-5439-5269>

Л. А. ПЕРЕЛИГІНА (Перелигіна Ліна Анатоліївна)
доктор біологічних наук, професор,
професор ЗВО кафедри прикладної психології,
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,
майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
E-mail: linaperlygina@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2594-6321>

ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЕСТІЙКОСТІ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ: РОЛЬ СОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ

У статті висвітлено результати емпіричного дослідження життєстійкості та копінг-стратегій цивільного населення України в умовах повномасштабної війни, з особливим акцентом на роль соціальної підтримки. Актуальність теми зумовлена потребою в розумінні психологічних ресурсів, що сприяють адаптації в умовах воєнної кризи. Метою дослідження було проаналізувати взаємозв'язок між рівнем життєстійкості, копінг-стратегіями та сприйняттям соціальної підтримки у респондентів із різним регіональним статусом та досвідом вимушеного переміщення. У дослідженні взяли участь 312 осіб із різних регіонів України. Застосовано такі методи: шкала життєстійкості (Connor–Davidson Resilience Scale), опитувальник COPE та шкала соціальної підтримки Multidimensional Scale of Perceived Social Support. Кореляційний аналіз показав позитивний зв'язок між життєстійкістю та адаптивними копінг-стратегіями, зокрема активним подоланням і плануванням. Регресійний аналіз виявив, що найсуттєвішими предикторами життєстійкості виступають емоційна підтримка з боку родини та використання конструктивних копінгів. Результати дослідження мають практичне значення для розробки психосоціальних інтервенцій в умовах тривалих кризових ситуацій.

Ключові слова: життєстійкість, копінг-стратегії, соціальна підтримка, внутрішньо переміщені особи, війна, стрес, адаптація, ресурси.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми. Повномасштабна війна, розпочата Росією проти України у 2022 році, докорінно змінила соціальну дійсність, у якій функціонує цивільне населення. Щоденна загроза життю, вимушене переміщення, втрата домівок, джерел існування, порушення звичних соціальних зв'язків створюють хронічне психологічне навантаження та підвищують ризики емоційного виснаження, розвитку тривожних та депресивних станів. Водночас значна частина людей демонструє здатність зберігати функціональність, адаптуватися до екстремальних умов, виявляти психологічну гнучкість та ефективно долати наслідки травматичних подій. Така здатність пояснюється наявністю певних внутрішніх і зовнішніх ресурсів,

зокрема життєстійкості, адаптивних копінг-стратегій і соціальної підтримки.

Життєстійкість (resilience) у психологічній науці трактується як цілісна система когнітивних, емоційних та поведінкових характеристик, що забезпечують ефективне функціонування особистості в умовах стресу й кризи. Зокрема, Михлюк Е. та Логовський І. (Михлюк, Логовський, 2024) розглядають її як динамічний процес, що формується під впливом індивідуального сприйняття ситуації, рівня автономії та наявної соціальної підтримки. Поняття **резильєнтності**, що використовується в зарубіжних та українських дослідженнях як синонімічне або частково співвіднесене з життєстійкістю, зазвичай акцентує на ефективному подоланні хронічного стресу через поєднання особистісної стійкості, включеності у

Як цитувати: Швалб, А., Яновська, С., Перелигіна, Л. (2025). 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»*, (78), 46-52. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-07>

In cites: Shvalb, A., Yanovskaya, S., Perelygina, L. (2025). Peculiarities of Resilience and Coping Strategies of the Ukrainian Civilian Population During the Full-Scale War: The Role of Social Support. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 46-52. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-07> (in Ukrainian)

© Швалб, А., Яновська, С., Перелигіна, Л. 2025; CC BY 4.0 license

соціальні зв'язки та участі в значущій діяльності (Нікітіна, Приходько, Хомуленко, 2024). У нашому дослідженні ми розглядаємо резильєнтність як адаптаційне ядро ширшого поняття життєстійкості.

Іншим критичним ресурсом є **копінг-стратегії** — когнітивні й поведінкові зусилля, спрямовані на подолання внутрішніх або зовнішніх вимог, які індивід сприймає як такі, що перевищують його ресурси (Lazarus & Folkman, 1984). Залежно від характеру дій, копінг-стратегії поділяються на проблемно-орієнтовані, емоційно-орієнтовані та унікальні. У контексті війни адаптивними вважаються активні стратегії, такі як пошук соціальної підтримки, когнітивне переосмислення ситуації, планування.

Третім важливим чинником психологічної адаптації є **соціальна підтримка**, яка визначається як реальне або уявне отримання допомоги від інших людей — емоційної, інформаційної чи інструментальної (Cobb, 1976; Thoits, 2011). У кризових ситуаціях вона виконує роль буфера стресу, сприяючи зниженню дистресу, мобілізації ресурсів та підвищенню суб'єктивного благополуччя (Li et al., 2024).

У науковій літературі наголошується на взаємозв'язках між життєстійкістю, копінгом і соціальною підтримкою як основними факторами збереження психологічного здоров'я в умовах війни. Наприклад, дослідження Чиханцової О. та Сердюк Л. (Чиханцова, Сердюк, 2023) виокремлює серед чинників життєстійкості самоусвідомлення, смисложиттєві орієнтації, внутрішній локус контролю та рефлексивність. На можливість профілактики розвитку професійних деструкцій у фахівців екстремальних професій за рахунок підтримання оптимального рівня життєстійкості вказують Перелігіна Л. і Балабанова К. (Перелігіна, Балабанова, 2019). Нікітіна та співавт. (Нікітіна, 2024) засвідчують, що рівень резильєнтності студентів залежить від індивідуальних психологічних характеристик, досвіду стресу та наявності підтримки. Мушєрова К. (Мушєрова, 2022) звертає увагу на зв'язок життєстійкості з рівнем тривожності та ціннісними орієнтаціями. У дослідженні Візнюка І., Пугача С. та Міщука С. (Візнюк, Пугач, Міщук, 2023) показано значущість соціальної підтримки й осмислення травматичного досвіду для професійної стійкості волонтерів.

Проблема резильєнтності активно вивчається і закордоном. Так, Hobfoll S. і колеги (Hobfoll, 2021), зазначають, що життєстійкість виконує посередницьку функцію між пережитою травмою та психічним благополуччям, але її захисний потенціал знижується в умовах тривалого насильства за відсутності соціальної підтримки. Schäfer S. з співавторами (Schäfer, 2019) доводять, що саме підтримка та активні копінг-стратегії сприяють посттравматичному зростанню.

Таким чином, сучасна емпірична база свідчить про значущість комплексного вивчення життєстійкості, копінг-стратегій і соціальної підтримки в умовах війни. Водночас, попри зростаючий інтерес до психічного здоров'я цивільного населення в Україні, у науковому просторі досі недостатньо досліджено взаємозв'язки між цими чинниками, особливо з урахуванням різного досвіду переживання воєнних подій. Також

залишаються малодослідженими відмінності в адаптаційних механізмах залежно від характеру та рівня отриманої соціальної підтримки.

Проблема дослідження полягає у виявленні особливостей взаємозв'язку між життєстійкістю, копінг-стратегіями та соціальною підтримкою серед представників цивільного населення з різним досвідом воєнної травматизації. Її розв'язання має як наукову, так і прикладну значущість для розробки ефективних психологічних інтервенцій, спрямованих на підтримку стійкості в умовах війни.

Оскільки виявлено брак емпіричних досліджень, що комплексно враховують взаємозв'язок між життєстійкістю, копінг-стратегіями та соціальною підтримкою в умовах війни, постає необхідність у цілеспрямованому вивченні цих змінних у цивільного населення України. Особливе значення набуває аналіз того, як саме різні джерела соціальної підтримки та типи копінгу можуть впливати на збереження психічної стійкості людей, які пережили травматичні події воєнного характеру. З оглядом на це ми можемо визначити мету, завдання і висуненні гіпотези дослідження наступним чином.

Метою дослідження є виявлення особливостей взаємозв'язку між життєстійкістю та копінг-стратегіями цивільного населення України в умовах повномасштабної війни, із фокусом на визначенні ролі соціальної підтримки як ключового чинника психологічної адаптації.

Передбачається, що життєстійкість цивільного населення в умовах війни позитивно корелює з використанням адаптивних копінг-стратегій (переважно проблемно-орієнтованих) та високим рівнем соціальної підтримки. Крім того, рівень соціальної підтримки виступає значущим модератором у зв'язку між життєстійкістю та ефективністю психологічної адаптації до воєнної травматизації.

Методи та організація дослідження. Метою емпіричної частини дослідження було вивчення взаємозв'язку між життєстійкістю, копінг-стратегіями та соціальною підтримкою серед цивільного населення України в умовах повномасштабної війни. Дослідження мало кількісний кореляційний дизайн, що дозволив встановити взаємозв'язки між вказаними психологічними змінними, а також визначити їхній внесок у процеси адаптації до травматичних подій.

Опитування проводилося в онлайн-форматі за допомогою сервісу Google Forms у період із січня по квітень 2025 року. Посилання на анкету розповсюджувалося через соціальні мережі, спеціалізовані громадські платформи, волонтерські спільноти та психологічні форуми. До анкети входили стандартизовані психодіагностичні методики, блок соціально-демографічних запитань, а також запитання щодо досвіду переживання воєнних подій.

Перед участю всі респонденти ознайомилися з короткою інформацією про дослідження та надавали інформовану згоду. Було дотримано основних етичних принципів: добровільність, анонімність, конфіденційність. Анкети, заповнені менш ніж на 80% або з ознаками технічного заповнення (понаднормово швидко проходження), виключалися з аналізу.

У дослідженні взяли участь 312 респондентів віком від 18 до 65 років ($M = 34,7$; $SD = 10,6$), які на момент опитування проживали на території України. Вибірка формувалася за принципом стратифікованого випадкового відбору з урахуванням регіону проживання, віку, статі та досвіду воєнної травматизації (Табл. 1).

З метою вивчення впливу територіального контексту та досвіду вимушеного переміщення було виділено дві макрорегіональні зони:

- прифронтовий регіон (Харківська область);

- відносно безпечний регіон (західні області України).

У межах кожного регіону розрізнялися дві категорії учасників:

- резиденти - особи, які проживали в регіоні до початку повномасштабного вторгнення та не змінювали місце проживання;
- внутрішньо переміщені особи (ВПО) - особи, які були змушені залишити місце постійного проживання внаслідок бойових дій.

Таблиця 1. Розподіл респондентів у досліджуваній вибірці / Distribution of respondents in the study sample

Статус респондентів	Кількість осіб	Відсотки
Резиденти прифронтового регіону	90	28,8
ВПО, які проживають у прифронтовому регіоні	30	9,6
Резиденти західного регіону	85	27,2
ВПО, які проживають у західному регіоні	107	34,3
Жінки	197	63
Чоловіки	112	36
Інші (не вказали статі)	3	1

Для досягнення поставленої мети використовувались такі психодіагностичні методики:

- шкала життєстійкості (Connor-Davidson Resilience Scale – CD-RISC-25, українська адаптація) для з'ясування рівня здатності особистості протистояти стресу та адаптуватися до тривалих психотравмуючих чинників;
- методика COPE (Carver, Scheier & Weintraub, адаптована українською мовою) для диференціації адаптивних (планування, активне подолання) та неадаптивних (уникнення, заперечення) стратегій;
- шкала сприйманої соціальної підтримки (Multidimensional Scale of Perceived Social Support – MSPSS) для оцінки підтримки з боку родини, друзів і значущих інших осіб;
- соціально-демографічна анкета, яка містила запитання щодо віку, статі, освіти, регіону проживання, досвіду переміщення, волонтерської активності, а також суб'єктивної оцінки пережитих подій, пов'язаних із війною.

Для обробки даних було використано методи описової статистики (середнє значення, стандартне

відхилення, мінімум, максимум), кореляційний аналіз (коефіцієнт Спірмена) для виявлення зв'язків між змінними, а також множинну лінійну регресію для ідентифікації предикторів життєстійкості. Перевірка гіпотез проводилася з урахуванням критеріїв нормальності розподілу, достовірності та внутрішньої узгодженості даних. Усі розрахунки здійснювалися з використанням програмного забезпечення SPSS 26.0.

Результати дослідження. Проведене дослідження дозволило проаналізувати рівень життєстійкості, копінг-стратегії та сприйняту соціальну підтримку у представників цивільного населення з різним досвідом війни залежно від регіону проживання та статусу внутрішньо переміщених осіб (ВПО).

Для виявлення міжгрупових відмінностей у рівнях життєстійкості, використанні копінг-стратегій та сприйманої соціальної підтримки було розраховано узагальнені статистичні показники (середні значення та стандартні відхилення) для чотирьох досліджуваних груп: респондентів і ВПО із західного та прифронтового регіонів (Табл.2).

Таблиця 2. Узагальнені статистичні показники за групами / Generalized statistical indicators by groups

Група	Життєстійкість (M, SD)	Адаптивні копінг-стратегії (M, SD)	Неадаптивні копінг-стратегії (M, SD)	Соціальна підтримка (M, SD)	N
Респонденти західного регіону	69.8 (12.3)	3.41 (0.44)	1.93 (0.48)	5.78 (0.66)	83
ВПО західного регіону	63.5 (11.4)	3.12 (0.49)	2.23 (0.51)	5.20 (0.69)	79
Респонденти прифронтового регіону	62.1 (10.8)	3.02 (0.47)	2.34 (0.53)	4.88 (0.72)	78
ВПО прифронтового регіону	58.7 (11.9)	2.86 (0.51)	2.45 (0.58)	4.62 (0.81)	72

Примітка. M — середнє значення; SD — стандартне відхилення; N — кількість учасників у кожній групі.

Було виявлено статистично значущі відмінності за показниками життєстійкості між чотирма групами ($F(3,308) = 11.47$; $p < .001$). Найвищі показники життєстійкості мають респонденти, які постійно проживають у західному регіоні України ($M = 69.8$;

$SD = 12.3$), найнижчі — ВПО з прифронтових територій ($M = 58.7$; $SD = 11.9$). Пост-хок аналіз (Tukey HSD) підтвердив вірогідність цих відмінностей ($p < .001$).

За адаптивними копінг-стратегіями також виявлено значущі відмінності ($F = 6.73$; $p < .001$): найвищі середні

значення спостерігаються у резидентів західного регіону ($M = 3.41$; $SD = 0.44$), найнижчі — у ВПО прифронтової зони ($M = 2.86$; $SD = 0.51$). Для неадаптивних стратегій спостерігався протилежний тренд ($F = 8.94$; $p < .001$): найвищий рівень у ВПО прифронтових регіонів ($M = 2.45$; $SD = 0.58$), найнижчий — у резидентів західного регіону ($M = 1.93$; $SD = 0.48$).

Рівень соціальної підтримки також достовірно відрізнявся між групами ($F = 9.85$; $p < .001$). Респонденти із західного регіону повідомляють про найвищу підтримку з боку родини, друзів і значущих інших ($M = 5.78$; $SD = 0.66$), найнижчий рівень спостерігається у ВПО прифронтових територій ($M = 4.62$; $SD = 0.81$).

Як демонструють результати, найвищі показники життєстійкості, адаптивних копінг-стратегій та соціальної підтримки мають респонденти західного регіону, тоді як найнижчі — внутрішньо переміщені особи з прифронтових територій. Ці дані свідчать про

потенційний кумулятивний вплив воєнної травматизації та вимушеного переселення на психологічну адаптацію. У той же час, зростання рівня неадаптивних копінг-стратегій (заперечення, уникнення тощо) простежується паралельно зі зменшенням рівня життєстійкості та соціальної підтримки. Це підтверджує важливість контекстуальних умов життя (зокрема безпеки й соціального оточення) для збереження психологічного функціонування у кризових ситуаціях.

З метою поглибленого аналізу було проведено кореляційний аналіз і множинну лінійну регресію для виявлення взаємозв'язків між рівнем життєстійкості, копінг-стратегіями та сприйнятою соціальною підтримкою, а також для встановлення чинників, що найбільш суттєво впливають на життєстійкість у контексті війни. Результати кореляційного аналізу, проведеного з використанням коефіцієнтів кореляції Пірсона, подано в таблиці 3.

Таблиця 3. Кореляційні зв'язки між життєстійкістю, копінг-стратегіями та соціальною підтримкою / Correlations between resilience, coping strategies, and social support

Змінні	Коефіцієнт кореляції (ρ)	Рівень значущості
Адаптивні копінг-стратегії	0.49	$p < .001$
Неадаптивні копінг-стратегії	-0.32	$p < .001$
Сприйнята соціальна підтримка	0.53	$p < .001$
Активне подолання	0.42	$p < .01$
Планування	0.39	$p < .01$
Позитивна переоцінка	0.36	$p < .01$
Підтримка з боку родини	0.45	$p < .01$
Підтримка з боку друзів	0.40	$p < .01$
Заперечення	-0.28	$p < .01$
Уникнення	-0.25	$p < .05$

Як видно з таблиці, життєстійкість має помірні позитивні кореляції з адаптивними копінг-стратегіями — активним подоланням ($\rho = 0.42$), плануванням ($\rho = 0.39$) і позитивною переоцінкою ($\rho = 0.36$), а також із соціальною підтримкою з боку родини ($\rho = 0.45$) та друзів ($\rho = 0.40$). Це підтверджує гіпотезу про те, що індивідуальні зусилля та підтримка близького оточення слугують важливими психологічними ресурсами. Негативні зв'язки життєстійкості виявляє із запереченням ($\rho = -0.28$) та уникненням ($\rho = -0.25$), що засвідчує деструктивний характер неадаптивних копінгів у стресових умовах.

З метою виявлення предикторів життєстійкості було проведено множинний лінійний регресійний аналіз. Побудована модель є статистично значущою ($F(6,305) = 15.72$; $p < .001$), з коефіцієнтом детермінації $R^2 = 0.34$. До фінальної моделі увійшли: підтримка з боку родини ($\beta = 0.29$; $p < .001$), активне подолання ($\beta = 0.22$; $p = .002$), позитивна переоцінка ($\beta = 0.19$; $p = .007$) та заперечення ($\beta = -0.17$; $p = .014$). Змінні «регіон проживання» та «статус ВПО» не продемонстрували незалежного впливу після врахування копінгів та підтримки. Результати регресійного аналізу, проведеного методом покрокової множинної лінійної регресії (stepwise multiple linear regression), представлено в таблиці 4.

Таблиця 4. Результати регресійного аналізу: вплив соціальної підтримки та копінг-стратегій на життєстійкість / Results of regression analysis: the impact of social support and coping strategies on resilience

Предиктори	β	p
Підтримка з боку родини	0.29	$< .001$
Активне подолання	0.22	.003
Позитивна переоцінка	0.19	.009
Заперечення	-0.17	.012
Інші змінні (незначущі)	—	—
Моделі: $F(6, 305) = 15.72$, $p < .001$	$R^2 = .34$	

Результати множинної регресії свідчать, що значущими позитивними предикторами життєстійкості виступають підтримка з боку родини ($\beta = 0.29$), активне подолання ($\beta = 0.22$) і позитивна переоцінка ($\beta = 0.19$). Натомість заперечення виявилось негативним предиктором ($\beta = -0.17$). Ці змінні у сукупності

пояснюють 34% варіативності життєстійкості, що є вагомим показником для психосоціологічного дослідження. Таким чином, для підтримання життєстійкості у складних умовах надзвичайно важливими є внутрішні ресурси особистості та близькі міжособистісні зв'язки.

Узагальнюючи отримані результати, можна стверджувати, що життєстійкість цивільного населення в умовах війни значною мірою залежить як від індивідуальних, так і соціальних ресурсів. Вищі показники життєстійкості пов'язані з використанням адаптивних копінг-стратегій (зокрема, активного подолання та позитивної переоцінки), а також з високим рівнем сприйнятої соціальної підтримки, особливо з боку родини. Натомість неадаптивні стратегії (наприклад, заперечення) корелюють із нижчим рівнем життєстійкості.

Важливим виявився також територіальний та соціальний контекст: найнижчі показники життєстійкості виявлені серед внутрішньо переміщених осіб у прифронтовому регіоні, що свідчить про кумулятивний ефект дестабілізації. Натомість найвищі рівні життєстійкості демонструють резиденти західного регіону, які мають стабільні соціальні зв'язки та менш травматичний контекст. Таким чином, соціальна підтримка, тип копінг-стратегій та безпечність середовища виступають ключовими детермінантами стійкості в умовах тривалого стресу.

Обговорення. Результати дослідження засвідчують, що життєстійкість цивільного населення України під час повномасштабної війни варіюється залежно від територіального контексту, досвіду вимушеного переміщення, рівня соціальної підтримки та домінуючих копінг-стратегій. Виявлені регіональні відмінності в рівнях життєстійкості узгоджуються з попередніми спостереженнями, згідно з якими мешканці регіонів, більш наближених до зони бойових дій, можуть демонструвати як підвищену мобілізацію внутрішніх ресурсів (Stoddard et al., 2022), так і вищий рівень психологічної вразливості через хронічний стрес (Briere & Scott, 2014).

Наші дані підтверджують важливу роль соціальної підтримки як буферного чинника. Це відповідає висновкам досліджень, у яких підкреслюється, що підтримка з боку родини, друзів і значущих інших істотно підвищує здатність до адаптації в умовах кризи (Ozbay et al., 2007). У наших вибірці саме цей чинник був статистично значущим предиктором життєстійкості, що підтверджує його ключову роль у збереженні психічного здоров'я під час війни.

Виявлена позитивна кореляція між адаптивними копінг-стратегіями (зокрема, плануванням, активним подоланням, позитивною переоцінкою) та рівнем життєстійкості узгоджується з результатами сучасних досліджень, які засвідчують ефективність конструктивного копіngu в умовах тривалого стресу та невизначеності (Schäfer et al., 2019). У той же час, негативна кореляція між неадаптивними копіngами (такими як уникнення чи заперечення) та життєстійкістю підтверджує їхню деструктивну роль, що може поглиблювати емоційне виснаження та знижувати психологічну стійкість у ситуаціях хронічної загрози.

Наукова новизна роботи полягає у комплексному емпіричному аналізі життєстійкості як психологічного конструкта в контексті війни, з урахуванням взаємодії соціального середовища, індивідуального досвіду переміщення та стратегій подолання. На відміну від попередніх досліджень, які переважно фокусувалися на

окремих регіонах або категоріях постраждалих, у цьому дослідженні було застосовано міжрегіональний підхід із виокремленням типів переміщення.

Практичне значення отриманих результатів полягає у можливості застосування даних для розробки програм психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб і резидентів прифронтових регіонів. Особливу увагу доцільно зосередити на розвитку соціальних зв'язків, формуванні адаптивних копінг-стратегій та навчанні навичкам психологічної саморегуляції. Крім того, результати можуть бути використані в системі професійної підготовки кризових психологів та соціальних працівників.

Висновки. У межах дослідження було проаналізовано особливості життєстійкості, копінг-стратегій і сприйнятої соціальної підтримки серед представників цивільного населення України в умовах війни з урахуванням регіону проживання та статусу ВПО. Результати показали, що життєстійкість, адаптивні копінг-стратегії та рівень соціальної підтримки є вищими у респондентів, які постійно проживають у західному регіоні, порівняно з ВПО, особливо з числа мешканців прифронтових територій. У той же час неадаптивні копінг-стратегії частіше використовуються саме ВПО із прифронтової зони, що свідчить про підвищений рівень психологічної уразливості цієї групи.

Кореляційний аналіз підтвердив тісний взаємозв'язок між життєстійкістю та типами копінг-стратегій: адаптивні форми поведінки позитивно пов'язані з вищою життєстійкістю, тоді як неадаптивні — з її зниженням. Результати регресійного аналізу засвідчили, що адаптивні копінг-стратегії та сприйнята соціальна підтримка є значущими предикторами життєстійкості, незалежно від регіону проживання чи статусу ВПО.

Отримані результати можуть бути використані при розробці цільових психологічних інтервенцій для підвищення стресостійкості та підтримки цивільного населення в умовах тривалих кризових ситуацій, зокрема для осіб, які були змушені покинути місце проживання.

Список використаних джерел

- Візнюк І., Пугач С., Мішук С. Професійна життєстійкість особистості: аналіз волонтерської діяльності в умовах сучасності. *Проблеми сучасної психології*. 2023. № 61. С. 164–185. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2023-61.164-185>
- Михайлюк Е. І., Логовський І. М. Психологічні особливості життєстійкості внутрішньо переміщених осіб. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2024. № 1. С. 95–102.
- Мушчерова К. Психологічні особливості взаємозв'язку життєстійкості та тривожності. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2022. Т. 1(15). С. 38–43. [https://doi.org/10.17721/BSP.2022.1\(15\).5](https://doi.org/10.17721/BSP.2022.1(15).5)
- Нікітіна О. П., Приходько А. М., Хомуленко Б. В. Діагностика резильєнтності здобувачів вищої освіти прифронтового мегаполіса. *Габітус*. 2024. № 62. С. 117–120.
- Перелітіна А. А., Балабанова К. В. Професійна життєздатність як психологічний предиктор становлення й розвитку фахівця. *Теорія й практика сучасної психології*. 2019. № 5, Т. 2. С. 204–209.
- Чиханцова О., Сердюк А. Особистісні ресурси та їх вплив на життєстійкість особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2023. № 62. С. 23–43. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2023-62.23-43>

- Briere J., & Scott C. *Principles of Trauma Therapy: A Guide to Symptoms, Evaluation, and Treatment* (2nd ed.). Thousand Oaks : SAGE Publications, 2014.
- Carver C. S., Scheier M. F., & Weintraub J. K. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 56(2). P. 267–283.
- Cobb S. Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*. 1976. Vol. 38(5). P. 300–314. <https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Hobfoll S. E., Hall B. J., Canetti D., & Johnson R. J. The limits of resilience: Distress following chronic political violence among Palestinians. *Social Science & Medicine*. 2021. Vol. 277. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113927>
- Lazarus R. S., & Folkman S. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York : Springer, 1984.
- Li S., Wang Y., Xu Q., & Zhang X. Social support and post-traumatic growth during prolonged conflict: A moderated mediation model. *Journal of Affective Disorders*. 2024. Vol. 355. P. 210–218. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.02.005>
- Ozbay F., Johnson D. C., Dimoulas E., Morgan C. A., Charney D., & Southwick, S. Social support and resilience to stress: From neurobiology to clinical practice. *Psychiatry*. 2007. Vol. 4(5). P. 35–40.
- Schäfer S. K., Becker N., King L., & Michael T. The role of coping strategies in post-traumatic growth and mental health in war-affected populations. *Anxiety, Stress & Coping*. 2019. Vol. 32(6). P. 702–717. <https://doi.org/10.1080/10615806.2019.1657073>
- Thoits P. A. Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*. 2011. Vol. 52(2). P. 145–161.

A. SHVALB (Shvalb Anton)

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor

Associate Professor of the Applied Psychology Department

V. N. Karaz'in Kharkiv National University

4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine

E-mail: shvalb.anton@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-7975-6024>

S. YANOVSKA (Yanovskaya Svitlana)

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor of the Applied Psychology Department

V. N. Karaz'in Kharkiv National University

4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine

E-mail: sgyanovskaya@karaz.in.ua

<https://orcid.org/0000-0002-5439-5269>

L. PERELYGINA (Perelygina Lina)

Doctor of Biological Sciences, Professor

Professor of the Applied Psychology Department

V. N. Karaz'in Kharkiv National University

4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine

E-mail: linaperlygina@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-2594-6321>

PECULIARITIES OF RESILIENCE AND COPING STRATEGIES OF THE UKRAINIAN CIVILIAN POPULATION DURING THE FULL-SCALE WAR: THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT

This article presents the results of an empirical study dedicated to the investigation of resilience, coping strategies, and social support among the civilian population of Ukraine under conditions of full-scale war. Special attention is paid to the role of social support in the process of psychological adaptation, as well as to the impact of residence region and the status of internally displaced persons (IDPs) on the specific features of stress coping. The theoretical framework of the study is based on the conceptualization of resilience as an individual's ability to maintain or restore psychological equilibrium under conditions of extreme stress, along with models of coping that view it as a process involving cognitive and behavioral efforts aimed at managing internal and external demands. The study involved civilians residing both in frontline areas and in relatively safe regions of Ukraine. Standardized psychodiagnostic instruments were used to measure levels of resilience, coping strategies, and perceived social support. Statistical analysis revealed significant differences in preferred coping strategies depending on regional context and IDP status. It was found that higher levels of resilience are associated with a greater use of problem-focused coping strategies and less reliance on emotion-avoidant responses. The level of perceived social support proved to be a significant stress buffer, reducing the intensity of maladaptive reactions, especially among individuals who had experienced forced displacement. The results of the study underscore the importance of developing programs aimed at enhancing resilience and strengthening social connections in crisis conditions. They have practical significance for organizing psychological assistance to the population during wartime, particularly in work with internally displaced persons and residents of high-risk zones. The data obtained may be used to improve intervention strategies focused on fostering adaptive coping mechanisms within the civilian population. Furthermore, the findings open up possibilities for future research into the factors that strengthen or, conversely, diminish resilience under prolonged conditions of social instability. In particular, promising directions include the examination of interpersonal interaction effects, volunteer activity, and civic engagement as resources for the mental health maintenance. Thus, the study contributes to a deeper understanding of psychological resilience mechanisms in wartime and may serve as a foundation for the development of comprehensive, contextually sensitive models of psychosocial support that take into account not only individual characteristics but also the sociocultural conditions of human life in crisis situations.

Keywords: *resilience, coping strategies, social support, internally displaced persons, war, stress, adaptation, resources*

References

- Vizniuk, I., Puhach, S., Mishchuk, S. (2023). Professional resilience of the individual: analysis of volunteer activity in modern conditions. *Problemy suchasnoi psykholohii*, 61, 164–185. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2023-61.164-185> [in Ukrainian].
- Mykhiuk, E. I., Lohovskyi, I. M. (2024). Psychological features of resilience of internally displaced persons. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*, 1, 95–102. [in Ukrainian].

- Mushcherova, K. (2022). Psychological features of the relationship between resilience and anxiety. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Psykholohiia*, 1(15), 38–43. [https://doi.org/10.17721/BSP.2022.1\(15\).5](https://doi.org/10.17721/BSP.2022.1(15).5) [in Ukrainian].
- Nikitina, O. P., Prykhodko, A. M., Khomulenko, B. V. (2024). Diagnostics of the resilience of higher education students of a front-line metropolis. *Habitus*, 62, 117–120. [in Ukrainian].
- Perelyhina, L. A., Balabanova, K. V. (2019). Professional viability as a psychological predictor of the formation and development of a specialist. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*, 5, 204–209. [in Ukrainian].
- Chykhantsova, O., Serdiuk, L. (2023). Personal resources and their influence on the resilience of the individual. *Problemy suchasnoi psykholohii*, 62, 23–43. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2023-62.23-43> [in Ukrainian].
- Briere, J., & Scott, C. (2014). *Principles of Trauma Therapy: A Guide to Symptoms, Evaluation, and Treatment* (2nd ed.). Thousand Oaks : SAGE Publications.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Cobb, S. Social support as a moderator of life stress. (1976). *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314. <https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Hobfoll, S. E., Hall, B. J., Canetti, D., & Johnson, R. J. (2021). The limits of resilience: Distress following chronic political violence among Palestinians. *Social Science & Medicine*, 277, 113927. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113927>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York : Springer.
- Li, S., Wang, Y., Xu, Q., & Zhang, X. (2024). Social support and post-traumatic growth during prolonged conflict: A moderated mediation model. *Journal of Affective Disorders*, 355, 210–218. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.02.005>
- Ozbay, F., Johnson, D. C., Dimoulas, E., & Southwick, S. (2007). Social support and resilience to stress: From neurobiology to clinical practice. *Psychiatry*, 4(5), 35–40.
- Schäfer, S. K., Becker, N., King, L., & Michael, T. (2019). The role of coping strategies in post-traumatic growth and mental health in war-affected populations. *Anxiety, Stress & Coping*, 32(6), 702–717. <https://doi.org/10.1080/10615806.2019.1657073>
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms linking social ties and support to physical and mental health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145–161.

Стаття надійшла до редакції 8.04.2025 (The article was received by the editors 8.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 10.06.2025 (The article is recommended for printing 10.06.2025)

ПСИХОЛОГІЯ ПІЗНАВАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-08

UDC 37.015.3:159.95

В.В. РЕПКІН (Володимир Володимирович Репкін)*к. психол. н., доцент*

Н.В. РЕПКІНА (Наталія Володимирівна Репкіна)

*к. психол. н., доцент, доцент кафедри психології,**Луганський національний університет імені Тараса Шевченка**вул. Івана Банка, 3, м. Полтава, Україна**E-mail: mail@luniv.edu.ua**<https://orcid.org/0000-0002-9484-3011>*

ЕВОЛЮЦІЯ ПОНЯТТЯ УЧБОВОЇ ЗАДАЧІ В РОЗВИВАЛЬНОМУ НАВЧАННІ

У статті розглядається еволюція поняття учбової задачі в контексті розвивального навчання, акцентуючи увагу на внеску Харківської дослідницької групи. Виділено два взаємодоповнюючі функціональні компоненти учбової задачі: "власне учбова підзадача" (зміни в мисленні для конструювання нового способу дії) та "учбово-практична підзадача" (власне конструювання способу дії). Це дозволяє суттєво доповнити розуміння розвитку суб'єкта учбової діяльності в процесі постановки та вирішення учбової задачі. Особлива увага приділяється значенню ментальних цілей учня, адже без їх самостійної постановки учбова діяльність втрачає свій розвивальний характер і зводиться до простого засвоєння. Уточнюються погляди на дію аналізу та перетворення моделі в процесі вирішення учбової задачі, а також роль оцінки, яка виконується на всіх етапах постановки й вирішення учбової задачі, об'єднуючи ключові дії в цілісний акт учбової діяльності.

Ключові слова: *розвивальне навчання, учбова задача, квазідослідницька задача, учбова діяльність, цілепокладання, ментальна ціль*

У зв'язку з нещодавно відзначеним 100-річчям ювілеєм з дня народження видатного вітчизняного психолога Григорія Кузьмича Середи хочеться згадати початок його наукового шляху. Григорій Кузьмич навчався в аспірантурі на кафедрі психології Харківського університету під керівництвом П. І. Зінченка, котрий щойно завершив своє дослідження мимовільного запам'ятовування. Подальший розвиток досліджень Петро Іванович бачив у вивченні ролі і можливостей мимовільного запам'ятовування у реальній діяльності людини, і насамперед — в учбовій діяльності. Він розумів, що проведення такого дослідження потребує зміни шкільного навчання, оскільки на той час воно було організоване виключно як засвоєння знань, як процес, а не діяльність.

Вирішення першої задачі їй розпочав Г. К. Середа, а організацією експериментального навчання на основі теорії діяльності зайнявся В. В. Репкін, котрий теж поступив до аспірантури. Вже до кінця 1960-х років було суттєво розроблено експериментальне навчання, що надало можливість проведення дослідження Г. К. Середи. Отримані результати високої ефективності мимовільного запам'ятовування надихнули Г. К. Середу на ідею щодо можливості повного переведення шкільного навчання на орієнтацію на мимовільне запам'ятовування. Однак це не було прийнято П. І. Зінченком з низки причин, котрі ми тут не розглядатимемо. Григорій Кузьмич Середа продовжив подальші дослідження, присвячені проблемі

взаємозв'язку пам'яті з діяльністю та особистістю і зробив суттєвий вклад у теорію пам'яті, запропонувавши «футурогенну теорію», згідно з якою пам'ять трактується як психологічний механізм системної організації індивідуального досвіду. (Іванова & Бондаренко, 2022)

Експериментальне навчання, організацію якого спочатку П. І. Зінченко бачив як умову для вивчення пам'яті, вже до кінця 60-х років В. В. Репкіним з невеликою групою дослідників було не тільки спроектовано, але й з доведеною ефективністю реалізовано в школі, і задача його подальшого розвитку стала окремою науковою проблемою. З самого початку експериментальне навчання в Харкові розроблялося як цілісна система, основою якої була теорія учбової діяльності. Але ця теорія на той час у готовому вигляді не існувала, і їй треба було розробляти, оскільки протиріччя і недоробки в теорії закономірно викликали проблеми у практичній реалізації навчання. У 1970-х роках В. В. Репкіним було запропоновано поняття учбової діяльності, котра є суттєвим уточненням і розвитком ідей діялісного підходу О. М. Леонтьєва. (Repkina, 2023)

Як надскладна психологічна система, учбова діяльність далі потребувала детального вивчення. Саме для дослідження пізнавального інтересу як одного з важливих компонентів учбової діяльності почався науковий шлях О. К. Дусавицького, котрий все своє подальше наукове життя присвятив дослідженню розвитку особистості учнів за умов експериментального навчання (яке пізніше отримало назву розвивального навчання). (Дусавицький, Заїка & Зуєв, 2012).

Як цитувати: Репкін, В., Репкіна, Н. (2025). Еволюція поняття учбової задачі в розвивальному навчанні. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 53-59. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-08>

In cites: Riepin, V., Repkina, N. (2025). Evolution of the Concept of Learning Task in Developmental Teaching. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 53-59. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-08> (in Ukrainian)

© Репкін, В., Репкіна, Н. 2025; CC BY 4.0 license

На сьогодні в Україні варіант системи, розроблений дослідницькою групою під керівництвом В. В. Рєпкіна, існує під назвою «Система Розвивального навчання ДРiМ» (В. Давидова – В. Рєпкіна – С. Максименка) і викликає змістовний інтерес дослідників за кордоном. (Longarezi. 2024; Puentes, 2022).

Оцінюючи початок дослідження пам'яті Г. К. Середи й перший етап створення системи розвивального навчання, В. В. Рєпкін вважав його визначальним для їхнього становлення як дослідників. В. В. Рєпкін при цьому підкреслював, що важливим фактором такого швидкого та ефективного розгортання цих досліджень і подальшого їхнього розвитку був талант П. І. Зінченка організувати цілеспрямований колектив, в котрому була атмосфера творчого сумісного пошуку як процесу сумісної постановки і вирішення науково-дослідницьких задач.

Поняття учбової (квазидослідницької) задачі є центральним компонентом теорії розвивального навчання, а сама учбова задача — ключовим елементом учбової діяльності, який визначає її ефективність у забезпеченні умов становлення кожного учня як суб'єкта. Водночас поняття учбової задачі й досі залишається суперечливим і в багатьох аспектах дискусійним.

Представлений аналіз еволюції поняття учбової задачі в теорії розвивального навчання став останнім нашим сумісним дослідженням з В. В. Рєпкіним.

Метою нашого дослідження стало вивчення розвитку поглядів авторів системи розвивального навчання щодо поняття учбової задачі. Окрему увагу вважаємо за необхідне приділити уточненню сутності структурних елементів учбової задачі, представити її функціональні компоненти. Проаналізувати психологічні механізми, котрі забезпечують розвиток суб'єкта учбової діяльності в процесі постановки й вирішення учбової задачі.

Основні результати. Зазначимо, що, обговорюючи проблему учбової задачі, ми виходимо з певного розуміння функцій та цілей розвивального навчання. Сучасна педагогіка і психологія розглядають навчання як трансляцію елементів людського досвіду новим поколінням з метою їхнього включення в різні сфери життя суспільства (Бех, Савченко & Кремень, 2007). Таке розуміння функцій навчання є цілком виправданим, якщо врахувати, що накопичений людством досвід — це передусім досвід предметно-перетворювальної діяльності, яка, на відміну від пристосувальної поведінки тварин, практично не передається механізмами спадковості.

Звернемо увагу, що предметно-перетворювальна діяльність існує у двох принципово різних варіантах: як масове матеріальне чи духовне виробництво, яке відтворює результати вже здійснених перетворень, і як пошук і первісне здійснення нових перетворень.

У процесі виробництва індивід має забезпечити досягнення заданих йому цілей, застосовуючи сформовані й перевірені способи їхнього досягнення, спираючись на відповідні знання. Його активність є відтворювальною, а сам він — виконавець (актор), а не автор, не суб'єкт. На відміну від цього, індивід, що вперше здійснює певне перетворення, не може спиратися на знання про необхідний результат і способи

його досягнення, оскільки знань про те, чого ще не існує, бути не може. У такому разі йдеться про творчу активність, тобто про діяльність, у якій індивід виступає автором, суб'єктом.

З цього випливає, що, розглядаючи навчання як трансляцію елементів загальнолюдського досвіду, слід враховувати, про який саме тип досвіду йдеться. Якщо йдеться про досвід відтворювальної діяльності — її цілі та способи, узагальнені у відповідних знаннях, дійсно можуть передаватися в процесі навчання. Але здібності, що лежать в основі творчої діяльності, принципово не можуть бути зафіксовані у знаковій формі й не підлягають трансляції. Вони не засвоюються, а розвиваються в самій творчій діяльності через розвиток суб'єкта.

Тому навчання, яке спрямоване на передавання досвіду творчої діяльності, має від самого початку забезпечити розвиток учня як суб'єкта творчості, поступово ускладнюючи завдання, що постають перед ним. У такому разі навчання стає, як відзначав Л. С. Виготський, особливою формою розвитку суб'єкта — тобто навчанням розвивальним у прямому значенні цього слова (Vygotsky, 1978).

Різні цілі навчання передбачають і різні типи учбової активності, що відрізняються саме за цілями, на досягнення яких вони спрямовані. Якщо єдиною метою учнів у процесі навчання, що транслює певні знання, є їхнє засвоєння, то цілі учнів у рамках розвивального навчання мають бути так чи інакше пов'язані з їхнім розвитком.

Першим звернув увагу на наявність у процесі навчання цілей, пов'язаних із суб'єктом навчання, Д. Б. Ельконін. Він виходив з того, що результатом активності учнів у процесі навчання є, з одного боку, конкретний практичний результат (розв'язання прикладу, засвоєння формули, запам'ятовування тексту тощо), а з іншого — зміна самого учня як суб'єкта цієї активності. За певних умов ця зміна може стати метою особливої дії. На відміну від дії, спрямованої на отримання практичного результату, така дія, спрямована на зміну суб'єкта, є власне учбовою, а система таких дій надає учінню характеру учбової діяльності. (Elkonin, 2021)

Підкреслимо, що до Д. Б. Ельконіна наявність у учня якихось інших цілей, окрім засвоєння заданого матеріалу, психологи не визнавали, традиційно розглядаючи учіння не як цілеспрямовану діяльність, а як процес. По суті, Д. Б. Ельконін зробив перший крок до розгляду розвивального навчання як особливої форми розвитку суб'єкта. Проте для того, щоб розвинути та конкретизувати цей підхід, необхідно було суттєво уточнити поняття учбової задачі.

Перш за все слід було з'ясувати, у чому саме полягає зміна суб'єкта в процесі навчання, і наскільки ці зміни потребують здійснення особливих цілеспрямованих дій.

Погляди дослідників на це питання розійшлися. Так, Л. В. Занков вважав, що одним з основних результатів навчання в початковій школі є розвиток психіки як цілісної системи, провідну роль у якому відіграє розвиток мислення. (Longarezi & Ferola, 2023) Проте цей результат, на його думку, є побічним продуктом засвоєння і не потребує організації спеціальних учбових

дій. Він досягається через відповідний добір навчального матеріалу, центральне місце в якому має посідати «теорія» — шкільні правила, визначення понять, що фактично нічого спільного з науковою теорією не мають. Таким чином, у системі розвивального навчання Занкова не передбачаються спеціальні дії, спрямовані на саморозвиток учнів — тобто учбова задача виявляється зайвою.

Частково погоджуючись із таким підходом, В. В. Давидов, поділяючи точку зору Е. В. Ільєнкова, що школа має навчати мислити, наполягав на тому, що головною метою розвивального навчання є розвиток теоретичного мислення. Досягнення цієї мети, на думку В. В. Давидова, передбачає не просто включення відповідного матеріалу в зміст навчання, а його самостійне конструювання учнями за допомогою вчителя. Відтак у розвивальному навчанні з'являється особлива учбова задача квазідослідницького типу, спрямована на розвиток теоретичного мислення. (Davydov, 2021)

Такий підхід викликав гостру критику не лише з боку педагогів і методистів, які наголошували на його невідповідності віковим можливостям учнів, але й з боку деяких психологів, що працювали над проблемою розвивального навчання. Це призвело до тенденції до «спрощення» змісту розвивального навчання, ідеєю про те, що розвиток залежить не від змісту навчального матеріалу і методів роботи з ним, а від особливостей навчального спілкування. Позитивним моментом є те, що деякі елементи організації спілкування (наприклад, групова самостійна робота учнів, учбової дискусії тощо) були включені до практики різних варіантів розвивального навчання.

Суттєво уточнивши уявлення про учбову активність у рамках розвивального навчання як квазідослідницької діяльності, В. В. Давидов залишив питання про мету цієї діяльності в максимально загальній, абстрактній формі. Зрозуміло, що через це така мета не має для учня жодного реального змісту й не може бути поставлена ані ним самостійно, ані за допомогою вчителя.

Щоб така мета виникла перед учнем, він має конкретно уявити, які саме зрушення мають відбутися в його мисленні в процесі розв'язання пошуково-дослідницької задачі. Хоча В. В. Давидов не дає прямої відповіді на це питання, спробуємо доповнити його позицію через ті уточнення, які він вносить у поняття способу практичної дії — саме такі способи найчастіше є об'єктом учбової діяльності, особливо в початковій школі.

На думку В. В. Давидова, до структури способу входить предметна основа, тобто ті особливості об'єкта дії, які визначають склад і послідовність операцій. Крім того, кожен конкретний спосіб дії є елементом загального способу, тобто системи способів, що спираються на одну й ту саму предметну основу. (Davydov, 2021)

Неповне або хибне розуміння предметної основи способу та системи, в яку він включений, перешкоджає його повноцінному засвоєнню. Усунення цих недоліків розуміння, якщо їх виявляє сам учень, може стати його окремою метою, досягнення якої й означає черговий крок у розвитку мислення.

Зрозуміло, що самі зрушення у розумінні та аналізі в процесі пошуку й конструювання нового способу дії ще не свідчать про розвиток мислення. Про розвиток можна говорити лише тоді, коли ці зрушення будуть уточнені, закріплені та включені до складу мисленнєвих дій і операцій. А це можливе лише за умови повторного застосування сконструйованого способу до розв'язання нових практичних завдань — із рефлексивним контролем за виконуваною дією.

Таким чином, у структурі учбової задачі, яка, за В. В. Давидовим, забезпечує розвиток мислення, ми вважаємо, виділяються два взаємодоповнюючих функціональних компоненти. Перший компонент полягає в деяких змінах мислення, необхідних для пошуку або конструювання способу виконання нової дії (умовно можна назвати «власне учбовою підзадачею»). Другий компонент (умовно — «учбово-практичний») полягає у конструюванні нового способу дії і є критеріальним щодо першого.

Ці компоненти досі не виділялися окремо й не розглядалися спеціально, хоча за своєю функцією в досягненні цілей учбової задачі суттєво відрізняються: перший забезпечує розуміння нового способу дії, другий — його засвоєння (звичай при розв'язанні кількох задач одного типу).

Крім того, ці компоненти відрізняються не лише функціями, але й умовами реалізації та типом учбової активності. Розглянемо це на прикладі вирішення учнями перших учбово-дослідницьких задач.

Учбово-дослідницька задача може бути поставлена на перших етапах навчання лише як практична задача, однотипна з тими, способи вирішення яких учні добре зрозуміли та засвоїли. При цьому вчитель пропонує виконати практичне завдання, в якому добре відомий спосіб не дає однозначного результату.

Основна особливість учбової активності в процесі вирішення, здавалося б, вельми простої практичної задачі, полягає не тільки в самостійному конструюванні шуканого способу дії, а й у попередньому цьому конструюванню акті, точніше, процесі цілепокладання. Виявивши, що при вирішенні задачі, яка, здавалося б, нічим не відрізняється від тих, які учні навчилися добре вирішувати (наприклад, позначити голосний звук після м'якого приголосного), учні спантеличуються: чому добре зрозумілий спосіб у даному випадку не призводить до однозначного вибору літери. Природно, що основний інтерес для них полягає не в тому, щоб дізнатися, яку ж букву написати, а в тому, щоб зрозуміти, чому не «спрацьовує», здавалося б, такий надійний спосіб. Ця початкова суто ментальна мета переростає в таку ж ментальну мету пошуку можливостей перебудови засвоєного способу з урахуванням виявлених особливостей ситуації, що заважають його застосуванню. Цей пошук завершується формулюванням відповідної гіпотези, що призводить до постановки практичної мети: на основі сформульованої гіпотези сконструювати відповідний спосіб дії.

Результатом учбової активності під час розв'язання простої практичної задачі стає не лише відкриття загального способу розв'язання задач даного типу, але й визначення меж його застосування (в яких умовах, або для чого саме він не придатний).

Але головне — знайдений спосіб не лише засвоєний, але й глибоко зрозумілий. Учні не просто дізналися, як, наприклад, пишуться сполучення "ча", "жи" тощо, а їм можуть пояснити, чому саме так. Це, своєю чергою, зміцнює усвідомлення культури: учні починають бачити в культурі не набір штучних правил, а результати складної розумової діяльності людей. Нарешті, найважливішим результатом цієї активності є те, що акти розуміння й аналізу, здійснені під час її виконання, стають власністю мислення школярів, підвищують рівень його розвитку, сприяють формуванню внутрішньої мотивації до навчання.

У випадку, якщо автори й методисти вирішують «спростити» розвивальне навчання, і мета задається вчителем (це може відбуватися у вигляді якогось завдання для учня), учбова активність збігається з описаною раніше на етапі конструювання нового способу дії, але відрізняється від неї відсутністю етапу цілепокладання, який підмінено прийняттям кінцевої практичної мети, поставленої вчителем. У результаті з психологічної структури діяльності часто випадають ментальні цілі. Хоча учень, безумовно, виконує операції розуміння й аналізу (інакше не досягне практичної мети), проте він не виокремлює їх як окрему мету. Так само не робить цього й учитель, бо поставити ментальну мету може лише сам діючий суб'єкт, коли виявляє, що чогось не розуміє, не може встановити зв'язки між елементами ситуації, і що це перешкоджає досягненню поставленої мети.

Через таке спрощення психологічної структури діяльності нові мисленнєві операції можуть не усвідомлюватися; учнем не закріплюватися в структурі мислення; а отже — не сприяти його розвитку.

А якщо немає розвитку мислення, то немає і розвитку суб'єкта. Таке «спрощення» розвивального навчання призводить до того, що результати учбової активності в цьому випадку аналогічні результатам у традиційному навчанні, спрямованому на засвоєння способу дії, заданого вчителем. В обох випадках розуміння та зрушення в мисленні можуть виникати лише випадково. Різниця — лише у ймовірності досягнення таких результатів. Очевидно, що недоречно вважати подібні способи навчання варіантами розвивального навчання лише тому, що вони з певною ймовірністю спричиняють розвиток учнів як суб'єктів. Адже справжнє розвивальне навчання породжує такі зміни не випадково, а закономірно, хоча й не з 100% гарантією. (Repkina, 2019)

У зв'язку з викладеним надзвичайно актуальною залишається нерозв'язана в теорії розвивального навчання проблема джерела учбової задачі. Більшість дослідників виходить з того, що учбову задачу зазвичай ставить учитель. При цьому визнається можливість того, що таку задачу можуть поставити й самі учні, але не розглядається, як саме і за яких умов це можливо.

Постановка задачі на засвоєння дійсно є типовою для традиційного навчання. Проте, як показав Ю. І. Машбиць, навіть поставлена вчителем задача так чи інакше доопрацьовується учнями, а іноді й повністю переозначається — тобто фактично підміняється іншою задачею. (Машбиць, 2019) Як показало дослідження В. Т. Дорохіної, таке переозначення задачі трапляється

не тільки в традиційному навчанні, але й у розвивальному навчанні. Учителеві доводиться докласти спеціальних зусиль, щоб забезпечити прийняття поставленої учбової задачі, не допустивши її спотворення або підміни. (Repkina, 2019)

В. В. Давидов запропонував низку рекомендацій для забезпечення прийняття учбової задачі учнями в умовах розвивального навчання. Однак навіть ретельне дотримання цих рекомендацій не гарантує, що задача буде прийнята у необхідному вигляді. Більше того, навіть якщо учень приймає поставлену перед ним задачу, у його учбовій активності можуть виникнути особливості, що ставлять під сумнів її розвивальну ефективність. Мова йде про відсутність у психологічній структурі активності ментальних цілей.

Суть у тому, що поставити ментальні цілі ззовні неможливо. Їх може сформулювати лише сам діючий суб'єкт, якщо він, по-перше, виявив прогалини у розумінні або аналізі ситуації, по-друге, зрозумів, що ці прогалини заважають досягненню поставленої вчителем практичної мети — створити новий спосіб дії.

Але, як уже було показано, без ментальних цілей активність учнів із великою ймовірністю втрачає власне учбовий характер, тобто це вже не учіння, а засвоєння. Отже, слід визнати, що учбова задача не може бути повноцінно поставлена вчителем — вона має виникати в учнів самостійно, і тільки за таких умов учень стає суб'єктом.

Також ми вважаємо за необхідне внесення суттєвих уточнень у розуміння учбових дій у процесі розв'язання учбової задачі. Це, перш за все, стосується дії аналізу.

Як мету аналізу в учбовій діяльності В. В. Давидов розглядав виділення найбільш загальних відношень, що фіксуються у формі понять, які є генетичною основою даної функціональної системи (Davydov, 2021). Аналіз у процесі навчання дійсно може бути спрямований на досягнення такої мети, але тільки в тому випадку, якщо предметом вивчення є цілісна функціональна система. Проте вивчення таких систем здійснюється на порівняно пізніх етапах навчання. На початкових його етапах учні мають справу зі способами практичних дій. Аналіз під час вивчення цих способів полягає аж ніяк не у виявленні їхньої генетичної основи, а у з'ясуванні тієї предметної основи, на яку вони спираються. Так, наприклад, вибираючи букву для позначення голосного звука в слові після м'якого приголосного, учень спирається на виявлену ним додаткову функцію букви на позначення голосного звука, яка аж ніяк не може розглядатися як генетична основа позначення всіх голосних звуків у будь-якому випадку. Різниця між двома зазначеними цілями аналізу фактично означає розмежування двох його видів, кожен з яких відіграє провідну роль залежно від ступеня розвитку учня як суб'єкта навчання. На початкових етапах розвивального навчання, коли учень є суб'єктом практичної дії, здійснюваний ним аналіз спрямований винятково на з'ясування предметних основ способу окремої практичної дії або основи загального способу здійснення цілого класу практичних дій. На більш пізніх етапах навчання, коли учень стає суб'єктом самозміни, предметом його аналізу дійсно стає генетична основа системи, що вивчається, з'ясування якої дозволяє зрозуміти закономірності функціонування,

зміни системи й можливості дії в ній. Природно, що обидва ці види аналізу повинні бути передбачені в розвивальному навчанні.

Також було уточнено характеристики учбової дії, яка, за В. В. Давидовим, полягає в перетворенні моделі, що забезпечує виділення відношень між елементами ситуації в «чистому вигляді» з метою їхнього більш глибокого розуміння. (Davydov, 2021) Такий метод вивчення відношень цілком можливий, як ми вважаємо, у реальному науковому дослідженні. Однак у його учбовій моделі, тобто квазідослідницькій задачі, він практично непридатний, особливо на початкових етапах навчання. Так, наприклад, побудувавши звуко-буквену модель слова, учень виявив відношення між звуком і буквою, яке дозволяє замінити одну букву іншою. Однак виділення цього відношення в чистому вигляді навряд чи допоможе йому зробити вибір між двома можливими буквами. Для цього йому необхідно перебудувати не модель, а саму предметну ситуацію, замінивши аналізоване слово іншим, в якому визначене відношення між голосним звуком і буквою, що його позначає, дійсно буде в чистому вигляді, тобто не буде замасковане наявністю попереднього приголосного звука. Тому дія, що дозволяє більш конкретно вивчити виділене в результаті аналізу загальне відношення, має бути зрозуміла як зміна предметної ситуації дії з опорою на модель виділеного відношення.

Нарешті, серйозні заперечення викликає включення В. В. Давидовим до структури діяльнісного акту, що забезпечує розв'язання квазідослідницької учбової задачі, дії, яка полягає в побудові системи часткових задач, що розв'язуються виділеним загальним способом. На думку В. В. Давидова, така система задач може бути побудована шляхом конкретизації визначеного відношення, що є генетичною основою системи (Davydov, 2021). Звичайно, під час розв'язання деяких учбових задач дійсно виникає необхідність конкретизації виведеного загального способу дії. Однак, як правило, така конкретизація виявляється можливою, якщо вона виступає як особлива учбова задача. Наприклад, з'ясування того факту, що орфограми слабких позицій перевіряються шляхом приведення фонем до сильної позиції не тільки в коренях, але й у закінченнях іменників, прикметників і дієслів, можливе тільки в результаті розв'язання відповідних учбових задач. Таким чином, зазначене положення В. В. Давидова характеризує не окремий акт учбової діяльності, а саму учбову діяльність як певну систему діяльнісних актів, пов'язаних між собою спільністю учбових цілей.

Дія оцінки зазвичай розглядається як завершальний етап акту учбової діяльності, пов'язаний з оцінкою результатів розв'язання учбової задачі. Насправді ж, як показали наші дослідження, оцінка є не тільки завершальним, а й вихідним моментом у розгортанні акту учбової діяльності. Адже доти, доки учень не оцінив свої знання, уміння чи навички як недостатні, йому нема чого й нема чому вчитися. Постановка учбової задачі й починається з оцінки ситуації утруднення шляхом контролю виконаних дій, унаслідок чого ця ситуація перетворюється на проблемну ситуацію. Своєю чергою, залежно від того, чи оцінена проблемна ситуація як

ситуація дефіциту способів дії або ситуація нерозуміння, вона перетворюється або на ситуацію засвоєння нового способу дії, або на учбову ситуацію, що вимагає розуміння раніше засвоєних способів дії. Оцінка концептуальної моделі, що лежить в основі цих способів, і призводить до постановки учбової задачі. Також, дії оцінки і контролю виконуються на всіх етапах вирішення учбової задачі. Саме оцінка і моделювання є діями, котрі об'єднують всі ключові дії в цілісний акт вирішення учбової задачі. (Repkin V. V., & Repkina N. V., 2021)

Висновки Поняття учбової (квазідослідницької) задачі є ключовим елементом розвивального навчання та визначає його ефективність і суттєво уточнювалось в процесі його створення.

Підкреслюється критична важливість самостійного цілепокладання учнів. Якщо мета задається вчителем без внутрішньої ментальної цілі, активність учнів втрачає власне учбовий характер і перетворюється на засвоєння.

Аналіз у розвивальному навчанні може мати різні цілі залежно від етапу розвитку учня. На початкових етапах становлення учбової діяльності він спрямований на з'ясування предметних основ способів практичних дій, тоді як на пізніших етапах – на виявлення генетичної основи досліджуваної системи.

Дія, що дозволяє вивчити загальне відношення, має бути зрозуміла не як перетворення моделі, а як зміна предметної ситуації дії з опорою на модель виділеного відношення.

Оцінка є не лише завершальним, а й вихідним моментом у розгортанні учбової діяльності. Вона починається з оцінки ситуації утруднення, що перетворюється на проблемну ситуацію, і виконується на всіх етапах вирішення учбової задачі, об'єднуючи ключові дії в цілісний акт.

Виділено два взаємодоповнюючі функціональні компоненти учбової задачі: "власне учбова підзадача" (зміни в мисленні для конструювання нового способу дії) та "учбово-практична підзадача" (власне конструювання способу дії). Це дозволяє суттєво доповнити розуміння розвитку суб'єкта учбової діяльності в процесі постановки та вирішення учбової задачі.

Список використаних джерел

- Бех І. Д., Савченко О. Я., Кремень В. Г. Освіта як механізм трансляції соціального досвіду в сучасному суспільстві. *Педагогіка і психологія*. 2007. № 1. С. 5–12.
- Дусавицький О. К., Заїка Є. В., Зуєв І. О. Дослідження проблеми розвитку особистості в системі розвивальної освіти (досвід Харківської психологічної школи). *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2012. Вип. 43(1). С. 80-90. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_43\(1\)_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_43(1)_14)
- Іванова О. Вплив негативних спогадів особистості на особливості само сприйняття. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2022. Вип. 72. С. 15-25. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2022-72-02>
- Машбіць Ю. І. Психологічні механізми і технологія навчання: вибрані статті. Київ: Інтерсервіс, 2019. 208 с.
- Davydov V. V. Conteúdo e estrutura da atividade de estudo. *Teoria da atividade de estudo: contribuições de D. B. Elkonin, V. V. Davydov, V. V. Repkin / org. R. V. Puentes, C. G. C. Cardoso,*

- P. A. P. Amorim. Curitiba : CRV ; Uberlândia : EDUFU. 2021. P. 211-230.
- Elkonin D. B. Estrutura da atividade de estudo. *Teoria da atividade de estudo: contribuições de D. B. Elkonin, V. V. Davydov e V. V. Repkin* / org. R. V. Puentes, C. G. C. Cardoso, P. A. P. Amorim. Curitiba : CRV ; Uberlândia : EDUFU. 2021. P. 147-156.
- Longarezi A. M. Psicologia histórico-cultural e Teoria da Aprendizagem Desenvolvidor: contribuições do grupo de Kharkiv. *Ensino em Re-Vista*. 2024. Vol. 31. P. 1-26. <https://doi.org/10.14393/ER-v31e2024-40>
- Longarezi A. M., Ferola B. C. Educação-aprendizagem-desenvolvimento e o método de investigação na concepção de L. V. Zankov. *Obuchénie. Revista de Didática e Psicologia Pedagógica*. 2023. Vol. 7, Nº 2. P. 265-278. <https://doi.org/10.14393/OBv7n2.a2023-70265>
- Puentes R. V. V. V. Davidov e V. V. Repkin: aproximações e distanciamentos a respeito da Teoria da Atividade de Estudo (TAE). *Educação em Análise*. 2022. Vol. 7, Nº 1. P. 28-57. <https://doi.org/10.5433/1984-7939.2022v7n1p28>
- Repkina N. V. Diagnóstico do sujeito da atividade de estudo no sistema de aprendizagem desenvolvimental Elkonin-Davidov *Ensino Desenvolvidor Sistema Elkonin-Davidov-Repkin. Série*. 2019. Vol. 9. P. 398-410.
- Repkin V. V., Repkina N. V. Estrutura da atividade de estudo. *Teoria da atividade de estudo: contribuições de D. B. Elkonin, V. V. Davydov e V. V. Repkin* / org. R. V. Puentes, C. G. C. Cardoso, P. A. P. Amorim. Curitiba : CRV ; Uberlândia : EDUFU. 2021. P. 321-328.
- Repkina N. V. Aproximações e distanciamentos entre A. N. Leontiev e V. V. Repkin a respeito da atividade. *Aproximações e distanciamentos entre os principais representantes do Enfoque Histórico-Cultural e da Aprendizagem Desenvolvidor*. São Carlos : Pedro & João Editores. 2023. P. 217-245. <https://doi.org/10.51795/9786526507391>
- Vygotsky L. S. *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1978. 174 p. <https://doi.org/10.2307/j.ctvj9vz4>

V.V. RIEPKIN (Volodymyr Volodymyrovych Riepkín)

PhD (Psychology), Associate professor

N.V. REPKINA (Nataliya Volodymyrivna Repkina)

PhD (Psychology), Associate professor,

Associate Professor of Department of Psychology,

Taras Shevchenko Luhansk National University

3 Ivan Banka St., Poltava Poltava, Ukraine

E-mail: mail@luniv.edu.ua

EVOLUTION OF THE CONCEPT OF LEARNING TASK IN DEVELOPMENTAL TEACHING

The article examines the evolution of the concept of a learning task within the context of developmental education, emphasizing the contribution of the Kharkiv research group. Two complementary functional components of the learning task are identified: the "proper learning subtask" (changes in thinking for constructing a new mode of action) and the "learning-practical subtask" (the actual construction of the mode of action). This significantly enhances the understanding of the development of the subject of learning activity in the process of posing and solving a learning task. Special attention is paid to the significance of a student's mental goals, as without their independent formulation, learning activity loses its developmental nature and reduces to mere assimilation. The views on the action of analysis and transformation of a model in the process of solving a learning task are clarified, as well as the role of evaluation, which is performed at all stages of posing and solving a learning task, unifying key actions into a holistic act of learning activity.

Keywords: *developmental education, learning task, quasi-research task, learning activity, goal-setting, mental goal*

References

- Bekh, I. D., Savchenko, O. Ya., & Kremen, V. H. (2007). Education as a mechanism for the transmission of social experience in modern society. *Pedahohika i Psykholohiia*, 1, 5-12. [in Ukrainian].
- Davydov, V. V. (2021). Conteúdo e estrutura da atividade de estudo [Content and structure of study activity]. In R. V. Puentes, C. G. C. Cardoso, & P. A. P. Amorim (Eds.), *Teoria da atividade de estudo: contribuições de D. B. Elkonin, V. V. Davydov e V. V. Repkin* (pp. 211-230). CRV; EDUFU.
- Dusavytskyi, O. K., Zaiika, Ye. V., & Zuiev, I. O. (2012). Research on the problem of personality development in the system of developmental education (experience of the Kharkiv psychological school). *Visnyk Kharkivskoho Natsionalnoho Pedahohichnoho Universytetu imeni H. S. Skovorody. Psykholohiia*, 43(1), P. 80-90. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_43\(1\)_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_43(1)_14) [in Ukrainian].
- Elkonin, D. B. (2021). Estrutura da atividade de estudo [Structure of study activity]. In R. V. Puentes, C. G. C. Cardoso, & P. A. P. Amorim (Eds.), *Teoria da atividade de estudo: contribuições de D. B. Elkonin, V. V. Davydov e V. V. Repkin* (pp. 147-156). CRV; EDUFU.
- Ivanova, O. (2022). The influence of negative personal memories on self-perception peculiarities. *Visnyk Kharkivskoho Natsionalnoho Universytetu imeni V. N. Karazina, Seriia "Psykholohiia"*, 72, 15-25. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2022-72-02> [in Ukrainian].
- Longarezi, A. M. (2024). Psicologia histórico-cultural e Teoria da Aprendizagem Desenvolvidor: contribuições do grupo de Kharkiv [Historical-cultural psychology and developmental learning theory: Contributions of the Kharkiv]. <https://doi.org/10.14393/ER-v31e2024-40>
- Longarezi, A. M., & Ferola, B. C. (2023). Educação-aprendizagem-desenvolvimento e o método de investigação na concepção de L. V. Zankov [Education-learning-development and the research method in L. V. Zankov's conception]. *Obuchénie. Revista de Didática e Psicologia Pedagógica*, 7(2), 265-278. <https://doi.org/10.14393/OBv7n2.a2023-70265>
- Mashbyts, Yu. I. (2019). Psychological mechanisms and learning technology: Selected articles. Kyiv: Interservis. [in Ukrainian].
- Puentes, R. V. (2022). V. V. Davidov e V. V. Repkin: aproximações e distanciamentos a respeito da Teoria da Atividade de Estudo (TAE) [V. V. Davidov and V. V. Repkin: Approximations and distances regarding the Theory of Study Activity (TSA)]. *Educação em Análise*, 7(1), 28-57. <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/educanalise/article/view/45171>

- Repkina, N. V. (2019). Diagnóstico do sujeito da atividade de estudo no sistema de aprendizagem desenvolvimental Elkonin-Davidov [Diagnosis of the subject of study activity in the Elkonin-Davidov developmental learning system]. In Ensino Desenvolvimental Sistema Elkonin-Davidov-Repkin. Série (Vol. 9, pp. 398–410). Editora da Universidade Federal de Uberlândia.
- Repkin, V. V., & Repkina, N. V. (2021). Estrutura da atividade de estudo [Structure of study activity]. In R. V. Puentes, C. G. C. Cardoso, & P. A. P. Amorim (Eds.), Teoria da atividade de estudo: contribuições de D. B. Elkonin, V. V. Davydov, V. V. Repkin (pp. 321-328). CRV; EDUFU.
- Repkina, N. V. (2023). Aproximações e distanciamentos entre A. N. Leontiev e V. V. Repkin a respeito da atividade [Approaches and distances between A. N. Leontiev and V. V. Repkin regarding activity]. In Aproximações e distanciamentos entre os principais representantes do Enfoque Histórico-Cultural e da Aprendizagem Desenvolvimental (pp. 217–245). Pedro & João Editores.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.
<https://doi.org/10.2307/j.ctvjf9vz4>

Стаття надійшла до редакції 28.04.2025 (The article was received by the editors 28.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 12.06.2025 (The article is recommended for printing 12.06.2025)

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-09

UDC 159.96

О. В. МИЛОСЛАВСЬКА (Милославська Олена Володимирівна)

кандидат психологічних наук, доцентка

ЗВО кафедри прикладної психології

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,

майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна

E-mail: evmyloslavska@karazin.ua<https://orcid.org/0000-0003-0351-8182>

О. В. ГУЛЯЄВА (Гуляєва Олена Володимирівна)

кандидат психологічних наук, доцентка

ЗВО кафедри прикладної психології,

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,

майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна

E-mail: elenagulyaeva@karazin.ua<https://orcid.org/0000-0001-6134-3726>

С. О. БОГДАНОВСЬКИЙ (Богдановський Сергій Олегович)

аспірант кафедри прикладної психології, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,

майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна

E-mail: bohdanovskiy@karazin.ua<https://orcid.org/0009-0001-6341-6279>

МЕДІАТОРНА РОЛЬ РИС ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ КОЛЕКТИВНОЮ ТРАВМОЮ ТА ПОСТТРАВМАТИЧНИМ ЗРОСТАННЯМ

Статтю присвячено визначенню медіаторної ролі рис емоційного інтелекту у взаємозв'язку між колективною травмою та посттравматичним зростанням. Метою статті є визначення медіаторної ролі рис емоційного інтелекту у взаємозв'язку між колективною травмою та посттравматичним зростанням. В якості психодіагностичного інструментарію була розроблена авторська анкета, що складається з двох шкал. Перша шкала демонструє вплив історичної травми, досвіду попередніх поколінь; друга шкала відображає вплив колективної травми, а саме війни, на особистість. Також були використані методики «Опитувальник посттравматичного зростання» (Р. Тадеші, Л. Калхаун) та «Риси емоційного інтелекту» (К. Петрілес). В якості математико-статистичних методів було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена та медіаторний аналіз. Отримані результати свідчать про те, що зниження рівня соціальних навичок, характерне для осіб з досвідом участі у воєнних подіях, може виступати значущим бар'єром на шляху до розвитку так званої «сили особистості» – важливого компонента посттравматичного зростання. Виявлена тенденція до медіаторної ролі соціальності, як риси емоційного інтелекту, в зв'язку між травматичним досвідом і компонентом посттравматичного зростання свідчить про те, що соціальні ресурси (зокрема, навички ефективної взаємодії, емоційної експресії та асертивної поведінки) відіграють важливу функцію у процесі подолання наслідків травматизації.

Ключові слова: емоційний інтелект, колективна травма, посттравматичне зростання, травматичний досвід, подолання наслідків колективних травм

Постановка проблеми. Колективні травми є вагомим складовою історичного наративу кожної етнонаціональної спільноти. Травматичні події виступають значущими детермінантами соціальної динаміки, інкорпоруючись у глибинні смислові структури буття спільноти. Залежно від домінуючої стратегії подолання колективної травми, спостерігаються дивергентні вектори соціальної динаміки, що проявляються у спектрі від конструктивних адаптивних процесів до деструктивних соціальних феноменів. Зокрема, зазначені тенденції знаходять своє відображення в характері міжгрупової

взаємодії, яка може набувати як агресивних, конфронтаційних форм, так і миролюбних, кооперативних моделей, що реалізуються через активні або пасивні модули соціальної поведінки.

В українському науковому дискурсі інтерес до проблематики колективних травм почав артикулюватися в період становлення незалежності України. Однак, значна інтенсифікація дослідницької уваги до цієї теми спостерігається після початку російсько-української війни у 2014 році, яка стала потужним каталізатором для вивчення психологічних та соціальних наслідків масштабних травматичних подій на українське

Як цитувати: Милославська, О., Гуляєва, О., Богдановський, С. (2025). Медіаторна роль рис емоційного інтелекту у взаємозв'язку між колективною травмою та посттравматичним зростанням. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 60-66. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-09>

In cites: Myloslavska, O., Huliaeva, O., Bohdanovskiy, S. (2025). The Mediating Role of Emotional Intelligence Traits in the Relationship between Collective Trauma and Posttraumatic Growth. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 60-66. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-09> (in Ukrainian)

© Милославська, О., Гуляєва, О., Богдановський, С. 2025; CC BY 4.0 license

суспільство. Триваюча повномасштабна агресія Російської Федерації, що розпочалася у 2022 році ще більше актуалізує та поглиблює науковий інтерес до вивчення колективних травм, їхнього впливу на різні аспекти життя українського суспільства.

Проблема переживання війни, як травматичного досвіду, є вкрай актуальною та носить міждисциплінарний характер. Дослідження закономірностей трансляції та динаміки розвитку колективних травм, механізмів їхньої передачі між поколіннями, а також особливостей процесів зцілення є важливим не лише для розробки ефективних стратегій допомоги окремим особам та спільнотам в опрацюванні травматичного досвіду, але й для впровадження превентивних заходів, спрямованих на запобігання виникненню колективних травм у майбутньому. Існує широкий спектр досліджень щодо колективних травм та посттравматичного зростання. При цьому, зв'язок цих понять з феноменом емоційного інтелекту залишається невизначеним. Таким чином, медіаторна роль емоційного інтелекту у взаємозв'язку між колективною травмою та посттравматичним зростанням є недостатньо дослідженою в психологічній науці. Це обумовлює актуальність теми, яка обрана для дослідження, особливо в наш час, коли український народ переживає одну з найтяжчих у своїй історії травм - травму війни.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Фундаментальною характеристикою будь-якої травми є деструкція певних структур або їхня модифікація, що призводить до неможливості їхнього миттєвого відновлення після завершення дії травмуючого фактора. Для цього необхідні додаткові репаративні процеси, які не є складовою нормального, нетравматичного онтогенезу чи функціонування системи. Отже, категорією травми ми визначаємо виключно ті структурні або функціональні зміни, які виходять за межі передбачуваної траєкторії нормативного розвитку (Hornostai, 2023).

Травма може бути концептуалізована як специфічна конфігурація досвіду (або історичного наративу), що відрізняється від "нормативного" досвіду надмірною емоційною інтенсивністю. У контексті колективних травм, ця інтенсивність переважно забарвлена негативними колективними переживаннями, які потребують адекватних форм експресії та опрацювання, проте часто не знаходять таких. Важливо зазначити, що досвід травми тісно пов'язаний з історичною пам'яттю, яка в окремих випадках може бути практично повністю сформована на основі травматичного досвіду, що становить значну проблему для функціонування та розвитку відповідної соціальної групи (Hornostai, 2023).

Колективна травма являє собою специфічний вид психічної травматизації, що виникає у великій соціальній групі (або її репрезентативній частині) внаслідок екстремальної події, яка значно перевищує межі звичайного функціонування цієї групи. До таких подій можуть належати соціальні потрясіння, техногенні або екологічні катастрофи, а також злочинні дії політичних чи інших соціальних суб'єктів, що спричиняють тяжкі та масштабні наслідки. Важливо підкреслити, що колективна травма не є просто сумою індивідуальних

травматичних переживань, що охоплюють велику кількість осіб; вона є складним системним феноменом, який якісно трансформує групу як цілісну одиницю, змінюючи її внутрішню природу та функціональні характеристики. Зміни в соціальній динаміці виступають своєрідним індикатором колективної травматизації. Вперше концептуалізація колективної травми в науковому дискурсі зустрічається у фундаментальній праці К. Еріксона, де автор аналізував психологічні наслідки катастрофічного прориву дамби на річці Баффало-Крік у Західній Вірджинії (США) у 1972 році. Ця трагедія призвела до загибелі значної кількості людей (125 осіб) та масштабних руйнувань інфраструктури. К. Еріксон у своєму дослідженні наголошував на тому, що травма проявлялася не лише в індивідуальних психологічних розладах, але й у втраті членами громади почуття спільності, соціальної згуртованості та емоційної прив'язаності до свого місця проживання (Stark, Erikson, 1978).

Ключовою диференційною ознакою колективної травми є не кількісний показник осіб, які безпосередньо зазнали травматичного впливу, а її здатність поширюватися за межі безпосередніх учасників травматичних подій. Цей феномен охоплює осіб, які прямо не були залучені до травмуючої ситуації, включаючи тих, кого особисто не торкнулася трагедія, і в окремих випадках може сягати масштабів усього суспільства. Іншими словами, просторова локалізація колективної травми є необмеженою. Ще однією характерною особливістю колективної травми є її розтягнутість у часі. Травматичний вплив не обмежується безпосередньо моментом травмуючої події, а фіксується в історичній пам'яті колективу, набуваючи стійкого характеру та часто проходячи через декілька поколінь (Hornostai, 2023).

Необхідно підкреслити особливу значущість соціально-психологічних факторів у процесах генезису колективних травм та їхньої детермінації тяжкості, ігнорування яких є неприпустимим. Фундаментальна соціальна природа людини проявляється значно глибше та інтенсивніше, ніж це часто усвідомлюється. Аргументація на користь соціальних теорій травми представлена у колективній монографії під редакцією А. Гамбургера та його співавторів, де обґрунтовується валідність концепції «соціальної травми». Ця концепція підкреслює визначальну роль соціальних структур, процесів та відносин у формуванні, переживанні та подоланні травматичного досвіду на колективному рівні (Hamburger, 2021).

П. Горностай у своїй монографії вказує, що тяжкість колективної травматизації може бути концептуалізована через призму чотирьох ключових принципів, які визначають інтенсивність та глибину її впливу на соціальні групи:

1. Принцип значущості: інтенсивність колективної травми прямо пропорційна значущості події, яка її спричинила. Ця значущість визначається низкою факторів, включаючи масштаб трагедії, загальну кількість загиблих та постраждалих, ступінь страждань жертв, а також соціальну значущість загиблої особи. Дія цього принципу може бути значно підсилена механізмами інформаційного зараження, коли емоційне

та когнітивне сприйняття події поширюється в суспільстві.

2. Принцип справедливості: інтенсивність травматизації оцінюється за шкалою "справедливість – несправедливість". Чим вищий рівень сприйняття несправедливості, пов'язаної з травматичною подією, чим вищий ступінь невинності жертв і, навпаки, чим нижчий рівень покарання або вищий рівень безкарності агресора, тим сильнішим буде травматичний вплив на колективну свідомість. Відчуття порушеної справедливості може призводити до глибокого обурення, гніву та почуття безсилля, посилюючи травматичні переживання.

3. Принцип активності: інтенсивність травматизації обернено пропорційна рівню активності жертви та її можливості протистояти травмуючій силі (суб'єкту). Чим більш пасивно є жертва та чим меншою є її здатність чинити опір травматичному впливу, тим більш сильним є травмування. Вимушена пасивність та обмеженість у можливостях самозахисту роблять травму, спричинену діями агресора, особливо глибокою. Водночас, будь-які форми активності сприяють зменшенню травматичного впливу. Наприклад, масова активізація волонтерського руху, надання допомоги армії та іншим постраждалим, а також підтримка функціонування країни в надскладних умовах є потужними засобами для кращого переживання травми війни та збереження ментального здоров'я нації.

4. Принцип переживання: травматичним чинником є обмеження або повна неможливість колективного переживання трагічних подій. Блокування або заборона вільного вираження емоцій та почуттів, замовчування травматичних подій, а також встановлення суспільного табу на певні прояви емоційної реакції можуть значно посилювати колективну травму. У процесі переживання колективної травми всі емоції та почуття є важливими та доцільними. Їхня різноманітність є природною реакцією на ненормальні обставини. Важливою є не лише експресія горя, смутку та плачу, але й прояви емоцій протилежного спектру, таких як гумор та сміх (Hornostai, 2023).

Проблематика колективних травм є широкою міждисциплінарною галуззю, що включає значний обсяг теоретичних, експериментальних та прикладно орієнтованих досліджень, які базуються на розвинутому категоріально-понятійному апараті. Центральним конструктом цієї галузі виступає поняття колективної травми, що розглядається як складний системний соціальний феномен, який потребує комплексного застосування соціально-психологічних, психотерапевтичних, юридичних та інших інтервенційних стратегій. Колективна травма характеризується високим ступенем складності та тяжкості своїх проявів і довготривалих наслідків, а також множинністю факторів та супутніх психологічних реалій, що перебувають у тісному взаємозв'язку з нею.

На сучасному етапі розвитку психологічної науки спостерігається значне зростання кількості наукових досліджень, присвячених вивченню феномену емоційного інтелекту як серед зарубіжних, так і серед вітчизняних науковців. Дослідники зосереджують свою увагу на розкритті різноманітних психологічних

особливостей прояву емоційного інтелекту в різних контекстах. Кожен з авторів пропонує власне концептуальне розуміння емоційного інтелекту, його структурної організації та методологічних підходів до його дослідження.

Зокрема, К. Петрідес та Е. Фернхем запропонували дихотомічне розуміння емоційного інтелекту, розглядаючи його як рису особистості та як когнітивну здібність до опрацювання емоційної інформації. Їхня концепція базується на конструкції «емоційної самоефективності», яка визначається як суб'єктивна впевненість індивіда у власній здатності проявляти емпатію, асертивність, соціальний та внутрішньо-особистісний інтелект, а також у володінні емоційним інтелектом як когнітивною здібністю. На думку дослідників, емоційний інтелект, розглянутий як стійка риса особистості, тісно пов'язаний з оцінкою послідовності та передбачуваності поведінки індивіда в різноманітних ситуаційних контекстах. У зв'язку з цим, для його діагностики найбільш адекватним інструментарієм є стандартизовані опитувальники, що дозволяють оцінити самосприйняття індивідом власних емоційних характеристик. Натомість, емоційний інтелект, як когнітивна здібність, відноситься до традиційної парадигми психології інтелекту. Відповідно, для його вимірювання найбільш оптимальними є завдання, за своєю структурою подібні до завдань, що використовуються в тестах інтелекту, які спрямовані на оцінку фактичних навичок обробки емоційної інформації (Stark, Erikson, 1978).

Тривала війна на території України являє собою потужний психотравмуючий фактор, що охоплює всі соціальні верстви населення держави. У зв'язку з цим, актуалізується проблема ресоціалізації особистості, яка пережила травматичний досвід, а також виявлення ресурсів, що можуть сприяти процесу посттравматичного зростання та відновлення психологічної стійкості.

Феномен посттравматичного зростання особистості набув значної актуальності в сучасній психологічній науці, про що свідчить його провідне місце за кількістю щорічних наукових досліджень та академічних публікацій.

Посттравматичне зростання (ПТЗ) у науковому дискурсі розглядається як процес переживання позитивних трансформацій, що відбуваються в особистості внаслідок зіткнення з екстремальними життєвими кризами, серйозними психотравмуючими ситуаціями та подіями. Феномен ПТЗ радикально переосмислює традиційні уявлення про наслідки травматичного досвіду, демонструючи, що травма не є неминучим детермінантом дисфункціональності життєдіяльності індивіда (Kharytonova, 2023).

Початкові наукові дослідження, що фокусувалися на вивченні проявів посттравматичного зростання серед військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, почали з'являтися на початку 1990-х років. У цьому контексті особливої уваги заслуговують праці відомого американського психолога та соціолога Г. Елдера. Він одним з перших звернув увагу на поширену в той час тенденцію ігнорування потенційних позитивних наслідків травматичного досвіду, отриманого

військовослужбовцями під час виконання бойових завдань. На думку Г. Елдера, таке однобічне сприйняття не дозволяло відповісти на важливе наукове питання: «Чи наявні у чоловіків, які демонструють симптоми посттравматичного стресового розладу, адаптаційні якості, що є прямим наслідком їхнього бойового досвіду?». Вчений висловлював глибоке переконання в тому, що екстремальні умови війни здатні спричиняти як негативні психологічні наслідки, так і позитивні трансформації в однієї й тієї ж особистості (Osodlo, Zubovskiy, 2017).

Як було зазначено, незважаючи на широкий спектр досліджень щодо колективних травм та посттравматичного зростання, зв'язок цих понять з феноменом емоційного інтелекту залишається невизначеним. Саме тому, з нашої точки зору, медіаторна роль емоційного інтелекту у взаємозв'язку між колективною травмою та посттравматичним зростанням є недостатньо дослідженою.

Метою статті є визначення медіаторної ролі рис емоційного інтелекту у взаємозв'язку між колективною травмою та посттравматичним зростанням.

Було висунуто наступні гіпотези:

Гіпотеза 1.1. Існує позитивний взаємозв'язок колективної травми із показниками посттравматичного зростання

Гіпотеза 1.2. Існує негативний взаємозв'язок колективної травми із рисами емоційного інтелекту.

Гіпотеза 2. Взаємозв'язок між колективною травмою та посттравматичним зростанням опосередковується емоційним інтелектом.

Характеристика вибірки. У дослідженні взяли участь 56 осіб, з них 4 (7,1%) чоловіки і 52 (92,9%) жінок віком від 18 до 60 років, які знаходяться на території України (75%), або які отримали тимчасовий прихисток за кордоном (25%).

Процедура та методики дослідження. Заповнення методик відбувалось онлайн за допомогою сервісу Google Forms. Перший блок питань стосувався

соціально-демографічних характеристик вибірки (стать, вік, місце проживання).

У другому блоці була представлена авторська анкета з 11 запитань, що спрямовані на дослідження історичної травми (питання 1-4) та колективної травми (питання 5-11): 1. Чи є у вашій родині родичі, які пережили: Голодомор та/або Другу світову війну? 2. Якщо є – хто саме? 3. Чи ділилися ці родичі спогадами? 4. Якими були ці спогади? 5. Чи часто ви повертаєтесь до спогадів про 24.02.2022? 6. Які саме спогади впливають на ваше теперішнє життя? 7. Як ці спогади впливають на вас зараз? 8. Оцініть рівень впливу цих спогадів на ваш емоційний стан. 9. Оцініть рівень впливу цих спогадів на ваше життя загалом. 10. Чи плануєте ви ділитися власними спогадами про війну зі своїми дітьми чи онуками? 11. Чому саме так, або чому ні?

Як було зазначено, на основі цих запитань нами було сформовано дві шкали. Перша шкала демонструє вплив історичної травми, досвіду попередніх поколінь; друга шкала відображає вплив колективної травми, а саме війни, на особистість.

Третій блок включав у себе «Опитувальник посттравматичного зростання» (Р. Тадені, Л. Калхаун). Завершальним був четвертий блок із методикою «Риси емоційного інтелекту» (К. Петрідес).

Методи статистичної обробки. З метою виявлення зв'язків між досліджуваними феноменами було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Для аналізу зв'язків між досліджуваними феноменами було використано медіаторний аналіз. Кореляційний аналіз проводився за допомогою програми Statistica. Медіаторний аналіз здійснювався в статистичному програмному середовищі R.

Результати емпіричного дослідження. Для визначення зв'язків між впливом травматичних подій та посттравматичним зростанням і емоційним інтелектом було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Результати кореляційного аналізу представлені у таблиці 1.

Таблиця 1. Зв'язок історичної та колективної пам'яті з рисами емоційного інтелекту та посттравматичним зростанням/ The relationship between historical and collective memory and emotional intelligence traits and post-traumatic growth

	Посттравматичне зростання	Емоційний інтелект	
	Духовне зростання	Емоційність	Соціальність
Історична пам'ять	0,059	0,026	-0,048
Колективна травма	0,286*	-0,332*	-0,358**

Примітка: * - $p \leq 0,05$, ** - $p \leq 0,01$

Методика К. Петрідеса складається з чотирьох шкал: «Емоційність», «Соціальність», «Самоконтроль» та «Благополуччя». В дослідженні встановлені від'ємні кореляційні зв'язки між колективною травмою та рисою емоційного інтелекту «Емоційність», яка розглядається як здатність бути в контакт з собою і з почуттями інших людей, та як вміння використовувати ці якості для розвитку близьких стосунків. А також із рисою емоційного інтелекту «Соціальність», що реалізується саме в соціальних взаєминах і соціальному впливі і відбиває управління емоціями, асертивність і соціальні навички.

Таким чином, за даними дослідження на значущому рівні додатно корелюють: шкала «Колективна травма» та

компонент посттравматичного зростання: «Духовне зростання» ($r = 0,286$, $p \leq 0,05$). На значущому рівні від'ємно корелюють: шкала «Власний досвід війни» та компоненти емоційного інтелекту: «Емоційність» ($r = -0,332$, $p \leq 0,05$) та «Соціальність» ($r = -0,358$, $p \leq 0,01$).

Отримані кореляційні зв'язки вказують на те, що із актуалізацією впливу колективної травми на людину більш активно відбувається процес переосмислення нею свого життя, пошуку нових духовних істин, поглиблення своєї віри (якщо вона була), а також розвивається глибше розуміння мети свого існування. При цьому знижується чутливість до власних емоцій та емоцій інших, що ускладнює прояв емпатії та створення соціальних зв'язків.

Отримані дані узгоджуються з результатами дослідження О. Баніт, в якому емпірично встановлено, що феномен посттравматичного зростання не обмежується лише позитивними трансформаціями у світогляді та переоцінці особистих пріоритетів. Не менш значущими аспектами цього процесу є розвиток здатності до формування міжособистісних стосунків, що характеризуються взаємною підтримкою, а також відновлення внутрішнього емоційного балансу та здатності до емоційної саморегуляції після пережитого травматичного досвіду. Таким чином, посттравматичне

зростання охоплює не лише когнітивні та ціннісні зміни, але й важливі соціально-емоційні аспекти функціонування особистості (Banit, 2023).

З метою дослідження ролі емоційного інтелекту, як посередника у зв'язку між колективною травмою та силою особистості, було здійснено медіаторний аналіз.

Отримані дані, що графічно представлені на рисунку 1, демонструють медіаторну модель зв'язку колективної травми із «соціальністю», як рисою емоційного інтелекту та «силою особистості», як компонентом посттравматичного зростання.

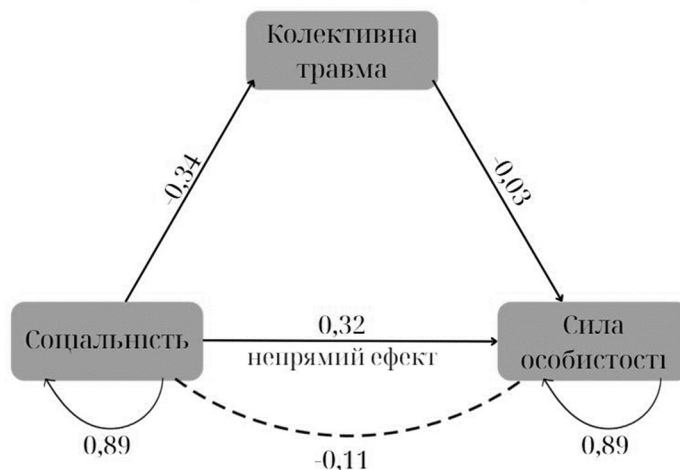


Рисунок 1. Медіаторна модель / Mediator model

Модель продемонструвала високі показники відповідності: CFI = 1.000, TLI = 1.000, RMSEA = 0.000, SRMR = 0.000.

Результати аналізу показали, що колективна травма статистично значущо обумовлювала зниження рівня соціальності ($\beta = -0.546$, $SE = 0.233$, $p = .019$), а соціальність, своєю чергою, позитивно впливала на формування «Сили особистості» (посттравматичного зростання) ($\beta = 0.201$, $SE = 0.099$, $p = .041$). Прямий вплив «колективної травми» на «силу особистості» виявився статистично незначущим ($\beta = -0.027$, $SE = 0.197$, $p = .893$). Непрямий ефект колективної травми на силу особистості через соціальність був негативним, однак не досяг рівня статистичної значущості ($\beta = -0.110$, $SE = 0.073$, $p = .134$).

Таким чином, соціальність може виступати потенційним посередником у цьому взаємозв'язку, проте отримані дані не дозволяють стверджувати про наявність підтвердженого медіаторного ефекту, що може бути пояснено недостатньою кількістю досліджуваних.

Отримані результати медіаторного аналізу свідчать про потенційну роль соціальності як посередника у взаємозв'язку між колективною травмою та силою особистості. Модель показала відмінні показники відповідності (CFI = 1.000, TLI = 1.000, RMSEA = 0.000, SRMR = 0.000), що дозволяє з довірою інтерпретувати взаємозв'язки між змінними.

Було встановлено, що колективна травма статистично значущо знижує рівень соціальності ($\beta = -0.546$, $SE = 0.233$, $p = 0.019$). У свою чергу, соціальність позитивно впливає на розвиток компонента посттравматичного зростання – сили особистості ($\beta = 0.201$, $SE = 0.099$, $p = .041$). Прямий вплив колективної

травми на силу особистості був незначущим ($\beta = -0.027$, $SE = 0.197$, $p = 0.893$), а непрямий ефект через соціальність, хоча й набув негативного напрямку, також не досяг статистичної значущості ($\beta = -0.110$, $SE = 0.073$, $p = 0.134$). Це може свідчити про наявність тенденції до посередницької ролі соціальності, яка потребує подальшого вивчення в ширших вибірках.

Подібні закономірності описані й в інших дослідженнях. Зокрема, Р. Тадеші та Л. Калхаун (2004) зазначають, що соціальна підтримка та соціальні зв'язки є визначальними факторами посттравматичного зростання. Навпроти, ізоляція, тривожність у соціальних взаємодіях та дефіцит довіри можуть ускладнювати інтеграцію травматичного досвіду в особистісний розвиток. Дж. Нап'єр та Дж. Йост (2008) описують, як макросоціальні потрясіння, зокрема війна, впливають на довіру до соціального оточення та ефективність соціальної взаємодії.

Отримані результати свідчать про те, що зниження рівня соціальних навичок, характерне для осіб з досвідом участі у воєнних подіях, може виступати значущим бар'єром на шляху до розвитку так званої «сили особистості» – важливого компонента посттравматичного зростання. Виявлена тенденція до посередницької ролі соціальності у зв'язку між травматичним досвідом і компонентом посттравматичного зростання свідчить про те, що соціальні ресурси (зокрема, навички ефективної взаємодії, емоційної експресії та асертивної поведінки) відіграють важливу функцію у процесі подолання наслідків травматизації.

Отримані в дослідженні дані дозволяють стверджувати:

- гіпотеза 1.1. Існує позитивний взаємозв'язок колективної травми із показниками посттравматичного зростання – повністю підтверджена.

- гіпотеза 1.2. Існує негативний взаємозв'язок колективної травми із рисами емоційного інтелекту – повністю підтверджена.

- гіпотеза 2. Взаємозв'язок між колективною травмою та посттравматичним зростанням опосередковується емоційним інтелектом – підтверджена частково. А саме – визначена потенційна роль соціальності, як риси емоційного інтелекту, яка виступає посередником у взаємозв'язку між колективною травмою та силою особистості.

Висновки. Фундаментальна мета процесів зцілення колективних травм полягає не лише у наданні допомоги тим, хто безпосередньо постраждав від колективної травми – жертвам, їхнім нащадкам, окремим індивідам та соціальним групам. Не менш важливим аспектом є профілактика майбутніх травмуючих подій, спрямована на запобігання деструктивній взаємодії в майбутньому. Ця друга складова є нездійсненною без впровадження системних заходів, спрямованих на оздоровлення суспільства як глобальної соціальної одиниці. Наразі наші уявлення про можливість впливу на хід історії та усунення передумов деструктивного розвитку подій залишаються на рівні гіпотез та сподівань, потребуючи подальшого наукового обґрунтування та практичної верифікації.

Із урахуванням цього, вважаємо доцільним включення модулів розвитку соціальної компетентності, тренінгів емоційної регуляції та навичок асертивності в комплексні програми психологічної підтримки та реабілітації військовослужбовців, ветеранів, а також цивільного населення, що постраждало внаслідок війни. Зокрема, такі програми мають бути спрямовані не лише на зменшення симптомів посттравматичного стресу, а й на створення умов для активного психологічного зростання за рахунок відновлення та зміцнення соціальної взаємодії як ресурсу особистісної стійкості.

У сфері практичної психології, спрямованої на подолання наслідків колективних травм, можна запропонувати два основних стратегічних напрями інтервенції.

1. Індивідуальна психотерапевтична робота з особами, які безпосередньо зазнали впливу колективної травми. Цей напрям передбачає надання індивідуалізованої психологічної допомоги тим, хто безпосередньо пережив травматичні події, з метою опрацювання травматичного досвіду, зменшення психологічного дистресу та сприяння відновленню їхнього психоемоційного стану.

2. Комплексна індивідуальна та групова психологічна допомога особам, які постраждали від вторинних

наслідків колективних травм, зумовлених "груповими ефектами". Цей напрям може бути спрямований на роботу з жертвами вторинної травми, включаючи учасників подій, їхнє найближче соціальне оточення (родичів, друзів), свідків травматичних подій, а також нащадків постраждалих груп. Метою цієї роботи є подолання психологічних наслідків травматичного досвіду, що передається через міжособистісні стосунки та групову динаміку, а також сприяння їхній психологічній адаптації та відновленню.

Перспективи подальших досліджень зазначеної проблематики може стати уточнення та розширення поглядів на взаємозв'язок між емоційним інтелектом та посттравматичним зростанням на більшій кількості досліджуваних. Також перспективним ми вважаємо визначення медіаторної ролі емоційного інтелекту у зв'язку між життєздатністю та посттравматичним зростанням на вибірці ветеранів і волонтерів.

Список використаних джерел

- Баніт О. В. Посттравматичне зростання українців в умовах війни. *Освітня аналітика України*. 2023. №4 (25). С. 104-115. <https://doi.org/10.32987/2617-8532-2023-4-104-115>
- Горностай П. П. Психологія колективних травм : монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД. 2023. 336 с. URL: https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2023/12/Gornostai_Collective_traumas.pdf
- Осьодло В. І., Зубовський Д. С. Посттравматичне зростання особистості учасників бойових дій: сучасний стан та перспективи. *Український психологічний журнал*. 2017. №1(3). С. 63-79. URL: <http://upj.com.ua/indexa.php?page=articlesixnttlk>
- Харитоновна Н. В. Посттравматичне зростання, як основа психологічного супроводу ветеранів російсько-української війни: огляд досліджень. *Психологічні траєкторії*. 2023. № 1. С. 167-189. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-1-17>
- Hamburger A. Social Trauma: A Bridging Concept. *Social Trauma – An Interdisciplinary Textbook* / Eds. A. Hamburger, C. Hancheva, V. D. Volkan. Springer, Cham, 2021. P. 3-15. https://doi.org/10.1007/978-3-030-47817-9_1
- Napier J. L., Jost J. T. The "antidemocratic personality" revisited: A cross-national investigation of working-class authoritarianism. *Journal of Social Issues*. 2008. Vol. 64. №3. P. 595–617. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2008.00579.x>
- Petrides K. V., Furnham A. Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with references to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*. 2001. Vol. 15, № 6. P. 425–448. <https://doi.org/10.1002/per.416>
- Stark E., Erikson K. T. Everything in Its Path. Destruction of Community in the Buffalo Creek Flood. *Contemporary Sociology*. 1978. Vol. 7, № 4. P. 421-423. <https://doi.org/10.2307/2064327>
- Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. №15(1). P. 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

O. MYLOSLAVSKA (Myloslavsk Olena)

PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Applied Psychology,

V. N. Karaz'in Kharkiv National University, Kharkiv, Ukraine

E-mail: emyloslavska@karaz'in.ua

<https://orcid.org/0000-0003-0351-8182>

O. HULIAIEVA (Huliaieva Olena)

PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Applied Psychology,

V. N. Karaz'in Kharkiv National University, Kharkiv, Ukraine

E-mail: elenagulyaeva@karaz'in.ua

<https://orcid.org/0000-0001-6134-3726>

S. BOHDANOVSKIY (Bohdanovskyi Sergey)
 Master of Psychology,
 V. N. Karazhin Kharkiv National University, Kharkiv, Ukraine
 E-mail: bohdanovskyi@karazhin.ua
<https://orcid.org/0009-0001-6341-6279>

THE MEDIATING ROLE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE TRAITS IN THE RELATIONSHIP BETWEEN COLLECTIVE TRAUMA AND POSTTRAUMATIC GROWTH

The article is devoted to determining the mediating role of emotional intelligence traits in the relationship between collective trauma and posttraumatic growth. The purpose of the article is to determine the mediating role of emotional intelligence traits in the relationship between collective trauma and posttraumatic growth. The author's questionnaire consisting of two scales was developed as a psychodiagnostic tool. The first scale demonstrates the impact of historical trauma, the experience of previous generations; the second scale reflects the impact of collective trauma, namely war, on the individual. The Posttraumatic Growth Inventory (R. Tadeshi, L. Calhoun) and the Traits of Emotional Intelligence (K. Petrides) were also used. Spearman's rank correlation coefficient and mediator analysis were used as mathematical and statistical methods. The results obtained indicate that the decrease in the level of social skills characteristic of people with experience of participation in military events can act as a significant barrier to the development of the so-called "personality strength" - an important component of post-traumatic growth. The identified tendency to the mediating role of sociality as a trait of emotional intelligence in the relationship between traumatic experience and the posttraumatic growth component indicates that social resources (in particular, skills of effective interaction, emotional expression and assertive behavior) play an important function in the process of overcoming the consequences of traumatization.

Keywords: *emotional intelligence, collective trauma, post-traumatic growth, traumatic experience, overcoming the consequences of collective trauma*

References

- Banit, O. V. (2023). Post-traumatic growth of Ukrainians in wartime. *Educational analytics of Ukraine*, 4(25), 104-115. <https://doi.org/10.32987/2617-8532-2023-4-104-115> [In Ukrainian].
- Hornostai, P. P. (2023). Psychology of collective traumas: monograph. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD. https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2023/12/Gornostai_Collective_traumas.pdf [In Ukrainian].
- Osodlo, V. I., & Zubovskyi, D. S. (2017). Post-traumatic personality growth of combatants: current state and prospects. *Ukrainian Psychological Journal*, 1(3), 63-79. <http://upj.com.ua/indexa.php?page=articlesixnttk> [In Ukrainian].
- Kharytonova, N. V. (2023). Post-traumatic personality growth of combatants: current state and prospects. *Ukrainian Psychological Journal*, 1, 167-189. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-1-17> [In Ukrainian].
- Hamburger, A. (2021). Social Trauma: A Bridging Concept. In: Hamburger, A., Hancheva, C., Volkan, V.D. (eds) *Social Trauma – An Interdisciplinary Textbook*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-47817-9_1
- Napier, J. L., & Jost, J. T. (2008). The "antidemocratic personality" revisited: A cross-national investigation of working-class authoritarianism. *Journal of Social Issues*, 64(3), 595–617. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2008.00579.x>
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with references to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425–448. <https://doi.org/10.1002/per.416>
- Stark, E., & Erikson, K. T. (1978). Everything in Its Path. Destruction of Community in the Buffalo Creek Flood. *Contemporary Sociology*, 7(4), 421-423. <https://doi.org/10.2307/2064327>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 1, 1-18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

Стаття надійшла до редакції 11.03.2025 (The article was received by the editors 11.03.2025)

Стаття рекомендована до друку 21.05.2025 (The article is recommended for printing 21.05.2025)

МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-10

UDC 159.98.072.59:[17.024.4-057.36:355.422]=161.2

Д.М. КАСІЯНЕНКО (Касіяненко Дар'я Михайлівна)
 аспірантка кафедри загальної психології
 Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
 майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
 E-mail: daria.kasianenko@karazin.ua
<https://orcid.org/0009-0005-1775-759x>

АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ШКАЛИ ІНТЕНСИВНОСТІ БОЙОВОГО ДОСВІДУ (CES-UA)

Мета дослідження полягала в адаптації україномовної версії оригінальної Combat Exposure Scale (CES; Keane et al., 1989), у перекладі як Шкала інтенсивності бойового досвіду (CES-UA), для використання в психологічній практиці щодо військовослужбовців, ветеранів та учасників бойових дій. Ця шкала є одним з найбільш широко використовуваних інструментів самооцінки для оцінки різноманітних бойових ситуацій, які переживав військовослужбовець. Незважаючи на визнану теоретичну та практичну цінність шкали серед психологів усього світу, в Україні досі відсутня її психометрично обґрунтована версія. З огляду на це, а також на безпосередню актуальність питань психологічного забезпечення військовослужбовців в умовах повномасштабної війни росії проти України, виникає нагальна потреба у заповненні цієї прогалини. **Методи.** У межах цього дослідження було здійснено повний переклад і культурну адаптацію Combat Exposure Scale (CES) українською мовою, а також представлено її психометричні характеристики. Переклад опитувальника з англійської мови на українську здійснювався за процедурою прямого та зворотного перекладу. До процесу перекладу були залучені: професійний перекладач, білінгви — ветерани з бойовим досвідом і викладачі університетів. У дослідженні взяли участь 513 військовослужбовців-чоловіків, з яких 436 заповнили опитувальник через онлайн-сервіс Google Forms, а 77 — у паперовому форматі. Аналіз отриманих даних проводився із використанням статистичного програмного середовища R (R Core Team, 2024) та Rstudio (Posit, 2024). Статистичні процедури включали описову статистику, конфірмаційний факторний аналіз, оцінку внутрішньої узгодженості, інваріантності та аналіз валідності змісту. **Результати.** За допомогою конфірмаційного факторного аналізу було доведено одновимірну структуру опитувальника української версії Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA), більшість статистичних індексів продемонстрували відмінну ступінь відповідності теоретичної моделі емпіричним даним ($CFI = 0.999$, $TLI = 0.998$, $SRMR = 0.034$). Надалі ця модель була проаналізована на відповідність ключовим психометричним характеристикам. Як результат, доведено різними статистичними методами, що шкала діагностики інтенсивності бойового досвіду має високу надійність ($\alpha = 0.91$, ordinal $\alpha = 0.95$, $\omega = 0.93$, $CR = 0.94$), підтверджену конвергентну ($AVE = 0.729$) та дискримінантну ($HTMT = 0.046$) валідність, а також інваріантність вимірювання за віковими групами. **Висновок.** Українська версія Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA) є надійним і валідним інструментом та рекомендована для використання з україномовними військовослужбовцями й ветеранами як у клінічній практиці, так і в наукових дослідженнях.

Ключові слова: інтенсивність бойового досвіду, адаптація, багатогруповий конфірмаційний факторний аналіз, інваріантність вимірювань, конвергентна і дискримінантна валідність, психометричні властивості, задоволеність життям

Вступ. Проблематика впливу бойового досвіду на психічне здоров'я військовослужбовців є предметом активного вивчення впродовж останніх десятиліть і набуває особливої актуальності в умовах сучасних збройних конфліктів. Перші систематичні психологічні дослідження у цій галузі були проведені ще під час та після Першої світової війни, коли вперше було зафіксоване явище, яке пізніше отримало назву “гарматний шок” (Charles S. Myers, 1915). Також у той період з солдатами працював британський психіатр В. Г. Ріверс, який лікував “контузійний шок” або “військовий невроз”. Він одним з перших лікарів у Великій Британії застосовував психотерапію як метод лікування.

Одним із тих, хто започаткував вивчення та науково описав психологічні розлади у ветеранів Першої, а згодом і Другої світової війни, був А. Кардінер. Він

вказував на довготривалий вплив травми та незавершене емоційне відреагування як центральний симптом. У книзі *The Traumatic Neuroses of War* (1941) автор описав ознаки, які в наш час асоціюються з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР): “Симптоми цього синдрому включали такі ознаки, як фіксація на травмі, обмеження функціонування особистості та атипове життя у вигляді сновидінь”.

Р. Р. Грінкер та Дж. П. Шпігель (1945) описували феномен “бойової втоми”, що є аналогом сучасного ПТСР. А результати досліджень ветеранів війни у В'єтнамі 1970-1980-х років сприяли включенню ПТСР як офіційного діагнозу до DSM-III у 1980 році (American Psychiatric Association, 1980).

З того часу зростає кількість досліджень, присвячених наслідкам бойового досвіду та його впливу на різні

Як цитувати: Касіяненко Д. (2025). Адаптація україномовної версії шкали Інтенсивності бойового досвіду (CES-UA). *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 67-76. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-10>

In cites: Kasianenko, D. (2025). Adaptation of the Ukrainian Version of the Combat Exposure Scale (CES-UA). *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 67-76. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-10> (in Ukrainian)

© Касіяненко Д.М. 2025; CC BY 4.0 license

аспекти психічного та фізичного здоров'я військовослужбовців. Зокрема, вивчався його зв'язок з ПТСР (Foy et al., 1984; Keane et al., 1989; Koenen et al., 2003; Kang et al., 2015), депресивними і тривожними розладами (Kelber et al., 2019; Wells et al., 2010), зловживанням психоактивними речовинами (Jacobson et al., 2008; Porter et al., 2018, McKee et al., 2024), суїцидальними думками та поведінкою (Bryan et al., 2010; Orak et al., 2023), порушеннями сну (Peterson et al., 2008), а також підвищеним ризиком інфекцій, що передаються статевим шляхом (Ackerman, 2022) тощо.

Попри переважну зосередженість досліджень на негативних наслідках отриманого бойового досвіду, упродовж останніх двох десятиліть науковий інтерес також спрямований на вивчення позитивних змін, що виникають унаслідок подолання травматичних ситуацій. Одним із таких феноменів є посттравматичне зростання (PTG): позитивні особистісні зміни, що є результатом їхньої боротьби з травмою та її психологічними наслідками (Tedeschi & Calhoun, 1996). Дослідження показують, що бойовий досвід може не лише провокувати симптоматику ПТСР, а й водночас сприяти усвідомленню власної сили, переоцінці життєвих пріоритетів та формуванню нових цілей.

У літературі описано низку психометричних інструментів, які використовуються для оцінки бойового досвіду військовослужбовців, які відрізняються за структурою, фокусом та обсягом. Зокрема шкала бойового досвіду (CES; Keane et al., 1989), опитувальник ризиків та стійкості при розгортанні (DRRI-2; Vogt et al., 2013), який включає підшкали бойового досвіду та наслідків бою, опитувальник бойового досвіду (CEQ; Carvalho et al., 2015), що включає шкалу тяжкості бойових подій (CEQ-A; Carvalho, Pinto-Gouveia, Cunha, & da Motta, 2014) та шкалу бойового дистресу (CEQ-B; Carvalho, Cunha, Pinto-Gouveia & da Motta, 2015), індекс бойового досвіду (CEI; Janes et al., 1991), шкала воєнного досвіду (WES; Unger et al., 1998), опитувальник бойового досвіду Інституту досліджень армії США ім. Вольтера Піда (WRAIR-CES; Hoge et al., 2004; Wilk et al., 2010), модуль бойового досвіду (NVVRS; Kulka et al., 1988) та інші.

З усіх діагностичних інструментів шкала бойового досвіду (CES) є одним із найвідоміших і широко застосовуваних для оцінки інтенсивності бойового досвіду, а її психометричні властивості були детально проаналізовані на вибірках досліджуваних з різних частин світу. Кількість цитувань оригінальної статті з опитувальником вимірюється тисячами. Існують її адаптації іншими мовами, зокрема корейська версія (CES-K; Kim et al., 2013) та іспаномовна версія (CES-S; Rivera-Rivera et al., 2022), призначена для латиноамериканських ветеранів військової служби США.

Даний опитувальник розроблено у 1989 році (Keane et al., 1989). Він складається з 7 пунктів, які охоплюють частоту участі у бойових діях, перебування під вогнем, наявність поранених або вбитих в підрозділі тощо. Кожен пункт оцінюється за п'ятибальною ординальною шкалою інтенсивності бойового досвіду. Цей опитувальник перебуває у вільному доступі в Інтернеті.

Значною перевагою шкали бойового досвіду (CES) є невелика кількість питань, що зменшує навантаження на респондентів і забезпечують можливість застосування

шкали в експрес-опитуваннях та в дослідженнях із великою кількістю тестів, у яких учасникам часто не вистачає терпіння через тривалий час проходження.

Існує достатньо доказів валідності конструкту бойового досвіду і його опитувальника, оригінальна Combat Exposure Scale (CES), розроблена Keane та співавторами (1989), демонструє надійні психометричні властивості. Зокрема, вона має високу внутрішню узгодженість (тест-ретест надійність $r = 0.97$) та підтверджену номологічну валідність: ветерани з діагнозом ПТСР повідомляли про вищий рівень бойового досвіду, що свідчить про зв'язок між бойовим досвідом та симптомами ПТСР.

Відомо також, що подальші роботи підтвердили ці висновки. Наприклад, дослідження, проведене серед іспаномовних ветеранів, показало, що іспанська версія CES-S має хорошу внутрішню узгодженість ($\alpha = 0.84$) та підтверджену структурну валідність.

В Україні трапляються окремі варіанти шкали CES у психодіагностичних збірниках і наукових публікаціях, однак зазвичай їх представлення не супроводжується описом психометричних характеристик та деталями процесу адаптації. Така ситуація створює методологічні труднощі для використання інструменту як у практиці психологічного супроводу військовослужбовців, так і в наукових дослідженнях.

У зв'язку з цим дане дослідження було спрямоване на розроблення психометрично обґрунтованої україномовної адаптації шкали бойового досвіду (CES). Такий підхід є принципово важливим для формулювання валідних наукових висновків і розроблення якісних психологічних рекомендацій, спрямованих на підтримку особистості, яка має бойовий досвід.

Мета роботи – адаптувати оригінальну версію Combat Exposure Scale (CES) до україномовного середовища із забезпеченням прийнятних психометричних характеристик.

Для досягнення поставленої мети було визначено такі завдання дослідження: по-перше, дослідити факторну структуру україномовної версії Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA) за допомогою конфірмаційного факторного аналізу. По-друге, оцінити внутрішню узгодженість шкали за допомогою відповідних коефіцієнтів надійності. По-третє, перевірити інваріантність вимірювання шкали в різних вікових групах респондентів. По-четверте, оцінити конвергентну валідність конструкта бойового досвіду, за допомогою середньої дисперсії, що пояснюється (AVE) та дискримінантну валідність — через відсутність тісного зв'язку з конструктом задоволеності життям.

Учасники та процедура. Вибірка досліджуваних складалася з 513 військовослужбовців-чоловіків декількох військових частин Збройних Сил України. Медіана розподілу віку дорівнювала 40, а середнє значення – 39,89. Учасникам ($n = 436$) розсилалися листи на електронну пошту або у месенджери, у яких пояснювалася суть дослідження та зазначалося посилання на Google Forms, де були представлені всі психодіагностичні методики. Перед початком дослідження учасники повинні були прочитати і прийняти онлайн-інформовану згоду. Після цього вони

заповнювали соціально-демографічну частину анкети та відповідали на питання опитувальників. Частина учасників ($n = 77$) проходили аналогічну процедуру, заповнюючи опитувальники у паперовому форматі.

У початковій вибірці були представлені як чоловіки, так і жінки-військовослужбовці ($n = 27$). Проте з огляду на значну нерівномірність між групами за статтю (чоловіки: $n = 513$), дані учасниць були виключені з подальшого аналізу. Це рішення було зумовлене необхідністю забезпечення статистичної коректності при тестуванні інваріантності вимірювання, оскільки суттєвий дисбаланс у чисельності груп може спричинити спотворення результатів та зниження статистичної потужності (Bandalos, 2018; Svetina, Rutkowski, Rutkowski, 2019).

Таблиця 1. Розподіл вибірки за віковими групами / Distribution of the sample by age group

Вікова група	n	%
18–24 років	18	3.5%
25–34 роки	122	24.8%
35–44 роки	224	43.7%
45+ років	149	29.0%
Усього	513	100.0%

Інструменти та організація дослідження.

Інтенсивність бойового досвіду. Оригінальний текст опитувальника Combat Exposure Scale (CES) був узятий зі статті авторів методики (Keane et al., 1989). Для перекладу тексту на українську мову з англійської використовувався підхід, який передбачає прямий і зворотній переклад. До процесу перекладу були залучені професійний перекладач, білінгви — ветерани з бойовим досвідом і викладачі університетів. Зрештою була затверджена остаточна версія Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA), усі 7 пунктів якої оцінюються за п'ятибальною ординальною шкалою інтенсивності бойового досвіду.

Задоволеність життям. Україномовна версія опитувальника Шкали задоволеності життям Е. Дінера (Олефір та ін., 2024). Цей інструмент вимірює когнітивну складову суб'єктивного благополуччя та відображає загальну оцінку особистістю свого життя, не прив'язану до окремих травматичних або ситуаційних подій. Шкала складається з 5 тверджень, які оцінюються за семибальною шкалою Лайкерта (від 1 — «повністю не згоден» до 7 — «повністю згоден»). Цей інструмент вимірює загальну когнітивну оцінку людиною свого життя, не зосереджуючись на конкретних життєвих подіях чи ситуаціях. Шкала широко використовується у міжнародних дослідженнях та продемонструвала високі показники надійності й валідності.

Статистичний аналіз. Усі статистичні процедури було виконано за допомогою статистичного програмного середовища R та Rstudio. Для обчислення описової статистики, проведення конфірмаційного факторного аналізу (CFA), оцінки надійності, аналізу інваріантності вимірювань у вікових групах, а також перевірки конвергентної та дискримінантної валідності, використовувались пакети lavaan (Rosseel, 2012), bruceR (Bao, 2023), semTools (Jorgensen et al., 2021).

Для статистичного аналізу інваріантності за віком вибірку було поділено на чотири групи (див. Таблиця 1) з урахуванням вікових особливостей психофізіологічного розвитку та функціональної придатності до військової служби: 18–25 років — період пікової фізичної форми, високої адаптивності, але менш сформованих механізмів саморегуляції; 26–35 років — етап оптимального балансу фізичних і психологічних ресурсів; 36–45 років — фаза професійної зрілості зі зростанням управлінських навичок, але із потенційним зниженням фізіологічної витривалості; 46 років і старші — етап накопиченого досвіду, який, водночас, може супроводжуватися обмеженою придатністю до служби в умовах підвищеного фізичного навантаження.

На першому етапі за допомогою CFA було перевірено факторну структуру україномовної версії Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA). Для оцінювання параметрів конфірмаційної факторної моделі було застосовано метод DWLS (Diagonally Weighted Least Squares) — рекомендований для обробки ординальних даних, особливо при використанні шкал з 4–5 градаціями (Li, 2015; Rhemtulla et al., 2012). За результатами симуляційних досліджень, вибірка $n \geq 200$ є мінімально прийнятною для забезпечення точності DWLS-оцінювання (Flora & Curran, 2004).

Якість моделі CFA оцінювалася з використанням кількох індикаторів: χ^2 за шкалою Саторра-Бентлера ($S-B\chi^2$); індексу порівняльної придатності (CFI); індексу Такера-Льюїса (TLI); середньоквадратичної помилки апроксимації (RMSEA); стандартизованого середньоквадратичного залишку (SRMR). Для CFI і TLI оцінка $\geq 0,95$ свідчить про відмінну відповідність, тоді як значення між 0,90 - 0,95 — про прийнятну; $RMSEA \leq 0,05$ — відмінна відповідність, а 0,05 - 0,08 — прийнятна; SRMR для прийнятної відповідності повинне бути $< 0,08$ (Hu & Bentler, 1999).

На другому етапі аналізу даних для оцінювання надійності україномовної версії Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA) було обчислено кілька показників внутрішньої узгодженості, а саме коефіцієнти: альфа Кронбаха (α), порядкова альфа (ordinal α), омега Макдональда (ω), коефіцієнт композиційної надійності.

Згідно з рекомендаціями Nunnally і Bernstein (1994), для дослідницьких цілей прийнятним вважається рівень надійності за коефіцієнтом Кронбаха $\alpha \geq 0,70$. Тоді як, для клінічного чи прикладного використання рекомендовані $\alpha \geq 0,80$ або навіть $\alpha \geq 0,90$ (DeVellis, 2016; George & Mallery, 2003).

Порядкова альфа, яка базується на поліхоричних кореляціях, є статистично обґрунтованою мірою

надійності для ординальних шкал із менше ніж 7 градаціями (Zumbo et al., 2007).

Омега Макдональда (ω) є коефіцієнтом надійності, який оцінює внутрішню узгодженість шкали та відображає частку дисперсії загального балу, яка зумовлена латентними факторами, тобто спільною варіативністю індикаторів, за виключенням унікальної та помилкової дисперсії. Вона має перевагу над альфою, оскільки не вимагає припущення про рівні факторні навантаження, що робить її більш надійною при аналізі шкал з неоднорідними індикаторами. Значення $\omega \geq 0.80$ вважається добрим рівнем внутрішньої надійності згідно з критеріями (McDonald, 1999; Dunn et al., 2013).

Для оцінювання внутрішньої узгодженості також було обчислено коефіцієнт композитної надійності (CR). Цей показник є рекомендованою альтернативою до коефіцієнта α Кронбаха, оскільки враховує фактичні факторні навантаження та залишкову варіативність індикаторів (Fornell & Larcker, 1981). Значення композитної надійності $CR \geq 0.70$ вважається прийнятним для дослідницьких цілей (Nunnally & Bernstein, 1994), $CR \geq 0.80$ — добрим рівнем внутрішньої узгодженості, а $CR \geq 0.90$ — відмінним рівнем, прийнятним для клінічних і прикладних застосувань (Hair et al., 2010).

На третьому етапі з метою визначення вимірювальної інваріантності україномовної версії Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA) та щоб перевірити чи є її структура стабільною в різних вікових групах, було проведено багатогруповий конфірмаційний факторний аналіз (MG-CFA). Аналіз інваріантності здійснювався у середовищі R з використанням функції `measurementInvariance()` з пакету `semTools`, що базується на фреймворку `lavaan`.

На четвертому етапі для перевірки інваріантності вимірювання було послідовно протестовано п'ять моделей: конфігуральна інваріантність (однакова факторна структура у групах), метрична інваріантність (рівність факторних навантажень), скалярна інваріантність (рівність інтерцептів), строга інваріантність (додашкове обмеження рівності залишкових дисперсій), інваріантність середніх (рівність латентних середніх значень). Критерії оцінювання включали зміни у CFI ($\Delta CFI \leq 0.01$) і RMSEA ($\Delta RMSEA \leq 0.015$), що вважається достатнім для підтвердження інваріантності за рекомендаціями Cheung & Rensvold (2002) та Chen (2007).

Для підтвердження конвергентної валідності оцінювалась середня дисперсія, що пояснюється (AVE – *Average Variance Extracted*). Згідно з критерієм

Fornell i Larcker (1981), значення $AVE \geq 0.50$ вважається прийнятним і свідчить про належну конвергентну валідність, оскільки латентна змінна пояснює щонайменше 50% варіації спостережуваних індикаторів.

Для перевірки дискримінантної валідності україномовної версії Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA) було використано україномовну версію Шкали задоволеності життям Е. Дінера (Олефір та ін., 2024), яка вимірює когнітивну складову суб'єктивного благополуччя та відображає загальну оцінку особистістю свого життя. Незважаючи на можливий опосередкований вплив психологічного травматичного досвіду на загальне самопочуття, ці два конструкти є концептуально відмінними.

Оцінювання дискримінантної валідності здійснювалося двома комплементарними підходами. По-перше, було застосовано критерій Форнелла і Ларкера (Fornell & Larcker, 1981), згідно з яким дискримінантна валідність вважається підтвердженою, якщо середня дисперсія, що пояснюється (AVE) для кожного конструкта перевищує квадрат його кореляції з будь-яким іншим конструктом. По-друге, для більш чутливого оцінювання було використано коефіцієнт Heterotrait-Monotrait Ratio (HTMT), запропонований Henseler, Ringle i Sarstedt (2015) як сучасну і надійнішу альтернативу класичним методам. Значення HTMT нижче за 0.85 або 0.90 (залежно від контексту) свідчать про прийнятну дискримінантну валідність між латентними змінними.

Результати. Для попереднього аналізу було обчислено описові статистичні характеристики для кожного з пунктів україномовної версії Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA), які наведено у таблиці 2. Дослідження проводилося на вибірці з 513 осіб. Середні значення більшості пунктів знаходилися в діапазоні 2.18–2.83, що свідчить про помірний рівень інтенсивності бойового досвіду. Медіанні значення були близькими до середніх, що свідчить про відносну симетрію розподілу відповідей.

Проте пункт 3 продемонстрував значну асиметрію та куртозис ($Skewness = 2.40$; $Kurtosis = 6.16$), що вказує на потенційне відхилення від нормального розподілу та є типовим для пунктів, що стосуються більш рідкісного досвіду. Згідно з критеріями West, Finch i Curran (1995), значення асиметрії $> |2|$ або куртозису $> |7|$ можуть свідчити про серйозні порушення нормальності. Хоча куртозис не перевищує критичний поріг, комбінація показників свідчить про обмежену нормальність розподілу.

Таблиця 2. Описова статистика/Descriptive statistics

Змінна	Середнє (M)	Ст. відхилення (SD)	Медіана	Мін	Макс	Асиметрія	Куртозис
Пункт 1	2.83	1.51	3	1	5	0.13	-1.44
Пункт 2	2.83	1.57	3	1	5	0.17	-1.49
Пункт 3	1.42	0.82	1	1	5	2.40	6.16
Пункт 4	2.18	1.15	2	1	5	0.92	0.07
Пункт 5	2.41	1.56	2	1	5	0.56	-1.26
Пункт 6	2.32	1.32	2	1	5	0.55	-0.91
Пункт 7	2.62	1.40	3	1	5	0.37	-1.09

З огляду на категоріальну природу шкали (5 градаций) та виявлене відхилення від нормального розподілу, для подальшого конфірматорного факторного аналізу (CFA) було використано метод діагонально-зваженого найменшого квадратичного оцінювання (DWLS) – рекомендований для роботи з ординальними змінними (Li, 2016; Rhemtulla et al., 2012).

У процесі конфірматорного факторного аналізу (CFA) для україномовної версії Шкали інтенсивності

бойового досвіду (CES-UA) було перевірено однофакторну модель (див. Рисунок 1), де всі 7 пунктів виступають індикаторами латентного конструкта інтенсивності бойового досвіду. Як свідчать отримані факторні навантаження, всі індикатори мають високі та статистично значущі навантаження на загальний фактор ($p < 0.001$), що підтверджує однорідність конструкта (див. Таблиця 3).

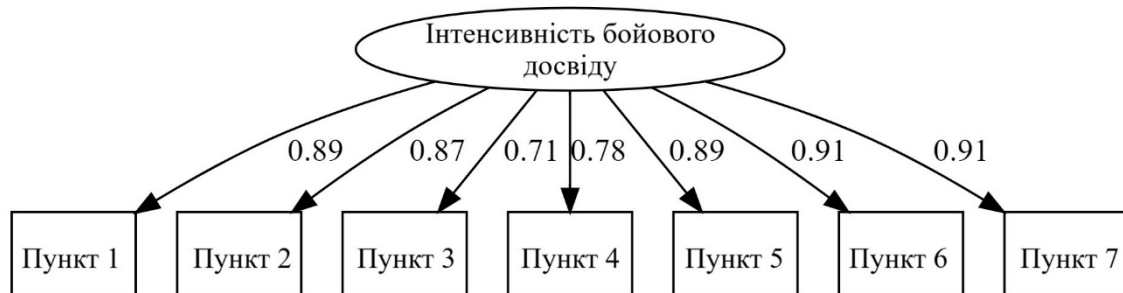


Рисунок 1. Одновимірний модель шкали інтенсивності бойового досвіду / One-dimensional model of the combat experience intensity scale

Таблиця 3. Факторні навантаження індикаторів / Factor loadings of indicators

Індикатор	Стандартизоване навантаження	Стандартна похибка	z-значення	p-значення
Пункт 1	0.887	-	-	-
Пункт 2	0.872	0.019	52.007	< 0.001
Пункт 3	0.714	0.023	35.505	< 0.001
Пункт 4	0.781	0.018	48.586	< 0.001
Пункт 5	0.886	0.018	55.098	< 0.001
Пункт 6	0.908	0.018	57.811	< 0.001
Пункт 7	0.908	0.019	53.959	< 0.001

Модель має відмінну відповідність емпіричним даним за більшістю критеріїв: CFI = 0.999, TLI = 0.998, SRMR = 0.034. Значення RMSEA = 0.062 перебуває в межах прийнятного рівня (Hu & Bentler, 1999). Ці індикатори підтверджують адекватну факторну структуру Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA) та загалом свідчать про високий рівень придатності моделі.

Усі показники надійності свідчать про високу внутрішню узгодженість: $\alpha = 0.91$, ordinal $\alpha = 0.95$, $\omega = 0.93$, composite reliability = 0.94. Отримані значення перевищують загальноприйняті порогові (Nunnally & Bernstein, 1994; George & Mallery, 2003; McDonald, 1999; Zumbo et al., 2007), що підтверджує відмінну психометричну якість шкали.

Для перевірки інваріантності україномовної версії Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA) за віковими групами було проведено багатогруповий конфірматорний факторний аналіз (CFA) з використанням функції `measurementInvariance()` з пакета `semTools` для середовища R. Послідовно тестувалися п'ять моделей: конфігуральна (вільна структура), метрична (рівність факторних навантажень), скалярна (рівність навантажень та інтерцептів), строга (додаткова рівність залишкових дисперсій), а також модель із фіксованими латентними середніми.

Результати (див. Таблицю 4) свідчать, що модель конфігуральної інваріантності була підтверджена

(CFI = 0.957, RMSEA = 0.120), що вказує на однакову факторну структуру CES-UA у всіх вікових групах. Перехід до метричної та скалярної моделей не призвів до суттєвого погіршення якості моделі: зміни індексів відповідності були в межах загальноприйнятих порогів ($\Delta CFI \leq 0.01$; $\Delta RMSEA \leq 0.015$), згідно з рекомендаціями Chen (2007). Це дозволяє здійснювати порівняння латентних факторів між групами.

Натомість, модель строгої інваріантності (із фіксацією залишкових дисперсій) не була підтримана ($p < 0.01$, $\Delta CFI = 0.011$), що є типовим у психологічних дослідженнях (Putnick & Bornstein, 2016). Проте модель із фіксованими латентними середніми показала прийнятну відповідність ($\Delta CFI = 0.001$; $p = 0.13$), що додатково підтверджує стабільність конструкта.

Отже, CES-UA демонструє інваріантність на конфігуральному, метричному та скалярному рівнях, що є необхідною умовою для валідного порівняння рівнів латентного конструкта бойового досвіду між віковими групами. Відсутність строгої інваріантності не є критичним обмеженням для міжгрупових порівнянь, зважаючи на емпіричну практику в психометричних дослідженнях (Vandenberg & Lance, 2000).

Значення AVE = 0.729 означає, що латентний конструкт інтенсивності бойового досвіду пояснює понад 72% дисперсії своїх індикаторів. Це свідчить про сильну конвергентну валідність шкали CES-UA.

Таблиця 4. Моделі вимірювання інваріантності за віковими групами / Models of measuring invariance across age groups

Модель	χ^2	df	p-значення	CFI	RMSEA	Δ CFI	Δ RMSEA
Конфігуральна	158.77	56	< 0.001	0.957	0.120	–	–
Метрична	180.25	74	0.256	0.956	0.106	0.001	0.014
Скалярна	196.16	92	0.599	0.957	0.094	0.001	0.012
Строга	243.80	113	0.001	0.946	0.095	0.011	0.001
Інваріантність середніх	249.45	116	0.130	0.945	0.095	0.001	0.000

Дискримінантна валідність між латентними конструктами *інтенсивність бойового досвіду* та *суб'єктивне благополуччя* була підтверджена двома способами. По-перше, відповідно до критерію Fornell–Larcker (1981), квадратний корінь AVE для кожного конструкта ($\sqrt{\text{AVE}_{\text{CES}}} = 0.854$, $\sqrt{\text{AVE}_{\text{SWLS}}} = 0.785$) перевищував їхню міжконструктну кореляцію ($r = -0.064$). По-друге, коефіцієнт HTMT склав 0.046, що значно нижче прийнятного порогу 0.85 (Henseler et al., 2015). Обидва результати підтверджують наявність дискримінантної валідності між конструктами.

Обговорення результатів.

Мета цього дослідження полягала в тому, щоб адаптувати оригінальну версію Combat Exposure Scale (CES; Keane et al., 1989) до україномовного середовища із забезпеченням прийнятних психометричних характеристик.

Конфірматорний факторний аналіз (CFA) підтвердив однофакторну структуру шкали, що узгоджується з оригінальною моделлю авторів (Keane et al., 1989) та результатами попередніх адаптацій (Kim et al., 2013; Rivera-Rivera et al., 2022).

Отримані стандартизовані факторні навантаження перевищують порогове значення 0.70, що свідчить про високий ступінь зв'язку між індикаторами та латентною змінною. Особливу увагу слід звернути на пункт 3, який мав нижчу середню оцінку, високу асиметрію та куртозис. Це вказує на потенційно рідкісний, але важливий компонент бойового досвіду, що підтверджує чутливість шкали до різних рівнів інтенсивності пережитого травматичного психологічного досвіду.

Шкала виявила високий рівень внутрішньої узгодженості: коефіцієнти α , ordinal α , ω та CR значно перевищують загальноприйняті пороги (Nunnally & Bernstein, 1994; Zumbo et al., 2007; McDonald, 1999). Це підтверджує надійність CES-UA як інструменту для вимірювання інтенсивності бойового досвіду.

Інваріантність вимірювання за віковими групами була підтверджена на конфігуральному, метричному та скалярному рівнях, що дає змогу коректно порівнювати середні значення латентного конструкту між віковими категоріями. Виявлена нестача строгої інваріантності є поширеним явищем у психометричних дослідженнях і не є критичним обмеженням (Putnick & Bornstein, 2016; Vandenberg & Lance, 2000).

Конвергентна валідність була підтверджена високим значенням AVE, що свідчить про те, що латентний фактор бойового досвіду пояснює більшу частину дисперсії відповідей. Дискримінантна валідність, оцінена через критерій Fornell–Larcker та HTMT, підтверджує, що бойовий досвід є концептуально відмінним від загальної задоволеності життям, що

узгоджується з теоретичними уявленнями про ці конструкти.

Загалом результати дослідження узгоджуються з попередніми міжнародними адаптаціями CES та демонструють, що шкала є методологічно придатною для використання в україномовному середовищі, зокрема серед військовослужбовців, які мають досвід бойових дій.

Основна перевага цього дослідження полягала у використанні великої вибірки. Проте є деякі обмеження, про які слід згадати. По-перше, неможливість оцінки інваріантності вимірювання шкали CES-UA за статтю через суттєву диспропорцію в чисельності чоловіків і жінок у вибірці. Такий дисбаланс значно знижує статистичну потужність багатогрупових моделей та може призвести до спотворених або нестабільних оцінок при тестуванні гендерної інваріантності (Bandalos, 2018; Svetina et al., 2019). У зв'язку з цим, дані учасниць-жінок було виключено з аналізу, що обмежує можливість генералізації результатів на всю популяцію військовослужбовців незалежно від статі. Таким чином, для порівняння результатів потрібна більш репрезентативна і диверсифікована вибірка, що дозволить перевірити стабільність факторної структури та валідність шкали в умовах статевої інваріантності.

По-друге, аналіз надійності повторного тестування не проводився, який довів би його стабільність у часі. У майбутніх дослідженнях можуть бути розглянуті обмеження поточного дослідження.

Висновок

Результати проведеного дослідження дозволяють зробити висновок про успішну адаптацію оригінального опитувальника Combat Exposure Scale (CES) для використання в україномовному середовищі.

Українська версія Шкали інтенсивності бойового досвіду (CES-UA) є надійним і валідним інструментом та рекомендована для використання з україномовними військовослужбовцями й ветеранами як у клінічній практиці, так і в наукових дослідженнях.

Список використаних джерел

- Олефір В.О., Боснюк В.Ф. Адаптація українськомовної версії шкали задоволеності життям Е. Дінера. Наука і освіта. 2024. №2. С. 64-72. URL: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-9>
- Ackerman A. The effect of combat exposure on sexually transmitted diseases. Economics & Human Biology. 2022. Vol. 46. Article № 101142. URL: <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2022.101142>
- A life-span perspective on combat exposure and PTSD symptoms in later life: findings from the VA normative aging study /

- S. Kang et al. *The Gerontologist*. 2015. Vol. 56, № 1. P. 22-32. URL: <https://doi.org/10.1093/geront/gnv120>
- A prospective study of depression following combat deployment in support of the wars in Iraq and Afghanistan / T. S. Wells et al. *American Journal of Public Health*. 2010. Vol. 100, № 1. P. 90-99. URL: <https://doi.org/10.2105/ajph.2008.155432>
- Bandalos D. L. *Measurement theory and applications for the social sciences*. New York: The Guilford Press, 2018. 661 p.
- Bao H.-W.-S. *bruceR: Broadly Useful Convenient and Efficient R Functions*. R package version 0.7.0. 2023. URL: <https://CRAN.R-project.org/package=bruceR>
- Chen F. F. Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. 2007. Vol. 14, № 3. P. 464-504. URL: <https://doi.org/10.1080/10705510701301834>
- Cheung G. W., Rensvold R. B. Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. 2002. Vol. 9, № 2. P. 233-255. URL: https://doi.org/10.1207/s15328007sem0902_5
- Clinical evaluation of a measure to assess combat exposure. / T. M. Keane et al. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1989. Vol. 1, № 1. P. 53-55. URL: <https://doi.org/10.1037/1040-3590.1.1.53>
- Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems, and barriers to care / C. W. Hoge et al. *New England Journal of Medicine*. 2004. Vol. 351, № 1. P. 13-22. URL: <https://doi.org/10.1056/nejmoa040603>
- Combat experience and the acquired capability for suicide / C. J. Bryan et al. *Journal of Clinical Psychology*. 2010. Vol. 66, № 10. P. 1044-1056. URL: <https://doi.org/10.1002/jclp.20703>
- Contractual report of findings from the National Vietnam Veterans Readjustment Study / Kulka R. A. et al. Vol. 1: Executive summary, overview, and design. Research Triangle Institute, 1988. 644 p. URL: <https://www.ptsd.va.gov/professional/articles/article-pdf/nvvrsvol1.pdf>
- Deployment risk and resilience inventory-2 (DRRI-2): an updated tool for assessing psychosocial risk and resilience factors among service members and veterans / D. Vogt et al. *Journal of Traumatic Stress*. 2013. Vol. 26, № 6. P. 710-717. URL: <https://doi.org/10.1002/jts.21868>
- DeVellis, R. F. *Scale development: theory and applications*. 4th ed. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2016. 280 p.
- Development of exposure to combat severity scale of the combat experiences questionnaire (CEQ) / T. Carvalho et al. *Journal of Anxiety Disorders*. 2014. Vol. 28, № 8. P. 938-946. URL: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.09.024>
- Development of the combat distress scale of the combat experiences questionnaire (CEQ) / T. Carvalho et al. *Journal of Affective Disorders*. 2015. Vol. 174. P. 602-610. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.11.054>
- Dunn T. J., Baguley T., Brunsden V. From alpha to omega: A practical solution to the pervasive problem of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology*. 2013. Vol. 105, № 3. P. 399-412. URL: <https://doi.org/10.1111/bjop.12046>
- Etiology of posttraumatic stress disorder in Vietnam veterans: analysis of premilitary, military, and combat exposure influences. / D. W. Foy et al. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1984. Vol. 52, № 1. P. 79-87. URL: <https://doi.org/10.1037/0022-006x.52.1.79>
- Flora D. B., Curran P. J. An empirical evaluation of alternative methods of estimation for confirmatory factor analysis with ordinal data. *Psychological Methods*. 2004. Vol. 9, № 4. P. 466-491. <https://doi.org/10.1037/1082-989x.9.4.466>
- Fornell C., Larcker D. F. Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*. 1981. Vol. 18, № 1. P. 39-50. <https://doi.org/10.2307/3151312>
- George D., Mallery P. *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. 11.0 update. 4th ed. Boston: Allyn & Bacon, 2003. 400 p.
- Grinker R. R., Spiegel J. P. *The syndrome of "operational fatigue" (war neuroses) in returnees. Men under stress*. Philadelphia: Blakiston, 1945. P. 208-224. <https://doi.org/10.1037/10784-009>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. *Multivariate data analysis*. 7th ed. New York: Pearson Education. 2010. 800 p.
- Henseler J., Ringle C. M., Sarstedt M. A new criterion for assessing discriminant validity in variance-based structural equation modeling. *Journal of the Academy of Marketing Science*. 2014. Vol. 43, № 1. P. 115-135. URL: <https://doi.org/10.1007/s11747-014-0403-8>
- Hu L., Bentler P. M. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. 1999. Vol. 6, № 1. P. 1-55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jacobson I. G. Alcohol use and alcohol-related problems before and after military combat deployment. *JAMA*. 2008. Vol. 300, № 6. P. 663-669. URL: <https://doi.org/10.1001/jama.300.6.663>
- Jorgensen T. D., Pornprasertmanit S., Schoemann, A. M., & Rosseel, Y. *semTools: Useful tools for structural equation modeling*. R package version 0.5-4. 2021. URL: <https://CRAN.R-project.org/package=semTools>
- Kardiner A. *Analysis of the symptomatology*. In: *The traumatic neuroses of war*. Washington, D.C.: National Academy of Sciences. 1941. P. 68-132. <https://doi.org/10.1037/10581-003>
- Li C.-H. Confirmatory factor analysis with ordinal data: Comparing robust maximum likelihood and diagonally weighted least squares. *Behavior Research Methods*. 2015. Vol. 48, № 3. P. 936-949. URL: <https://doi.org/10.3758/s13428-015-0619-7>
- McDonald R. P. *Test theory: A unified treatment*. New York: Psychology Press, 1999. 498 p. <http://doi.org/10.4324/9781410601087>
- Measuring aggregated and specific combat exposures: Associations between combat exposure measures and posttraumatic stress disorder, depression, and alcohol-related problems B. Porter et al. *Journal of Traumatic Stress*. 2018. Vol. 31, № 2. P. 296-306. <https://doi.org/10.1002/jts.22273>
- Myers C. A contribution to the study of shell shock. *The Lancet*. 1915. Vol. 185, № 4772. P. 316-320. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(00\)52916-x](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(00)52916-x)
- Nunnally J. C., Bernstein I. H. *Psychometric theory*. 3rd ed. New York: McGraw-Hill. 1994. 752 p.
- P4.a.005 Reliability and validity of the Korean version of the combat exposure scale / T. Y. Kim et al. *European Neuropsychopharmacology*. 2013. Vol. 23. P. S509-S510. [https://doi.org/10.1016/s0924-977x\(13\)70809-5](https://doi.org/10.1016/s0924-977x(13)70809-5)
- Putnick D. L., Bornstein M. H. *Measurement invariance conventions and reporting: The state of the art and future directions for psychological research*. *Developmental Review*. 2016. Vol. 41. P. 71-90. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2016.06.004>
- R Core Team. (2024). *R: A language and environment for statistical computing*. R Foundation for Statistical Computing. <https://www.R-project.org/>
- Relationship of combat experiences to alcohol misuse among U.S. soldiers returning from the Iraq war / J. E. Wilk et al. *Drug Alcohol Depend*. 2010. Vol. 108, № 1-2, P. 115-121. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2009.12.003>
- Reliability and validity of a combat exposure index for Vietnam era veterans / G. R. Janes et al. *Journal of Clinical Psychology*.

1991. Vol. 47, № 1. P. 80–86. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199101\)47:1<80::aid-jclp2270470112>3.0.co;2-9](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199101)47:1<80::aid-jclp2270470112>3.0.co;2-9)
- Rhemtulla M., Brosseau-Liard P. É., Savalei V. When can categorical variables be treated as continuous? A comparison of robust continuous and categorical SEM estimation methods under suboptimal conditions. *Psychological Methods*. 2012. Vol. 17, № 3. P. 354–373. <https://doi.org/10.1037/a0029315>
- Risk factors for course of posttraumatic stress disorder among Vietnam veterans: a 14-year follow-up of american legionnaires. / K. C. Koenen et al. *Journal of consulting and clinical psychology*. 2003. Vol. 71, № 6. P. 980–986. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.71.6.980>
- Rossee, Y. lavaan: An R Package for Structural Equation Modeling. *Journal of Statistical Software*. 2012. Vol. 48, № 2. P. 1–36. <https://doi.org/10.18637/jss.v048.i02>
- RStudio Team. RStudio: Integrated Development Environment for R. Posit Software, PBC. 2023. <https://posit.co/>
- Sleep disturbance during military deployment / A. L. Peterson et al. *Military medicine*. 2008. Vol. 173, № 3. P. 230–235. <https://doi.org/10.7205/milmed.173.3.230>
- Svetina D., Rutkowski L., Rutkowski D. Multiple-Group invariance with categorical outcomes using updated guidelines: an illustration using mplus and the lavaan/semtools packages. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. 2019. Vol. 27, № 1. P. 111–130. <https://doi.org/10.1080/10705511.2019.1602776>
- Tedeschi R. G., Calhoun L. G. The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*. 1996. Vol. 9, № 3. P. 455–471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- The relationship between combat exposure and suicide risk in U.S. military veterans: Exploring the role of posttraumatic stress symptoms and religious coping / U. Orak et al. *Journal of Affective Disorders*. 2023. Vol. 341. P. 77–87. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.115>
- The role of combat exposure on drinking behavior and subjective well-being: A Rubin Causal Model approach. / P. McKee et al. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2024. Vol. 16, № 4. P. 610–617. <https://doi.org/10.1037/tra0001546>
- Translation, cultural adaptation, and psychometric properties of the Spanish version of the Combat Exposure Scale (CES-S) with U.S. military Spanish speaking Latino veterans living in the Caribbean: A cross-sectional preliminary data study / N. Rivera-Rivera et al. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2022. Vol. 14, № 4. P. 721–727. <https://doi.org/10.1037/tra0001099>
- Typologies of combat exposure and their effects on posttraumatic stress disorder and depression symptoms / M. S. Kelber et al. *Journal of Traumatic Stress*. 2019. Vol. 32, № 6. P. 946–956. <https://doi.org/10.1002/jts.22459>
- Unger W. S., Gould R. A., Babich M. The development of a scale to assess war-time atrocities: the War Events Scale. *Journal of Traumatic Stress*. 1998. Vol. 11, №3. P. 375–383. <https://doi.org/10.1023/A:1024463406656>
- Vandenberg R. J., Lance C. E. A review and synthesis of the measurement invariance literature: Suggestions, practices, and recommendations for organizational research. *Organizational Research Methods*. 2000. Vol. 3, № 1. P. 4–70. <https://doi.org/10.1177/109442810031002>
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*. 1995. Sage Publications, Inc. p. 56–75
- Zumbo B. D., Gadermann A. M., Zeisser C. Ordinal versions of coefficients alpha and theta for likert rating scales. *Journal of Modern Applied Statistical Methods*. 2007. Vol. 6, № 1. P. 21–29. <https://doi.org/10.22237/jmasm/1177992180>

D. KASIIANENKO (Kasiiianenko Daria)

first-year graduate student

Department of General Psychology

V. N. Karaz'in Kharkiv National University

4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine

E-mail: daria.kasiiianenko@karaz.in.ua

<https://orcid.org/0009-0005-1775-759X>

ADAPTATION OF THE UKRAINIAN VERSION OF THE COMBAT EXPOSURE SCALE (CES-UA)

Objective. The objective of this study was to adapt the original Combat Exposure Scale (CES; Keane et al., 1989) into the Ukrainian language, translated as the Combat Exposure Scale–Ukrainian version (CES-UA), for use in psychological practice with active-duty service members, veterans, and individuals with combat experience. This scale is a widely used self-report tool for assessing combat-related situations. Despite its international value, a validated Ukrainian version was lacking. Given the urgent psychological needs of military personnel amid Russia's full-scale invasion of Ukraine, this gap required immediate attention. **Methods.** The CES was translated and culturally adapted into Ukrainian using a forward–backward method involving a professional translator, bilingual veterans, and university faculty. Psychometric testing included 513 male service members (436 online, 77 paper). Data analysis was conducted in R (R Core Team, 2024) and RStudio (Posit, 2024). **Results.** Confirmatory factor analysis confirmed the unidimensional structure of the Ukrainian version of the Combat Exposure Scale (CES-UA). Most fit indices demonstrated an excellent level of correspondence between the theoretical model and the empirical data (CFI = 0.999, TLI = 0.998, SRMR = 0.034). Subsequent evaluation of the model confirmed its key psychometric characteristics. As a result, multiple statistical methods confirmed that the CES-UA demonstrates high reliability ($\alpha = 0.91$, ordinal $\alpha = 0.95$, $\omega = 0.93$, CR = 0.94), supported convergent validity (AVE = 0.729), discriminant validity (HTMT = 0.046), and measurement invariance across age groups. **Conclusion.** The Ukrainian version of the Combat Exposure Scale (CES-UA) is a reliable and valid instrument and is recommended for use with Ukrainian-speaking military personnel and veterans in both clinical practice and scientific research.

Keywords: *combat exposure intensity, adaptation, multigroup confirmatory factor analysis, measurement invariance, convergent and discriminant validity, psychometric properties, life satisfaction*

References

- Olefir, V., & Bosniuk, V. (2024). Adaptation of Ukrainian version of the Satisfaction With Life Scale by E. Diener. *Nauka i osvita – Science and Education*, (2), 64–72. (In Ukrainian). <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-9>
- Ackerman, A. (2022). The effect of combat exposure on sexually transmitted diseases. *Economics & Human Biology*, 46, 101142. <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2022.101142>
- Bandalos, D. L. (2018). *Measurement theory and applications for the social sciences*. Guilford Press.

- Bao, H.-W.-S. (2023). *bruceR: Broadly useful convenient and efficient R functions* (Version 0.7.0) [R package]. CRAN. <https://doi.org/10.32614/CRAN.package.bruceR>
- Bryan, C. J., Cukrowicz, K. C., West, C. L., & Morrow, C. E. (2010). Combat experience and the acquired capability for suicide. *Journal of Clinical Psychology*, 66(10), 1044–1056. <https://doi.org/10.1002/jclp.20703>
- Carvalho, T., Cunha, M., Pinto-Gouveia, J., & da Motta, C. (2015). Development of the combat distress scale of the combat experiences questionnaire (CEQ). *Journal of Affective Disorders*, 174, 602–610. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.11.054>
- Carvalho, T., Pinto-Gouveia, J., Cunha, M., & da Motta, C. (2014). Development of exposure to combat severity scale of the combat experiences questionnaire (CEQ). *Journal of Anxiety Disorders*, 28(8), 938–946. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.09.024>
- Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 14(3), 464–504. <https://doi.org/10.1080/10705510701301834>
- Cheung, G. W., & Rensvold, R. B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 9(2), 233–255. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM0902_5
- DeVellis, R. F. (2016). *Scale development: Theory and applications* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Dunn, T. J., Baguley, T., & Brunsden, V. (2013). From alpha to omega: A practical solution to the pervasive problem of internal consistency estimation. *British Journal of Psychology*, 105(3), 399–412. <https://doi.org/10.1111/bjop.12046>
- Flora, D. B., & Curran, P. J. (2004). An empirical evaluation of alternative methods of estimation for confirmatory factor analysis with ordinal data. *Psychological Methods*, 9(4), 466–491. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.9.4.466>
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39–50. <https://doi.org/10.2307/3151312>
- Foy, D. W., Sipprelle, R. C., Rueger, D. B., & Carroll, E. M. (1984). Etiology of posttraumatic stress disorder in Vietnam veterans: Analysis of premilitary, military, and combat exposure influences. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 52(1), 79–87. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.52.1.79>
- George, D. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference* (4th ed., 11.0 update). Allyn & Bacon.
- Grinker, R. R., & Spiegel, J. P. (1945). The syndrome of “operational fatigue” (war neuroses) in returnees. In *Men under stress* (pp. 208–224). Blakiston. <https://doi.org/10.1037/10784-009>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Pearson Education.
- Henseler, J., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2014). A new criterion for assessing discriminant validity in variance-based structural equation modeling. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 43(1), 115–135. <https://doi.org/10.1007/s11747-014-0403-8>
- Hoge, C. W., Castro, C. A., Messer, S. C., McGurk, D., Cotting, D. I., & Koffman, R. L. (2004). Combat duty in Iraq and Afghanistan, mental health problems, and barriers to care. *New England Journal of Medicine*, 351(1), 13–22. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa040603>
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jacobson, I. G. (2008). Alcohol use and alcohol-related problems before and after military combat deployment. *JAMA*, 300(6), 663–669. <https://doi.org/10.1001/jama.300.6.663>
- Janes, G. R., Goldberg, J., Eisen, S. A., & True, W. R. (1991). Reliability and validity of a combat exposure index for Vietnam era veterans. *Journal of Clinical Psychology*, 47(1), 80–86. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(199101\)47:1<80::aid-jclp2270470112>3.0.co;2-9](https://doi.org/10.1002/1097-4679(199101)47:1<80::aid-jclp2270470112>3.0.co;2-9)
- Jorgensen, T. D., Pornprasertmanit, S., Schoemann, A. M., & Rosseel, Y. (2021). *semTools: Useful tools for structural equation modeling*. R package version 0.5-4. <https://CRAN.R-project.org/package=semTools>
- Kang, S., Aldwin, C. M., Choun, S., & Spiro, A. (2015). A life-span perspective on combat exposure and PTSD symptoms in later life: Findings from the VA normative aging study. *The Gerontologist*, 56(1), 22–32. <https://doi.org/10.1093/geront/gnv120>
- Kardiner, A. (1941). Analysis of the symptomatology. In A. Kardiner, *The traumatic neuroses of war* (pp. 68–132). National Research Council. <https://doi.org/10.1037/10581-003>
- Keane, T. M., Fairbank, J. A., Caddell, J. M., Zimering, R. T., Taylor, K. L., & Mora, C. A. (1989). Clinical evaluation of a measure to assess combat exposure. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 1(1), 53–55. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.1.1.53>
- Kelber, M. S., Smolenski, D. J., Workman, D. E., Morgan, M. A., Garvey Wilson, A. L., Campbell, M. S., Evatt, D. P., & Belsher, B. E. (2019). Typologies of combat exposure and their effects on posttraumatic stress disorder and depression symptoms. *Journal of Traumatic Stress*, 32(6), 946–956. <https://doi.org/10.1002/jts.22459>
- Kim, T. Y., Choi, J. H., Chung, H. G., & So, H. S. (2013). P4.a.005 Reliability and validity of the Korean version of the combat exposure scale. *European Neuropsychopharmacology*, 23, S509–S510. [https://doi.org/10.1016/S0924-977X\(13\)70809-5](https://doi.org/10.1016/S0924-977X(13)70809-5)
- Koenen, K. C., Stellman, J. M., Stellman, S. D., & Sommer, J. F. (2003). Risk factors for course of posttraumatic stress disorder among Vietnam veterans: A 14-year follow-up of American Legionnaires. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 71(6), 980–986. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.71.6.980>
- Kulka, R. A., Schlenger, W. E., Fairbank, J. A., Hough, R. L., Jordan, B. K., Marmar, C. R., & Weiss, D. S. (1988). *Contractual report of findings from the National Vietnam Veterans Readjustment Study. Volume 1: Executive summary, overview, and design*. Research Triangle Institute. <https://www.ptsd.va.gov/professional/articles/article-pdf/nvvrsvol1.pdf>
- Li, C.-H. (2015). Confirmatory factor analysis with ordinal data: Comparing robust maximum likelihood and diagonally weighted least squares. *Behavior Research Methods*, 48(3), 936–949. <https://doi.org/10.3758/s13428-015-0619-7>
- McDonald, R. P. (1999). *Test Theory: A Unified Treatment*. Psychology Press. <http://doi.org/10.4324/9781410601087>
- McKee, P., Budnick, C. J., Walters, K. S., & Bind, M.-A. (2024). The role of combat exposure on drinking behavior and subjective well-being: A Rubin Causal Model approach. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 16(4), 610–617. <https://doi.org/10.1037/tra0001546>
- Myers, C. (1915). A contribution to the study of shell shock. *The Lancet*, 185(4772), 316–320. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(00\)52916-x](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(00)52916-x)
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Orak, U., Yildiz, M., Aydogdu, R., Koenig, H. G., & Pietrzak, R. H. (2023). The relationship between combat exposure and suicide risk in U.S. military veterans: Exploring the role of posttraumatic stress symptoms and religious coping. *Journal of Affective Disorders*, 341, 77–87. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.115>

- Peterson, A. L., Goodie, J. L., Satterfield, W. A., & Brim, W. L. (2008). Sleep disturbance during military deployment. *Military Medicine*, 173(3), 230–235. <https://doi.org/10.7205/milmed.173.3.230>
- Porter, B., Hoge, C. W., Tobin, L. E., Donoho, C. J., Castro, C. A., Luxton, D. D., & Faix, D. (2018). Measuring aggregated and specific combat exposures: Associations between combat exposure measures and posttraumatic stress disorder, depression, and alcohol-related problems. *Journal of Traumatic Stress*, 31(2), 296–306. <https://doi.org/10.1002/jts.22273>
- Putnick, D. L., & Bornstein, M. H. (2016). Measurement invariance conventions and reporting: The state of the art and future directions for psychological research. *Developmental Review*, 41, 71–90. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2016.06.004>
- R Core Team. (2024). R: A language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing. <https://www.R-project.org/>
- Rhemtulla, M., Brosseau-Liard, P. É., & Savalei, V. (2012). When can categorical variables be treated as continuous? A comparison of robust continuous and categorical SEM estimation methods under suboptimal conditions. *Psychological Methods*, 17(3), 354–373. <https://doi.org/10.1037/a0029315>
- Rivera-Rivera, N., Pérez-Pedrogo, C., Calaf, M., & Sánchez-Cardona, I. (2022). Translation, cultural adaptation, and psychometric properties of the Spanish version of the Combat Exposure Scale (CES-S) with U.S. military Spanish speaking Latino veterans living in the Caribbean: A cross-sectional preliminary data study. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 14(4), 721–727. <https://doi.org/10.1037/tra0001099>
- Rosseel, Y. (2012). Lavan: An R Package for structural equation modeling. *Journal of Statistical Software*, 48(2), 1–36. <https://doi.org/10.18637/jss.v048.i02>
- RStudio Team. (2023). RStudio: Integrated Development Environment for R. Posit Software, PBC. <https://posit.co/>
- Svetina, D., Rutkowski, L., & Rutkowski, D. (2019). Multiple-Group invariance with categorical outcomes using updated guidelines: An illustration using mplus and the lavaan/semtools packages. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 27(1), 111–130. <https://doi.org/10.1080/10705511.2019.1602776>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455–471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Unger W. S., Gould R. A., Babich M. (1998). The development of a scale to assess war-time atrocities: the War Events Scale. *Journal of Traumatic Stress*, 11(3), 375–383. <https://doi.org/10.1023/A:1024463406656>
- Vandenberg, R. J., & Lance, C. E. (2000). A review and synthesis of the measurement invariance literature: Suggestions, practices, and recommendations for organizational research. *Organizational Research Methods*, 3(1), 4–70. <https://doi.org/10.1177/109442810031002>
- Vogt, D., Smith, B. N., King, L. A., King, D. W., Knight, J., & Vasterling, J. J. (2013). Deployment risk and resilience inventory-2 (DRRI-2): An updated tool for assessing psychosocial risk and resilience factors among service members and veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 26(6), 710–717. <https://doi.org/10.1002/jts.21868>
- Wells, T. S., LeardMann, C. A., Fortuna, S. O., Smith, B., Smith, T. C., Ryan, M. A. K., Boyko, E. J., & Blazer, D. (2010). A prospective study of depression following combat deployment in support of the wars in Iraq and Afghanistan. *American Journal of Public Health*, 100(1), 90–99. <https://doi.org/10.2105/ajph.2008.155432>
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 56–75). Sage Publications, Inc.
- Wilk, J. E., Bliese, P. D., Kim, P. Y., Thomas, J. L., McGurk, D., & Hoge, C. W. (2010). Relationship of combat experiences to alcohol misuse among U.S. soldiers returning from the Iraq war. *Drug Alcohol Depend*, 108(1–2), 115–121. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2009.12.003>
- Zumbo, B. D., Gadermann, A. M., & Zeisser, C. (2007). Ordinal versions of coefficients alpha and theta for likert rating scales. *Journal of Modern Applied Statistical Methods*, 6 (1), 21–29. <https://doi.org/10.2237/jmasm/1177992180>

Додаток

ШКАЛА ІНТЕНСИВНОСТІ БОЙОВОГО ДОСВІДУ (CES-UA)

Будь ласка, обведіть номер над відповіддю, яка найкраще описує ваш досвід

1. Ви коли-небудь ходили в бойове патрулювання або виконували інші небезпечні завдання?

1 2 3 4 5

Ні 1-3 рази 4-12 разів 13-50 разів 51 або більше

2. Ви коли-небудь були під вогнем ворога?

1 2 3 4 5

Ніколи <1 місяця 1-3 місяці 4-6 місяців 7 місяців або більше

3. Чи були Ви коли-небудь в оточенні ворога?

1 2 3 4 5

Ні 1-2 рази 3-12 разів 13-25 разів 26 або більше

4. Який відсоток солдатів Вашого підрозділу були вбиті, поранені або зникли безвісти?

1 2 3 4 5

Немає 1-25% 26-50% 51-75% 76% або більше

5. Як часто Ви вели вогонь по ворогу?

1 2 3 4 5

Ніколи 1-2 рази 3-12 разів 13-50 разів 51 або більше

6. Як часто Ви бачили, як хто-небудь був поранений або вбитий в ході бойових дій?

1 2 3 4 5

Ніколи 1-2 рази 3-12 разів 13-50 разів 51 або більше

7. Як часто під час виконання службових обов'язків Вам загрожувало поранення чи смерть?

1 2 3 4 5

Ніколи 1-2 рази 3-12 разів 13-50 разів 51 або більше

Стаття надійшла до редакції 13.04.2025 (The article was received by the editors 31.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 09.06.2025 (The article is recommended for printing 09.06.2025)

В.О. ОЛЕФІР (Валерій Олександрович Олефір)

доктор психологічних наук, доцент

завідувач кафедри загальної психології

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна

E-mail: vaolefir@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3552-3277>

С. КОТЕНКО (Світлана Котенко)

аспірантка кафедри загальної психології

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна

E-mail: light.kotenko@gmail.com,

<https://orcid.org/0000-0003-0234-5021>

ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОПИТУВАЛЬНИКА ВИМОГ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА

Метою дослідження було створення психометрично обґрунтованого українського опитувальника вимог освітнього середовища. В основу розробки покладено модель вимог та ресурсів роботи і навчання адаптовану до студентського контексту: Шкали вимог та ресурсів навчання К. Мокгеле та С. Ротмана і Опитувальника вимог та ресурсів роботи А. Бейкера. На основі аналізу існуючих інструментів та теоретичних положень було сформовано початкову версію опитувальника, що включає три шкали: навчальне навантаження, ясність вимог та адекватність вимог. Дослідження проводилося на вибірці з 283 студентів українських університетів (кількісне співвідношення – 61,0% жінок, 39,0% чоловіків; $M_{age} = 20$, $SD = 1,5$). Статистичні аналізи виконувалися за допомогою програмного забезпечення R та RStudio. Для розрахунку описової статистики, оцінки надійності, проведення конфірматорного факторного аналізу (КФА) та аналізу інваріантності вимірювань використовувалися пакети *bruceR* (Бао, 2023) і *lavaan* (Rosseel, 2012). Статистичний аналіз, зокрема конфірматорний факторний аналіз, підтвердив трифакторну структуру опитувальника та його високу надійність. Було встановлено вимірювану інваріантність опитувальника за статтю: і чоловіки, і жінки однаково сприймають пункти опитувальника. Отримані результати свідчать про валідність розробленого інструменту для оцінки вимог навчального середовища, що може бути використаний у психологічних дослідженнях та освітній практиці.

Ключові слова: особистісні ресурси, студенти, вимоги освітнього середовища, позитивне функціонування особистості, адаптація, стрес

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Вивчення благополуччя, вигорання та реакцій на стрес серед студентів є надзвичайно важливим у сучасному освітньому середовищі. Студентське життя нерідко асоціюється з високими вимогами навчання, необхідністю адаптації до нових соціальних і професійних умов, а також з напругою, пов'язаною з досягненням академічних успіхів. Це створює умови для розвитку стресу, вигорання та інших негативних емоційних станів, що можуть мати довготривалі наслідки для психічного здоров'я студентів (Essel, & Owusu, 2017; Misra, & McKean, 2000; Wunsch, Kasten, & Fuchs, 2017). Тому розуміння механізмів, які сприяють благополуччю або, навпаки, ведуть до емоційного виснаження, є необхідним для ефективного підтримання студентів у процесі їхнього навчання та розвитку.

Проте важливо зазначити, що реакції студентів на стрес і сприйняття власного благополуччя можуть суттєво відрізнятися, залежно від індивідуальних особливостей, життєвого досвіду та соціального контексту. Одні студенти можуть успішно справлятися з навчальними труднощами, зберігаючи баланс між академічними досягненнями і особистим життям, тоді як

інші можуть відчувати значний стрес чи навіть вигорання. Тому для вивчення цих явищ необхідно розробляти інструменти, які б враховували різноманітність студентських досвідів, включаючи не тільки об'єктивні критерії, а й суб'єктивне сприйняття. Таким чином можна забезпечити цілісну підтримку та покращити психоемоційне благополуччя студентів у навчальному середовищі.

Однією з найбільш використовуваних моделей у організаційній психології є модель вимог та ресурсів роботи, що допомагає описувати співвідношення між характеристиками середовища (такими як, наприклад, прозорість і адекватність поставлених задач, можливість отримати підтримку від керівництва та колег, якість зворотного зв'язку тощо), наслідками, на які воно може впливати (наприклад, рівень емоційного вигорання, стресу, успішність роботи, залученість у робочий процес, благополуччя тощо) і особистісними змінними (наприклад, особистісними ресурсами, рисами тощо). Ця модель дозволяє, таким чином, досліджувати передумови формування і розвитку важливих процесів, характеристик і результатів, що впливають на стан здоров'я працівників, результати роботи не тільки в

Як цитувати: Олефір, В., Котенко, С. (2025). Психометричні властивості опитувальника вимог освітнього середовища. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 77-84. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-11>

In cites: Olefir, V., Kotenko, S. (2025). Psychometric properties of the educational study demands questionnaire. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 77-84. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-11> (in Ukrainian)

© Олефір, В., Котенко, С. 2025; CC BY 4.0 license

короткій, а й довгостроковій перспективі. Так, емпірично було підтверджено, що вимоги та ресурси роботи зумовляють не тільки особистісні показники, такі як емоційне вигорання, залученість, прихильність до організації, а й наслідки - відсутність через хворобу, продуктивність на роботі (Taris, Schaufeli, 2016; Bakker, Demerouti).

З точки зору ресурсності, а також через наявність вимог і необхідність їм відповідати, навчальне середовище можна розглядати як подібне до робочого. Студенти мають справу з різноманітними завданнями: засвоєння навчального матеріалу, дотримання нових правил освітнього закладу (що можуть суттєво відрізнятися від шкільних), формування професійної ідентичності, а також подолання соціального тиску з боку батьків чи оточення. Деякі вперше стикаються з життям окремо від сім'ї, що вимагає вирішення побутових проблем. Як і у випадку робочого середовища, успіх студентів залежить від постійного розвитку компетенцій і оцінюється відповідно. У цьому контексті вимоги до навчання можна визначити як фізичні, соціальні чи організаційні аспекти, що потребують тривалих зусиль і пов'язані з фізіологічними та психологічними витратами. Вони можуть призводити до негативних наслідків, таких як зниження рівня здоров'я, слабка мотивація до навчання чи зниження академічної успішності. Було емпірично підтверджено, що дана модель дозволяє передбачити рівень вигорання і залученості студентів (Lesener et al., 2020; Bakker, Mostert, 2024; Salmela-Aro et al., 2022; Mokgele, Rothmann, 2014).

У літературі описано декілька інструментів для вимірювання вимог робочого середовища. Автори моделі, А. Бейкер та Е. Демерутті, запропонували двоетапний підхід для вимірювання вимог та ресурсів середовища. На першому, якісному етапі, проводяться інтерв'ю з представниками різних рівнів організації (наприклад, керівництво, безпосередні керівники, персонал), під час яких обговорюються позитивні та негативні аспекти їхньої роботи, а також фактори, що підвищують або знижують продуктивність. Цей етап є цінним, оскільки дозволяє виявити специфічні для організації вимоги та ресурси, які можуть бути пропущені при використанні стандартизованих методів. На другому етапі обираються або розробляються інструменти для вимірювання відповідних робочих вимог і ресурсів (як посадових, так і особистих) та валідуються згідно загальноприйнятих стандартів (Bakker, & Demerouti, 2007).

Для оцінки різноманітних вимог та ресурсів роботи використовуються різні інструменти. Так, деякі дослідження, наприклад, дослідження А. Бейкера та ін. (Bakker et al., 2003) використовують для вимірювання вимог роботи Job Content Questionnaire (JCQ), що розроблений для оцінки соціальних та психологічних характеристик роботи. Він складається з 49 питань, та містить 5 шкал: свобода у прийнятті рішень, психологічні вимоги, соціальна підтримка, фізичні вимоги, невпевненість у роботі. Дослідження, проведені в різних країнах, включаючи США, Канаду, Нідерланди та Японію, показали, що JCQ має хорошу надійність та

валідність. Зокрема, було виявлено високу схожість у середніх значеннях, стандартних відхиленнях та кореляціях між шкалами, а також між шкалами та демографічними змінними серед чоловіків і жінок у всіх дослідженнях (Karasek et al., 1998).

У статті "Validation of a French questionnaire to measure job demands and resources" (2013) Ж. Лекеур та ін. представили та валідували французький опитувальник для оцінки вимог та ресурсів роботи Questionnaire sur les Ressources et Contraintes Professionnelles (QRCP). Опитувальник має 14 шкал – 7 для вимог і 7 для ресурсів – та 56 питань. Надійність опитувальника виявилась доволі високою – від $\alpha=0,78$ до $\alpha=0,95$ для різних шкал. Номологічна валідність опитувальника була здебільшого задовільною (Lequeurre, J. et al., 2013). А. Фаріна та ін. у 2020 році представили Опитувальник вимог-ресурсів роботи (Job Demands-Resources Questionnaire - JD-RQ), що складається з 44 питань та 8 шкал і показує високу надійність. Опитувальник характеристик роботи (Job characteristics questionnaire; сербсько- та англійська версії) був представлений Б. Поповим та ін. і містить 46 питань, розподілених на 5 шкал. Він також показав задовільну надійність (від $\alpha=0,56$ до $\alpha=0,87$) і валідність (Popov et al., 2024).

У 2014 році А. Бейкер запропонував Опитувальник вимог та ресурсів роботи, що включав у себе п'ять шкал, що стосувалися вимог роботи: Тиск на роботі, Когнітивні вимоги, Емоційні вимоги, Рольовий конфлікт, Клопоти (Bakker, 2014).

У дослідженнях вимог і ресурсів навчання автори часто використовують авторські анкети і опитувальники, створенні на основі опитувальників вимог роботи та з опорою на запропоновану і описану модель. Так, Т. Лесенер та ін. у публікації, де розглядають модель вимог-ресурсів навчання за аналогією з моделлю вимог-ресурсів роботи, використав адаптацію Опитувальника вимог-ресурсів роботи і авторську шкалу для вимірювання вимог навчання. Дослідження показало достатньо високу внутрішню узгодженість ($\alpha = 0.85$) опитувальника (Lesener et al., 2020).

Salmela-Aro та ін. у своїй роботі Study Burnout and Engagement During COVID-19 Among University Students: The Role of Demands, Resources, and Psychological Needs для вимірювання вимог навчального середовища в умовах дистанційного навчання використовували анкету, що включала в себе 5 пунктів. Зміст анкети був наступним: «У нинішній ситуації це дуже складно: 1. Планувати свій щоденний розклад, 2. Те, що я повинен піклуватися про багато речей, 3. Технічні проблеми (такі як повільний Wi-Fi, проблеми з комп'ютером), 4. У мене немає місця, де я міг би вчитися без перерв, і 5. Багато проблем заважають моєму навчанню». Кожен пункт мав бути оцінений за 5-бальною шкалою. Опитувальник мав достатньо високу надійність – $\alpha = 0.73$ (Salmela-Aro et al., 2022).

Шкала вимог та ресурсів навчання (Study Demands and Resources Scale, SDRS), розроблена К. Моктеле та С. Ротманом у 2014 році у дослідженні на південно-африканській вибірці. Вона складається з 23 пунктів, що

утворюють 4 шкали: Навчальне навантаження (як вимоги навчання), Підтримка однолітків, Підтримка викладачів, Доступність інформації (як ресурси навчання). Надійність шкали була достатньо високою ($\omega > 0.70$) у оригінальному дослідженні, а також надійність і валідність опитувальника було підтверджено у подальших дослідженнях іншими авторами (Mokgele, Rothmann, 2014; van Zyl et. al., 2024).

Таким чином можемо заключити, що модель вимог та ресурсів навчання є доволі перспективною і відкриває можливості для вивчення витоків як негативних станів і процесів студентів (вигорання, стрес, зниження продуктивності, абсентеїзм тощо), так і позитивних (залученість у навчання, задоволеність життям тощо) із подальшим використанням результатів у практиці. Однак наразі існуючі опитувальники різняться за структурою, кількістю і формулюванням запитань. До того ж, не існує україномовної версії жодного з опитувальників.

Мета та завдання. Мета роботи – створення психометрично обґрунтованого опитувальника вимог освітнього середовища. Згідно мети, було виділено наступні завдання: 1) розробити опитувальник як набір тверджень, що відображують зміст визначених індикаторів; 2) оцінити розроблений опитувальник психометрично. Також було сформульовано наступну гіпотезу: опитувальник вимог освітнього середовища має трифакторну структуру, реалізація якої надасть змогу отримати психометрично обґрунтований україномовний опитувальник.

Методи дослідження.

Учасники та процедура. Вибірка досліджуваних складалася із 283 студентів вищих навчальних закладів України (кількісне співвідношення – 61,0% жінок, 39,0% чоловіків; $M_{age} = 20$, $SD = 1,5$). Учасникам було роз'яснено суть дослідження, запропоновано прочитати і прийняти інформовану згоду, а також надіслано посилання на Google Forms з психодіагностичним матеріалом.

Інструменти та організація дослідження. Опитувальник вимог та ресурсів навчання було розроблено на основі теоретичних положень моделі вимог та ресурсів роботи і навчання, а також Шкали вимог та ресурсів навчання К. Мокгеле та С. Ротмана і Опитувальника вимог та ресурсів роботи А. Бейкера. Ми запропонували версію опитувальника, в якій всі пункти оцінюються за 5-бальною шкалою (1 – повністю не згоден, 5 – повністю згоден).

Передбачається, що опитувальник має три шкали: Навчальне навантаження («Я відчуваю, що мені дають надто багато завдань»), Ясність вимог («Я точно знаю, в чому полягають мої навчальні обов'язки»), Адекватність вимог («У процесі навчання я отримую ті завдання, з якими здатний успішно впоратися»).

Статистичний аналіз. Статистичні аналізи виконувалися за допомогою програмного забезпечення R та RStudio. Для розрахунку описової статистики, оцінки надійності, проведення конфірмаційного факторного аналізу (КФА) та аналізу інваріантності вимірювань використовувалися пакети *bruceR* (Bao, 2023) і *lavaan* (Rosseel, 2012).

КФА використовувався для перевірки факторної структури опитувальника. Аналіз проводився з використанням методу максимальної правдоподібності зі стандартними помилками та статистикою χ^2 -квадрат (χ^2), стійкими до ненормальності (MLR). Були використані наступні індекси відповідності: $S-B\chi^2$ – тесту χ^2 за шкалою Саторра-Бентлера; індекс порівняльної придатності (CFI); індекс Такера-Льюїса (TLI), середньоквадратична помилка апроксимації (RMSEA); стандартизований середньоквадратичний залишок (SRMR). Для CFI і TLI оцінка $\geq 0,95$ вказує на відмінну відповідність, тоді як значення між 0,90 і 0,95 – на прийнятну; RMSEA $\leq 0,05$ вказує на відмінну відповідність, а значення менше 0,08 – на прийнятну (Hu & Bentler, 1999); SRMR для прийнятної відповідності повинне бути нижче 0,10 (Schweizer, 2010).

На другому етапі аналізу даних для визначення вимірювальної інваріантності ОВОС ми провели серію багатогрупового конфірмаційного факторного аналізу (КФА). Спочатку протестували конфігураційну інваріантність (модель 0), яка є найменш обмеженою. Потім перевірили метричну інваріантність (модель 1), встановивши обмеження на факторні навантаження. Під час тестування скалярної інваріантності (модель 2) ми обмежили як факторні навантаження, так і перехоплення елементів. Кожна модель вкладає в попередню, і їх порівнювали за такими критеріями: $\Delta CFI \leq -0,02$, $\Delta RMSEA \leq 0,015$ і $\Delta SRMR \leq 0,03$ для тестів інваріантності факторних навантажень; та $\Delta CFI \leq -0,01$, $RMSEA \leq 0,015$ і $SRMR \leq 0,01$ для перевірки скалярної інваріантності (Chen, 2007).

На третьому етапі за допомогою коефіцієнта ω МакДональда була оцінена надійність опитувальника вимог освітнього середовища (Flora, 2020). Для перевірки конвергентної валідності враховували факторні навантаження та вилучену середню дисперсію (AVE). Значення AVE варіюється від 0 до 1; значення понад 0,40 свідчить про конвергентну валідність шкали (Hair et al., 2016).

На четвертому етапі було проаналізовано дискримінаційну валідність за допомогою аналізу НТМТ, що використовує співвідношення кореляцій гетероознак-моноознак. Для розрахунку матриці НТМТ рекомендуються абсолютні значення кореляцій. Вважається, що опитувальник відповідає критеріям дискримінаційної валідності за $r < 0,85$.

Результати

У табл. 1 показано описові статистики щодо всіх запитань опитувальника ОВОС та взаємозв'язок між пунктами. Середні бали пунктів варіювали від 2,777 ($SD=1,016$) для пункту 9 до 4,078 ($SD=0,880$) для пункту 8.

Значення асиметрії коливались від -1,002 для пункту 8 до 0,403 для пункту 1, що потрапляє у прийнятний діапазон значень (менше 2 за абсолютним значенням). Показники експесу були в діапазоні від -0,617 для пункту 7 до 1,148 для пункту 6, що потрапляє у прийнятний діапазон значень (менше 7 за абсолютним значенням). Кореляції між пунктами мають значення помірної сили. Результати аналізу відповідності альтернативних моделей структури опитувальника показано у Таблиці 2.

Таблиця 1. Описова статистика та кореляція між елементами ОВОС (n = 283) / Descriptive statistics and correlation between EIA elements (n = 283)

<i>M</i>	2,876	3,823	3,661	3,018	3,392	3,495	3,640	4,078	2,777
<i>SD</i>	0,994	0,925	0,886	1,057	1,061	0,916	1,064	0,880	1,016
<i>Sk</i>	0,403	-0,888	-0,296	0,219	-0,370	-0,305	-0,378	-1,002	0,295
<i>Ku</i>	0,129	0,859	-0,311	-0,530	-0,519	-0,076	-0,617	1,148	-0,478

Кореляції між пунктами

	пункт 1	пункт 4	пункт 7	пункт 2	пункт 5	пункт 8	пункт 3	пункт 6	пункт 9
пункт 1	—								
пункт 4	0,451	—							
пункт 7	0,273	0,441	—						
пункт 2	-0,151	-0,182	-0,148	—					
пункт 5	-0,166	-0,218	-0,226	0,234	—				
пункт 8	-0,127	-0,104	-0,133	0,409	0,313	—			
пункт 3	-0,293	-0,194	-0,239	0,273	0,165	0,134	—		
пункт 6	-0,388	-0,324	-0,260	0,217	0,332	0,119	0,474	—	
пункт 9	-0,192	-0,264	-0,235	0,166	0,180	0,111	0,247	0,332	—

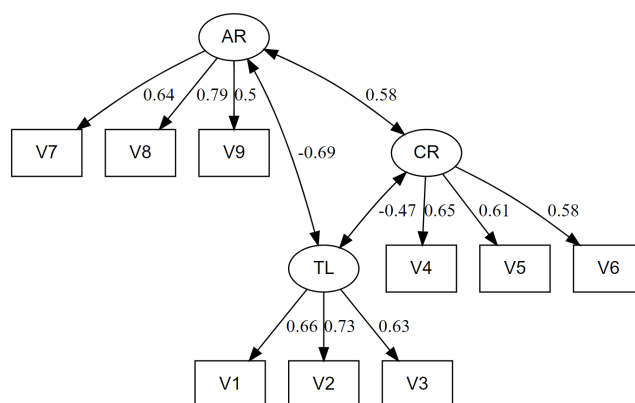
Примітка. *M* = середнє значення, *SD* = стандартне відхилення, *Sk* = асиметрія, *Ku* = ексцес.**Таблиця 2.** Зведена інформація про індекси відповідності альтернативних моделей структури/ Summary of fit indices of alternative structural models

Моделі	χ^2	<i>df</i>	<i>p</i>	CFI	TLI	RMSEA 95% CI	SRMR
Однофакторна	124,634	27	0,000	0,921	0,895	0,113 [0,094-0,134]	0,085
Трифакторна	45,531	24	0,005	0,983	0,974	0,056 [0,030-0,081]	0,054
Ієрархічна	45,531	24	0,005	0,934	0,974	0,056 [0,030-0,081]	0,054

Примітка. *df* = ступені свободи; CFI = індекс порівняльної відповідності; RMSEA = середньоквадратична помилка апроксимації; SRMR = стандартизований середній залишок.

Індекс порівняльної придатності (CFI) для однофакторної і ієрархічної моделі вказує на прийнятну відповідність, а для трифакторної – на відмінну. Індекс Такера-Льюїса (TLI) вказує на відмінну відповідність для одно- і трифакторної моделей. Індикатор середньоквадратичної помилки апроксимації (RMSEA) показує прийнятність відповідності для ієрархічної і

трифакторної моделей. Індекс стандартизованого середньоквадратичного залишку (SRMR) вказує на прийнятність відповідності всіх трьох моделей. З огляду на ці дані трифакторна модель є оптимальною. Результати КФА для трифакторної моделі опитувальника вимог освітнього середовища для більшої наочності показано на рисунку 1.

**Рисунок 1.** Результати КФА для трифакторної моделі опитувальника вимог освітнього середовища/CFA results for the three-factor model of the educational environment requirements questionnaire

Примітка. TL= Навчальне навантаження, CR = Ясність вимог, AR = Адекватність вимог.

Під час перевірки інваріантності моделі поступово вводили додаткові обмеження та оцінювали їхній вплив на показники відповідності. Спочатку обмеження стосувалися факторних навантажень (метрична інваріантність), а згодом — порогових значень елементів (скалярна інваріантність). Порівнюючи індекси відповідності моделей із дедалі жорсткішими обмеженнями, аналіз метричної інваріантності не виявив

зниження жодного з індексів, що могло б свідчити про відсутність інваріантності ($\Delta CFI = -0,009$; $\Delta RMSEA < 0,001$, $\Delta SRMR = 0,011$). Результати моделей інваріантності вимірювань за статтю представлені у табл. 3. Як видно, ОВОС має скалярну інваріантність за статтю, і тривимірна модель добре підходила для чоловіків та жінок. Як видно, значення $\Delta CFI = -0,013$, $\Delta RMSEA$ та $\Delta SRMR$ - нижче 0,015 та 0,030 відповідно.

Таблиця 4. Моделі вимірювання інваріантності шкали вимог освітнього середовища за статтю (референтна група: чоловіки) / Models for measuring the invariance of the educational environment requirements scale by gender (reference group: men)

Моделі	χ^2	df	p	CFI	RMSEA 95% CI	SRMR	CM	Δ CFI	Δ RMSEA	Δ SRMR
Чоловіки (n=110)	47,486	24	0,003	0,925	0,081 [0,054-0,086]	0,052				
Жінки (n=173)	28,386	24	0,244	0,979	0,033 [0,009-0,073]	0,045				
1. Конфігураційна	75,871	48	0,006	0,934	0,064 [0,034-0,090]	0,052				
2. Метрична	85,611	54	0,004	0,925	0,064 [0,037-0,089]	0,063	2 vs 1	-0,009	0,000	0,011
3. Скалярна	97,297	60	0,002	0,912	0,066 [0,041-0,090]	0,068	3 vs 2	-0,013	0,002	0,005

Також було проаналізовано надійність, конвергентну та дискримінаційну валідність опитувальника (Таблиця 5). Психометрична надійність опитувальника була оцінена за допомогою ω МакДональда та коливалась у діапазоні від 0,602 (шкала «Ясність вимог») до 0,679 (шкала «Навчальне

навантаження»). Це свідчить про достатній рівень узгодженості запитань в опитувальнику. Це вказує, таким чином, на те, що є підстави об'єднувати твердження опитувальника у показники навчального навантаження, ясності вимог і адекватності вимог.

Таблиця 5. Показники надійності (ω), конвергентної (AVE) та дискримінантної валідності ОВОС / Indicators of reliability (ω), convergent (AVE) and discriminant validity of the EIA

Шкали	ω [CI 95%]	AVE	1	2	3
1. Навчальне навантаження	0,679 [0,604-0,745]	0,452	—		
2. Ясність вимог	0,602 [0,581-0,675]	0,405	0,458	—	
3. Адекватність вимог	0,634 [0,609-0,710]	0,428	0,725	0,546	—

Що стосується доказів валідності опитувальника, то отримане значення показника AVE в діапазоні від 0,405 (шкала «Ясність вимог») до 0,452 (шкала «Навчальне навантаження»). Це свідчить про конвергентну валідність опитувальника, оскільки $AVE > 0,4$. Для оцінки дискримінантної валідності використовувався метод співвідношення кореляцій гетероознак та моноознак (НТМТ). Оскільки показники НТМТ-аналізу є меншими ніж 0,85, це свідчить про дискримінантну валідність конструкту.

Обговорення результатів. Метою нашого дослідження було створення і перевірка психометричних характеристик Опитувальника вимог освітнього середовища. Як результат, отримані відмінні індекси відповідності для трифакторної структури, завдяки чому була підтверджена відповідна модель опитувальника. Це частково співпадає з результатами відповідності альтернативних моделей структури інших розглянутих нами опитувальників вимог роботи і навчання – вони також не мали ієрархічної структури.

Психометрична надійність опитувальника була достатньою і коливалась у діапазоні від 0,602 (шкала «Ясність вимог») до 0,679 (шкала «Навчальне навантаження»). Отримані нами показники надійності, таким чином, не суттєво відрізняються від показників різноманітних іншомовних опитувальників і анкет, розроблених іншими авторами – з коефіцієнтами від 0,70 (Lesener et. al., 2020; Salmela-Aro et. al., 2022; Mokgele, Rothmann, 2014; van Zyl et. al., 2024). Також цей результат узгоджується з дослідженнями, присвяченими моделі ресурсів і вимог роботи з коефіцієнтами узгодженості від 0,56 до 0,95 (Lequeurre, J. et. al., 2013; Porov et. al., 2024). Конвергентна та дискримінантна валідність також були достатньо високими, як і у розглянутих іншомовних опитувальників вимог роботи чи навчання.

З огляду на це, у нас є доволі вагомі підстави об'єднувати твердження опитувальника у три визначені шкали, що, таким чином, дозволяє йому бути зручним і економним у використанні. Опитувальник дозволяє виміряти рівень трьох вимог навчання, маючи при цьому лише 9 пунктів. Це також вигідно відрізняє створений нами опитувальник від іншомовних аналогів – він має більш компактну структуру.

Також у нашому дослідженні було встановлено вимірювану інваріантність ОВОС за статтю – а, отже, і чоловіки, і жінки однаково сприймають пункти опитувальника, і ми можемо застосовувати його для порівняння таких груп.

Вважаємо за необхідне розглянути також і обмеження нашого дослідження. По-перше, ми використовували зручну для нас стратегію формування вибірки, і внаслідок цього більшість учасників були жінками, що може дещо обмежити можливість для узагальнення результатів. По-друге, результат опитування може бути певною мірою викривленим систематичними помилками вимірювання, з огляду на те, що воно було зроблене на основі самооцінювання.

Проведене дослідження робить значний внесок у світову та українську науку, пропонуючи дослідникам психометрично обґрунтований інструмент для оцінки вимог освітнього середовища в новому культурному контексті, зокрема на вибірці українців. Розроблений опитувальник дає змогу операціоналізувати вимоги освітнього середовища, що відкриває можливості вивчати важливий аспект впливу на студентів та надати поштовх до емпіричних досліджень цього конструкту на вибірках українців.

Висновки

У результаті проведеного дослідження було створено та психометрично стандартизовано Опитувальник вимог освітнього середовища, що має трьохфакторну

структуру та однаково підходить для використання в дослідженнях з різностатевими вибірками. Розроблений інструмент виявив достатньо високу надійність і конвергентну та дискримінантну валідність.

Дане дослідження дозволяє адаптувати модель вимог та ресурсів до контексту навчального середовища, що відкриває перспективи не тільки для виявлення потенційних джерел стресу та вигорання серед студентів, але й прогнозувати фактори, які сприяють залученості та благополуччю. За допомогою цього інструменту можна детальніше вивчити як негативні, так і позитивні психофізіологічні процеси, що можуть бути корисними для розробки ефективних програм підтримки студентів.

Список використаних джерел

- Bakker A. B. The Job Demands—Resources Questionnaire. Rotterdam: Erasmus University, 2014.
- Bakker A. B., Demerouti E. Job Demands—Resources Theory. *Journal of Managerial Psychology*. 2007. Vol. 22(3). P. 309–328. <https://doi.org/10.1108/02683940710733115>
- Bakker A. B., Mostert K. Study Demands—Resources Theory: Understanding Student Well-Being in Higher Education. *Educational Psychology Review*. 2024. Vol. 36. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09940-8>
- Bakker A., Demerouti E., Taris T., Schaufeli W., Schreurs P. A Multigroup Analysis of the Job Demands-Resources Model in Four Home Care Organizations. *International Journal of Stress Management*. 2003. Vol. 10. P. 16–38. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.10.1.16>
- Chen F. F. Sensitivity of Goodness of Fit Indexes to Lack of Measurement Invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. 2007. Vol. 14(3). P. 464–504. <https://doi.org/10.1080/10705510701301834>
- Essel G., Owusu P. Causes of Students' Stress, Its Effects on Their Academic Success, and Stress Management by Students. *Seinäjoe ammattikorkeakoulu*, 2017. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201704134793>
- Farina L., dos Reis Rodrigues G., Fagundes N., Carafini T., Moreira L., Machado W., Hutz C. Development and Validity Evidences of the Job Demands and Resources Questionnaire. *Revista Avaliação Psicológica*. 2020. Vol. 19. P. 1–9. <https://doi.org/10.15689/ap.2020.1901.16297.01>
- Hair J., Hult T., Ringle C., Sarstedt M. A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM). *Sage Publications*, 2016. 390 p.
- Hu L., Bentler P. M. Cutoff Criteria for Fit Indexes in Covariance Structure Analysis: Conventional Criteria Versus New Alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*. 1999. Vol. 6(1). P. 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Karasek R., Brisson C., Kawakami N., Houtman I., Bongers P., Amick B. The Job Content Questionnaire (JCQ): An Instrument for Internationally Comparative Assessments of Psychosocial Job Characteristics. *Journal of Occupational Health Psychology*. 1998. Vol. 3. P. 322–355. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.3.4.322>
- Lequeurre J., Gillet N., Ragot C., Fouquereau E. Validation of a French Questionnaire to Measure Job Demands and Resources. *Revue internationale de psychologie sociale*. 2013. Vol. 26(4). P. 93–124. <https://shs.cairn.info/revue-internationale-de-psychologie-sociale-2013-4-page-93?lang=en>
- Lesener T., Pleiss L. S., Gusy B., Wolter C. The Study Demands-Resources Framework: An Empirical Introduction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17, № 14. P. 5183.
- Misra R., McKean M. College Students' Academic Stress and Its Relation to Their Anxiety, Time Management, and Leisure Satisfaction. *American Journal of Health Studies*. 2000. Vol. 16(1). P. 41–51.
- Mokgele K. R., Rothmann S. A Structural Model of Student Wellbeing. *South African Journal of Psychology*. 2014. Vol. 44. P. 514–527. <https://doi.org/10.1177/0081246314541589>
- Popov B., Jelić D., Dinić B., Milinković I. Measuring Job Demands and Resources: Validation of the New Job Characteristic Questionnaire (JCQ). *Psihologija*. 2024. Vol. 57. P. 14–14. <https://doi.org/10.2298/PSI221229014P>
- Salmela-Aro K., Tang X., Upadyaya K. Study Demands-Resources Model of Student Engagement and Burnout // In: The Role of Teacher Interpersonal Variables in Students' Academic Engagement, Achievement, and Motivation. 2022. P. 45–61. https://doi.org/10.1007/978-3-031-07853-8_4
- Schweizer K. Some Guidelines Concerning the Modeling of Traits and Abilities in Test Construction. *European Journal of Psychological Assessment*. 2010. Vol. 26(1). P. 1–2. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000001>
- Taris T., Schaufeli W. The Job Demands-Resources Model / Clarke S., Probst T. M., Guldenmund F., Passmore J. (Eds.). The Wiley Blackwell Handbook of the Psychology of Occupational Safety and Workplace Health. 1st ed. John Wiley & Sons, 2016.
- Van Zyl L. E., Shankland R., Klibert J., et al. The Study Demands and Resources Scale: Psychometric Properties, Longitudinal Invariance, and Criterion Validity. *Frontiers in Education*. 2024. Vol. 9. Article 1409099. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1409099>
- Wunsch K., Kasten N., Fuchs R. The Effect of Physical Activity on Sleep Quality, Well-Being, and Affect in Academic Stress Periods. *Nature and Science of Sleep*. 2017. Vol. 9. P. 117–126. <https://doi.org/10.2147/NSS.S132078>

V. OLEFIR (Valerii Olefir)

Doctor of Psychology, Associate Professor,

Head of the Department of General Psychology,

V. N. Karaz'in Kharkiv National University,

4, Svobody sq., Kharkiv, Ukraine

E-mail: vaolefir@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3552-3277>

S. KOTENKO (Svitlana Kotenko)

a forth-year PhD student at the Faculty of Psychology

V. N. Karaz'in Kharkiv National University

4, Svobody sq., Kharkiv, Ukraine

E-mail: light.kotenko@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-0234-5021>

PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE EDUCATIONAL STUDY DEMANDS QUESTIONNAIRE

The aim of the study was to create a psychometrically sound Ukrainian-language questionnaire of educational environment requirements. The development was based on a model of work and learning requirements and resources adapted to the student context: the Scale of

Learning Requirements and Resources by K. Mokgele and S. Rothman and the Questionnaire of Work Requirements and Resources by A. Baker. Based on the analysis of existing tools and theoretical provisions, an initial version of the questionnaire was formed, including three scales: academic load, clarity of requirements and adequacy of requirements. The study was conducted on a sample of 283 students of Ukrainian universities (quantitative ratio – 61.0% women, 39.0% men; Mage = 20, SD = 1.5). Statistical analyses were performed using R and RStudio software. The bruceR (Bao, 2023) and lavaan (Rosseel, 2012) packages were used to calculate descriptive statistics, assess reliability, conduct confirmatory factor analysis (CFA) and analyze measurement invariance. Statistical analysis, in particular confirmatory factor analysis, confirmed the three-factor structure of the questionnaire and its high reliability. The measured invariance of the questionnaire by gender was established: both men and women perceive the questionnaire items equally. The results obtained indicate the validity of the developed tool for assessing the requirements of the educational environment, which can be used in psychological research and educational practice.

Keywords: personal resources, students, requirements of the educational environment, positive personality functioning, adaptation, stress

References

- Bakker, A. B. (2014). The job demands—resources questionnaire. Erasmus University.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). Job demands—resources theory. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328. <https://doi.org/10.1108/02683940710733115>
- Bakker, A. B., Demerouti, E., Taris, T., Schaufeli, W., & Schreurs, P. (2003). A multigroup analysis of the job demands-resources model in four home care organizations. *International Journal of Stress Management*, 10, 16–38. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.10.1.16>
- Bakker, A. B., & Mostert, K. (2024). Study demands—resources theory: Understanding student well-being in higher education. *Educational Psychology Review*, 36. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09940-8>
- Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 14(3), 464–504. <https://doi.org/10.1080/10705510701301834>
- Essel, G., & Owusu, P. (2017). Causes of students' stress, its effects on their academic success, and stress management by students. *Seinäjoen ammattikorkeakoulu*. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201704134793>
- Farina, L., dos Reis Rodrigues, G., Fagundes, N., Carafini, T., Moreira, L., Machado, W., & Hutz, C. (2020). Development and validity evidences of the Job Demands and Resources Questionnaire. *Revista Avaliação Psicológica*, 19, 1–9. <https://doi.org/10.15689/ap.2020.1901.16297.01>
- Hair, J., Hult, T., Ringle, C., & Sarstedt, M. (2016). A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM). Sage Publications.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Karasek, R., Brisson, C., Kawakami, N., Houtman, I., Bongers, P., & Amick, B. (1998). The Job Content Questionnaire (JCQ): An instrument for internationally comparative assessments of psychosocial job characteristics. *Journal of Occupational Health Psychology*, 3, 322–355. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.3.4.322>
- Lequeurre, J., Gillet, N., Ragot, C., & Fouquereau, E. (2013). Validation of a French questionnaire to measure job demands and resources. *Revue internationale de psychologie sociale*, 26(4), 93–124. <https://shs.cairn.info/revue-internationale-de-psychologie-sociale-2013-4-page-93?lang=en>
- Lesener, T., Pleiss, L. S., Gusy, B., & Wolter, C. (2020). The Study Demands-Resources Framework: An empirical introduction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 5183.
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1), 41–51.
- Mokgele, K. R., & Rothmann, S. (2014). A structural model of student wellbeing. *South African Journal of Psychology*, 44, 514–527. <https://doi.org/10.1177/0081246314541589>
- Popov, B., Jelić, D., Dinić, B., & Milinković, I. (2024). Measuring job demands and resources: Validation of the new Job Characteristic Questionnaire (JCQ). *Psihologija*, 57, 14–14. <https://doi.org/10.2298/PSI221229014P>
- Salmela-Aro, K., Tang, X., & Upadaya, K. (2022). Study Demands-Resources Model of student engagement and burnout. In *The Role of Teacher Interpersonal Variables in Students' Academic Engagement, Achievement, and Motivation* (pp. 45–61). https://doi.org/10.1007/978-3-031-07853-8_4
- Schweizer, K. (2010). Some guidelines concerning the modeling of traits and abilities in test construction. *European Journal of Psychological Assessment*, 26(1), 1–2. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000001>
- Taris, T., & Schaufeli, W. (2016). *The Job Demands-Resources Model*. In S. Clarke, T. M. Probst, F. Guldenmund, & J. Passmore (Eds.), *The Wiley Blackwell handbook of the psychology of occupational safety and workplace health* (1st ed.). John Wiley & Sons.
- Van Zyl, L. E., Shankland, R., Klibert, J., et al. (2024). The Study Demands and Resources Scale: Psychometric properties, longitudinal invariance, and criterion validity. *Frontiers in Education*, 9, Article 1409099. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1409099>
- Wunsch, K., Kasten, N., & Fuchs, R. (2017). The effect of physical activity on sleep quality, well-being, and affect in academic stress periods. *Nature and Science of Sleep*, 9, 117–126. <https://doi.org/10.2147/NSS.S132078>

Додаток 1

Опитувальник вимог освітнього середовища

Інструкція. Нас цікавить, як Ви ставитеся до наступних тверджень. Уважно прочитайте кожне твердження. Вкажіть, як Ви ставитеся до кожного твердження.

Обведіть цифру «1», якщо Ви повністю не згодні з твердженням.

Обведіть цифру «2», якщо Ви скоріше не згодні.

Обведіть цифру «3», якщо Ви нейтрально ставитеся до цього питання.

Обведіть цифру «4», якщо Ви скоріше згодні, ніж ні.

Обведіть цифру «5», якщо Ви повністю згодні.

	повністю не згоден	скоріше не згоден	десь посередині	скоріше згоден	повністю згоден
1. Я відчуваю, що мені дають надто багато завдань.	1	2	3	4	5
2. Я добре розумію, чого очікують від мене мої викладачі.	1	2	3	4	5
3. У процесі навчання я отримую ті завдання, з якими здатний успішно впоратися.	1	2	3	4	5
4. Через велику кількість завдань мені доводиться витрачати на них більше часу, ніж хотілося б.	1	2	3	4	5
5. Вимоги викладачів до змісту чи оформлення завдань бувають неясні. *	1	2	3	4	5
6. Багато навчальних завдань дуже складні для мене. *	1	2	3	4	5
7. Через те, що завдання накопичуються мое учбове навантаження буває нерегулярним.	1	2	3	4	5
8. Я точно знаю, в чому полягають мої навчальні обов'язки.	1	2	3	4	5
9. Для виконання навчальних завдань мені не потрібне освоєння додаткових знань та навичок.	1	2	3	4	5

Обробка даних.

Навчальне навантаження: 1, 4, 7.

Ясність вимог: 2, 5*, 8.

Адекватність вимог: 3, 6*, 9.

* — зворотній підрахунок (6 - сирій бал).

Стаття надійшла до редакції 18.03.2025 (The article was received by the editors 18.03.2025)

Стаття рекомендована до друку 15.05.2025 (The article is recommended for printing 15.05.2025)

ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ І ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-12

UDC 159.923.2:171.023.34 :331.54

О.В. ВОЙТЕНКО (Олена Василівна Войтенко)

*кандидат психологічних наук, доцент,**докторант кафедри психології**Державного торговельно-економічного університету,**Київ, 19, м. Київ, Україна**helenmail73@ukr.net**<https://orcid.org/0000-0002-9407-4574>*ДИСПОЗИЦІЙНІ ПРЕДИКТОРИ ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В КОНТЕКСТІ
МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОЇ МОДЕЛІ

Різні аспекти професійного благополуччя в основному пояснюються організаційними факторами, тому сьогодні залишаються недостатньо вивченими диспозиційні чинники, що сприяють благополуччю працівника у професійному контексті. Метою цього дослідження була емпірична перевірка наявності та характеру зв'язку між індивідуально-психологічними властивостями працівників та їх професійним благополуччям у контексті мотиваційно-ціннісної моделі. Відповідно до мети цього дослідження було застосовано метод поперечного зрізу з використанням Шкали задоволеності роботою (JSS) Спектора, Утрехтської шкали залученості до роботи (UWES) Шауфелі та Беккера, Бергенської шкали трудоголізму (BWAS) Андреассена та ін., Короткої шкали самооцінки Розенберга (B-RSES), короткої форми загальної шкали самооефективності. (GSE-6) Шварцера та Єрусалима, Шкали автентичності (AS) Вуда та ін., Короткої шкали внутрішньо-зовнішнього локусу контролю-4 (IE-4) Ковальової. Учасниками опитування стали 167 викладачів вищої школи України. Статистичний аналіз містив аналіз кореляцій, дисперсійний аналіз, порівняльний аналіз груп за t-критерієм Ст'юдента. За результатами дослідження підтверджено прогностичні можливості диспозиційних чинників у передбаченні професійного благополуччя, зокрема показників залученості у робочі процеси, самооцінки, самооефективності, внутрішнього локусу контролю, а також негативний вплив одного з показників автентичності – самовідчуження. У межах мотиваційно-ціннісної моделі професійного благополуччя цей результат є цінним підтвердженням важливості для професійного благополуччя здатності працівника успішно контролювати професійне середовище та впливати на нього; впевненості у своїх можливостях і хорошого знання себе та розуміння власних переживань, пов'язаних з роботою, що, в сукупності, дає більше шансів для реалізації власних прагнень.

Ключові слова: професійне благополуччя особистості, залученість, трудоголізм, самооцінка, самооефективність, локус контролю

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Интерес дослідників до проблеми професійного благополуччя особистості постійно зростає в зв'язку зі змінами в організаційному середовищі та на ринку праці, а також зі зростанням впливу психологічних чинників на здоров'я й ефективність роботи працівників. Враховуючи, що професійне благополуччя позитивно корелює з робочою продуктивністю працівників (Chang, 2024), забезпечення благополуччя на робочому місці стає першим пріоритетом в управлінні людськими ресурсами. Вивчення чинників, що впливають на професійне благополуччя, надає можливість розробити стратегії та методи підвищення його рівня у працівників. Як показав попередній аналіз, різні аспекти професійного благополуччя в основному пояснюються організаційними факторами (Voitenko, 2025), тому сьогодні залишаються недостатньо вивченими диспозиційні чинники, що сприяють благополуччю працівника у професійному контексті. Певні індивідуальні властивості можуть підвищувати особисту здатність до ефективних дій, мати значення в реалізації цілей, а також пояснюють, чому одні люди досягають кращих результатів, ніж інші. Однак наразі не існує

теоретичної моделі, яка розкривала би вплив конкретних індивідуальних властивостей особистості на рівень професійного благополуччя. Автори часто розходяться в інтерпретації отриманих даних, розглядаючи, наприклад, особистісні властивості (рисні самоактуалізованої особистості, систему відношення до себе та світу, смислової сфери особистості), з одного боку, як детермінанти високого рівня благополуччя (Karskanova, 2011), а з іншого – як результат його досягнення (Glavinska et al., 2020). Найвні розбіжності вказують на перспективи подальших досліджень психологічного механізму професійного благополуччя, а також чинників його внутрішньої детермінації.

Мотиваційно-ціннісна модель професійного благополуччя

Емпірична верифікація розробленої нами моделі професійного благополуччя показала, що воно пов'язане безпосередньо з процесом виконання професійної діяльності в певному організаційному середовищі і включає оцінку цього середовища працівниками (Voitenko et al., 2024). Професійне благополуччя розглядається нами як інтегрований стан, що формується у зв'язку з тим, наскільки у професійній діяльності реалізовано потреби особистості, з

Як цитувати: Войтенко, О. (2025). Диспозиційні предиктори професійного благополуччя в контексті мотиваційно-ціннісної моделі. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 85-94. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-12>

In cites: Voitenko, O. (2025). Dispositional Predictors of Professional Well-Being in the Context of the Motivational-Value Model. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 85-94. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-12> (in Ukrainian)

© Войтенко, О. 2025; CC BY 4.0 license

урахуванням індивідуальних цінностей і смислів. Кожен працівник переживає професійне благополуччя в контексті особистісних прагнень і можливості їх реалізації у професійній діяльності. Тобто люди задоволені професійною діяльністю тією мірою, наскільки задоволені їхні потреби, в першу чергу. Але, одних потреб не достатньо для щастя на роботі. Нами встановлено, що диференційована оцінка різних аспектів професійної діяльності функціонує через посередництво ціннісно-сислової системи особистості, яка є чинником, що впливає на цілепокладання, планування, контроль, регулює і частково детермінує мотивацію. Зниження задоволеності певними аспектами професійної діяльності виникає у відповідь на невідповідність можливостей людини її прагненням і призводить до їх переосмислення, переоцінки цінностей. В результаті ці аспекти набувають додаткової цінності та підвищують мотивацію людини на додаткові зусилля з їх реалізації, або ці аспекти втрачають цінність, що веде до постановки нової більш досяжної мети. Такий підхід дозволяє розкрити логіку формування благополуччя особистості у професійному контексті. З цих міркувань необхідний пошук чинників, що сприяють реалізації потреб і цінностей особистості.

Індивідуально-психологічні чинники професійного благополуччя

Проведене нами емпіричне дослідження підтвердило, що основними детермінантами професійного благополуччя є особисті прагнення працівників і можливість їх реалізації в професійній діяльності (Voitenko et al., 2024). Всі інші чинники впливають на рівень благополуччя працівника в тій мірі, в якій вони сприяють або заважають реалізації основних детермінант: потреб, цілей і цінностей.

Попередній теоретичний аналіз (Войтенко, 2024) дозволив встановити, що потенційними диспозиційними прогнозуючими чинниками професійного благополуччя є автентичне функціонування особистості, яке представляє собою здатність людини діяти відповідно до справжнього Я, власних думок, переконань і почуттів (Reis et al., 2016). Визначення власних ціннісних пріоритетів, життєвих намірів, шляхів успіху в певній сфері діяльності дозволяє проаналізувати та удосконалити на цій основі свою професійну діяльність, а отже може сприяти збереженню професійного благополуччя.

До потенційних предикторів професійного благополуччя можна віднести два протилежних ставлення до роботи: залученість як позитивний тип напруженої праці, який характеризується позитивними емоціями і задоволеністю роботою (Лисиця, Войтович, 2017); і трудоголізм як негативний тип старанної роботи, який характеризується надмірними зусиллями та негативними емоціями (Онопченко, 2020). Поведінкова залученість дозволяє активно просуватись до самостійно поставлених і суспільно цінних цілей, сприяє особистій ідентифікації та контактам людини з іншими для взаємної соціальної вигоди. Трудоголізм може бути суттєвим фактором впливу на благополуччя (з точки зору стресу, поганої концентрації, почуття експлуатації), особливо в контексті бюрократичного навантаження,

що обтяжує працівників, адже, у відповідь на потребу відчувати себе ефективним і обізнаним, вони можуть працювати примусово та відчувати вагу надто великої кількості завдань і побоювання, що не здатні виконати важливі завдання (Pase et al., 2019). Врахування того, що індивідуальне ставлення працівників до роботи є наслідком дії внутрішніх спонукальних чинників (потреби, інтереси, цінності) і факторів організаційного середовища, в сукупності, робить його потенційно впливовим чинником відносно професійного благополуччя.

Серед чинників, що сприяють професійному благополуччю, виявлено змінні, які включають характерні переконання людей про ступінь, у якому вони можуть контролювати важливі події їх професійного життя, а саме локус вольового зусилля (локус контролю) (Sindu, 2021), позитивну самооцінку та самоефективність (Batsulyeva, & Hresko, 2019). Визначені фактори також можна концептуалізувати як допоміжні ресурси для реалізації бажаного у професійній діяльності. Локус вольового зусилля розглядається як важливий елемент системи саморегуляції особистості, який визначає її здатність долати складні ситуації, забезпечуючи таким чином саморозвиток і можливість самореалізації (Sindu, 2021), що дозволяє нам очікувати наявності зв'язку між типом локалізації контролю вольового зусилля особистості та показниками її професійного благополуччя. Узагальнення виявлених даних дозволяє припустити, що визначені індивідуальні властивості є одними з кращих диспозиційних предикторів професійного благополуччя з точки зору їх здатності впливати на реалізацію бажаного.

Отже, згідно з мотиваційно-ціннісною моделлю професійного благополуччя, різні змінні впливають на благополуччя працівників, якщо вони впливають на здатність людини до реалізації своїх прагнень. Зокрема, позитивна самооцінка, підвищена віра у здатність контролювати події у своєму оточенні, відношення до роботи, а також схильність пов'язувати одержані результати з власними навичками можуть сприяти підвищенню професійного благополуччя. Наше дослідження дозволило зробити внесок у загальну теорію професійного благополуччя завдяки емпіричній перевірці теоретичних пояснень того, як особистісні властивості впливають на благополуччя працівника. Програму дослідження побудовано на основі низки гіпотез:

H1: Рівень професійного благополуччя позитивно пов'язаний з показниками залученості

H2: Високий рівень трудоголізму асоціюється з низьким рівнем професійного благополуччя

H3: Професійне благополуччя пов'язане з показниками автентичності

H4: Між професійним благополуччям і внутрішніми особистісними ресурсами існує позитивний взаємозв'язок

Таким чином, **метою** цього дослідження стала емпірична перевірка наявності та характеру зв'язку між індивідуально-психологічними властивостями працівників та їх професійним благополуччям у контексті мотиваційно-ціннісної моделі.

Методи дослідження. Мету цього дослідження було реалізовано за допомогою методу поперечного зрізу з використанням наступних шкал.

Для діагностики рівня залученості академічних працівників у робочі процеси було застосовано Утрехтську шкалу залученості в роботу В. Шауфелі та А. Беккера (UWES) (Schaufeli & Bakker, 2004). Шкала складається з 17 пунктів, що дозволяють оцінити три ключові показники залученості: енергійність, відданість і заглибленість. Досліджуванам пропонується оцінити наведені твердження за семибальною шкалою від 0 – «ніколи» до 6 – «постійно». Авторами представлено численні результати психометричного аналізу шкали (UWES), які підтверджують її достовірність і надійність.

Бергенська шкала трудового вигорання (Bergen Work Addiction Scale (BWAS) (Andreassen et al., 2012) була застосована для вимірювання трудового вигорання. Шкала складається з семи пунктів, які відповідають компонентам залежності від роботи. Респондентам пропонується оцінити запропоновані твердження за п'ятибальною шкалою: від 1 балу – «ніколи» до 5 балів – «завжди». Автори шкали наводять переконливі докази її хороших психометричних властивостей (Andreassen et al., 2012).

Для діагностики самооцінки було застосовано коротку версію Шкали самооцінки М. Розенберга (Brief Rosenberg Self-Esteem Scale (B-RSES) (Monteiro et al., 2022). Шкала складається з п'яти пунктів. Автори скороченої версії наводять достатньо доказів її високих психометричних властивостей (Monteiro et al., 2022). Це вказує на можливість використання B-RSES в дослідженнях, що потребують швидкої оцінки, або використання кількох шкал.

Сприймана самоефективність вимірювалась за допомогою короткої форми Загальної шкали самоефективності (GSE-6) Schwarzer and Jerusalem (Romppel et al., 2013). Шкала базується на вірі в здатність людини поратися зі складними завданнями в багатьох сферах і є надійним інструментом для оцінки цієї здатності. В науковій літературі є достатньо підтверджень високого рівня психометричних властивостей шкали (Romppel et al., 2013; Brünge, Spyra, 2018). Шкала GSE-6 містить шість із початкових десяти пунктів, які оцінюються за чотирибальною шкалою: від 1 – «абсолютно невірно» до 4 – «абсолютно вірно». Використання скороченої форми надає можливість економічної оцінки загальної самоефективності у великих багатофакторних дослідженнях і скринінгу.

Для діагностики автентичності було використано Шкалу автентичності (AS), розроблену Алексом Вудом та його колегами (Wood et al., 2008). Шкала містить 12 пунктів, об'єднаних у три субшкали по 4 пункти в кожній: «Автентичний спосіб життя», «Прийняття

зовнішнього впливу» і «Самовідчуження». Респондентам пропонується дати суб'єктивну оцінку, наскільки кожен пункт характеризує їх особисто: від 1 – «зовсім не схоже на мене» до 7 – «дуже схоже на мене». Якість психометричних властивостей Шкали автентичності перевірено та підтверджено кількома дослідниками з різних країн (Wood et al., 2008; Grijak, 2017), що в сукупності з лаконічною формою та зручністю у використанні робить цей діагностичний інструмент затребуваним у сучасних наукових дослідженнях.

Для оцінки контролю вольового зусилля було застосовано Коротку шкалу внутрішнього-зовнішнього локусу контролю (The Internal-External Locus of Control Short Scale-4 (IE-4) (Kovaleva, 2012). IE-4 представляє собою ультракоротку шкалу для виміру внутрішнього та зовнішнього локусу контролю, що складається з чотирьох пунктів, по два на кожний вимір локусу контролю. Відповіді на питання оцінюються за п'ятибальною шкалою від 1 – «абсолютно не згоден» до 5 – «абсолютно згоден». IE-4 є високо економічною шкалою, зручною для використання у багатомірних дослідженнях. Є достатньо емпіричних підтверджень об'єктивності, надійності та валідності шкали в різних країнах (Kovaleva, 2012; Nießen et al., 2022; Fekih-Romdhane et al., 2023).

Для оцінки професійного благополуччя був використаний **Опитувальник задоволеності роботою** (Job Satisfaction Survey, JSS) Пола Спектора (Spector, 2022). Шкала визначає відношення працівника до своєї роботи за 9 параметрами, а також дозволяє отримати оцінку загальної задоволеності своїм положенням в організації. Кожен аспект оцінюється по чотирьох пунктах, і по всіх пунктах вираховується загальна оцінка. Респондентам пропонується шість варіантів відповідей на кожен пункт у діапазоні від «повністю не згоден» до «повністю згоден».

З метою вибору статистичних критеріїв для опрацювання результатів дослідження, було здійснено перевірку отриманих даних на відповідність закону нормального розподілу за допомогою χ^2 -критерію Колмогорова-Смірнова. Отримані результати, а також наявність достатньо великої кількості респондентів у вибірці дали можливість використання параметричних критеріїв. У дослідження взяли участь 167 академічних працівників університетів, залучених на добровільній основі. Опитування було проведено онлайн за допомогою сервісу Google Forms. Найбільш важливі соціально-демографічні характеристики респондентів представлені у таблиці 1.

Таблиця 1. Загальна характеристика вибірки академічних працівників закладів вищої освіти (N=167) / General characteristics of the sample of academic staff of higher education institutions (N=167)

Вік	N	%	Стать	N	%	Статус	N	%
25-35	26	15,6	Чол.	48	28,7	Керівник підрозділу	6	3,6
36-45	54	32,3				Викладач	26	15,6
46-55	48	28,7				Старший викладач	17	10,2
> 56	39	23,4				Доцент	95	56,9
			Жін.	119	71,3	Професор	23	13,8
Всього	167	100					167	100

Як видно за даними таблиці, у дослідженні представлені всі вікові категорії й академічні позиції респондентів, що є свідченням репрезентативності досліджуваної вибірки.

Для статистичної обробки даних було застосовано аналіз кореляцій, дисперсійний аналіз та порівняльний аналіз груп за допомогою за t-критерієм Ст'юдента. Сила та направленість зв'язку між змінними оцінювались параметричним лінійним коефіцієнтом кореляції r-Пірсона. Для характеристики спостережень було розраховано описову статистику (середнє арифметичне значення, стандартне відхилення, асиметрія, експес). Розрахунки проводилися в SPSS Statistics 23.0.

Результати. Для диференціювання досліджуваних та переходу від кількісних до якісних показників, було здійснено розподіл респондентів за трьома рівнями професійного благополуччя (високий, середній та

низький), на основі опитування за шкалою (JSS) Спектора. Оскільки у зазначеній шкалі автором визначено тільки середнє значення показників за субшкалами та загальною шкалою (для $n=3764$), можна здійснити поділ вибірки на групи з низьким, середнім та високим рівнями професійного благополуччя за критерієм відхилення значень від середньої величини на одне стандартне відхилення (δ), тобто середньому рівню буде відповідати значення $\mu \pm \delta$ (Moskalov, Lysenko, 2023). За методикою Спектора для академічних працівників зазначена норма $\mu=137,2 \pm 8,1$ (Спектор, 2025). Таким чином у нашому дослідженні низькому показнику професійного благополуччя буде відповідати значення 129 та менше балів, середньому 130-144 балів, високому – 145 та більше балів. Кількісно респонденти розподілялися за трьома рівнями наступним чином (табл. 2).

Таблиця 2. Описова статистика та кореляції між змінними дослідження ($N=167$)/Descriptive statistics and correlations between study variables ($N=167$)

Змінні	M	SD	S	K	Професійне благополуччя			
					Всього N=167	Низький рівень N=66	Середній рівень N=39	Високий рівень N=62
Професійне благополуччя	136,8	24,1	,127	-,440	1			
Енергійність	3,82	,878	-,003	,219	,539**	,413**	,187	,280*
Відданість	4,03	,995	-,055	-,367	,649**	,537**	,213	,380*
Заглибленість	3,98	,913	-,198	-,170	,500**	,213	-,097	,311*
Трудоголізм	2,59	2,00	,283	-,892	-,141*	-,185	,359*	-,172
Самооцінка	16,19	2,44	-,251	-,092	,406**	,068	,168	,459**
Самоефективність	17,44	2,83	-,498	1,49	,245**	,035	,190	,352*
Автентичний спосіб життя	23,26	3,36	-,850	,802	,122	,081	,025	,299*
Прийняття зовнішнього впливу	11,11	4,28	,192	-,541	-,020	-,003	-,042	-,028
Самовідчуження	13,77	3,07	,722	,353	-,218*	-,293*	-,169	,072
Локус внутрішній	6,40	1,78	-,220	,242	,257**	,124	-,249	,382*
Локус зовнішній	4,88	1,42	-,142	-,725	,132	,427**	,062	,188

Примітка: M – середнє значення; SD – стандартне відхилення; S – асиметрія; K – експес;

** – кореляція статистично значуща на рівні 0,001 (2-стороння)

* – кореляція статистично значуща на рівні 0,05 (2-стороння)

Для визначення індивідуально-психологічних відмінностей респондентів з різними рівнями професійного благополуччя застосовано дисперсійний

аналіз за методом Фішера. Статистика ANOVA вказує на відмінності груп за низкою показників (табл. 3).

Таблиця 3. Вплив індивідуально-психологічних властивостей на професійне благополуччя академічних працівників ($N=167$) / The influence of individual psychological characteristics on the professional well-being of academic staff ($N=167$)

Змінні		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Енергійність	Between Groups	27,424	2	13,712	22,408	,000
	Within Groups	100,356	164	,612		
	Total	127,779	166			
Відданість	Between Groups	50,450	2	25,225	36,381	,000
	Within Groups	113,708	164	,693		
	Total	164,158	166			
Заглибленість	Between Groups	29,271	2	14,635	22,035	,000
	Within Groups	108,927	164	,664		
	Total	138,197	166			
Трудоголізм	Between Groups	6,113	2	3,057	,759	,470
	Within Groups	660,198	164	4,026		
	Total	666,311	166			
Самооцінка	Between Groups	118,896	2	59,448	11,245	,000
	Within Groups	866,972	164	5,286		
	Total	985,868	166			
Самоефективність	Between Groups	67,157	2	33,579	4,364	,014
	Within Groups	1261,933	164	7,695		
	Total	1329,090	166			

Змінні		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Автентичний спосіб життя	Between Groups	10,574	2	5,287	,466	,628
	Within Groups	1861,354	164	11,350		
	Total	1871,928	166			
Прийняття зовнішнього впливу	Between Groups	92,174	2	46,087	2,563	,080
	Within Groups	2948,665	164	17,980		
	Total	3040,838	166			
Самовідчуження	Between Groups	82,475	2	41,237	4,553	,012
	Within Groups	1485,417	164	9,057		
	Total	1567,892	166			
Локус внутрішній	Between Groups	26,776	2	13,388	4,415	,014
	Within Groups	497,344	164	3,033		
	Total	524,120	166			
Локус зовнішній	Between Groups	,474	2	,237	,116	,891
	Within Groups	335,131	164	2,043		
	Total	335,605	166			

Дисперсійний аналіз (ANOVA) не виявив відмінностей у показниках трудоголізму ($F=,759$; $p>,05$), автентичного способу життя ($F=,466$; $p>,05$), прийняття зовнішнього впливу ($F=,466$; $p>,05$) та зовнішнього локусу контролю ($F=,116$; $p>,05$) відповідно до трьох рівнів професійного благополуччя працівників. Значення всіх інших показників дозволяють відхилити нульову гіпотезу (табл. 3).

З метою більш чіткого визначення зміни індивідуально-психологічних властивостей респондентів відповідно до рівня професійного благополуччя був проведений порівняльний аналіз двох протилежних груп із загальної вибірки. Першу групу

склали респонденти з високим рівнем професійного благополуччя ($n1=62$), у другу групу ($n2=66$) увійшли респонденти з низьким рівнем професійного благополуччя. Виключення із дослідження групи з середнім рівнем професійного благополуччя ($n3=39$) дозволяє більш чітко виокремити відмінності, оскільки середній рівень ніби «розмиває» результати. З метою якісного та повноцінного обрахунку результатів був використаний параметричний t-критерій Ст'юдента для незалежних вибірок. Обрахунки проводились за допомогою програмного пакету даних IBM SPSS Statistics 23.0. Тест Levene вказує на гомогенність дисперсії за всіма змінними (табл.4).

Таблиця 4. Відмінності індивідуально-психологічних властивостей працівників у групах з високим і низьким рівнем професійного благополуччя/Differences in individual psychological properties of employees in groups with high and low levels of professional well-being

Змінні	Levene's Test for Equality of Variances		t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
	F	Sig.						Lower	Upper
Енергійність	,097	,756	-6,414	126	,000	-,92498	,14422	-1,21038	-,63957
Відданість	,797	,374	-8,404	126	,000	-1,25582	,14944	-1,55155	-,96008
Заглибленість	1,083	,300	-6,404	126	,000	-,95593	,14926	-1,25131	-,66055
Трудоголізм	3,873	,051	1,197	126	,234	,433	,362	-,283	1,149
Самооцінка	,003	,957	-4,886	126	,000	-1,917	,392	-2,693	-1,141
Самоефективність	,894	,346	-2,564	126	,012	-1,243	,485	-2,202	-,283
Автентичний спосіб життя	4,649	,033	-,817	126	,415	-,475	,581	-1,624	,675
Прийняття зовнішнього впливу	3,109	,080	,095	126	,924	,077	,808	-1,522	1,675
Самовідчуження	1,116	,293	2,295	126	,023	1,283	,559	,177	2,388
Локус внутрішній	2,101	,150	-2,435	126	,016	-,783	,322	-1,419	-,147
Локус зовнішній	,617	,434	-,216	126	,829	-,057	,262	-,575	,462

Як видно за даними таблиці 4, t-тест не виявив статистично значущих відмінностей у показниках трудоголізму ($t=1,197$; $p>,05$), автентичного способу життя ($t=-,817$; $p>,001$), прийняття зовнішнього впливу ($t=,095$; $p>,05$) та зовнішнього локусу контролю ($t=-,216$; $p>,05$) в групах респондентів із низьким і високим рівнем професійного благополуччя. Інші показники демонструють суттєве зростання середнього значення при порівнянні груп із низьким і високим рівнями професійного благополуччя, а саме показники залученості працівників у робочі процеси: рівень енергійності (від $3,38\pm0,79$ до $4,30\pm0,4$), рівень відданості

(від $3,42\pm0,824$ до $4,67\pm0,87$), рівень заглибленості (від $3,53\pm0,89$ до $4,48\pm0,79$); оцінки внутрішніх особистісних ресурсів працівників: рівень самооцінки (від $15,21\pm2,36$ до $17,13\pm2,06$), рівень самоефективності (від $17,02\pm2,92$ до $18,26\pm2,54$) і внутрішній локус контролю (від $6,14\pm1,95$ до $6,92\pm1,66$). Показник автентичності – самовідчуження – навпаки суттєво знижується (від $14,62\pm3,36$ до $13,34\pm2,93$).

Обговорення. Кореляційний аналіз дозволив підтвердити припущення про наявність статистично значущих кореляцій між професійним благополуччям та показниками залученості працівників у роботу

(енергійністю, відданістю та заглибленістю) (табл. 2). Енергійність, яка демонструє «силу включеності» в роботу, має помітний позитивний зв'язок із професійним благополуччям ($r=,539$; $p<,001$), тобто високий рівень енергії, готовність працівника до докладання значних зусиль і наполегливість у подоланні труднощів, очевидно, сприяють досягненню бажаних результатів у роботі, а отже, пов'язані з високим рівнем професійного благополуччя. Відданість, або «ентузіазм», характеризується прихильністю до роботи та надає працівнику почуття значимості його праці, через що асоціюється з високим рівнем професійного благополуччя ($r=,649$; $p<,001$). Показник заглибленості у роботу («поглинання»), який описує ступінь концентрації та занурення в роботу, переживання щастя, також має помітну позитивну кореляцію з професійним благополуччям ($r=,500$; $p<,001$). Ці результати добре узгоджуються з попередніми дослідженнями, які показали, що залученість як наслідок внутрішніх спонукальних елементів, таких як потреби, інтереси, ціннісні орієнтири, сприяє успішній реалізації поставлених цілей, особистим досягненням працівників (Shuck, & Reio, 2013).

Протилежний тип наполегливої роботи, який вважається «поганим», – трудоголізм – не має значущих негативних кореляцій з професійним благополуччям, лише на рівні статистичної тенденції ($r=-,141$; $p<,0,1$), що дещо суперечить попереднім результатам, враховуючи, що трудоголізм пов'язаний із різноманітними негативними наслідками для працівників, такими як тривога і вигорання (Rosario-Hernández et al., 2024), конфлікт між роботою та сім'єю (Sania, Saadia, 2019), симптоми психічних розладів (Andreassen et al., 2016). Встановлено позитивну кореляцію трудоголізму з професійним благополуччям у групі респондентів із середнім рівнем професійного благополуччя ($r=,359$; $p<,05$). Виявлений зв'язок стає більш зрозумілим з урахуванням високої потреби трудоголіків проявити себе, пов'язаної з низькою самооцінкою (Mudrack, 2006). Почуваючись некомпетентним на роботі, трудоголік старанно працює, щоб відчувати себе більш компетентним, особливо якщо цей мотив має високий пріоритет у конкретної людини (Deci & Ryan, 2017). Але надмірна праця у відповідь на потребу відчувати себе ефективним і обізнаним не сприяє підвищенню рівня професійного благополуччя в таких працівників через побоювання не впоратися з важливими завданнями або тиск надто великої кількості завдань (Pace et al. 2019). Отже, індивідуальне ставлення до роботи може бути суттєвим фактором впливу на професійне благополуччя працівників.

Виявлено кореляції деяких показників автентичності з професійним благополуччям. Показник автентичного способу життя як прагнення бути собою, жити у відповідності до своїх цінностей і переконань (Reis et al., 2016), має позитивний статистично значущий зв'язок лише з високим рівнем професійного благополуччя ($r=,299$; $p<,05$). Показник прийняття зовнішнього впливу не корелює з професійним благополуччям. Відсутність зв'язку очевидно пояснюється тим, що прагнення людини робити те, чого від неї очікують інші, не сприяє реалізації її власних потреб і цінностей.

Показник самовідчуження негативно корелює з професійним благополуччям ($r=-,218$; $p<,05$), тобто чим гірше працівник знає самого себе та розуміє власні переживання, пов'язані з роботою, тим менше в нього шансів для задоволення власних потреб і, відповідно, досягнення професійного благополуччя.

Виявлено позитивні кореляції професійного благополуччя з внутрішніми особистими ресурсами працівників, зокрема із самооцінкою особистості ($r=,406$; $p<,001$), самоефективністю ($r=,245$; $p<,001$) та внутрішнім локусом контролю ($r=,257$; $p<,001$). Ці результати відповідають сучасним даним, які також указали на позитивний взаємозв'язок між самоефективністю та благополуччям на робочому місці (Singh et al., 2019), між високою самооцінкою та щастям на роботі (Singh, 2023), між сприйнятим локусом контролю та задоволеністю працівників роботою (Sindu, 2021). Самоефективність як впевненість людини в умінні досягти бажаних результатів, а також здійснювати контроль над певними аспектами робочого середовища (Thompson, 2021) сприяє реалізації поставлених цілей і задоволенню потреб працівників, а отже, їх професійному благополуччю. Внутрішній локус контролю, призводить до прийняття більш успішних рішень завдяки власній ініціативі та наполегливості праці, що дозволяє працівнику повністю реалізувати свій потенціал і, таким чином, задовольнити певні потреби. Люди з високою самооцінкою в більшій мірі схильні переслідувати самоузгоджені цілі, ніж люди з негативною самооцінкою (Sheldon, & Elliot, 1998), що забезпечує внутрішню мотивацію їх досягнення, тобто працівники виконують роботу з автономних причин, що в результаті забезпечує більш високу продуктивність і задоволеність, а отже і професійне благополуччя. Зовнішній локус контролю корелює лише з низьким рівнем професійного благополуччя ($r=-,427$; $p<,001$), що, очевидно пов'язано з переконанням працівників у тому, що результати їх активності залежать від неконтрольованих ними факторів, і з відповідною цим переконанням пасивною поведінкою в контексті реалізації власних цілей.

Порівняння груп респондентів із низьким і високим рівнем професійного благополуччя виявило суттєве зростання середнього значення за всіма показниками залученості працівників у робочі процеси: рівень енергійності, рівень відданості, рівень заглибленості. Ці результати підтверджують прогнозуючі можливості залученості у передбаченні професійного благополуччя. Враховуючи, що залученість сприяє кращому використанню особистих ресурсів і самоактуалізації (Ferreira et al., 2020), в межах мотиваційно-ціннісної моделі професійного благополуччя цей показник може вважатись впливовим чинником відносно збереження професійного благополуччя та профілактики його порушень.

Порівняння груп респондентів із низьким і високим рівнем професійного благополуччя виявило також суттєве зростання середнього значення за оцінками внутрішніх особистісних ресурсів працівників: самооцінки, самоефективності і внутрішнього локусу контролю. Показник автентичності – самовідчуження – навпаки суттєво знижується. Одержані результати добре

узгоджуються з попередніми напрацюваннями (Batsulyeva, & Hresko, 2019; Birp et al., 2019; Sekerdej, Szwed, 2021; Reis et al., 2016).) і в межах мотиваційно-ціннісної моделі професійного благополуччя є цінними підтвердженнями важливості для професійного благополуччя здатності працівника успішно контролювати оточуюче середовище та впливати на нього; впевненості у своїх можливостях і хорошого знання себе та розуміння власних переживань, пов'язаних з роботою, що, в сукупності, дає більше шансів для реалізації власних прагнень.

Висновки. За результатами дослідження встановлено, що індивідуальне ставлення працівника до роботи може бути суттєвим фактором впливу на його професійне благополуччя. Підтверджено позитивний взаємозв'язок професійного благополуччя з показниками залученості працівників у робочі процеси. Високий рівень енергії, готовність працівника до докладання значних зусиль, наполегливість у подоланні труднощів і заглибленість у роботу сприяють досягненню бажаних результатів у роботі; відданість надає працівнику почуття значимості його праці, через що ці показники асоціюються з високим рівнем професійного благополуччя. Виявлено позитивний зв'язок трудоголізму з середнім рівнем професійного благополуччя. Старання праця допомагає трудовікам задовольнити потребу у компетентності і, відповідно, почуватись благополучними, але надмірна праця у відповідь на цю потребу ж не сприяє підвищенню рівня професійного благополуччя у таких працівників, про що свідчить відсутність зв'язку трудоголізму з високим рівнем професійного благополуччя. Підтверджено припущення про зв'язки професійного благополуччя з показниками автентичності: автентичний спосіб життя позитивно корелює з високим рівнем професійного благополуччя; показник прийняття зовнішнього впливу не має кореляцій з професійним благополуччям; показник самовідчуження негативно корелює з професійним благополуччям і, зокрема, має негативну кореляцію з низьким рівнем професійного благополуччя. Таким чином, розуміння себе, власних переживань, пов'язаних із роботою, прагнення жити відповідно до своїх цінностей і переконань чітко асоціюється з професійним благополуччям. Підтверджено чіткий однозначний позитивний взаємозв'язок внутрішніх особистісних ресурсів працівника, зокрема самооцінки, самоефективності та внутрішнього локусу контролю з високим рівнем професійного благополуччя.

Порівняння груп респондентів із низьким і високим рівнями професійного благополуччя не виявив статистично значущих відмінностей у показниках трудоголізму, автентичного способу життя, прийняття зовнішнього впливу та зовнішнього локусу контролю. Підтверджено прогностичні можливості диспозиційних чинників у передбаченні професійного благополуччя, зокрема показників залученості у робочі процеси, самооцінки, самоефективності, внутрішнього локусу контролю, а також негативний вплив одного з показників автентичності – самовідчуження. У межах мотиваційно-ціннісної моделі професійного благополуччя цей результат є цінним підтвердженням

важливості для професійного благополуччя здатності працівника успішно контролювати професійне середовище та впливати на нього; впевненості у своїх можливостях і хорошого знання себе та розуміння власних переживань, пов'язаних з роботою, що, в сукупності, дає більше шансів для реалізації власних прагнень.

Враховуючи, що професійне благополуччя є важливою умовою ефективної роботи працівників, наш внесок у вивчення цієї проблеми набуває важливого практичного значення. Виявлені нами взаємозв'язки між досліджуваними змінними та професійним благополуччям доповнюють існуючий обсяг знань про психологічні детермінанти професійного благополуччя працівників і відкривають перспективи ефективної профілактики його порушень. Однак, не зважаючи на певний академічний внесок, наше дослідження має певні обмеження. Опитування респондентів у режимі онлайн зробило неможливим контроль добровільності їх участі, що могло привести до формальних відповідей і вплинути на узагальнені результати. Наші подальші дослідження будуть спрямовані на пошук шляхів психологічного забезпечення професійного благополуччя академічного персоналу.

Список використаних джерел

- Бей Г.В. Управління розвитком персоналу як метод забезпечення високого рівня залученості працівників. *Modern Economics*. 2018. № 8. С. 6–14. <https://modecon.mnau.edu.ua>
- Войченко О.В. Фактори внутрішньої детермінації професійного благополуччя особистості. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. 2024. №1. С.23-27. <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.4>
- Карсканова С. Фахове зростання та психологічне благополуччя: емпіричне дослідження. Матеріали третьої Міжнародної науково-практичної конференції «Культурно-історичний та соціально-психологічний потенціал особистості в умовах трансформаційних змін у суспільстві» 16-17 вересня 2011 року, м. Одеса, Одеса: Принтмастер, 2011. С 59-66.
- Лисиця Н.М., Войтович Н.Г. Залученість персоналу підприємства у процес формування соціально-трудових відносин. *Східна Європа: економіка, бізнес та управління*. 2017. Вип. 1(06). С. 106–113. https://www.easterneurope-bm.in.ua/journal/6_2017/21.pdf
- Москальов І.О., Луценко Д.П. Застосування методів математичної статистики у психолого-педагогічних дослідженнях: навчальний посібник. Київ: НУОУ, 2023. 187 с.
- Онопченко І. В. Трудоголізм як модератор взаємозв'язку між особистісними дисфункційними схемами та психологічним благополуччям вчителів. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2020. № 11. С. 17–21
- Andreassen C. S., Griffiths M. D., Hetland J., & Pallesen S. Development of a work addiction scale. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2012. V. 53(3). P. 265–272. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2012.00947.x>
- Andreassen C. S., Griffiths M. D., Sinha R., Hetland J., & Pallesen S. The Relationships between Workaholism and Symptoms of Psychiatric Disorders: A Large-Scale Cross-Sectional Study. *PLoS one*. 2016. V. 11(5). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0152978>
- Batsulyeva O., & Hresko I. Positive self-concept as a resource of a person's psychological health. *Psychological journal*. 2019. V. 5(11), P. 73–89. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.11.5>

- Bipp T., Kleingeld A., Ebert T. Core self-evaluations as a personal resource at work for motivation and health. *Personality and Individual Differences*. 2019. V. 151. 109556. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109556>
- Brünger M., Spyra K. Validation of the short-form Generalized Self-Efficacy scale (GSE-6) in rehabilitation, *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique*. 2018. V. 66(5), S417. <https://doi.org/10.1016/j.respe.2018.05.492>
- Chang R. The Impact of Employees' Health and Well-being on Job Performance. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*. 2024. V. 29. P. 372-378. <https://doi.org/10.54097/9ft7db35>
- Fekih-Romdhane F., Hallit R., Malaeb D. & Hallit S. Psychometric Properties of the Arabic versions of the 3-item General Self-Efficacy Short Scale-3 (GSE-3), and the Internal-External Locus of Control Short Scale-4 (IE-4). 2023. URL: <https://www.researchgate.net>
- Ferreira P., Gabriel C., Faria S., & Sousa Pereira M. What if Employees Brought Their Life to Work? The Relation of Life Satisfaction and Work Engagement. *Sustainability*. 2020. V. 12(7). P. 27-43. <https://doi.org/10.3390/su12072743>
- Glavinska O., Ovdienko I., Brukhovetska O., Chausova T., Didenko M. Professional Self-Realization as a Factor in the Psychological Well-Being of Specialists of Caring Professions. *Journal of Intellectual Disability-Diagnosis and Treatment*. 2020. V. 8(3). P. 548-559. <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2020.08.03.32>
- Grijak D. Psychometric evaluation of the Authenticity Scale on the sample of students in Serbia. *Psilogija*. 2017. V. 50(1). P. 85-99. <https://doi.org/10.2298/PSI160504001G>
- Kovaleva A. (2012). The IE-4: Construction and Validation of a Short Scale for the Assessment of Locus of Control. (GESIS-Schriftenreihe, 9). Köln: GESIS - Leibniz-Institut für Sozialwissenschaften. URL: <https://doi.org/10.21241/ssoar.37119>
- Monteiro R. P., Coelho G. L. de H., Hanel P. H.P., Gomes da S. The Efficient Assessment of Self-Esteem: Proposing the Brief Rosenberg Self-Esteem Scale. *Applied Research in Quality of Life*. 2022. V. 17 (2). P. 931-947. <https://doi.org/10.1007/s11482-021-09936-4>
- Mudrack P.E. Understanding workaholism: The case of behavioral tendencies. / R.J. Burke (Ed.), *Research companion to working time and work addiction*. Cheltenham: Edward Elgar. 2006. P. 108-128
- Nießen D., Schmidt I., Groskurth K., Rammstedt B., Lechner CM. The Internal-External Locus of Control Short Scale-4 (IE-4): A comprehensive validation of the English-language adaptation. *PLoS ONE*. 2022. V. 17(7): e0271289. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271289>
- Pace F., D'Urso G., Zappulla C. Pace U. The relation between workload and personal well-being among university professors. *Current Psychology*. 2019. V. 11. P. 1-8. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00294-x>
- Reis G., Trullen J. & Story J. Perceived organizational culture and engagement: the mediating role of authenticity. *Journal of Managerial Psychology*. 2016. V. 31(6). P. 1091-1105. <https://doi.org/10.1108/JMP-05-2015-0178>
- Rommel M., Herrmann-Lingen C., Wachter R., & Grande G. A short form of the General Self-Efficacy Scale (GSE-6): Development, psychometric properties and validity in an intercultural non-clinical sample and a sample of patients at risk for heart failure. *Psycho-social medicine*. 2013. V. 10, Doc01. <https://doi.org/10.3205/psm000091>
- Rosario-Hernández E., Millán L., Rodríguez B. & Martínez N. The Effects of workaholism on psychological well-being: *The mediating role of rumination*. 2024. URL: <https://www.researchgate.net/publication>
- Ryan R. Deci, E. Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness. Guilford Press, 2017. 756 p.
- Sania T., Saadia A. Workaholism as predictor of work-family conflict and mental well-being of public and private sector employees, *Pakistan Journal of Commerce and Social Sciences (PJCSS)*, 2019. Vol. 13, Iss. 2, P. 419-435. <https://www.econstor.eu/bitstream>
- Schaufeli W. & Bakker A. The Utrecht Work Engagement Scale. Preliminary Manual. 2004. URL: <https://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals>
- Sekerdej M., Szwed P. Perceived self-efficacy facilitates critical reflection on one's own group, *Personality and Individual Differences*. 2021. V. 168. 110302. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110302>
- Sheldon K.M., Elliot A.J. Not all personal goals are personal: Comparing autonomous and controlled reasons for goals as predictors of effort and attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1998. V. 24. P. 546 – 557. <https://doi.org/10.1177/0146167298245010>
- Shuck B. & Reio T. Employee Engagement and Well-Being. *Journal of Leadership & Organizational Studies*. 2013. V.21(1). P. 43-58. <https://doi.org/10.1177/1548051813494240>
- Sindu P. The impact of locus of control on workplace stress and job satisfaction: A pilot study on private-sector employees. *Current Research in Behavioral Sciences*. 2021. V. 2, 100026. <https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2021.100026>
- Singh R. Employee Happiness and Self Esteem: A Study of Private University Faculty Members. *Journal of the Oriental Institute*. 2023. Vol. 72. Issue 02(4). P. 1135-1143
- Singh S., Pradhan R., Panigrahy NP & Jena L. (2019). Self-efficacy and workplace well-being: Moderating role of sustainability practices. *Benchmarking An International Journal*. 2019. V. 26(6). P. 1692-1708. <https://www.researchgate.net>
- Spector P. Job Satisfaction Survey Norms, 2025. URL: <https://paulspector.com/assessments>
- Spector P. Job satisfaction: From Assessment to Intervention. New York City: Routledge, 2022. 166 p.
- Thompson S. C. The role of personal control in adaptive functioning. In C. R. Snyder, S. J. Lopez, L. M. Edwards, & S. C. Marques (Eds.), *The Oxford handbook of positive psychology* (3rd ed., pp. 368–378). Oxford University Press, 2021. 1032 p.
- Voitenko E., Pustovalov I., Staryk V., Lapchenko I., Hordiienko N. Organizational culture and professional well-being: The mediating role of value congruence. *Interacción Y Perspectiva*. 2025. V. 15(2), P. 394-410. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15079874>
- Voitenko E., Zazymko O., Myronets S., Staryk V., & Kushnirenko, K. The mediating role of values in the relationship between needs and professional well-being of university academic staff. *International Journal of Organizational Leadership*, 2024. V. 13(1), P. 102-116. <https://doi.org/10.33844/ijol.2024.60401>
- Wood A. M., Linley P. A., Maltby J., Baliousis M., & Joseph S. The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, V.55(3), P. 385–399. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.55.3.385>

O. Voitenko (Olena Voitenko)
 PhD (Psychology), Associate Professor,
 Doctoral Student of the Department of Psychology,
 State University of Trade and Economics, 19, Kyoto str., Kyiv, Ukraine
 E-mail: belenmail73@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0002-9407-4574>

DISPOSITIONAL PREDICTORS OF PROFESSIONAL WELL-BEING IN THE CONTEXT OF THE MOTIVATIONAL-VALUE MODEL

Various aspects of professional well-being are mainly explained by organizational factors, therefore, dispositional factors that contribute to employee well-being in a professional context remain insufficiently studied today. The purpose of this study is to empirically verify the presence and nature of the relationship between the individual psychological properties of employees and their professional well-being in the context of the motivational and value model. In accordance with the purpose of this study, a cross-sectional method was applied using the Job Satisfaction Scale (JSS) by Spector, the Utrecht Work Engagement Scale (UWES) by Schaufeli and Becker, the Bergen Work Addiction Scale (BWAS) by Andreassen et al., the Brief Rosenberg Self-Esteem Scale (B-RSES), the short form of the General Self-Efficacy Scale (GSE-6) by Schwarzer and Jerusalem, the Authenticity Scale (AS) by Wood et al., and the Internal-External Locus of Control Short Scale-4 (IE-4) by Kovaleva. The survey participants were 167 Ukrainian higher education teachers. Statistical analysis included correlation analysis, analysis of variance, and comparative analysis of groups using Student's t-test. The results of the study confirmed the predictive capabilities of dispositional factors in predicting professional well-being, in particular indicators of engagement in work processes, self-esteem, self-efficacy, internal locus of control, as well as the negative impact of one of the authenticity indicators - self-empowerment. Within the motivational and value model of professional well-being, this result is a valuable confirmation of the professional well-being importance in an employee's ability to successfully control and influence the professional environment; confidence in abilities and good knowledge of himself and understanding of own work-related experiences, which, in aggregate, provides more chances for own aspirations realization.

Key words: *professional well-being of the individual, engagement, workaholism, self-esteem, self-efficacy, locus of control*

References

- Bei, H.V. (2018). Personnel development management as a method of ensuring a high level of employee engagement. *Modern Economics*, 8, 6-14. (In Ukrainian) <https://modecon.mnau.edu.ua>
- Voitenko, O.V. (2024). Factors of internal determination of professional well-being of an individual. *Slobozhanskyi naukovyi visnyk. Seriya: Psykholohiia*, 1, 23-27. <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.4> (in Ukrainian)
- Karskanova, S. (2011). Professional growth and psychological well-being: an empirical study. Materials of the Third International Scientific and Practical Conference "Cultural-historical and socio-psychological potential of personality in the conditions of transformational changes in society". Odesa, Odesa, Pryntmaster, P. 59-66. (In Ukrainian)
- Lysytsia, N.M., Voitovych, N.H. (2017). Involvement of the company's personnel in the process of forming social and labor relations. *Skhidna Yevropa: ekonomika, biznes ta upravlinnia*, 1(06), 106-113 (In Ukrainian) https://www.easterneurope-bm.in.ua/journal/6_2017/21.pdf
- Moskalov, I.O., Lysenko, D.P. (2023). Application of mathematical statistics methods in psychological and pedagogical research: a textbook. Kyiv : NUOU (In Ukrainian)
- Onopchenko, I. V. (2020). Workaholism as a moderator of the relationship between personal dysfunctional schemas and psychological well-being of teachers. *Scientific notes of the National University "Ostroh Academy". Series "Psychology"*, 11, 17–21. (In Ukrainian)
- Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Hetland, J., & Pallesen, S. (2012). Development of a work addiction scale. *Scandinavian Journal of Psychology*, 53(3), 265–272. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2012.00947.x>
- Andreassen, C. S., Griffiths, M. D., Sinha, R., Hetland, J., & Pallesen, S. (2016). The Relationships between Workaholism and Symptoms of Psychiatric Disorders: A Large-Scale Cross-Sectional Study. *PLoS one*, 11(5), e0152978. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0152978>
- Batsylyeva, O., & Hresko, I. (2019). Positive self-concept as a resource of a person's psychological health. *Psychological journal*, 5(11), 73–89. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.11.5>
- Bipp, T., Kleingeld, A., Ebert, T. (2019). Core self-evaluations as a personal resource at work for motivation and health, *Personality and Individual Differences*, 151, 109556, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109556>
- Brünger, M., Spyra, K. (2018). Validation of the short-form Generalized Self-Efficacy scale (GSE-6) in rehabilitation. *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique*, 66(5), S417. <https://doi.org/10.1016/j.respe.2018.05.492>
- Chang, R. (2024). The Impact of Employees' Health and Well-being on Job Performance. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 29, 372-378. <https://doi.org/10.54097/9ff7db35>
- Fekih-Romdhane, F. & Hallit, R. & Malaeb, D. & Dabbous, M. & Sakr, F. & El Khatib, S. & Sawma, T. & Obeid, S. & Hallit, S. (2023). Psychometric Properties of the Arabic versions of the 3-item General Self-Efficacy Short Scale-3 (GSE-3), and the Internal-External Locus of Control Short Scale-4 (IE-4). Retrieved from <https://www.researchgate.net>
- Ferreira, P., Gabriel, C., Faria, S., Rodrigues, P., & Sousa Pereira, M. (2020). What if Employees Brought Their Life to Work? The Relation of Life Satisfaction and Work Engagement Sustainability, 12(7), 2743. <https://doi.org/10.3390/su12072743>
- Glavinska, O., Ovdienko, I., Brukhovetska, O., Chausova, T., Didenko, M. (2020). Professional Self-Realization as a Factor in the Psychological Well-Being of Specialists of Caring Professions. *Journal of Intellectual Disability-Diagnosis and Treatment*, 8(3), 548-559. <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2020.08.03.32>
- Grijak, D. (2017). Psychometric evaluation of the Authenticity Scale on the sample of students in Serbia. *Psihologji*, 50, 1-1. <https://doi.org/10.2298/PSI160504001G>
- Kovaleva, A. (2012). The IE-4: Construction and Validation of a Short Scale for the Assessment of Locus of Control. (GESIS-Schriftenreihe, 9). Köln: GESIS - Leibniz-Institut für Sozialwissenschaften. <https://doi.org/10.21241/ssar.37119>
- Monteiro, Renan P., Coelho, Gabriel L de H., Hanel, Paul HP, Medeiros, Emerson D., Gomes, da Silva, Phillip Dymond (2022) The Efficient Assessment of Self-Esteem: Proposing the Brief Rosenberg Self-Esteem Scale. *Applied Research in Quality of Life*, 17(2), 931-947. <https://doi.org/10.1007/s11482-021-09936-4>
- Mudrack, P.E. (2006). Understanding workaholism: The case of behavioral tendencies. / R.J. Burke (Ed.), Research companion to working time and work addiction. Cheltenham: Edward Elgar. P. 108-128
- Nießen, D, Schmidt, I, Groskurth, K, Rammstedt, B, Lechner, CM (2022). The Internal-External Locus of Control Short Scale-4 (IE-4): A comprehensive validation of the English-language adaptation. *PLoS ONE*, 17(7), e0271289. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271289>
- Pace, F., D'Urso G., Zappulla, C. Pace, U. (2019). The relation between workload and personal well-being among university professors. *Current Psychology*, 11, 1-8. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00294-x>

- Reis, G. & Trullen, J. & Story, J. (2016). Perceived organizational culture and engagement: the mediating role of authenticity. *Journal of Managerial Psychology*, 31(6), 1091-1105. <https://doi.org/10.1108/JMP-05-2015-0178>
- Romppel, M., Herrmann-Lingen, C., Wachter, R., Edelmann, F., Düngen, H. D., Pieske, B., & Grande, G. (2013). A short form of the General Self-Efficacy Scale (GSE-6): Development, psychometric properties and validity in an intercultural non-clinical sample and a sample of patients at risk for heart failure. *Psycho-social medicine*, 10, Doc01. <https://doi.org/10.3205/psm000091>
- Rosario-Hernández, E. & Millán, L. & Rodríguez, B. & Suarez, C. & Sánchez, F. & Arroyo, Y. & Santiago, M. & Colón, R. & Estrada, Y. & Pagán T., Orlando & Feliciano-Toro, B. & Cepeda, S. & Martínez, N.. (2024). The Effects of workaholism on psychological well-being: The mediating role of rumination. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication>
- Ryan, R. Deci, E. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Press, 2017.
- Sania, T., Saadia, A. (2019). Workaholism as predictor of work-family conflict and mental well-being of public and private sector employees, *Pakistan Journal of Commerce and Social Science*, 13(1), 419-435. <https://www.econstor.eu/bitstream>
- Schaufeli, W. & Bakker, A. (2004). The Utrecht Work Engagement Scale. Preliminary Manual. Retrieved from <https://www.wilmarschaufeli.nl>
- Sekerdej, M., Szwed, P. (2021). Perceived self-efficacy facilitates critical reflection on one's own group, *Personality and Individual Differences*, 168, 110302. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110302>.
- Sheldon, K.M., & Elliot, A.J. (1998). Not all personal goals are personal: Comparing autonomous and controlled reasons for goals as predictors of effort and attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 546 – 557. <https://doi.org/10.1177/0146167298245010>
- Shuck, B. & Reio, T. (2013). Employee Engagement and Well-Being. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 21(1), 43-58. <https://doi.org/10.1177/1548051813494240>
- Sindu, P. (2021). The impact of locus of control on workplace stress and job satisfaction: A pilot study on private-sector employees. *Current Research in Behavioral Sciences*. 2, 100026. <https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2021.100026>
- Singh, R. (2023). Employee Happiness and Self Esteem: A Study of Private University Faculty Members. *Journal of the Oriental Institute*, 72(02)(4), 1135-1143. <https://www.researchgate.net>
- Singh, S. & Pradhan, R. & Panigrahy, N P & Jena, L. (2019). Self-efficacy and workplace well-being: Moderating role of sustainability practices. *Benchmarking An International Journal*, 26(6), 1692-1708. <https://doi.org/10.1108/BIJ-07-2018-0219>
- Spector, P. (2025). Job Satisfaction Survey Norms. Retrieved from <https://paulspecter.com/assessments>
- Spector, P. (2022). Job satisfaction: From Assessment to Intervention. New York City: Routledge
- Thompson, S. C. (2021). *The role of personal control in adaptive functioning*. In C. R. Snyder, S. J. Lopez, L. M. Edwards, & S. C. Marques (Eds.), *The Oxford handbook of positive psychology* (3rd ed., pp. 368–378). Oxford University Press.
- Voitenko, E., Pustovalov, I., Saryk, V., Lapchenko, I., Hordiienko, N. (2025). Organizational culture and professional well-being: The mediating role of value congruence. *Interacción Y Perspectiva*, 15(2), 394-410. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15079874>
- Voitenko, E., Zazymko, O., Myronets, S., Saryk, V., & Kushnirenko, K. (2024). The mediating role of values in the relationship between needs and professional well-being of university academic staff. *International Journal of Organizational Leadership*, 13(1), 102-116. <https://doi.org/10.33844/ijol.2024.60401>
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M., & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the Authenticity Scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385–399. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.55.3.385>

Стаття надійшла до редакції 15.04.2025 (The article was received by the editors 15.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 02.06.2025 (The article is recommended for printing 02.06.2025)

ПАМ'ЯТІ ГРИГОРІЯ КУЗЬМИЧА СЕРЕДИ

У листопаді 2025 року наукова спільнота відзначає сторіччя з дня народження Григорія Кузьмича Середи — людини, чиє ім'я назавжди вписане в історію української психології. Для багатьох поколінь студентів і колег він залишився не лише Вчителем із великої літери, а й справжнім символом людської гідності та відданості своїй справі.

Життя Григорія Кузьмича було непростим і водночас сповненим глибокого сенсу. Народившись 25 листопада 1925 року в селі Велика Данилівка під Харковом, він ще змалку пізнав суворі реалії репресій: кілька членів його родини стали жертвами розкуркулення. Юнацькі роки перервала війна — у 16 років його примусово вивезли до Німеччини. Там він працював у лазареті, а згодом, за участь у спротиві, потрапив до концтабору. Звільнення прийшло лише у квітні 1945 року. Як згадував сам Середа, найтяжчими були післявоєнні роки — репатріантська біографія не сприяла ні роботі, ні освіті. І все ж він зумів здолати цей тягар: завершив вечірню школу, вступив до філологічного факультету Харківського державного університету й став учителем мови та літератури в Куп'янську.

Саме в тих шкільних стінах, серед теплих стосунків з учнями й колегами, визрів його глибинний інтерес до психології. Доля звела його з Петром Івановичем Зінченком — видатним ученим, який повірив у молодого Середу й допоміг йому вступити до аспірантури. Так розпочався його шлях у психологічній науці, яка стала справою життя.

Григорій Кузьмич зробив вагомий внесок у розвиток теорії пам'яті. Спираючись на ідеї свого наставника П.І. Зінченка, він поглибив розуміння мимовільного запам'ятовування й розкрив фундаментальну роль активної діяльності та мотивації у засвоєнні знань. Середа експериментально обґрунтував ідею єдиної природи короткочасного та довготривалого запам'ятовування та розробив принцип фільтра, який пояснює механізми мнемічного відбору залежно від наступних завдань і стратегій діяльності. Він підкреслював, що пам'ять — це не статичне збереження інформації, а гнучка система фільтрації та відбору, що діє відповідно до мотиваційної сфери людини.

Він першим обґрунтував ідею пам'яті як психологічного механізму системної організації досвіду, що спрямована не лише у минуле, а й у майбутнє. Його гіпотеза про футурогенну природу пам'яті стала знаковою для цілої школи вітчизняної психології.

У 1967 році він захистив кандидатську дисертацію «Мимовільне запам'ятовування та навчання», у 1969 очолив кафедру психології університету, а в 1987 отримав ступінь доктора психологічних наук. За своє життя він опублікував понад 90 наукових праць, серед яких розділ «Пам'ять» у фундаментальному підручнику з загальної психології (у співавторстві з П.І. Зінченком) та один із перших українських підручників з інженерної психології. Частина його робіт було перекладено англійською, що засвідчує міжнародне визнання його внеску.

Григорій Кузьмич був не лише видатним теоретиком, але й педагогом за покликанням. Студенти й аспіранти згадують його як людину, що ніколи не відмовляла у пораді й завжди вміла підтримати у найскладніші моменти. Його життєвий шлях, опалений війною й випробуваннями, ніколи не затьмарював його поваги до людини й віри у силу знання.

18 листопада 1995 року трагічна випадковість обірвала життя професора Григорія Середи всього за кілька днів до його 70-річчя. Але його спадщина живе й далі: у працях, у спогадах учнів, у традиції Харківської психологічної школи. Кожен, хто сьогодні говорить про роль дії та мотивації у запам'ятовуванні, хто розглядає пам'ять як живий і гнучкий механізм побудови особистості, свідомо чи ні спирається на ідеї Григорія Кузьмича Середи.

Минатимуть роки, змінюватимуться покоління дослідників і студентів. Та кожного разу, коли ми замислюємося, що пам'ять — це не лише відлуння минулого, а й дороговказ у майбутнє, ми вкотре віддаємо шану людині, яка навчила нас так бачити й так думати. Світла пам'ять Григорію Кузьмичу Середі — Учителю й Науковцю, чия справа продовжується в кожному з нас.

**Правила оформлення статей для фахового збірника
«Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія Психологія» (категорія Б)**

Вельмишановні автори!

Політику журналу на сучасному етапі зосереджено на необхідності підвищення академічного статусу завдяки новим вимогам до публікацій, що відповідають кращим міжнародним стандартам. При цьому мета такої політики спрямована на спрощення підготовки рукописів авторами та рецензування ревіюерами.

Основними напрямками профільності журналу залишається друк оригінальних (раніше не опублікованих) завершених наукових досліджень з різних галузей **психологічних наук**: теоретико-методологічних проблем психології, психофізіології, нейропсихології, психології особистості, соціальної психології, когнітивної психології, психології індивідуальних відмінностей, педагогічної психології, вікової психології, медичної психології, політичної психології, юридичної психології, організаційної психології, психології емоцій, історії психології, психології спорту.

Редакція приймає до друку виключно оригінальні, раніше неопубліковані матеріали, що не містять ознак плагіату (З вересня 2017 року згідно із Законом України "Про вищу освіту" не допускається використання даних, які було представлено у захищених дисертаційних дослідженнях). За умови наявності у роботі плагіату/самоплагіату повторно така стаття не розглядатиметься.

Переклад засобами онлайн-сервісів (типу Google Translate, Yandex перекладач, Prompt, тощо) є неприпустимим.

До редакції подаються паперова та електронна версії статті. Обсяг статті: від 10 (без урахування списків літератури та резюме) до 30 сторінок.

Електронна версія подається до редакції у форматах *.doc, або *.rtf, яку необхідно надіслати на адресу: psychology_series@karazin.ua. Шрифт Times New Roman, 14 кегль, через півтора інтервали. Поля: зверху – 2,5 см; знизу – 2,5 см; ліворуч – 2 см; праворуч – 2 см. Папір – А4.

В тексті статті забороняється використовувати об'єкти Word Art, автофігури, кольорові діаграми та графіки, кольорові фотографії. Усі схеми мають бути у форматі jpg. Ілюстрації та таблиці нумеруються арабськими цифрами та супроводжуються пояснювальними підписами, таблиці – тематичними назвами; на кожну ілюстрацію та таблицю потрібно посилатися в тексті публікації та зазначати їх порядковими номерами, наприклад: (рис.2), (табл.1). Підписи під рисунками у статтях, що опубліковані українською мовою необхідно надати також англійською мовою.

Увага! Просимо звернути увагу на те, що посилання у тексті оформлюються не як раніше (наприклад, [1], [2, с. 3]), а за АРА стилем: у круглих дужках прізвище автора - кома - рік видання роботи - (Іваненко, 2010). Якщо потрібно посилатися на декілька джерел, варто перелічувати їх через крапку з комою - (Іваненко, 2010; Петрова, 2007; Сидоров, 2015).

Структура статті:

1. Номер УДК.
2. Ініціали та прізвище (Ім'я та По батькові (повністю), Прізвище _____), наукова ступінь, вчене звання, посада, назва організації, повна поштова адреса організації. (курсив) (інформація розміщена ліворуч).
3. e-mail
4. ORCID
5. Назва статті (ВЕРХНІЙ РЕГІСТР). **Важливо! Назва роботи може містити не більше 10 слів, має розкривати сутність проблеми та бути цікавою широкому загалу науковців. Слід уникати скорочень.**
6. Анотація і ключові слова (курсив) мовою статті з такими обов'язковими елементами: актуальність проблеми, мета, методи та результати дослідження (від 500 знаків (без пробілів) та 5-10 ключових слів (через крапку)).
7. Текст статті, де присутні такі необхідні елементи:

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми / Introduction and the current state of the research problem (15% обсягу статті) постановка проблеми, її актуальність для теорії і практики.

Важливо у вступній частині чітко сформулювати понятійний апарат, щоб уникнути його неоднозначного трактування. У вступі також викладаються особливості сучасного стану дослідження проблеми. Окрім цього, редакція підтримує статті, в яких аналізуються результати досліджень наукових шкіл Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна з посиланням на них.

Мета / Aim.

Мета статті має чітко показувати предмет дослідження та бути конкретною (мета має бути одна!)__

Методи дослідження / Research methods (30% обсягу статті) (що можуть бути викладені в результатах дослідження).

Методи дослідження передбачають описання їх основного змісту, характеристик і показників, які вони фіксують, та одиниць вимірювання. **Увага!** Сюди також входить інформація щодо організації дослідження, якісних та кількісних характеристик вибірки тощо. Якщо Ви досліджуєте, наприклад, рівні сформованості певного явища, обов'язково тут необхідно подати його характеристику. Цей пункт має містити ВИЧЕРПНУ інформацію щодо процедури організації та проведення Вашого дослідження.

Результати / Research results (40% обсягу статті) (можуть мати як теоретичну, так й емпіричну частину).

Виклад основного матеріалу дослідження відповідно задач з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Опис емпіричних результатів повинен містити конкретні дані, що підтверджують статистичну достовірність отриманих результатів. Останні можуть бути представлені у вигляді таблиць, графіків, діаграм

(приймаються у чорно-білому кольорі; можна використовувати «штриховку» та «узори») з подальшою інтерпретацією. У статті має бути представлений кількісний та якісний аналіз літературних джерел із проблеми.

Обговорення / Discussion (10% обсягу статті).

Обов'язковим є пункт «Обговорення», де автор окрім детального інтерпретування та пояснення отриманих даних, має презентувати їх порівняльний аналіз з науковими результатами як вітчизняних, так і зарубіжних учених за схожою проблематикою з посиланням на них, обґрунтувати наукову цінність та напрями практичного використання отриманих результатів. Цей пункт обов'язково має містити обґрунтування наукової новизни отриманих даних.

Висновки / Conclusion (5% обсягу статті).

Висновки з дослідження, які стисло висвітлюють сутність отриманих результатів згідно з поставленими у роботі завданнями. **Важливо! У висновках не повинно бути даних, яких немає у змісті статті!**

8. Вказати внесок авторів у дослідження.
9. Вказати на відсутність конфлікту інтересів.
10. **Список використаних джерел** оформлюється відповідно до вимог «ДСТУ 8302:2015. Бібліографічне посилання» (за алфавітом: спочатку кирилиця, потім латиниця).
11. **References.** Література в романському алфавіті в APA стилі. Більш детальну інформацію можна знайти: American Psychological Association. (2010). Publication manual of the American Psychological Association (6th ed.). Washington D.C.: Author. (<https://apastyle.apa.org/style-grammar-guidelines/paper-format/professional-annotated.pdf>)

*імена, прізвища транслітеруються, назви статей та решта інформації перекладаються. При транслітерації слід дотримуватись вимог постанови Кабінету Міністрів України «Про впорядкування транслітерації українського алфавіту латиницею» від 27 січня 2010 р. №55.

Для транслітерації з української мови можна скористатися сервісом <http://ukrlit.org/transliteration> та з російської – <http://ru.translit.net/?account=mvd>

У списку використаної літератури рекомендується не більше 50% вітчизняних джерел, інші – зарубіжні виключно із BD Web of Science чи Scopus. При узагальненні літературних даних бажано посилатися на роботи, опубліковані протягом останніх 10 років. Перед тим, як формувати текст статті, автор аналізує кількісно та якісно роботи на момент написання статті є у WOS чи Scopus з проблеми, включаючи надання інформації про кількість джерел за кожним її типом (монографії, статті, тези тощо). Після цього робиться якісний аналіз джерел, на основі якого автор виділяє в тексті статті основні тенденції або напрями у пізнанні явища, що вивчається. Посилання на конкретних авторів в аналізі літератури допускається лише у випадку, якщо отримані ними дані суперечать точці зору автора статті або є основоположними для цього дослідження, по тексту – за умов цитування.

12. Інформація українською чи англійською мовою (відмінною від мови статті):

- ПІБ автора, інформація про автора (науковий ступінь, вчене звання, назва та адреса організації, в якій працює автор).
- Назва статті.
- Авторське резюме (актуальність, мета, методи, результати дослідження та висновки) обсягом від 1800 знаків і ключові слова.

Приклад оформлення статті для подання до фахового збірника «Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія Психологія»

DOI

УДК 159.9.072.432

I. I. ІВАНЕНКО (Іван Іванович Іваненко)

к. психол. н., доцент,

доцент кафедри прикладної психології,

Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна, пл. Свободи, 4, м. Харків, 61022, Україна.

e-mail

<https://orcid.org/>

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ВІДКРИТОСТІ ДОСВІДУ ТА СМИСЛОЖИТТЄВИХ ОРІЄНТАЦІЙ У СТУДЕНТІВ

У статті розглянуто поняття відкритості досвіду в рамках моделі Великої п'ятірки. і ... (продовження тексту анотації не менш, ніж 500 знаків(без пробілів)).

Ключові слова: *індивідуальний досвід, особистісний компонент індивідуального досвіду, відкритість досвіду, смисложиттєві орієнтації, студенти.*

В даний час інтерес _____ Продовження тексту публікації _____

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Перевозна Т. О., Харцій О. М. До питання дослідження особливостей системи значущих сфер життєдіяльності особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*. 2015. Вип. 58. С.33-36. <https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/5431/4976>
2. Ajzen I. The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 1991. Vol.50 (2). P. 179-211.

3. Dobewall H, Tark R, Aavik T. Health as a value and its association with health- related quality of life, mental health, physical health, and subjective well-being. *Applied Research In Quality Of Life*. 2018. Vol. 13(4). P.859-872. <https://doi.org/10.1007/s11482-017-9563-2>

I. IVANENKO (Ivan Ivanenko)

PhD (Psychology), Associate professor,

Associate Professor of Department of Applied Psychology,

V. N. Karaz'in Kharkiv National University, Svobody sq., 4, Kharkiv, 61022 Ukraine.

e-mail

<https://orcid.org/>

THE RELATIONSHIP OF OPENNESS OF EXPERIENCE AND LIFE-SENSE ORIENTATIONS OF STUDENTS

The article examines the concept of openness to experience within the framework of the Big Five model. The phenomenon of sense-orientation of the personality is analyzed; the role of openness of experience and ... (не менш, ніж 1800 знаків).

Keywords: *individual experience, personal component of individual experience, openness of experience, sense-life orientation, students.*

References

- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211.
- Dobewall, H., Tark, R., Aavik, T. (2018). Health as a value and its association with health- related quality of life, mental health, physical health, and subjective well-being. *Applied Research In Quality Of Life*, 13(4), 859-872. <https://doi.org/10.1007/s11482-017-9563-2>
- Perevozna, T.O., Khartsii, O.M. (2015). To the question of research of features of system of significant spheres of vital activity of the person. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho. universytetu imeni V. N. Karaz'ina. Seriya Psykholohiia*, 58, 33-36. <https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/5431/4976> [in Ukrainian].__

Наукове видання

**ВІСНИК
ХАРКІВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ
імені В.Н. Каразіна
Серія “Психологія”
Випуск 78**

Збірник наукових праць

Українською та англійською мовами

Комп'ютерне верстання: Гірник С.А.

Підписано до друку 30.06.2025 р. Формат 60х84/8.
Папір офсетний. Друк цифровий. Ум. друк. арк. 10,17. Обл-вид. арк. 13,47.
Наклад 50 пр. Зам. № 23/25. Ціна договірна.

Видавець і виготовлювач
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна.
61022, м. Харків, майдан Свободи, 4.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК №3367 від 13.01.2009.

Видавництво Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна