

ВІСНИК

Харківського національного університету
імені В.Н. Каразіна

СЕРІЯ “ПСИХОЛОГІЯ”

Випуск 80

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. Розглянуто проблеми особистості, когнітивної сфери, а також деякі питання медичної й соціальної психології, психодіагностики та психологічного консультування. Для науковців, аспірантів, популяризаторів.

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 02.07.2020 р. Категорія «Б»).

Затверджено до друку рішенням Вченої ради Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (протокол № 7 від 27.04.2026 р.).

Засновник «Вісника» — Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Харків, Україна. Рік заснування — 1967. Періодичність виходу — 2 номери на рік.

Редакційна колегія:

Валентина Миколаївна Павленко, (головний редактор), кандидатка психологічних наук, професорка, професорка кафедри прикладної психології, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Україна.

<https://orcid.org/0000-0003-4947-3995>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/R-7025-2018>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57210773184>

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

<https://orcid.org/0000-0001-8998-3370>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57221815505>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/AEH-4988-2022>

Ірина Володимирівна Кряж, докторка психологічних наук, доцентка, професорка кафедри прикладної психології, Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, Україна.

<https://orcid.org/0000-0002-9616-5891>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=15058989600>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/E-9588-2019>

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

<https://orcid.org/0000-0001-7897-3417>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=8121070600>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/FQM-0488-2022>

Наталя Володимирівна Акимова, доктор психологічних наук, Професор, професор кафедри соціальних та поведінкових наук, Херсонський державний аграрно-економічний університет, Україна

<https://orcid.org/0000-0001-9952-1153>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57215413363>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/JAX-6442-2023>

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

<https://orcid.org/0000-0001-7662-9938>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=60011837000>

<https://estimesh.webofscience.com/status?authorid=696116>

Анаїт Едуардівна Мелоян, кандидатка психологічних наук, професор, завідувачка кафедри психології, Донбаський державний педагогічний університет, Україна.

<https://orcid.org/0000-0001-7201-5453>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57216939173>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/H-4500-2018>

Лілія Володимирівна Черновська, докторка психологічних наук, завідувачка кафедри психології, ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», Україна.

<https://orcid.org/0000-0003-4636-5577>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=60002093700>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/AAC-8588-2022>

Лідія Заблоцка-Житка, PhD (психологія), Уповноважений ректора з міжнародної співпраці, Академія спеціальної освіти імені Марії Гжегожевської, Польща

<https://orcid.org/0000-0002-8667-7367>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57190977907>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/EGX-7380-2022>

Павло Ларіонов, доктор філософських наук (психологія), доцент, Університетський коледж професійної освіти, Вроцлав, Польща.

<https://orcid.org/0000-0002-4911-3984>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57219756104>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/AFE-3561-2022>

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

<https://orcid.org/0000-0003-4120-909X>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=12139851700>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/DXS-9397-2022>

Редакційний штат

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

<https://orcid.org/0000-0003-2977-5726>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=7801629390>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/N-7398-2018>

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 внутрішню та зовнішню рецензування

Ідентифікатор медіа у Ресетрі 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.

© Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна, оформлення, 2026

Ministry of Education and Science Ukraine

VISNYK

of V. N. Karazin
Kharkiv National University

SERIES PSYCHOLOGY

Issue 80

Founded 1967

Kharkiv – 2026

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 7 of 27.04.2025).

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:

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

<http://orcid.org/0000-0003-4947-3995>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/R-7025-2018>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57210773184>

Olexander Kocharian, Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Psychological Counseling and Psychotherapy, V.N. Karazin Kharkiv National University, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0001-8998-3370>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57221815505>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/AEH-4988-2022>

Iryna Kryazh, Doctor of Psychology, Associate Professor, Professor of Applied Psychology V.N. Karazin Kharkiv National University, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0002-9616-5891>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=15058989600>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/E-9588-2019>

Viktor Plokhikh, Doctor of Psychology, Professor of the Department of General Psychology V.N. Karazin Kharkiv National University, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0001-7897-3417>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=8121070600>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/FQM-0488-2022>

Nataliia Akimova, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Social and Behavioral Sciences, Kherson State Agrarian and Economic University, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0001-9952-1153>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57215413363>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/JAX-6442-2023>

Marat Kuznietsov, Doctor of Psychology, Department of Psychology, H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0001-7662-9938>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=60011837000>

<https://estimesh.webofscience.com/status?authorid=696116>

Anait Melloian, Candidate of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Psychology, Donbas State Pedagogical University, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0001-7201-5453>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57216939173>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/H-4500-2018>

Liliya Chernovska, Doctor of Psychological Sciences, Head of the Department of Psychology, Taras Shevchenko Luhansk National University, Ukraine.

<https://orcid.org/0000-0003-4636-5577>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=60002093700>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/AAC-8588-2022>

Lydia Zablocka-Zhitka, PhD (psychology), Honored Rector for International Studies, Maria Grzegorzewska Academy of Special Education, Poland

<https://orcid.org/0000-0002-8667-7367>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57190977907>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/EGX-7380-2022>

Paweł Larionow, Doctor of Philosophy (Psychology), Associate Professor, University College of Professional Education, Wrocław, Poland.

<https://orcid.org/0000-0002-4911-3984>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=57219756104>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/AFE-3561-2022>

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

<https://orcid.org/0000-0003-4120-909X>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=12139851700>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/DXS-9397-2022>

Editorial staff

Serhii 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.

<https://orcid.org/0000-0003-2977-5726>

<https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=7801629390>

<https://www.webofscience.com/wos/author/record/N-7398-2018>

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.

ЗМІСТ ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Павленко В. М., Чеченева С.Ф. ЧИННИКИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ БАТЬКІВ ДІТЕЙ ІЗ ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ 7-13

Перелигіна, А.А., Швалб, А.Ю., Латунова, К.Б. ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ: ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ АДАПТАЦІЇ 14-20

ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я ТА КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Гордієнко-Митрофанова І. В., Сухань В. ПО ТОЙ БІК РЕЗИЛЕНТНОСТІ ТА ТРАВМИ: СІМ ТРАЄКТОРІЙ ПОСТКРИЗОВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ КРИЗЬ ПРИЗМУ ТРАНСКУЛЬТУРАЛЬНОЇ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ 21-34

Кантарьова Н.В. ПСИХОАНАЛІТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ У СУЧАСНОМУ ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ 35-40

ЛЮДИНА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

Павленко О.В. ЕКОЛОГІЧНІСТЬ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН ДОРΟΣЛИХ В УМОВАХ ВІЙНИ 41-46

КОГНІТИВНА ПСИХОЛОГІЯ

Губін К.Г. ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ЗАБАРВЛЕННЯ ІЛЮСТРАЦІЙ У РЕКЛАМНОМУ ПОВІДОМЛЕННІ НА СТАВЛЕННЯ ДО ХУДОЖНЬОЇ КНИГИ ТА РЕКЛАМНОГО ПОВІДОМЛЕННЯ 47-55

Литвиненко О. О., Лянна Ю. КОГНІТИВНІ КОРЕЛЯНТИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДОРΟΣЛИХ: РОЛЬ ТВОРЧОГО МИСЛЕННЯ 56-63

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Яновська С.Г., Кошара Н.О., Люта А.П., Туренко Р.А., Якушева Є.М. ОБРАЗ ВЕТЕРАНА У СТАРІШОКЛАСНИКІВ З РІЗНИМ СТУПЕНЕМ ДОВІРИ ДО СВІТУ, ДО ІНШИХ ЛЮДЕЙ ТА ДО СЕБЕ 64-71

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ

Ронжес, О.Є., Луценко О.А. ОПТИМІЗАЦІЯ СТРАТЕГІЙ ЦИФРОВОГО НАВЧАННЯ ДОРΟΣЛИХ В УМОВАХ ІНТЕНСИВНОЇ ЦИФРОВІЗАЦІЇ СУСПІЛЬСТВА 72-81

Севост'янов П.О., Турко, Я.О., Фрідман О.А., Нарожна Т.К. ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ІЗ СОЦІАЛЬНО ВРАЗЛИВИХ СІМЕЙ В КОНТЕКСТІ ПРОЯВУ ЇХНІХ БАЗОВИХ ЕМОЦІЙ 82-90

МЕТОДИ ТА МЕТОДИКИ

Акімова Н.В. ДІАГНОСТИКА ОЗНАК ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ ЗА ДОПОМОГОЮ МАЛЮНКА 91-98

Коркос Я. О. КРИТИЧНИЙ ОГЛЯД ПСИХОМЕТРИЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ПРОЄКТИВНИХ МЕТОДИК НА ПРИКЛАДІ ТЕСТУ ЛЮШЕРА ТА ТЕСТУ СОНДІ 99-110

Кряж І.В., Логвіненко І.М. УКРАЇНОМОВНА АДАПТАЦІЯ ОПИТУВАЛЬНИКА ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ ТРИВОГИ (ЕАQ) ДЛЯ ПІДЛІТКІВ 111-118

Милославська О.В., Фурсова К.С. АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ШКАЛИ МОРАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ 119-124

ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ І ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Ярхо О.С. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ПОНЯТТЯ «МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЖУРНАЛІСТА» В КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ 125-131

CONTENT**PERSONALITY PSYCHOLOGY**

Pavlenko V., Chechenyeva S. STRESS RESILIENCE FACTORS IN CHILDREN'S WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS PARENTS 7-13

Perelygina, L., Shvalb, A., Latunova, K. PERSONALITY EMOTIONAL WELL-BEING UNDER UNCERTAINTY CONDITIONS: ADAPTATION PSYCHOLOGICAL RESOURCES 14-20

PSYCHOLOGY OF HEALTH AND CLINICAL PSYCHOLOGY

Gordienko-Mitrofanova I. V., Sukhan V. BEYOND RESILIENCE AND TRAUMA: SEVEN POST-CRISIS IDENTITY TRAJECTORIES THROUGH THE TRANSCULTURAL POSITIVE PSYCHOTHERAPY LENS 21-34

Kantarova N. PSYCHOANALYTICAL UNCERTAINTY UNDERSTANDING IN CONTEMPORARY PSYCHOLOGICAL COUNSELING 35-40

A PERSON IN EXTREME CONDITIONS

Pavlenko O. INTERPERSONAL RELATIONSHIPS ECOLOGICAL QUALITY IN ADULTS AT WARTIME 41-46

COGNITIVE PSYCHOLOGY

Hubin K. THE ILLUSTRATIONS EMOTIONAL COLORING INFLUENCE IN ADVERTISING MESSAGES ON ATTITUDES TOWARD A FICTION BOOK AND THE ADVERTISING MESSAGE 47-55

Lytvynenko O., Lyanna Ju. EMOTIONAL INTELLIGENCE COGNITIVE CORRELATES IN ADULTS: CREATIVE THINKING ROLE 56-63

SOCIAL PSYCHOLOGY

Yanovskaya S., Koshara N., Luta L., Turenko R., Yakusheva Ye. A VETERAN IMAGE AMONG SENIOR GRADE STUDENTS WITH VARIOUS DEGREES OF TRUST IN THE WORLD, IN OTHER PEOPLE, AND IN THEMSELVES 64-71

DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

Ronzhes O., Lutsenko O. OPTIMISING ADULT DIGITAL LEARNING STRATEGIES IN AN INTENSIVELY DIGITALISING SOCIETY 72-81

Sevostianov P., Turko Ya., Fridman O., Narozhna T. LEARNING MOTIVATION FEATURES IN SOCIALLY VULNERABLE FAMILIES ADOLESCENTS IN THEIR BASIC EMOTIONS CONTEXT 82-90

METHODS AND TECHNIQUES

Akimova N. TRAUMATIC STRESS DISORDER SIGNS DIAGNOSING USING A DRAWING 91-98

Korkos Ya. CRITICAL REVIEW OF PSYCHOMETRIC PROJECTIVE TECHNIQUES PROPERTIES: THE LÜSCHER COLOR AND THE SZONDI TEST CASES 99-110

Kryazh I., Logvinenko I. UKRAINIAN EXISTENTIAL ANXIETY QUESTIONNAIRE (EAQ) ADAPTATION FOR ADOLESCENTS 111-118

Myloslavska O., Fursova K. THE MORAL INTELLIGENCE SCALE: UKRAINIAN LANGUAGE VERSION ADAPTATION 119-124

PSYCHOLOGY OF LABOUR AND PROFESSIONAL ACTIVITY

Yarkho O. PSYCHOLOGICAL CONTENT OF "JOURNALIST MENTAL HEALTH" CONCEPT IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY CONTEXT 125-131

ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

УДК 159.944.4:316.362.1-055.52-055.62-056.36
DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-01

В. М. ПАВЛЕНКО (Валентина Миколаївна Павленко)

кандидат психологічних наук, професорка
професорка кафедри прикладної психології
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна,
Майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
E-mail: vnp49@ukr.net
<https://orcid.org/0000-0003-4947-3995>

С.Ф. ЧЕЧЕНЄВА (Чеченева Світлана Феліксівна)

магістерка психології
м. Харків, Україна
E-mail: chechenyeva@gmail.com

ЧИННИКИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ БАТЬКІВ ДІТЕЙ ІЗ ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ

У статті представлено результати дослідження стресостійкості батьків дітей з ООП та особливостей емоційного інтелекту і сприйняття соціальної підтримки учасників вибірки. Проаналізовано сучасні наукові підходи до розуміння емоційного інтелекту, стресостійкості та соціальної підтримки як ресурсів психологічного благополуччя. На основі емпіричного дослідження, проведеного серед 52 батьків дітей з особливими освітніми потребами, визначено рівень стресостійкості, особливості сприйняття стресу, рівень розвитку основних компонентів емоційного інтелекту та роль соціальної підтримки. Підтверджено зворотній зв'язок між рівнем стресостійкості та рівнем сприйнятого стресу респондентів. Доведено, що значущими чинниками стресостійкості батьків дітей із особливими освітніми потребами є емоційний інтелект та сприйняття соціальної підтримки. Встановлено вагомий сумісний вплив рівня емоційного інтелекту та соціальної підтримки на рівень стресостійкості. Результати дослідження можуть бути використані у практиці психологічного консультування та розробці програм підтримки батьків дітей із особливими освітніми потребами.

Ключові слова: емоційний інтелект, стресостійкість, соціальна підтримка, батьки дітей із особливими освітніми потребами, психологічне благополуччя

Постановка проблеми. Сучасні соціальні та освітні трансформації зумовлюють зростання уваги до проблеми інклюзії та забезпечення рівних можливостей для дітей із особливими освітніми потребами. Водночас психологічний стан батьків, які відіграють ключову роль у забезпеченні розвитку, навчання та соціалізації таких дітей, часто залишається поза фокусом наукових і практичних програм підтримки. Батьки дітей із особливими освітніми потребами перебувають в умовах хронічного психоемоційного напруження, пов'язаного з підвищеним рівнем батьківського навантаження, необхідністю постійного догляду, складнощами взаємодії з освітніми та медичними закладами, а також соціальною ізоляцією.

Актуальність дослідження проблеми стресостійкості батьків дітей із особливими освітніми потребами зумовлена як психологічними, так і соціальними чинниками. За даними аналітичних матеріалів UNICEF (2025), станом на кінець 2023 року в Україні зареєстровано понад 230 000 дітей з інвалідністю. Зростання кількості дітей із особливими потребами актуалізує питання психологічного благополуччя їхніх

батьків, які тривалий час перебувають в умовах підвищеного емоційного, фізичного та соціального навантаження.

На тлі воєнних подій та загальної соціальної нестабільності в Україні ці чинники значно посилюють ризики розвитку психологічного виснаження та зниження стресостійкості батьків. У цьому контексті зростає науковий інтерес до внутрішніх психологічних ресурсів, здатних підвищити адаптивний потенціал особистості.

Аналіз сучасних досліджень та публікацій. У сучасній психологічній науці стресостійкість розглядається як важлива характеристика особистості, що забезпечує збереження психоемоційної рівноваги, працездатності та адаптивних можливостей в умовах підвищеного або тривалого стресу (Литвинчук, 2024).

Поняття стресостійкості тісно пов'язане з категорією стресу, який у психології трактується як неспецифічна реакція організму на вимоги середовища. В.Л.Романюк (2022) виокремлює різні види стресу - від короточасного до критичного й хронічного, причому саме пролонгований стрес має найбільш негативний

Як цитувати: Павленко, В. М., Чеченева, С. Ф. (2026). Чинники стресостійкості батьків дітей із особливими освітніми потребами. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 7-13. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-01>

In cites: Pavlenko, V. M., Chechenyeva, S. F. (2026). Stress Resilience Factors in Children's with Special Educational Needs Parents. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 7-13. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-01> (in Ukrainian)

© Павленко, В. М., Чеченева, С. Ф. 2026; CC BY 4.0 license

вплив на психічне та фізичне здоров'я особистості. Хронічний стрес особливо характерний для ситуацій, пов'язаних із тривалим емоційним навантаженням і високим рівнем відповідальності, зокрема у батьків дітей із особливими освітніми потребами.

У психологічній літературі стресостійкість розглядається з кількох концептуальних позицій. У межах особистісного підходу вона трактується як інтегральна властивість, що формується в процесі життєвого досвіду та дозволяє особистості ефективно функціонувати в стресогенних умовах. Інший підхід акцентує увагу на її комплексному характері, підкреслюючи взаємодію емоційних, мотиваційних і когнітивних компонентів. У системному підході стресостійкість розглядається як динамічна багаторівнева характеристика, що поєднує внутрішні ресурси особистості та поведінкові стратегії адаптації (Ришко, 2013).

Важливе місце у вивченні стресостійкості посідає когнітивно-оцінювальний підхід. Згідно з положеннями Р. Лазаруса та ін. (1984), вирішальне значення має не стільки сам факт наявності стресора, скільки його суб'єктивна оцінка - сприйняття ситуації як загрозливої або такої, з якою людина здатна впоратися. Таким чином, індивідуальні психологічні ресурси й особистісні установки значною мірою визначають інтенсивність стресової реакції.

Вітчизняні дослідники підкреслюють, що стресостійкість формується у взаємодії внутрішніх і зовнішніх чинників. До внутрішніх ресурсів належать емоційні, когнітивні та мотиваційні характеристики, тоді як зовнішні ресурси пов'язані зі стратегіями соціальної адаптації та підтримки (Лісовська, Лісовський, Бортник, 2024). У цьому контексті стресостійкість розглядається як багатовимірне утворення, що не зводиться до окремих рис, а відображає цілісну здатність особистості до подолання стресових ситуацій.

Окремої уваги заслуговують дослідження стресостійкості в умовах тривалого соціального напруження. Зокрема, Н.Б. Литвинчук (2024) наголошує, що в ситуаціях хронічного стресу вирішального значення набувають суб'єктивні чинники - оцінка загрозливості ситуації, відчуття контролю та віра у власну спроможність адаптуватися. Подібної позиції дотримуються Т.С. Гурлева та Н.Ю. Журавльова (2022), які підкреслюють роль індивідуальної чутливості до стресових подій і значення таких особистісних характеристик, як внутрішня опора, оптимістичність і відповідальність за власне життя.

В контексті пошуку ресурсів стресостійкості та адаптації особистості до стресових життєвих обставин, проблематика емоційного інтелекту посідає важливе місце в сучасних психологічних дослідженнях. У класичній моделі Дж. Мейсера, П. Селовей та Д. Карузо емоційний інтелект визначається як сукупність когнітивно-емоційних здібностей, що забезпечують розпізнавання, розуміння та свідоме управління емоціями - як власними, так і емоціями інших людей (Басюк, 2022). У межах цієї концепції емоційний інтелект розглядається як функціональний ресурс, який безпосередньо впливає на ефективність поведінки в складних і напружених ситуаціях.

Інший підхід запропонований Р. Бар-Оном (2006), який інтерпретує емоційний інтелект як комплекс емоційних і соціальних компетентностей, що визначають здатність особистості адаптуватися до життєвих викликів і підтримувати психологічне благополуччя. У свою чергу, Д. Гоулман (2020) наголошує на прикладному значенні емоційного інтелекту, підкреслюючи його роль у регуляції міжособистісних взаємин, управлінні стресом і запобіганні емоційному виснаженню.

У вітчизняній психології емоційний інтелект досліджується передусім у зв'язку з його адаптивною та стресозахисною функціями. Зокрема, Е.А. Носенко та Н.В. Коврига (2003) характеризують його як важливий чинник психологічної стійкості особистості, здатний опосередковувати ефективність подолання тривалого стресу. У цьому контексті емоційний інтелект виступає внутрішнім ресурсом, що сприяє усвідомленню власних емоційних станів, регуляції афективних реакцій і вибору конструктивних стратегій копію.

Поряд із внутрішніми психологічними ресурсами важливу роль у формуванні стресостійкості відіграють зовнішні чинники, серед яких особливе місце посідає соціальна підтримка. У дослідженнях, присвячених батьківству дітей із особливими освітніми потребами, соціальна підтримка розглядається як буфер психологічного навантаження, що знижує ризики емоційного виснаження та підвищує суб'єктивне відчуття благополуччя. Залученість у соціальні взаємодії, збереження професійної активності, можливість відновлення ресурсів через спілкування та відпочинок позитивно впливають на психологічний стан батьків навіть в умовах тривалого стресу.

Окремо вивчено ряд досліджень, присвячених аналізу психологічних особливостей батьків дітей із особливими освітніми потребами. Емпіричні дані вказують на підвищений рівень стресу, тривожності та емоційного вигорання у цієї групи, а також на значний вплив рівня соціальної підтримки та процесу прийняття особливостей розвитку дитини на психологічний стан батьків. Н. Кушнір (2024) звертає увагу на специфічні психологічні стани, пов'язані з тривалим емоційним напруженням і внутрішніми суперечностями прийняття діагнозу дитини. А. Чопик (2022) розглядає формування батьківських позицій як складний адаптаційний процес, що безпосередньо впливає на емоційне благополуччя та стресостійкість, тоді як В. Шевчук (2021) підкреслює роль особистісних детермінант у подоланні стресових ситуацій батьками дітей з порушеннями розвитку.

Узагальнюючи результати сучасних наукових досліджень, механізм формування стресостійкості батьків дітей із особливими освітніми потребами можна розглядати як багаторівневий процес. На індивідуальному рівні емоційний інтелект забезпечує усвідомлення та регуляцію емоційних станів і сприяє вибору адаптивних стратегій подолання труднощів. На соціальному рівні підтримка з боку значущих інших створює додаткові ресурси для емоційної стабілізації та зменшення суб'єктивного відчуття виснаження. У поєднанні ці чинники формують основу психологічної стійкості, що дозволяє батькам зберігати рівновагу в умовах підвищеного навантаження та ефективніше

відновлюватися після стресових подій (Flores-Buils, Andrés-Roqueta, 2022).

Невирішені раніше аспекти проблеми. Попри значну кількість досліджень, присвячених стресостійкості та емоційному інтелекту, їх взаємозв'язок у контексті батьків дітей із особливими освітніми потребами залишається недостатньо вивченим. Обмежено представлені емпіричні дані щодо структурних компонентів емоційного інтелекту як ресурсів подолання хронічного стресу, а також щодо ролі соціальної підтримки як модератора цього зв'язку. Особливої уваги потребує вивчення зазначених чинників у сучасних умовах соціальної та воєнної нестабільності.

Метою статті є дослідження особливостей стресостійкості батьків дітей із особливими освітніми потребами та аналіз емоційного інтелекту і сприйняття

Таблиця 1. Описові статистики по показникам “Стресостійкість” та “Сприйнятий стрес”/ Table 1. Descriptive statistics for the “Stress Resilience” and “Perceived Stress” index

Показник/ Indicator	Мінімум/ Minimum	Максимум/ Maximum	Середнє значення/ Average
Стресостійкість/ Stress Resilience	4	40	25,96
Сприйнятий стрес/ Perceived Stress	6	35	22,17

Об'єм сприйнятого стресу за останній місяць учасниками вибірки виявлено на середньому рівні. Середнє значення показнику - 22 бали із 35 можливих за шкалою PSS-10. Отже, значна частина батьків дітей з ООП регулярно відчуває психологічне напруження, тривогу або втому.

Кореляційний аналіз між показниками стресостійкості та сприйнятого стресу засвідчив міцний зворотний взаємозв'язок (коефіцієнт кореляції Пірсона -0,650, рівень двосторонньої значущості 0,01). Отже, чим вищий рівень стресостійкості мають батьки дітей з ООП, тим нижчий рівень суб'єктивно пережитого стресу вони відчувають.

Проведено порівняльний аналіз рівня стресостійкості між групами батьків, які перебувають у шлюбі або стабільних партнерських відносинах, та батьків, які не мають постійних партнерських стосунків. Отримані результати засвідчили наявність статистично значущих відмінностей із тенденцією до вищих показників психологічної стійкості у батьків, які перебувають у шлюбі або партнерстві. Середнє значення показника стресостійкості за шкалою CD-RISC-10 у цій групі становить 28 балів із 40 можливих, що відповідає рівню вище середнього. Натомість у групі батьків, які не перебувають у шлюбі чи довготривалих партнерських відносинах, середній показник дорівнює 21 балу, що вказує на тенденцію до нижчого за середній рівня стресостійкості. Отримані дані підкреслюють значущу роль партнерських і сімейних відносин як ресурсу для подолання стресу у батьків дітей із особливими освітніми потребами.

Результатами емпіричного дослідження засвідчено, що в структурі емоційного інтелекту батьків дітей із особливими освітніми потребами переважають низькі показники його рівня. Так, понад половини учасників вибірки (57,7 %) мають низький рівень емоційного інтелекту, тоді як середній рівень за інтегративним показником виявлено у 36,5 % респондентів. Високі

соціальної підтримки як ключових психологічних чинників її формування.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емпіричне дослідження проведене із застосуванням шкали психологічної стійкості Коннора–Девідсона (CD-RISC-10), шкали сприйняття стресу (PSS-10), опитувальника емоційного інтелекту Н. Холла та шкали сприйняття соціальної підтримки (MOS-SSS) (Кокун, 2024; Вельдбрехт, Тавровецька, 2022; Журавльова, 2019; Мельник, Стаднік, 2023). Вибірку склали 52 батьки дітей із особливими освітніми потребами віком від 27 до 71 року.

Результати емпіричного дослідження засвідчують стресостійкість батьків дітей з ООП на помірному рівні, що характеризує наявність адаптаційних ресурсів за одночасно високого емоційного навантаження (табл. 1).

показники розвитку емоційного інтелекту зафіксовано лише у незначної частини опитаних (5,8 %). Отримані дані вказують на обмежену сформованість здатності батьків дітей із особливими освітніми потребами до усвідомлення емоційної складової міжособистісних взаємин і ефективного управління власними емоційними станами.

Проаналізовано розподіл рівнів емоційного інтелекту за його основними компонентами відповідно до результатів опитувальника Н. Холла. Як представлено на діаграмі «Розподіл по шкалах рівнів емоційного інтелекту батьків дітей з ООП» (рис.1), найбільша частка досліджуваних демонструє середній і високий рівні за шкалами емпатії та розпізнавання емоцій інших людей, що свідчить про виражену орієнтацію на емоційне переживання та чутливість до емоційного стану оточення. Водночас за шкалами управління власними емоціями та самомотивації переважає низький рівень показників, що вказує на недостатню сформованість навичок емоційної саморегуляції та внутрішньої підтримки. Отримані результати дозволяють зробити висновок про наявність дисбалансу в структурі емоційного інтелекту батьків дітей із особливими освітніми потребами: за умови добре розвиненої емпатійності та емоційної чутливості спостерігається тенденція до зниженої здатності до конструктивного управління власними емоціями. Така особливість може зумовлювати підвищений рівень психологічного напруження й сприяти розвитку емоційного виснаження в умовах тривалого батьківського навантаження.

Аналіз результатів дослідження сприйняття соціальної підтримки у батьків дітей із особливими освітніми потребами виявив, що загальний його рівень у вибірці є помірним (середнє значення - 41,86 бал за можливого діапазону від 5 до 72 балів). Це свідчить про наявність у респондентів соціальних ресурсів підтримки, однак їх обсяг не є достатнім, а розподіл за джерелами підтримки має виражену нерівномірність.



Рис. 1. Розподіл по шкалах рівнів емоційного інтелекту батьків дітей з ООП/ **Fig. 1.** Distribution of emotional intelligence levels of parents of children with special educational needs by scales

Аналіз середніх значень за субшкалами показав, що найвищі показники зафіксовано за шкалами сприйняття підтримки з боку близьких значущих осіб (ССП_близькі – 15,65 балів) та сім'ї (ССП_сім'я – 14,27 балів). Це свідчить про провідну роль найближчого соціального оточення у забезпеченні емоційної та практичної підтримки батьків дітей з ООП. Така тенденція є закономірною з урахуванням структури вибірки, оскільки 72% учасників дослідження перебувають у шлюбі або стабільних партнерських відносинах. Отримані результати узгоджуються з положеннями сучасних наукових досліджень, у яких наголошується, що саме родина та близьке оточення залишаються

першочерговими джерелами підтримки для батьків дітей із особливими освітніми потребами (Бужинецька, 2024; Файермен, 2022). Водночас найнижчі середні показники виявлено за шкалою сприйняття соціальної підтримки з боку друзів (ССП_друзі – 11,94 балів). Це може свідчити про обмеженість дружніх контактів та зниження залученості друзів у процес підтримки батьків дітей з ООП. Отримані результати узгоджуються з висновками низки наукових праць, у яких зазначається, що соціальні зв'язки таких батьків з часом звужуються переважно до родинного кола, тоді як дружні стосунки поступово втрачають свою підтримувальну функцію (рис.2) (Матохнюк, Максименко, 2023).

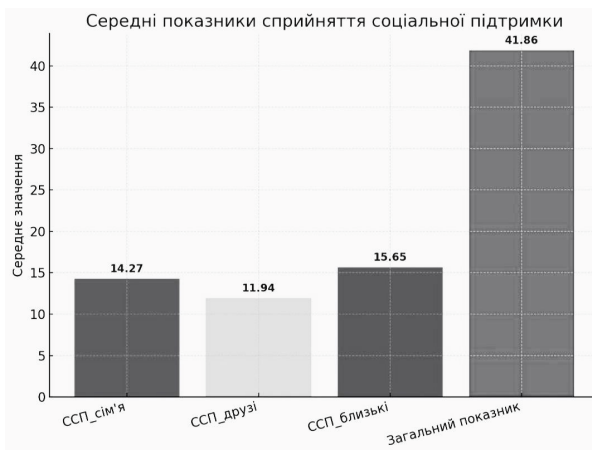


Рис. 2. Середні показники сприйняття соціальної підтримки/ **Fig. 2.** Average index of perception of social support

Кореляційний аналіз виявив статистично значущі зв'язки між показниками емоційного інтелекту та стресостійкістю. Підтверджено міцний прямий зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та рівнем стресостійкості респондентів (коефіцієнт кореляції Пірсона 0,829) та зворотній зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та рівнем сприйнятого стресу (коефіцієнт кореляції Пірсона -0,669). Отже підвищення рівня емоційного інтелекту батьків дітей з ООП супроводжується зростанням психологічної стійкості та зниженням суб'єктивного відчуття стресу.

Соціальна підтримка в свою чергу виступає важливим зовнішнім ресурсом, що посилює адаптаційний потенціал батьків (коефіцієнт кореляції Пірсона рівня стресостійкості та рівня сприйняття соціальної підтримки 0,574).

Поглиблений кореляційний аналіз окремих субшкал емоційного інтелекту дозволив уточнити внесок його структурних компонентів у формування стресостійкості. Встановлено, що найбільш тісний зв'язок зі стресостійкістю мають показники «самотивація» ($r=0,799$) та «управління власними емоціями» ($r=0,734$),

що вказує на провідну роль процесів внутрішньої регуляції та цілеспрямованої активності у здатності батьків дітей з ООП протистояти тривалому психоемоційному навантаженню. Як було зазначено вище, саме ці два показники є слаборозвинутими у батьків нашої вибірки.

Регресійний аналіз показав, що емоційний інтелект є статистично значущим предиктором стресостійкості батьків дітей з особливими освітніми потребами (табл. 2, 3).

Таблиця 2. Регресійний аналіз загального показника емоційного інтелекту та стресостійкості/ **Table 2.** Regression analysis of the total emotional intelligence index and stress resilience index

Коефіцієнт кореляції, R/ Correlation coefficient, R	Коефіцієнт детермінації, R-квадрат/ Coefficient of determination, R-squared	Скоригований R-квадрат/ Adjusted R-squared	Стандартна помилка оцінки/ Standard error of estimate
,829	,688	,681	4,93912

Таблиця 3. Підтвердження значущості результатів регресії/ **Table 3.** Confirmation of the significance of the regression results

	Сума квадратів/ Sum of squares	ст.св./ d. fr.	Середній квадрат/ Mean square	F	Значущість/ Significance
Регресія/ Regression	2686,178	1	2686,178	110,112	<,001 ^b
Залишок/ Residual	1219,745	50	24,395		
Загалом/ Total	3905,923	51			
a. Залежна змінна: Стресостійкість/ a. Dependent variable: Stress tolerance					
b. Предиктор: Загальний показник емоційного інтелекту/ b. Predictor: General emotional intelligence score					

Водночас включення показника соціальної підтримки до регресійної моделі суттєво підвищує її пояснювальну здатність, що свідчить про більший

сумісний вплив емоційного інтелекту та соціальної підтримки на рівень стресостійкості (табл. 4).

Таблиця 4. Множинна регресія загального показника емоційного інтелекту, показника сприйняття соціальної підтримки та стресостійкості/ **Table 4.** Multiple regression of the total emotional intelligence index, the index of perception of social support and stress resistance

Коефіцієнт кореляції, R/ Correlation coefficient, R	Коефіцієнт детермінації, R-квадрат/ Coefficient of determination, R-squared	Скоригований R-квадрат/ Adjusted R-squared	Стандартна помилка оцінки/ Standard error of estimate
,837	,700	,688	4,89041

Отримані результати дають підстави розглядати емоційний інтелект як провідний внутрішній ресурс психологічної стійкості, а соціальну підтримку — як значущий зовнішній чинник, що посилює його вплив.

Висновки. У результаті проведеного теоретико-емпіричного дослідження встановлено, що емоційний інтелект і соціальна підтримка є значущими психологічними чинниками формування стресостійкості у батьків дітей із особливими освітніми потребами. Отримані дані підтверджують статистично значущий зв'язок між рівнем емоційного інтелекту та здатністю батьків адаптуватися до тривалих психоемоційних навантажень, зумовлених специфікою виховання дитини з особливими освітніми потребами.

Регресійний аналіз виявив сумісний вплив емоційного інтелекту та соціальної підтримки на рівень стресостійкості, що свідчить про взаємодію внутрішніх і зовнішніх ресурсів у подоланні стресу. При цьому емоційний інтелект виступає провідним внутрішнім предиктором психологічної стійкості, тоді як соціальна підтримка посилює його захисний ефект, створюючи умови для зниження психологічного напруження та запобігання емоційному вигоранню.

Аналіз структури емоційного інтелекту засвідчив дисбаланс між добре розвиненими компонентами емпатії та розпізнавання емоцій інших людей і слабкою сформованістю навичок емоційної саморегуляції та

самомотивації. Такий дисбаланс може зумовлювати підвищений ризик психологічного напруження та емоційного виснаження у батьків дітей з особливими освітніми потребами.

Отримані результати мають практичне значення для розроблення та впровадження програм психологічної підтримки батьків дітей з особливими освітніми потребами, спрямованих на підвищення рівня емоційного інтелекту, розвиток навичок емоційної саморегуляції та активізацію ресурсів соціальної підтримки задля зміцнення їхньої стресостійкості.

Подальші наукові пошуки доцільно спрямувати на більш детальне вивчення характеру інтегрованого впливу емоційного інтелекту та соціальної підтримки на формування стресостійкості.

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

Етичні засади. Участь у дослідженні є добровільною. Усі учасники надали інформовану згоду на використання даних у знеособленому вигляді. Конфідентність забезпечено шляхом повної анонімізації матеріалу. Дослідження проводилося з дотриманням етичних принципів Американської

психологічної асоціації (American Psychological Association, 2017) та Гельсінської декларації.

Список використаних джерел

- Басюк Н. А. Емоційний інтелект: становлення та розвиток поняття в зарубіжних дослідженнях. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки*. 2022. №110. С. 253-266. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VZhDUP_2022_3_20
- Бужинецька К.Б. Важливі кроки: сучасні практики підтримки родин дітей з ООП в умовах криз: метод.реком. К. : Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка. 2024. 22 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744144/>
- Вельдбрехт О. О., Тавровецька Н. І. Шкала сприйняття стресу (PSS-10): Адаптація та апробація в умовах війни. *Журнал сучасної психології*. 2022. №2. С. 16-27. URL: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2>
- Гурасва, Т. С., Журавльова Н. Ю. Довіра до себе як важливий атрибут стресостійкості особистості в умовах інформаційної війни: взаємозв'язок понять. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. С. 76-82. URL: https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/4_2022.pdf
- Державна соціальна підтримка осіб і дітей з інвалідністю в Україні: поточні механізми та напрями вдосконалення: звіт UNICEF Ukraine, 2025. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/en/documents/state-social-support-for-persons-and-children-with-disabilities> (дата звернення: 30.10.2025).
- Журавльова А. П. Особливості емоційного інтелекту особистості, яка схильна до ризику. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Серія: Психологія*. 2019. №60. С. 102-110. URL: <https://journals.hnpu.edu.ua/index.php/psychology/article/view/2058>
- Кокур О. М. Діагностика професійної життєстійкості та психофізіологічної стійкості : метод. реком. Київ.: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2024. 58 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/739679/>
- Кушнір Н. Особливості психологічних станів батьків дітей з особливими освітніми потребами. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. №4. С. 57-63. URL: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-4-8>
- Лісовська Ю. П., Лісовський П. М., Бортник В. А. Концепція стресостійкості людини в кіберсучасності. *Експерт: парадигми юридичних наук і державного управління*. 2024. 3(31). С. 12-19. URL: [https://doi.org/10.32689/2617-9660-2024-3\(31\)-12-19](https://doi.org/10.32689/2617-9660-2024-3(31)-12-19)
- Литвинчук Н. Б. Стресостійкість як умова збереження психічного здоров'я. *Актуальні проблеми вищої професійної освіти*. Київ. 2024. С. 30-32. URL: <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/63959>
- Матохнюк А., Максименко Ю. Допомога батькам, які мають дітей з особливими освітніми потребами. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія: Педагогіка. Психологія*, 2023. 3. С.73-78. URL: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2023-3.11>
- Мельник Ю. Б., Стадник А. В. Багатомірна шкала сприйняття соціальної підтримки: метод. посіб. Харків: ХОГОКЗ. 2023. 12 с. URL: <https://doi.org/10.26697/melnyk.stadnik.6.2023>
- Носенко Е. Л., Коврига К. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції: монографія. К.: Вища школа. 2003. 126 с. URL: http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/Em_intellekt.pdf
- Ришко Г. М. Основні концептуальні теорії та підходи до вивчення феномена стресостійкості особистості. *Проблеми сучасної психології*, 2013. Вип. 22. С. 493-509. URL: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2013-22.%25p>
- Романюк В. Л. Стресореактивність і стресостійкість та психічне здоров'я особистості. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія: Психологія*, 2022. №14. С. 9-15. URL: <https://journals.oa.edu.ua/Psychology/issue/view/117>
- Чопик А. Особливості формування батьківських позицій щодо прийняття дитини з особливостями психофізичного розвитку. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Педагогіка. Психологія*. 2022. Вип. 2. С. 36-41. URL: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2022-2.06>
- Файрмен О. О. Соціальна підтримка батьків дітей з особливими потребами. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія: «Педагогіка і психологія»*. 2022. Вип. 1 (23). С.39-48. URL: <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2022-1-23-5>
- Шевчук В. Психологічні детермінанти особистісних змін у батьків дітей з вадами розвитку. *Психологія і особистість*. 2021. №1. С. 57-71. URL: <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2021.1.227192>
- Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006. №18. Р. 13-25. URL: <https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf>
- Goleman D. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. 25th Anniversary Edition. London: Bloomsbury. 2020. 352 p.
- Flores-Buils R., Andrés-Roqueta C. Factors influencing resilience of parents with children with neurodevelopmental disorders: The role of structural language, social cognition, and social support. *Frontiers in Psychiatry*, 2022. Vol. 13. Article 886590. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.886590>
- Lazarus, R. S., Folkman, S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer. 1984. URL: https://link.springer.com/rwe/10.1007/978-1-4419-1005-9_215 (дата звернення: 30.10.2025).

V. PAVLENKO (Pavlenko Valentyna)

PhD in Psychology, Professor

Professor Department of Applied Psychology

V. N. Karazhin Kharkiv National University

Maidan Svobody, 4, Kharkiv, Ukraine

mp49@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0003-4947-3995>

S. CHECHENYEVA (Chechenyeva Svitlana)

Master of Psychology,

chechenyeva@gmail.com

STRESS RESILIENCE FACTORS IN CHILDREN'S WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS PARENTS

The article presents the results of a study on stress resilience children's with special educational needs parents and examines the characteristics of emotional intelligence and perceived social support within the studied sample. Contemporary scientific approaches to understanding emotional intelligence, stress resilience, and social support as resources of psychological well-being are analyzed. Based on

an empirical study conducted among 52 parents of children with special educational needs, the levels of key components of emotional intelligence, stress resilience, perceived stress, and the social support role were determined. Emotional intelligence and perceived social support were identified as significant factors associated with stress resilience in parents of children with special educational needs. A substantial combined effect of emotional intelligence and social support on the level of stress resilience was identified. An inverse relationship between stress resilience and perceived stress levels was also established. The findings may be applied in psychological counseling practice and in the development of support programs for children's with special educational needs parents.

Keywords: *emotional intelligence; stress resilience; social support; parents of children with special educational needs; psychological well-being*

References

- Basiuk, N. A. (2022). Emotional intelligence: Formation and development of the concept in foreign studies. *Zhytomyr Ivan Franko State University Journal. Pedagogical Sciences*, 110, 253–266. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VZhDUP_2022_3_20 [in Ukrainian].
- Buzhynetska, K. B. (2024). *Important steps: Modern practices of supporting families of children with special educational needs in times of crisis*. Kyiv: Mykola Yarmachenko Institute of Special Pedagogy and Psychology, National Academy of Educational Sciences of Ukraine. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744144/> [in Ukrainian].
- Veldbrekht, O. O., & Tavrovetska, N. I. (2022). Perceived Stress Scale (PSS-10): Adaptation and validation under wartime conditions. *Zhurnal suchasnoi psykholohii*, 2, 16–27. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-2-2> [in Ukrainian].
- Hurlieva, T. S., & Zhuravlova, N. Yu. (2022). Self-trust as an important attribute of personal resilience in the conditions of information warfare: Interrelation of concepts. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia*, 33(72), 4, 76–82. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/14> [in Ukrainian].
- State social support for persons and children with disabilities in Ukraine: Current mechanisms and areas for improvement. (2025). *UNICEF. Ukraine*. <https://www.unicef.org/ukraine/en/documents/state-social-support-for-persons-and-children-with-disabilities> [in Ukrainian].
- Zhuravlova, L. P. (2019). Features of emotional intelligence in risk-prone individuals. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedagogichnogo universytetu imeni H. S. Skovorody. Seriya: Psykholohiia*, 60, 102–110. <https://journals.hnpu.edu.ua/index.php/psychology/article/view/2058> [in Ukrainian].
- Kokun, O. M. (2024). *Diagnostics of professional hardiness and psychophysiological stability*. Kyiv: H.S. Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Educational Sciences of Ukraine. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/739679/> [in Ukrainian].
- Kushnir, N. (2024). Features of psychological states of parents of children with special educational needs. *Naukovi zapysky. Seriya: Psykholohiia*, 4, 57–63. <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-4-8> [in Ukrainian].
- Lisovska, Yu. P., Lisovskiy, P. M., & Bortnyk, V. A. (2024). The concept of human resilience in cyber modernity. *Ekspert: Paradyhmy yurydychnykh nauk i derzhavnoho upravlinnia*, 3(31), 12–19. [https://doi.org/10.32689/2617-9660-2024-3\(31\)-12-19](https://doi.org/10.32689/2617-9660-2024-3(31)-12-19) [in Ukrainian].
- Lytvynchuk, N. B. (2024). Stress resistance as a condition for preserving mental health. *Aktualni problemy vyshchoi profesinnoi osvity*, 30–32. <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/63959> [in Ukrainian].
- Matokhniuk, L., & Maksymenko, Yu. (2023). Support for parents raising children with special educational needs. *Naukovi visnyk Vinnytskoi akademii bezpererвної osvity. Seriya: Pedagogika. Psykholohiia*, 3, 73–78. <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2023-3.11> [in Ukrainian].
- Melnyk, Yu. B., & Stadnik, A. V. (2023). Multidimensional Scale of Perceived Social Support: *Methodological guide*. KhOHOKZ. <https://doi.org/10.26697/melnyk.stadnik.6.2023> [in Ukrainian].
- Nosenko, E. L., & Kovryha, N. V. (2003). *Emotional intelligence: Conceptualization of the phenomenon and its main functions*. Kyiv: Vyshcha shkola. http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/Em_intellekt.pdf [in Ukrainian].
- Ryshko, H. M. (2013). Main conceptual theories and approaches to studying the phenomenon of resilience. *Problems of Modern Psychology*, 22, 493–509. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2013-22.%25p> [in Ukrainian].
- Romaniuk, V. L. (2022). Stress reactivity, stress resistance and mental health of personality. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu "Ostrozka akademiiia". Seriya: Psykholohiia*, 14, 9–15. <https://journals.oa.edu.ua/Psychology/issue/view/117> [in Ukrainian].
- Chopyk, L. (2022). Features of the formation of parental attitudes toward accepting a child with psychophysical developmental characteristics. *Naukovi visnyk Vinnytskoi akademii bezpererвної osvity. Pedagogika. Psykholohiia*, 2, 36–41. <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2022-2.06> [in Ukrainian].
- Faiiermen, O. O. (2022). Social support for parents of children with special needs. *Visnyk Universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriya: Pedagogika i Psykholohiia*, 1(23), 39–48. <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2022-1-23-5> [in Ukrainian].
- Shevchuk, V. (2021). Psychological determinants of personality changes in parents of children with developmental disabilities. *Psykhologhiia i osobystist*, 1, 57–71. <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2021.1.227192> [in Ukrainian].
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, 13–25. <https://www.psicothema.com/pdf/3271.pdf>
- Goleman, D. (2020). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ* (25th anniversary ed.). London: Bloomsbury.
- Flores-Buils, R., & Andrés-Roqueta, C. (2022). Factors influencing resilience of parents with children with neurodevelopmental disorders: The role of structural language, social cognition, and social support. *Frontiers in Psychiatry*, 13, Article 886590. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.886590>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. London: Springer. URL: https://link.springer.com/rwe/10.1007/978-1-4419-1005-9_215 (дата звернення: 30.10.2025.).

Конфлікт інтересів: автори засвідчують, що, незважаючи на те, що один із авторів статті є членом редакційної колегії цього журналу, процес рецензування, прийняття рішення щодо публікації та редагування проводилися незалежно, без його участі чи впливу. Будь-які потенційні конфлікти інтересів були повністю усунені шляхом зовнішнього контролю процесу.

Conflict of Interest: The authors certifies that, although one of the authors of the article is a member of the editorial board of this journal, the peer review, publication decision, and editorial processes were conducted independently, without their participation or influence. Any potential conflicts of interest were fully mitigated through external oversight of the process.

Стаття надійшла до редакції 08.01.2026 (The article was received by the editors 08.01.2026)

Стаття рекомендована до друку 20.03.2026 (The article is recommended for printing 20.03.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

УДК 159.923:159.942:159.944.4

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-02

Л. А. ПЕРЕЛИГІНА (Ліна Анатоліївна Перелигіна)

доктор біологічних наук, професор,
 професор кафедри психологічного консультування і психотерапії,
 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>

А. Ю. ШВАЛБ (Антон Юрійович Швалб)

кандидат психологічних наук, доцент,
 доцент 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>

К. Б. ЛАТУНОВА (Ксенія Борисівна Латунова)

магістр психології
 e-mail: kseniialatunova@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-7799-2604>

ЕМОЦІЙНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ: ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ АДАПТАЦІЇ

У статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження емоційного благополуччя особистості в умовах невизначеності як одного з ключових психологічних феноменів сучасного суспільства. Актуальність теми зумовлена тим, що в умовах воєнної нестабільності, соціально-економічних трансформацій, вимушених міграційних процесів та хронічного стресу проблема збереження психічного здоров'я населення набуває особливого значення. Емоційне благополуччя розглядається як важливий показник успішної адаптації особистості, здатності підтримувати внутрішню рівновагу, продуктивно функціонувати та конструктивно долати життєві труднощі. Метою дослідження стало виявлення особливостей емоційного благополуччя особистості залежно від рівня інтолерантності до невизначеності, а також визначення ролі психологічних ресурсів адаптації в умовах сучасних кризових викликів. У дослідженні взяли участь 103 респонденти віком від 18 років, частина з яких після початку повномасштабної війни змінила місце постійного проживання. Для реалізації поставленої мети було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на оцінку психологічного здоров'я, суб'єктивного благополуччя, когнітивних особливостей благополуччя та рівня інтолерантності до невизначеності. Обробка результатів здійснювалася за допомогою методів описової статистики, кореляційного, порівняльного та регресійного аналізу. Установлено, що респонденти, які пережили вимушене переміщення, характеризуються нижчими показниками емоційного благополуччя, життєвої задоволеності та психологічної стабільності порівняно з особами, які не змінювали місце проживання. Виявлено статистично значущий зворотний зв'язок між інтолерантністю до невизначеності та рівнем емоційного благополуччя, що свідчить про негативний вплив неприйняття неоднозначності та неконтрольованості життєвих обставин на психоемоційний стан особистості. Доведено, що соціальна підтримка, психологічна гнучкість, навички емоційної саморегуляції та позитивна когнітивна переоцінка ситуації виступають важливими захисними ресурсами, які сприяють підтриманню психологічної рівноваги. Наукова новизна дослідження полягає у поглибленні уявлень про психологічні механізми емоційного благополуччя в умовах воєнної невизначеності та в конкретизації ролі інтолерантності до невизначеності як чинника ризику емоційного неблагополуччя. Практичне значення одержаних результатів полягає у можливості їх використання в психологічному консультуванні, кризовій допомозі, психоедукаційних програмах, роботі з внутрішньо переміщеними особами та в системі заходів із підтримки психічного здоров'я населення України.

Ключові слова: емоційне благополуччя, невизначеність, інтолерантність до невизначеності, психологічна гнучкість, адаптація, психічне здоров'я, війна.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Сучасний світ характеризується високою динамікою соціальних, економічних і політичних змін, що суттєво посилює переживання людиною невизначеності як одного з провідних психологічних викликів XXI століття. Для українського суспільства проблема невизначеності набула особливої гостроти в умовах повномасштабної війни, тривалого стресу, вимушеної міграції, втрати безпеки, руйнування звичних життєвих

сценаріїв і необхідності постійної адаптації до нових обставин. У таких умовах зростає значення дослідження чинників, що забезпечують збереження психічного здоров'я та здатність особистості до конструктивного функціонування.

Одним із ключових індикаторів психологічної стійкості є емоційне благополуччя особистості. Воно відображає здатність людини підтримувати внутрішню рівновагу, переживати позитивні емоції, регулювати

Як цитувати: Перелигіна, Л.А., Швалб, А.Ю., Латунова, К.Б. (2026). Емоційне благополуччя особистості в умовах невизначеності: психологічні ресурси адаптації. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 14-20. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-02>

In cites: Perelygina, L., Shvalb, A., Latunova, K. (2026). Personality Emotional Well-Being under Uncertainty Conditions: Adaptation Psychological Resources. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 14-20. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-02> (in Ukrainian)

© Перелигіна, Л.А., Швалб, А.Ю., Латунова, К.Б., 2026; CC BY 4.0 license

відображає здатність людини підтримувати внутрішню рівновагу, переживати позитивні емоції, регулювати негативні стани, зберігати задоволеність життям і відчуття сенсу навіть за несприятливих зовнішніх умов. Емоційне благополуччя є не лише суб'єктивним переживанням комфорту, а й важливим ресурсом ефективної адаптації, міжособистісної взаємодії, професійної діяльності та життєстійкості загалом. В умовах воєнних подій істотних трансформацій зазнає емоційна сфера особистості, що проявляється у зростанні тривожності, агресивності та дефіциті позитивних емоційних переживань (Крейдун Н. та ін., 2022).

У сучасній психології благополуччя традиційно розглядається у межах двох базових підходів — гедоністичного та евдемоністичного. Гедоністичний підхід пов'язує благополуччя з переживанням позитивного афекту, життєвої задоволеності та мінімізацією негативних емоцій. Евдемоністичний підхід акцентує увагу на особистісному зростанні, автономії, самореалізації, осмисленості життя та реалізації потенціалу особистості. Інтеграція цих підходів дозволяє розглядати емоційне благополуччя як багатовимірний феномен, що поєднує емоційний комфорт і психологічну зрілість.

Окремої уваги потребує зв'язок емоційного благополуччя з толерантністю до невизначеності. У психологічній літературі інтолерантність до невизначеності описується як схильність сприймати неоднозначні, непередбачувані або недостатньо контрольовані ситуації як загрозливі. Така установка асоціюється з підвищеною тривожністю, когнітивною ригідністю, унікальною поведінкою, емоційним виснаженням і зниженням суб'єктивного благополуччя. Натомість толерантність до невизначеності пов'язана з гнучкістю мислення, відкритістю до нового досвіду, кращою адаптивністю та вищим рівнем психологічного функціонування.

Особливої значущості зазначена проблематика набуває в українському контексті. Воєнні події створили ситуацію хронічної невизначеності, коли значна частина населення вимушена приймати життєво важливі рішення в умовах дефіциту інформації, постійних ризиків та емоційного перевантаження. У зв'язку з цим вивчення психологічних ресурсів, що підтримують емоційне благополуччя, має не лише теоретичне, а й прикладне значення для консультативної, клінічної та соціально-психологічної практики.

Емоційне благополуччя в сучасній психології розглядається як багатовимірний конструкт, що охоплює позитивний емоційний фон, задоволеність життям, психологічну стійкість, здатність до саморегуляції та ефективного функціонування в умовах стресу. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, психічне здоров'я та благополуччя є фундаментальними передумовами соціальної адаптації, продуктивності та якості життя людини (WHO, 2022). У сучасних міжнародних дослідженнях благополуччя також пов'язується зі здатністю особистості зберігати функціональність в умовах соціальних криз та тривалих змін (OECD, 2024).

Останні роки характеризуються зростанням наукового інтересу до проблеми невизначеності як

одного з провідних стресогенних чинників сучасного суспільства. Невизначеність розглядається як ситуація дефіциту інформації, неможливості прогнозування або втрати контролю над значущими життєвими обставинами. Встановлено, що високий рівень переживання невизначеності асоціюється з підвищенням тривожності, емоційної напруги, румінацій, депресивних симптомів та зниженням суб'єктивного благополуччя (Carleton R. N., 2021; Rettie H., Daniels J., 2021).

Особливого значення набуває феномен інтолерантності до невизначеності, який визначається як стійка схильність сприймати неоднозначні ситуації як загрозливі, несправедливі або психологічно нестерпні. Особи з високим рівнем інтолерантності до невизначеності частіше демонструють катастрофізацію подій, уникання прийняття рішень, підвищену тривожність та зниження задоволеності життям (Satıcı B. et al., 2022). Це дає підстави розглядати зазначений конструкт як один із важливих предикторів емоційного неблагополуччя.

Водночас сучасні дослідження доводять, що негативний вплив невизначеності може суттєво послаблюватися за рахунок внутрішніх психологічних ресурсів особистості. До таких ресурсів належать психологічна гнучкість, життєстійкість, адаптивні копінг-стратегії, самоефективність та здатність до емоційної регуляції (Kashdan T. B., 2020; Gross J. J., 2023). Особи з високим рівнем психологічної гнучкості краще адаптуються до змін, швидше відновлюються після стресових подій та демонструють вищі показники емоційного благополуччя.

Окреме місце серед захисних чинників посідає резильєнтність, яка розглядається як здатність особистості зберігати або відновлювати психічну рівновагу після травматичних чи кризових подій. За даними сучасних досліджень, резильєнтність пов'язана зі зниженням ризику емоційного виснаження, посттравматичних реакцій та соціальної дезадаптації (Bonanno G. A., Burton C., 2021; Southwick S. M. et al., 2023).

Для українського суспільства проблема емоційного благополуччя в умовах невизначеності має особливу актуальність у зв'язку з повномасштабною війною, вимушеним переміщенням населення, втратою безпеки та хронічним впливом травматичних подій. За міжнародними оцінками, населення країн, що переживають війну, характеризується підвищеним ризиком тривожних, депресивних і стресових розладів, однак наявність соціальної підтримки, осмисленості життя та адаптивних ресурсів суттєво знижує ці ризики (WHO Europe, 2024; UNHCR, 2025; Brooks S. K. et al., 2023).

Важливим ресурсом підтримання благополуччя також є задоволення базових психологічних потреб — автономії, компетентності та пов'язаності з іншими людьми. У межах теорії самодетермінації доведено, що реалізація цих потреб сприяє більш високому рівню життєстійкості, внутрішньої мотивації та психологічного благополуччя навіть за несприятливих зовнішніх умов (Ryan R. M., Deci E. L., 2021).

Отже, аналіз сучасних джерел дозволяє стверджувати, що емоційне благополуччя особистості в умовах невизначеності формується внаслідок складної взаємодії

зовнішніх стресогенних чинників та внутрішніх ресурсів адаптації. Це визначає доцільність емпіричного дослідження ролі інтолерантності до невизначеності, соціальної підтримки та психологічної стійкості у збереженні емоційного благополуччя особистості в сучасних українських реаліях.

Метою статті є дослідження особливостей емоційного благополуччя особистості в умовах невизначеності та визначення ролі психологічних ресурсів адаптації.

Методи дослідження. Емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення особливостей емоційного благополуччя особистості в умовах невизначеності, а також на встановлення зв'язку між показниками благополуччя, рівнем інтолерантності до невизначеності та зміною місця постійного проживання після початку повномасштабної війни.

У дослідженні взяли участь 103 респонденти віком від 18 до 55 років і старше ($M = 31.8$; $SD = 9.7$). До вибірки увійшли особи різного соціального статусу та професійної належності, які проживали в умовах підвищеного стресу, соціальної нестабільності та життєвої невизначеності. Серед опитаних 46 осіб (44.7%) після 24 лютого 2022 року змінили місце постійного проживання, тоді як 57 осіб (55.3%) залишилися у звичному середовищі проживання. Опитування проводилося добровільно з дотриманням принципів анонімності, конфіденційності та інформованої згоди респондентів.

Для досягнення мети дослідження було використано комплекс валідних психодіагностичних методик:

1. МНС-SF-UA - опитувальник «Стабільність психологічного здоров'я – коротка форма» (адаптація шкали С. Keyes), спрямований на оцінку емоційного, соціального та психологічного благополуччя.

2. The Modified BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB) - методика вимірювання суб'єктивного благополуччя.

3. КОСБ-3 - методика «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя», що дозволяє визначити когнітивні оцінки якості життя та задоволеності.

Таблиця 1. Показники емоційного благополуччя залежно від зміни місця проживання/ Table 1. Emotional well-being indicators depending on the change of place of residence

Показник/ Indicator	Змінили місце проживання/ Changed place of residence (n=46) $M \pm SD$	Не змінювали/ Didn't change (n=57) $M \pm SD$	U	p
Емоційне благополуччя/ Emotional well-being	58.4 ± 11.2	67.9 ± 10.4	918.5	0.012
Життєва задоволеність/ Life satisfaction	54.7 ± 10.8	64.1 ± 9.9	944.0	0.021
Психологічна стабільність/ Psychological stability	56.2 ± 12.1	66.5 ± 10.7	901.5	0.008
Тривожність/ Anxiety	63.8 ± 11.4	49.6 ± 10.3	812.0	<0.001

Виявлені відмінності можуть бути пояснені тим, що вимушена зміна місця проживання, як правило, супроводжується втратою звичних соціальних зв'язків, порушенням усталеного способу життя, необхідністю повторної соціальної інтеграції та переживанням невизначеності щодо майбутнього. Саме тому вимушене переміщення виступає не лише просторовою зміною, а й складним психотравматичним досвідом, який потребує мобілізації значних адаптаційних ресурсів.

4. IUS-12 - скорочена шкала інтолерантності до невизначеності N. Carleton, призначена для визначення індивідуального рівня дискомфорту щодо невизначених ситуацій.

Внутрішня узгодженість використаних шкал перебувала в межах прийнятних значень (Cronbach's $\alpha = 0.76-0.88$).

Статистичний аналіз здійснювався із застосуванням пакету SPSS Statistics. На першому етапі перевірявся характер розподілу змінних за критерієм Шапіро–Вілка, результати якого засвідчили відхилення частини показників від нормального розподілу ($p < 0.05$), у зв'язку з чим було використано непараметричні методи аналізу. Застосовано такі методи: описова статистика (M , SD); U-критерій Манна–Уїтні для порівняння двох незалежних груп; кореляційний аналіз Спірмена; множинний лінійний регресійний аналіз.

Результати дослідження. Проведене емпіричне дослідження дозволило не лише встановити загальні закономірності функціонування емоційного благополуччя особистості в умовах невизначеності, а й конкретизувати вплив окремих соціально-психологічних чинників на його рівень. Отримані дані засвідчують, що емоційне благополуччя виступає чутливим індикатором адаптаційних можливостей особистості, оскільки суттєво змінюється під впливом кризових соціальних обставин, індивідуальних когнітивних установок та наявних психологічних ресурсів.

Одним із провідних критеріїв дослідження був досвід зміни місця постійного проживання після початку повномасштабної війни. Порівняльний аналіз показав, що респонденти, які зазнали вимушеного переміщення, характеризуються статистично нижчими показниками емоційного благополуччя, життєвої задоволеності та психологічної стабільності порівняно з особами, які залишилися у звичному середовищі проживання (Таблиця 1).

Підвищені показники тривожності у зазначеної групи можуть свідчити про пролонгований характер стресової реакції, що зберігається навіть після формальної стабілізації життєвих умов.

Розподіл респондентів за рівнем інтолерантності до невизначеності дозволив виявити чітку тенденцію до зниження показників емоційного благополуччя зі зростанням неприйняття неоднозначних і неконтрольованих ситуацій (Таблиця 2).

Таблиця 2. Емоційне благополуччя залежно від рівня інтолерантності до невизначеності/ **Table 2.** Emotional well-being depending on the level of intolerance to uncertainty

Рівень інтолерантності/ Intolerance level	n	Середній бал емоційного благополуччя/ Mean emotional well-being score, M $\pm$ SD
Низький/ Low	29	71.3 $\pm$ 8.7
Середній/ Medium	41	63.5 $\pm$ 9.6
Високий/ High	33	51.8 $\pm$ 10.9

Примітки: / Notes: N = 21.47; p < 0.001

Особи з високим рівнем інтолерантності до невизначеності схильні сприймати неоднозначні життєві обставини як потенційну загрозу, що, у свою чергу, актуалізує механізми катастрофізації, надмірного контролю та румінативного мислення. Унаслідок цього невизначеність перестає бути лише характеристикою зовнішнього середовища і трансформується у внутрішнє джерело психоемоційної напруги. Натомість респонденти з нижчим рівнем інтолерантності

демонструють більшу гнучкість реагування, що позитивно позначається на загальному рівні благополуччя.

З метою встановлення структурних зв'язків між досліджуваними показниками було проведено кореляційний аналіз, результати якого свідчать про наявність статистично значущих взаємозалежностей (Таблиця 3).

Таблиця 3. Кореляції між основними показниками/ **Table 3.** Correlations between key indicators

Змінні/ Variables	rs	p
Емоційне благополуччя – інтолерантність до невизначеності/ Emotional well-being – intolerance of uncertainty	-0.62	<0.001
Емоційне благополуччя – соціальна підтримка/ Emotional well-being – social support	+0.58	<0.001
Емоційне благополуччя – психологічна гнучкість/ Emotional well-being – psychological flexibility	+0.61	<0.001
Емоційне благополуччя – тривожність/ Emotional well-being – anxiety	-0.66	<0.001

Наведені результати дають підстави стверджувати, що емоційне благополуччя формується під впливом двох взаємопов'язаних контурів детермінації. Перший із них має дезадаптивний характер, оскільки інтолерантність до невизначеності супроводжується зростанням тривожності та подальшим зниженням суб'єктивного благополуччя. Другий контур, навпаки, виконує захисну функцію, оскільки наявність соціальної

підтримки та психологічної гнучкості сприяє ефективнішій адаптації та стабілізації емоційного стану. Отже, вирішальне значення має не стільки сам факт перебування в кризових умовах, скільки спосіб їх когнітивного й емоційного опрацювання особистістю.

Для визначення внеску окремих змінних у прогнозування рівня емоційного благополуччя було проведено регресійний аналіз (Таблиця 4).

Таблиця 4. Предиктори емоційного благополуччя/ **Table 4.** Predictors of emotional well-being

Предиктор/ Predictor	β	t	p
Інтолерантність до невизначеності/ Intolerance of uncertainty	-0.41	-5.62	<0.001
Соціальна підтримка/ Social support	+0.33	4.48	<0.001
Психологічна гнучкість/ Psychological flexibility	+0.29	3.97	<0.001
Емоційна саморегуляція/ Emotional self-regulation	+0.26	3.41	0.001

Примітки: Notes: F(4,98) = 28.16; p < 0.001; R² = 0.54; Adjusted R² = 0.52.

Отже, побудована модель пояснює 54% дисперсії емоційного благополуччя, що свідчить про її достатньо високу прогностичну силу. Найбільш вагомим негативним предиктором виявилася інтолерантність до невизначеності, що дозволяє розглядати суб'єктивне неприйняття невідомості як чинник, потенційно більш деструктивний, ніж самі зовнішні кризові обставини. Водночас позитивний вплив соціальної підтримки, психологічної гнучкості та навичок емоційної саморегуляції підтверджує значущість внутрішніх і міжособистісних ресурсів у підтриманні психічної рівноваги.

Таким чином, результати дослідження дозволяють трактувати емоційне благополуччя як динамічний адаптаційний ресурс, який формується на перетині соціального контексту та індивідуально-психологічних механізмів реагування. В умовах воєнної нестабільності та тривалої невизначеності вирішального значення набувають розвиток толерантності до невизначеності,

формування навичок емоційної регуляції, підтримання соціальних зв'язків та підвищення психологічної гнучкості.

Практична значущість одержаних результатів полягає в тому, що вони можуть бути використані під час розроблення програм психологічної підтримки населення, психоедукаційних тренінгів, консультативних інтервенцій для внутрішньо переміщених осіб, а також у системі заходів, спрямованих на зміцнення психологічної стійкості населення України в умовах тривалої суспільної кризи.

Обговорення результатів. Отримані результати підтверджують, що емоційне благополуччя особистості в умовах невизначеності є складним багаторівневим феноменом, який формується під впливом як зовнішніх соціальних обставин, так і внутрішніх психологічних ресурсів. Встановлені закономірності дозволяють розглядати благополуччя не як статичний стан емоційного комфорту, а як динамічний показник

адаптаційного функціонування особистості, що змінюється залежно від характеру стресового контексту та способів його суб'єктивного опрацювання.

Одним із найбільш значущих результатів дослідження є виявлення нижчих показників емоційного благополуччя у респондентів, які були змушені змінити місце проживання після початку повномасштабної війни. Зазначений факт узгоджується з сучасними міжнародними дослідженнями, відповідно до яких вимушене переміщення супроводжується підвищенням ризиком тривожних і депресивних станів, переживанням втрати контролю, соціальної ізоляції та зниженням життєвої задоволеності. Вимушене переселення в умовах війни виступає не лише просторовою зміною, а складним процесом повторної адаптації, що охоплює переосмислення життєвих ролей, перебудову соціальних зв'язків та відновлення відчуття безпеки.

Принципово важливим є встановлений негативний зв'язок між інтолерантністю до невизначеності та показниками емоційного благополуччя. Це свідчить про те, що психологічне неблагополуччя значною мірою зумовлюється не лише об'єктивною нестабільністю середовища, а й індивідуальними особливостями сприйняття невідомості. Особи, які схильні інтерпретувати неоднозначні ситуації як загрозливі та неконтрольовані, частіше демонструють підвищену тривожність, емоційне виснаження та зниження суб'єктивної життєвої задоволеності. Отримані дані узгоджуються з когнітивно-поведінковими моделями тривоги, згідно з якими саме інтерпретація ситуації визначає інтенсивність емоційної реакції.

Водночас результати дослідження показали, що негативний вплив невизначеності не є фатальним і може бути компенсований наявністю психологічних ресурсів. Передусім ідеться про соціальну підтримку, психологічну гнучкість та навички емоційної саморегуляції. Особи, які зберігають здатність адаптивно переосмислювати життєві труднощі, звертатися по допомогу та регулювати власний емоційний стан, демонструють вищий рівень благополуччя навіть за умов тривалого стресу. Це підтверджує положення сучасних моделей резильєнтності, у межах яких стійкість розглядається не як вроджена риса, а як система ресурсів, що може розвиватися в процесі життєвого досвіду.

Особливу увагу привертає висока прогностична сила побудованої регресійної моделі, яка пояснює значну частину варіативності емоційного благополуччя. Це дає підстави стверджувати, що досліджені психологічні змінні мають суттєве практичне значення й можуть бути використані як мішені психопрофілактичної та консультативної роботи. Насамперед це стосується програм розвитку толерантності до невизначеності, формування навичок емоційної регуляції, посилення соціальної включеності та розвитку гнучких стратегій подолання стресу.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що феномен емоційного благополуччя було досліджено в актуальному українському контексті воєнної нестабільності, де невизначеність має не ситуативний, а хронічний характер. Це дозволяє розширити уявлення про механізми психологічної адаптації населення в умовах пролонгованої суспільної

кризи та конкретизувати чинники ризику і ресурси психічного здоров'я.

Водночас результати дослідження доцільно інтерпретувати з урахуванням певних обмежень. Зокрема, використання самооцінних методик може зумовлювати вплив соціальної бажаності відповідей, а поперечний дизайн дослідження не дозволяє остаточно встановити причинно-наслідкові зв'язки між змінними. Перспективним напрямом подальших наукових пошуків є проведення лонгitudinalних досліджень емоційного благополуччя в різних групах населення, а також вивчення ефективності психологічних інтервенцій, спрямованих на підвищення стійкості до невизначеності.

Таким чином, результати дослідження переконливо засвідчують, що в умовах сучасних соціальних викликів вирішального значення набуває не лише мінімізація зовнішніх стресорів, а й розвиток внутрішніх психологічних ресурсів, які забезпечують особистості можливість зберігати емоційну рівновагу, адаптивність і здатність до конструктивного життєвого функціонування.

Висновки. У результаті дослідження встановлено, що емоційне благополуччя особистості в умовах невизначеності є чутливим показником психологічної адаптації та залежить як від зовнішніх життєвих обставин, так і від внутрішніх ресурсів особистості.

Особи, які були змушені змінити місце проживання після початку повномасштабної війни, характеризуються нижчим рівнем благополуччя та вищою тривожністю. Виявлено статистично значущий зворотний зв'язок між інтолерантністю до невизначеності та емоційним благополуччям.

Доведено, що соціальна підтримка, психологічна гнучкість і навички емоційної саморегуляції виконують захисну функцію та сприяють підтриманню психічної рівноваги.

Практичне значення результатів полягає у можливості їх використання в психологічному консультуванні, психоедукації та програмах підтримки населення в умовах воєнної нестабільності.

Перспективи подальших досліджень убагачуються у проведенні лонгitudinalних досліджень емоційного благополуччя в різних вікових та соціальних групах, вивченні гендерних і професійних відмінностей адаптації до невизначеності, а також у розробленні й апробації програм психологічного супроводу осіб, які переживають наслідки воєнного стресу.

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

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

Список використаних джерел

- Крейдун Н., Харченко А., Наливайко О., Севостьянов П., Зотова Л., Невоснна О., Яворовська Л., Лук'янова В. (2022). Емоційна сфера жінок, які тривалий час перебувають в зоні проведення антитерористичної операції. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, Вип.72. С. 52–58. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2022-72-06>
- Bonanno G. A., & Burton C. L. Regulatory flexibility, resilience, and coping under stress. *Social and Personality Psychology Compass*, 2021. 15(10). e12633. <https://doi.org/10.1111/spc3.12633>
- Brooks S. K., Rubin G. J., & Greenberg N. Trauma, uncertainty and wellbeing in populations exposed to war. *The Lancet Psychiatry*, 2023. 10(4). 250–259. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(23\)00045-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(23)00045-8)
- Carleton R. N. Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 2021. 79. 102364. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2021.102364>
- Gross, J. J. Emotion regulation: Current status and future prospects. *Annual Review of Psychology*, 2023. 74. 1–27. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-032720-030720>
- Kashdan T. B., & Rottenberg J. Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 2020. 30(7). 865–878. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001>
- OECD. *How's life? Measuring well-being and resilience*. OECD Publishing, 2024. <https://www.oecd.org>
- Rettie H., & Daniels J. Coping and tolerance of uncertainty: Predictors and mediators of mental health during crisis contexts. *Frontiers in Psychology*, 2021. 12. 647106. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647106>
- Ryan R. M., & Deci E. L. Self-determination theory and wellbeing in times of instability. *Motivation Science*, 2021. 7(3). 300–312. <https://doi.org/10.1037/mot0000222>
- Satici B., Saricali M., Satici S. A., & Griffiths M. D. Intolerance of uncertainty and mental wellbeing: Serial mediation by rumination and fear. *Current Psychology*, 2022. 41. 2731–2740. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01077-0>
- Southwick S. M., & Charney D. S. Resilience: The science of mastering life's greatest challenges (3rd ed.). Cambridge University Press, 2023. <https://www.cambridge.org>
- UNHCR. Displacement, stress and wellbeing among Ukrainians. 2025. <https://www.unhcr.org/ua/>
- World Health Organization. World mental health report: Transforming mental health for all. 2022. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>
- World Health Organization Ukraine. Mental health and psychosocial support needs in Ukraine. 2024. <https://www.who.int/europe/emergencies/situations/ukraine-crisis>

L. PERELYGINA (Lina Perelygina)

Doctor of Biological Sciences, Professor,
Professor of the Department of Psychological Counseling and Psychotherapy
V. N. Karazin Kharkiv National University
4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine
E-mail: linaperlygina@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2594-6321>

A. SHVALB (Anton Shvalb)

Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Applied Psychology
V. N. Karazin Kharkiv National University
4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine
E-mail: shvalb.anton@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0001-7975-6024>

K. LATUNOVA (Kseniia Latunova)

Master of Psychology
e-mail: kseniialatunova@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0005-7799-2604>

PERSONALITY EMOTIONAL WELL-BEING UNDER UNCERTAINTY CONDITIONS: ADAPTATION PSYCHOLOGICAL RESOURCES

The article presents theoretical and empirical study results of emotional well-being under uncertainty conditions as one of contemporary society key psychological phenomena. The relevance of the topic is determined by the fact that under war-related instability conditions, socio-economic transformations, forced migration, and chronic stress, the issue of preserving the mental health of the population becomes especially important. Emotional well-being is considered an essential indicator of successful adaptation, reflecting an individual's ability to maintain inner balance, function productively, and cope constructively with life challenges. The purpose of the study was to identify the peculiarities of emotional well-being depending on uncertainty intolerance level, as well as to determine the psychological adaptation resources role under current crisis conditions. The sample consisted of 103 respondents aged 18 and older, some of whom changed their permanent place of residence after the full-scale war beginning. A set of psychodiagnostic methods was used to assess psychological health, subjective well-being, well-being cognitive characteristics, and uncertainty intolerance. The obtained data were processed using descriptive statistics, correlation, comparative, and regression analysis. It was found that respondents who experienced forced relocation demonstrated lower levels of emotional well-being, life satisfaction, and psychological stability compared to those who had not changed their residence place. A statistically significant negative relationship was identified between uncertainty intolerance and emotional well-being, indicating the adverse perceiving ambiguity and uncontrollability impact as threatening factors for the psycho-emotional state of personality. At the same time, social support, psychological flexibility, emotional self-regulation skills, and positive cognitive reappraisal were found to be important protective resources contributing to psychological balance. The study scientific novelty lies in emotional well-being psychological mechanism understanding in the wartime uncertainty context and in clarifying the uncertainty intolerance role as a risk factor for emotional maladjustment. The practical results significance consists in their application possibility in psychological counseling, crisis intervention, psychoeducational programs, and work with internally displaced persons, and mental health support measures for Ukrainian population.

Keywords: *emotional well-being, uncertainty, uncertainty intolerance, psychological flexibility, adaptation, mental health, war*

References

- Kreidun, N., Kharchenko, A., Nalyvaiko, O., Sevostianov, P., Zotova, L., Nevoienna, O., Yavorovska, L., & Lukianova, V. (2022). Emotional sphere of women who have been in the anti-terrorist operation zone for a long time. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karaz'ina. Seriya Psykholohiia*, (72), 52–58. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2022-72-06> [in Ukrainian].
- Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2021). Regulatory flexibility, resilience and coping under stress. *Social and Personality Psychology Compass*, 15(10), e12633. <https://doi.org/10.1111/spc3.12633>
- Brooks, S. K., Rubin, G. J., & Greenberg, N. (2023). Trauma, uncertainty and wellbeing in populations exposed to war. *The Lancet Psychiatry*, 10(4), 250–259. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(23\)00045-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(23)00045-8)
- Carleton, R. N. (2021). Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 79, 102364. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2021.102364>
- Gross, J. J. (2023). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Annual Review of Psychology*, 74, 1–27. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-032720-030720>
- Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2020). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 865–878. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001>
- OECD. (2024). *How's life? Measuring well-being and resilience*. Paris: OECD Publishing. <https://www.oecd.org>
- Rettie, H., & Daniels, J. (2021). Coping and tolerance of uncertainty: Predictors of mental health during crisis contexts. *Frontiers in Psychology*, 12, 647106. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.647106>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2021). Self-determination theory and wellbeing in times of instability. *Motivation Science*, 7(3), 300–312. <https://doi.org/10.1037/mot0000222>
- Satici, B., Saricali, M., Satici, S. A., & Griffiths, M. D. (2022). Intolerance of uncertainty and mental wellbeing. *Current Psychology*, 41, 2731–2740. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01077-0>
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2023). *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges* (3rd ed.). Cambridge University Press. <https://www.cambridge.org>
- UNHCR. (2025). *Displacement, stress and wellbeing among Ukrainians*. <https://www.unhcr.org/ua/>
- World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. Geneva: WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>
- World Health Organization Ukraine. (2024). *Mental health and psychosocial support needs in Ukraine*. <https://www.who.int/europe/emergencies/situations/ukraine-crisis>

Конфлікт інтересів: автори заявляють про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 02.03.2026 (The article was received by the editors 02.03.2026)

Стаття рекомендована до друку 21.04.2026 (The article is recommended for printing 21.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я ТА КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.923:159.96

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-03

І.В. ГОРДІЄНКО-МИТРОФАНОВА (Ія Володимирівна Гордієнко-Митрофанова)

доктор психологічних наук, кандидат філософських наук, професор
 професор кафедри психології ХНПУ імені Г. С. Сковороди
 сертифікований психолог-психотерапевт в методі позитивної психотерапії
 e-mail: ikavgm@gmail.com,
<https://orcid.org/0000-0001-5332-0663>

В. СУХАНЬ (Вікторія Сухань)

магістр психології, шкільний психолог,
 Гадяч, Україна
 e-mail: subanviktor@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0001-6676-3612>

ПО ТОЙ БІК РЕЗИЛІЄНТНОСТІ ТА ТРАВМИ: СІМ ТРАЄКТОРІЙ ПОСТКРИЗОВОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ КРИЗЬ ПРИЗМУ ТРАНСКУЛЬТУРАЛЬНОЇ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

Мета. У статті представлено результати емпіричної верифікації та теоретичного розширення «Інтегративної моделі екзистенційного вибору та адаптації» (Ітерація 1.2). Дослідження спрямоване на специфікацію траєкторій посткризової ідентичності цивільного населення в умовах тривалої війни, а також на обґрунтування медіаторної ролі ресурсних сфер та модераторної ролі екзистенційних континуумів у процесі адаптації. **Методи.** Використано поетапний змішаний дизайн ($N > 600$). Емпіричну базу склали 102 напівструктуровані наративні інтерв'ю з жителями Харкова та області, проаналізовані методом рефлексивного тематичного аналізу (codebook-підхід). Додатково проведено апробацію авторського 5-крокового інструменту саморефлексії ($N > 400$) з використанням методів описової статистики для перевірки суб'єктивної ефективності керованої самопомоги. **Результати.** Доведено доцільність розширення типології ідентичності приналежності з трьох до семи траєкторій: трансформована локальна, відчужена локальна, мультилокальна, тимчасова евакуаційна, монолокальна, лімінальна та реінтегрована. Виокремлено сферу «Діяльність» (R_2) як автономний ресурсний модуль, що реалізує регуляторний механізм адаптації. Формалізовано функціональні ролі змінних: екзистенційні континууми (C_1-C_6) виступають модераторами, а ресурсні сфери (R_1-R_4) – медіаторами інтеграції травматичного досвіду. Концептуалізовано динамічне співіснування посттравматичного зростання (PTG) та депреціації (PTD) як провідний адаптаційний патерн. **Висновки.** Встановлено, що успішна адаптація визначається здатністю до когнітивного структурування досвіду та узгодженістю екзистенційного вибору з обраною траєкторією ідентичності. Розроблений інструмент саморефлексії визнано валідним засобом психологічної допомоги, що поєднує принципи транскультуральної позитивної психотерапії з доказовою ефективністю.

Ключові слова: позитивна психотерапія, екзистенційний вибір, посттравматичне зростання, посттравматична депреціація, ідентичність приналежності, травма війни, керована самопоміа.

Вступ. Ця стаття є третьою у циклі досліджень, присвячених розробці та емпіричній верифікації Інтегративної моделі екзистенційного вибору та адаптації жителів Харкова в умовах тривалої травматичної кризи, спричиненої війною. Попередні публікації циклу охоплюють теоретико-методологічне обґрунтування моделі (Ітерація 1.0–1.1, $N=68$) та її процедурну операціоналізацію у форматі авторського інструменту керованої психологічної самопомоги «5-крокова модель саморефлексії вибору та адаптації» (Ітерація 1.2). Цикл побудований на принципі наукової ітерації: кожна нова стаття не відтворює попередню, а розвиває модель на основі нових емпіричних даних (Gordienko-Mitrofanova et al., 2026; Gordienko-Mitrofanova et al., 2025).

Дослідження реалізовано в межах волонтерського проєкту «Грані життя / Життя на грані», який

здійснюється командою дослідників Української спілки психотерапевтів (УСП). Ініціатива проєкту виникла на зборах УСП, де особистий досвід перебування в Харкові Ольги Антошкіної (голови Харківського відділення УСП) став каталізатором для ініціювання дослідження одним із авторів – І. Гордієнко-Митрофановою. На відкритий заклик відгукнулися п'ятеро дослідників-практиків (члени УСП), сформувавши багатоголосу команду інтерв'юерів: Н. Бондаренко, О. Докуніна, В. Сухань, С. Саута та С. Безкоровайний. Розробником електронної версії «5-крокової моделі саморефлексії вибору та адаптації» є С. Саута, доктор філософії у галузі психології, базовий консультант із провокативної психотерапії, директор з питань птучного інтелекту групи компаній FRACTAL.

Попитом до написання цієї статті стало явище, добре відоме дослідникам якісних методів: розширення

Як цитувати: Гордієнко-Митрофанова, І. В., Сухань, В. (2026). По той бік резилієнтності та травми: сім траєкторій посткризової ідентичності кризів призму транскультуральної позитивної психотерапії. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 21-34. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-03>

In cites: Gordienko-Mitrofanova, I. V., Sukhan, V. (2026). Beyond Resilience and Trauma: Seven Post-Crisis Identity Trajectories Through the Transcultural Positive Psychotherapy Lens. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 21-34. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-03> (in Ukrainian)

© Гордієнко-Митрофанова, І. В., Сухань, В., 2026; CC BY 4.0 license

вибірки змінює не лише обсяг даних, а й саму картину реальності. Поглиблений аналіз розширеного корпусу наративних інтерв'ю ($N=102$) виявив траєкторії посткризової ідентичності, які не уклалися в початкову трикомпонентну типологію (Gordiienko-Mytrofanova et al., 2026; Gordiienko-Mytrofanova et al., 2025). Люди виявилися складнішими за перші теоретичні категорії – і це, по суті, є центральним позитивним результатом дослідження.

Традиційні підходи до вивчення ідентичності в контексті вимушеного переміщення зазвичай спираються на декілька узагальнених категорій (Berry, 2005; Scannell & Gifford, 2010; Vertovec, 2009). Хоча така типізація є ефективною для опису загальних тенденцій адаптації, вона залишає простір для більш глибокого дослідження феноменологічної різноманітності індивідуальних траєкторій. Зокрема, поза межами існуючих типологій залишаються: феномен «внутрішньої еміграції» (відчужена локальна ідентичність) – стан людей, які фізично залишилися вдома, але пережили глибокий екзистенційний розрив із місцем; реінтегрована ідентичність тих, хто свідомо повернувся і змушений узгоджувати три часові реальності одночасно; лімінальний стан «ні там, ні тут», який у класичних моделях акумуляції траєкторій як транзитний, хоча в умовах тривалої війни може стати стійким патерном. Ці траєкторії не є відхиленнями від норми – вони є нормою людської відповіді на тривалу травматичну кризу.

Паралельно аналіз корпусу засвідчив необхідність двох методологічних уточнень. По-перше, сфера «Діяльність», яка в попередній версії моделі розглядалася як похідна від саморегуляції та смислоутворення, функціонує в наративах як самостійна опора стійкості з власними механізмами впливу – регуляторним та смислоутворювальним. По-друге, континууми екзистенційного вибору (C_1-C_6) та ресурсні модулі (R_1-R_4) відіграють у процесі адаптації якісно різні ролі: перші є модераторами (визначають умови та напрямки переходу $I \rightarrow G$), другі – медіаторами (пояснюють механізм цього переходу). Ця різниця, формалізована відповідно до класичної методології Baron & Kenny (1986) та Hayes (2018), суттєво підвищує пояснювальну точність моделі.

Нарешті, розширений корпус підтвердив, що посттравматичне зростання (PTG) та посттравматична депреціація (PTD) є статистично незалежними процесами, здатними співіснувати в одному наративі та навіть в одному домені досвіду (Cann et al., 2010; Baker et al., 2008). Найпоширенішим адаптаційним патерном є не «чисте» зростання і не «чиста» депреціація, а їх одночасна присутність – стан, який транскультуральна позитивна психотерапія Н. Пезешкіана дозволяє концептуалізувати через модель балансу без редукції до патологічного або ідеалізованого полюсів.

Метою цієї статті є емпірична верифікація та теоретичне розширення Інтегративної моделі екзистенційного вибору та адаптації (Ітерація 1.2) на основі рефлексивного тематичного аналізу розширеної вибірки ($N=102$): специфікація семи траєкторій посткризової ідентичності, обґрунтування медіаторної ролі ресурсів (R_1-R_4) та модераторної ролі континуумів

вибору (C_1-C_6), а також концептуалізація співіснування PTG та PTD як найбільш репрезентативного патерну адаптації в умовах тривалої війни.

Відповідно до поставленої мети, дослідження вирішує такі завдання:

1. Емпірично обґрунтувати розширення типології ідентичності приналежності з трьох до семи феноменологічних підтипів та верифікувати їх теоретичні підстави у суміжних парадигмах (міграційні дослідження, антропологія місця, психологія травми).

2. Формалізувати методологічне розмежування між модераторними (C_1-C_6) та медіаторними (R_1-R_4) змінними у процесі $I \rightarrow G \rightarrow PTG / PTD$ та обґрунтувати виокремлення сфери «Діяльність» (R_2) як автономного ресурсного модуля.

3. Концептуалізувати посттравматичну депреціацію (PTD) як самостійний конструкт, дзеркальний до PTG, та описати чотири типи адаптаційних патернів, включно з феноменом їх співіснування.

4. Оцінити пояснювальний потенціал транскультурального підходу позитивної психотерапії Н. Пезешкіана для інтеграції виявлених траєкторій у цілісну теоретичну рамку та визначити напрями подальших досліджень.

Методологія. Дослідження реалізоване у форматі поетапного змішаного дизайну (sequential mixed-methods design), що включає три послідовні етапи, кожен з яких слугує підґрунтям для наступної.

Етап 1. Розробка та валідація інструменту збору даних ($N = 103$). На підготовчому етапі проведено двоступеневу верифікацію протоколу напівструктурованого інтерв'ю. На першому ступені 51 учасник залучався до когнітивного тестування формулювань питань з метою оцінки їхньої зрозумілості, семантичної точності та релевантності до досліджуваного досвіду. За результатами аналізу отриманих відповідей та зворотного зв'язку протокол було скориговано. На другому ступені 52 учасники пройшли повторне тестування оновленої версії протоколу, що дозволило остаточно верифікувати його структуру перед основним збором даних. Такий підхід забезпечує змістовну валідність інструменту та відповідає вимогам методологічної прозорості якісного дослідження.

Етап 2. Основний збір даних та специфікація моделі ($N = 102$). Основний корпус дослідження становлять 102 напівструктуровані наративні інтерв'ю, проведені в онлайн-форматі (відеодзвінок / месенджер) з жителями Харкова, які пережили досвід екзистенційного вибору в умовах тривалої військової кризи (залишилися / виїхали / повернулися). Вибір учасників здійснено за цільовим (критеріальним) принципом: ключовим критерієм включення є наявність особистого досвіду прийняття рішення щодо переміщення в умовах війни.

Протокол інтерв'ю охоплював 12 тематичних блоків: мотиви рішення «залишитися / виїхати / повернутися»; страхи та переживання невизначеності; динаміку почуття безпеки; пріоритизацію «безпека – дім / близькість»; відчуття приналежності та відповідальності; ставлення до тих, хто зробив інший вибір; способи емоційного подолання; цінності, що утримували від

виїзду або спонукали до повернення; саморефлексію щодо пережитого досвіду.

Дані проаналізовано із застосуванням рефлексивного тематичного аналізу у codebook-підході (Braun & Clarke, 2006), обраному з огляду на необхідність глибинного пояснення механізмів адаптації та екзистенційного вибору, складність і контекстуальність яких не вичерпуються кількісними показниками. Аналіз здійснювався у шість етапів: ознайомлення з даними; генерація первинних кодів; пошук тем; перегляд тем; визначення та найменування тем; написання звіту. Якість кодування верифіковано через аудит-трейл та процедуру міжсуддівського обговорення кодів у команді дослідників з досягненням консенсусу (Barbour, 2001). Дослідження відповідає стандартам звітності COREQ (Tong et al., 2007) та JARS-Qual (Levitt et al., 2018).

Етап 3. Апробація інструменту «5-крокова модель саморефлексії» ($N > 400$). На третьому етапі здійснено емпіричну апробацію розробленого інструменту керованої психологічної самодопомоги. Учасниками апробації стали респонденти онлайн-версії інструменту та учасники тематичних майстер-класів ($N > 400$). Для збору зворотного зв'язку розроблено авторський структурований опитувальник (18 пунктів), реалізований у форматі Google Forms з подальшим експортом даних до Excel та аналізом методами описової статистики.

Окрема підгрупа ($n = 30$) пройшла модель у форматі супроводженого групового опрацювання, що дозволило зафіксувати типові семантичні бар'єри, труднощі розуміння та характерні запити учасників. Отримані дані стали основою для доопрацювання інструментарію: розширено блок ресурсів (R1–R4); переформульовано інструкції до побудови моделі балансу; у психосуддівському форматі описано «сфери втечі» та «дефіцитарні сфери»; деталізовано патерни адаптації (PTG / PTD та їх співіснування). Загалом переглянуто близько чверті формулювань та інструкцій, що суттєво підвищило зрозумілість, клінічну чутливість та придатність моделі до самостійного використання.

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

Вибірка. Загальна вибірка дослідження становить понад 600 учасників і охоплює дві основні групи. Перша – жителі Харкова, які пережили досвід екзистенційного вибору в умовах війни: підготовчий етап ($N=103$) та основний якісний корпус ($N=102$) із представленистю всіх трьох міграційних траєкторій (залишилися / виїхали / повернулися). Друга – учасники апробації інструменту ($N>400$), серед яких виокремлено підгрупу супроводженого групового опрацювання ($n=30$). Відбір на якісному етапі здійснювався за цільовим (критеріальним) принципом, орієнтованим на максимальну варіативність досліджуваного феномену (Patton, 2002). На всіх етапах отримано інформовану згоду учасників.

Демографічні характеристики. Вік респондентів варіювався від 22 до 74 років ($M \approx 44$ роки), жінки становили 77%, чоловіки – 23%. Гендерний склад вибірки (77% жінок та 23% чоловіків) корелює з актуальними демографічними тенденціями вимушеної міграції в Україні. Зокрема, такий розподіл узгоджується з даними Міжнародної організації з міграції (IOM, 2024), які фіксують виразну переважність жіночого населення як серед осіб, що шукають прихисток за кордоном (до 80% за певними категоріями опитуваних), так і в загальній структурі переміщених осіб (Andrushko, 2024). Це дозволяє розглядати отримані результати як такі, що відображають специфічний досвід найбільш представлених груп у контексті воєнної кризи.

Соціально-професійний профіль характеризувався високою залученістю у життя міста, що забезпечило багатий та деталізований корпус наративів. Вибірка охопила представників таких ключових категорій: міські службовці/критична інфраструктура (16,7%): сфери охорони здоров'я та освіти, працівники критичної інфраструктури, а також соціальні служби; громадянське суспільство/бізнес (67,6%): волонтерська діяльність, НУО/громадянські ініціативи та малий бізнес; непрацююче населення/вразливі групи (15,7%): пенсіонери, домогосподарки, матері у відпустці по догляду за дитиною та особи, які пережили вимушену міграцію. Обсяг даних був достатній для досягнення інформаційної насиченості. Важливість принципової уваги до цих категорій підтверджується даними метааналізів, які вказують на значні ризики для психічного добробуту в умовах вимушеного переміщення (Blackmore et al., 2020).

Процедура та інструментарій. Процедура передбачала самостійне проходження повного циклу саморефлексії за алгоритмом електронного інструменту «5-крокова модель»: (1) Модуль Інтерпретації (I), (2) Модуль Екзистенційного вибору (C_1 – C_6), (3) Модуль Інтеграції (G), (4) Модуль Балансу (R_1 – R_4), (5) Модуль Адаптації (співіснування PTG / PTD). Для оцінки валідності інструменту застосовано авторський структурований опитувальник зворотного зв'язку (18 пунктів: 16 змістовних та 2 демографічні; див. Додаток А), який вимірював три параметри: когнітивну зрозумілість, емоційну безпечність та суб'єктивну корисність інструменту.

Аналіз даних. Дані опитувальника зворотного зв'язку та результати проходження «5-крокової моделі» експортувалися з Google Forms до електронних таблиць (Microsoft Excel) для подальшої обробки. Кількісні дані оброблено методами описової статистики (частотний аналіз, міри центральної тенденції). Якісний компонент включав рефлексивний тематичний аналіз відкритих коментарів анкети та узагальнення усного зворотного зв'язку, отриманого в ході групових обговорень з учасниками майстер-класів.

Результати. Інтегративна модель екзистенційного вибору та адаптації є теоретико-методологічною рамкою для аналізу адаптаційних процесів у умовах тривалої травматичної кризи, спричиненої війною. Модель синтезує транскультуральний підхід позитивної психотерапії Н. Пезешкіана з концепціями посттравматичного зростання (PTG), посттравматичної

депреціації (PTD), теорії прив'язаності до місця та екзистенційно-смыслових парадигм. Розробка пройшла еволюцію від концептуалізації (Ітерація 1.0) через емпіричну специфікацію (Ітерація 1.1, N=68) (Gordiienko-Mytrefanova et al., 2026) до поточної розширеної версії з поглибленою типологією (Ітерація 1.2, N=102).

Нижче представлено опис архітектури моделі як п'ять взаємопов'язаних конструктивів:

I. ІНТЕРПРЕТАЦІЯ (І) – когнітивно-афективна переробка травматичного досвіду. Процес трансформації хаотичних афективних слідів (фрагментованих сенсорних спогадів) кризових подій у цілісну наративну форму. Включає: переоцінку цінностей, вибудову причинно-наслідкових зв'язків, інтеграцію досвіду в часову перспективу (минуле–теперішнє–майбутнє). Механізм дії базується на теорії подвійного кодування пам'яті (Ehlers & Clark, 2000; Brewin, 2014), що забезпечує зниження тривоги та симптоматики посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

II. ІНТЕГРАЦІЯ (G) – формування посткризової ідентичності приналежності. Процес включення переосмисленого досвіду у структуру «Я» (Ego Integration), а також у ролі, відносини та систему приналежності. Цей процес передбачає здатність до трансформації та співіснування прив'язаностей в актуальних просторових реаліях: рідна територія (Харків), нове середовище адаптації та потенційні місця переміщень, включно зі складними комбінаціями цих локацій.

Еволюція типології ідентичності приналежності: перехід від трикомпонентної до семикомпонентної структури.

У початковій версії моделі (Ітерація 1.1) виокремлено три основні траєкторії посткризової ідентичності: (1) *трансформовану локальну (залишилися)*, (2) *мультилокальну (виїхали, зберігають подвійну прив'язаність)* та (3) *монолокальну/асимільовану (виїхали, повна інтеграція в нове середовище)*. Ця тристороння типологія спиралася на класичні моделі акумуляції (Berry, 2005), теорію прив'язаності до місця (Scannell & Gifford, 2010) та концепції транснаціоналізму (Vertovec, 2009).

Однак поглиблений аналіз розширеного корпусу наративів (N=102) виявив якісно відмінні траєкторії, які не охоплювалися початковою типологією. Виділено сім основних траєкторій посткризової ідентичності приналежності, які потім були співвіднесені з існуючими теоретичними концепціями ідентичності, міграції та травми. Сім основних траєкторій є аналітичними конструкціями для розуміння емпіричної реальності.

1. Трансформована локальна ідентичність (залишилися). Формується у тих, хто залишився, і передбачає трансформацію прив'язаності, яка базується на екзистенційному виборі, стійкості та солідарності, після переосмислення досвіду кризи. *Цей тип ідентичності приналежності в наративах респондентів проілюстровано так: «Навіть думки про виїзд не було, бо ми звідси родом. Як можна покинути рідний дім?»*

Базується на теорії прив'язаності (Bowlby, 1982), концепціях психологічної резильєнтності (Masten, 2001; Bonanno, 2004), теорії посттравматичного зростання

(Tedeschi & Calhoun, 1996), концепції «загроженої ідентичності місця» (Threatened Place Identity) та «захисних дій щодо місця» (Place-protective action) (Devine-Wright, 2009; 2013), концепції «розширеної бази безпеки» (Scannell & Gifford, 2010).

2. Відчужена локальна ідентичність (залишилися). Формується у тих, хто фізично залишився в Харкові, але пережив глибокий екзистенціальний розрив або «внутрішню еміграцію». Вони не відчують себе солідарними та стійкості, а, навпаки, відчують себе чужими в рідному місті. Їхня прихильність до місця не трансформувалася, а «зламалася» або «заморозилася», при цьому нова не сформувалася (схоже на лімінальність типу 6, але без фізичного переміщення). *Цей тип ідентичності приналежності в наративах респондентів проілюстровано так: «Якби була можливість, звичайно, ми б поїхали з цього кошмару».*

Базується на соціологічній концепції відчуження (Seeman, 1959), теорії колективної травми місця (Erikson, 1976), концепції «примусової іммобільності» та феномені «переміщених на місці» (Lubkemann, 2008), концепції солістальгії та дистресу, пов'язаного з порушенням зв'язку людини з місцем (Askland & Bunn, 2018), а також концепції психологічних наслідків втрати місця проживання та руйнування соціальних зв'язків).

3. Мультилокальна ідентичність (виїхали). Формується у переміщених осіб і передбачає збереження початкової прив'язаності (до Харкова) та паралельне формування прив'язаності до нового приймаючого середовища. *Цей тип ідентичності приналежності в наративах респондентів проілюстровано так: «Для мене важливо залишатися харків'яною в душі... Я живу тут, але все одно відчуваю зв'язок із рідним містом».*

Базується на концепції транснаціоналізму (Basch et al., 1994), теорії транслокальності (Appadurai, 1996), концепції множинної приналежності (Vertovec, 2009), стратегії акумуляції «Інтеграція» (Berry, 2005), концепції «емоційного транснаціоналізму» (Emotional Transnationalism) (Boccagni & Baldassar, 2015).

4. Тимчасова евакуаційна ідентичність (виїхали). Формується у переміщених осіб, які зберігають сильну прихильність до Харкова і сприймають перебування в новому середовищі як тимчасовий притулок. Характеризується активним очікуванням повернення та мінімальною соціальною та/або емоційною інтеграцією в приймаючу спільноту. *Цей тип ідентичності приналежності в наративах респондентів проілюстровано так: «Я не відпускаю Харків. Це мій дім, і я обов'язково повернуся».*

Базується на стратегії акумуляції «Сепарація» (Berry, 1997), концепції емоційного якоріння (Scannell & Gifford, 2010), концепції «міфу повернення» (Myth of Return) (Al-Ali & Koser, 2002; Stefansson, 2004), концепції «темпоральної лімінальності» (Temporal Liminality) (Hammond, 2004).

Важливо відзначити, що поведінкові стратегії цього типу при цьому можуть варіюватися: від пасивної позиції «життя на паузі» («життя на валізах», мінімальна як емоційна, так і соціальна активність) до високої функціональної адаптації (підтримка професійної

діяльності, організація побуту, дозволяв тощо). Ключовим моментом є те, що в обох випадках ця активність (або її відсутність) не призводить до «вкорінення», а служить лише способом комфортного проживання періоду евакуації.

5. Монолокальна (асимільована) ідентичність (виїхали). Формується у переміщених осіб і передбачає повну інтеграцію в нове середовище з функціональним розривом вихідної прив'язаності до рідної території. Функціональний розрив зв'язку з рідним місцем проявляється, наприклад, у припиненні активної участі в його житті, рідкісному відстеженні новин та відсутності реалістичних планів на повернення. Інтеграція відбувається через свідоме «відпускання» вихідної прив'язаності та інвестування в нову локальну ідентичність. Цей тип ідентичності приналежності в наративах респондентів проілюстровано так: *«Географія для мене втратила будь-яке значення. Мені не важливо, де жити. Абсолютно. Я маю жити там, де є моя родина. Це було б чудово. І де є робота. Все інше не важливо».*

Базується на класичній теорії культурної асиміляції (Gordon, 1964), теорії акультурації (Berry, 2005), «новій теорії асиміляції» (New Assimilation Theory) (Alba & Nee, 2003).

6. Лімінальна ідентичність (виїхали). Формується у переміщених осіб, характеризується втратою прив'язаності. Це стан «ні там, ні тут»: втрата прив'язаності до Харкова без формування нової прив'язаності до приймаючого середовища. Характеризується екзистенційною невизначеністю, відчуттям відчуженості в обох просторах («вдома вже чужі, але і за кордоном ще не місцеві») і кризою приналежності. Цей тип ідентичності приналежності в наративах респондентів проілюстровано так: *«Я не залишаюся в місті й відчуваю, що вже втратив зв'язок, тепер і за кордоном ми ще не місцеві, але й удома вже чужі».*

Базується на антропологічній концепції лімінальності (Turner, 1969), теорії «третього простору» (Bhabha, 1994), концепції «категоріальної кризи ідентичності» (Categorical Identity Crisis) (Malkki, 1992), концепції «соціальної навігації в плінності» (Social Navigation in Flux) (Vigh, 2009).

7. Реінтегрована ідентичність (свідомо повернулися). Формується у тих, хто був переміщений, але свідомо повернувся до Харкова. Їх інтеграція (G) – це складний процес узгодженості трьох реальностей: життя до, життя під час переїзду і життя після повернення в трансформоване рідне місто. Їхня прихильність до Харкова не просто «трансформована» (як у типу 1), вона пройшла через досвід втрати (або лімінальності, тип 6) і подальшого відновлення.

Цей тип ідентичності приналежності в наративах респондентів проілюстровано так: *«Я виїжджала... жила в Грузії, у Польщі, а потім повернулася... бо мене тягнула земля, Харків – це національність».*

Базується на теоріях зворотної міграції та реінтеграції (Cassarino, 2004), дослідженнях повернення після конфлікту (Stefansson, 2004; Long & Oxfeld, 2004), концепції «шоку повернення» (Re-entry shock) (Gmelch, 1980), деконструкції «міфу про незмінний дім» (Myth of Unchanged Home) (Ni Laoire, 2007).

В рамках наративного аналізу дана типологія використовується як сенсibilізуюча концепція (Blumer, 1954), що надає вихідні орієнтири для інтерпретації, але не обмежує можливість виявлення проміжних і гібридних форм між описаними типами або, наприклад, траєкторій переходу від одного типу до іншого в контексті, тимчасової динаміки, або патернів, не описаних в існуючій літературі.

Крім семи основних траєкторій, в літературі згадуються ідентичності, які можна розглядати як підтипи або специфічні варіанти, наприклад, заморожена ідентичність – психологічна фіксація на довосному стані з запереченням трансформації (Janoff-Bulman, 1992), яку в контексті нашого дослідження можна розглядати як підтип відчуженої; фрагментована ідентичність – множинні неузгоджені ідентифікації без інтеграції в цілісність (Hermans, 2001; Baumeister, 1986); кочуюча/транзитна ідентичність – ідентифікація з процесом мобільності, а не з конкретними місцями (Rapport & Dawson, 1998).

Траєкторії не є дискретними типами, а являють собою кластери позицій у багатовимірному просторі континуумів. Позиції на континуумах можуть змінюватися при зміні ситуації, ініціюючи повторні цикли Інтерпретації (I) та Інтеграції (G).

III. РЕСУРСИ (R₁-R₄) – медіатори процесу адаптації. Чотири сфери життя, що опосередковують (медіують) перехід I→G→PTG/PTD. Медіатори відповідають на питання: *«Через які психологічні механізми відбувається інтеграція досвіду?»*. Ресурсні модулі (R₁-R₄) співвідносяться з моделлю балансу Н. Пезешкіана (Peschekian, 2016) (Тіло / Відчуття, Діяльність / Досягнення, Контакти / Традиції, Фантазії / Майбутнє), що забезпечує теоретичну обґрунтованість моделі та показує, що в ній представлені ключові сфери стійкості в умовах тривалої травматичної кризи.

Еволюція ресурсної структури. Обґрунтування автономності сфери «Діяльність» як самостійного ресурсного модуля.

В Ітерації 1.1 модель включає три ресурсні модулі: R₁ (особистісно-регулятивний), R₂ (соціально-комунікативний), R₃ (екзистенційно-ціннісний). Сфера «Діяльність» була інтегрована в R₁ (регуляторна функція: структурування часу, відновлення контролю) та R₃ (смыслоутворювальна функція: реалізація цінностей, підтримка ідентичності), виходячи з припущення про її похідний характер від саморегуляції та смыслоутворення.

Поглиблений аналіз корпусу (N=102) засвідчив, що діяльність (робота, волонтерство, побутові рутини) функціонує як самостійна опора стійкості з двома механізмами впливу:

1) **регуляторний механізм:** структурування часу та відновлення почуття контролю в умовах хаосу. Підтримання регулярних рутин є формою активного подолання через тілесно-когнітивну саморегуляцію («умови безпеки» в теорії прив'язаності; «функціональна стабілізація» в теорії механізмів стресу);

2) **смыслоутворювальний механізм:** реалізація цінностей та підтримання соціальної ідентичності («Я – вчитель/лікар/волонтер»). У парадигмі логотерапії В. Франкла (Frankl, 1963) діяльність стає «смысловим якорем» в екзистенційній невизначеності. Критично: діяльність не просто виражає сенси R₄, а генерує нові сенси через залученість до колективної справи.

Саме поєднання цих механізмів забезпечує інтегруючий ефект – посилення та активацію інших ресурсних сфер через дію.

У наративах респондентів дія регуляторного механізму розкривається наступним чином: "У мене практично немає вільного особистого часу, тому що я весь час зайнятий - роботою, домашніми та господарськими справами, побутовими питаннями" (заповнення часу структурованою діяльністю як спосіб регуляції). "Ну, так, мого завдання було підтримувати дітей. Ми дивилися фільми, грали в уно, грали у карти, у шахи, у шашки... Розподіл був обов'язків. Хтось там готував їсти, я підтримувала порядок..." (чітке структурування рутин та розподіл обов'язків як форма відновлення контролю).

Смислоутворювальний механізм відображено так: "Ну, і все одно весь час в'яжу (сітки), допомагаю... Я розумію, що це дрібниці, що це дуже мало. Ну, це якесь виправдання того, що я у більш-менш мирному регіоні живу" (діяльність як засіб подолання провини відчуження, надання сенсу своєму становищу).

"Для мене найважливіше це мій бізнес. Ось, за великим рахунком, це мене тримає тут, бо коли я починаю замислюватися, як усе будувалося? Ну взагалі скільки нервів було витрачено" (професійна ідентичність та вкладені зусилля як смисловий якорь).

"Із самого початку я почала допомагати, керувати групою волонтерів... І, напевно, була якась така точка, через яку я могла спрямувати... і тому мені було все одно, в якому місці я фізично знаходиться. Тобто, якщо я роблю щось на користь, то в принципі мені о'кей, я буду" (волонтерська діяльність як джерело сенсу, що перевершує значення фізичного місцеперебування).

"Ми почали привозити їжу діткам... Через пару місяців у мене було таких вже 500 людей... ми наш район обслуговували" (масштабна допомога як реалізація цінностей).

"Перший рік, 2022. З травня 22 по 23 рік, травень, я працювала у військовому госпіталі майстром манікюру для лікарів жінок..." (професійна допомога як форма служіння, підтримання ідентичності "Я – фахівець, який приносить користь").

Діяльність функціонує не як похідний елемент, а як самостійний ресурсний компонент, що інтегрує інші модулі. Виділення діяльності в окремий модуль (R₂) забезпечує повну структурну відповідність моделі балансу Н. Пезешкіана (Peseschkian, 2016): R₁ ↔ Тіло/Відчуття, R₂ ↔ Діяльність/Досягнення, R₃ ↔ Контакти/Традиції, R₄ ↔ Фантазії/Майбутнє

Таким чином, у новій ітерації ресурсна структура моделі розширено до чотирьох автономних модулів (R₁-R₄) відповідно до моделі балансу Н. Пезешкіана. Сферу «Діяльність» (R₂) виділено як самостійний фактор стійкості з двома механізмами впливу: регуляторним (структурування часу та відновлення контролю), смислоутворювальним (реалізація цінностей як «смиислового якоря»). Оновлена структура ресурсних модулів описується так:

- R₁ (Особистісно-регулятивний ресурс) ↔ сфера «Тіло / Відчуття»
- R₂ (Діяльнісний ресурс) ↔ сфера «Діяльність / Досягнення»
- R₃ (Соціально-комунікативний ресурс) ↔ сфера «Контакти / Традиції»
- R₄ (Екзистенційно-ціннісний ресурс) ↔ сфера «Фантазії / Майбутнє».

У новій ітерації моделі розширення конструкту "Ресурси" набуло свого практичного втілення в авторському інструменті (керованої психологічної самопомогі та саморефлексії) через детальну операціоналізацію кожного модуля (R₁-R₄). Кожна з чотирьох сфер представлена не абстрактно, а як структурований реєстр базових потреб та практик відновлення (наприклад, для R₁: фізична активність, регуляція сну, тілесний контакт, специфічні техніки саморегуляції). Впроваджено діагностику функціонального статусу сфер на основі суб'єктивного розподілу енергії: визначення «Сфери Балансу» (актуальна опора, гармонійний розподіл), «Сфери Втечі» (псевдоресурс, механізм гіперкомпенсації) та «Дефіцитарної сфери» (зона ризику), що дозволяє диференціювати продуктивну адаптацію від стратегій уникнення.

Наступний блок «Континууми екзистенційного вибору (C₁-C₆)» структурно залишився без змін, однак було уточнено його модераторну функцію. Нижче він доповнений цитатами з наративів.

IV. КОНТИНУУМИ ЕКЗИСТЕНЦІЙНОГО ВИБОРУ (C₁-C₆) – модератори процесу адаптації. Шість біполярних осей екзистенційного напруження модерують процес Інтерпретації (I) → Інтеграції (G) → Адаптації (PTG/PTD), відповідаючи на питання: «За яких умов, у якому напрямку та з якою інтенсивністю відбувається інтеграція досвіду?».

C₁ Безпека ↔ Приналежність: орієнтація на зниження ризиків і почуття захищеності ↔ орієнтація на соціальну залученість, почуття «свого» місця і спільності. Цей континуум у наративах респондентів проілюстровано так: «Найважливішим було залишитися живим/живою» (полюс безпеки) проти «Якщо вмирати – то разом, у своєму дворі. Я не могла поїхати, це мій дім» (полюс приналежності).

C₂ Обов'язок ↔ Автономія: виконання зобов'язань перед сім'єю, громадою та інститутами ↔ право на самовизначення та свободу вибору (включаючи рішення про виїзд і повернення). Цей континуум у наративах респондентів проілюстровано так: «Я повернувся, бо батько залишився сам. Я не міг його покинути» (полюс обов'язку) проти «Я залишилася, бо так захотіла. Це було моє рішення – я люблю Харків» (полюс автономії).

C₃ Сенс ↔ Втрата перспективи: наявність цілей, бачення майбутнього і внутрішньої сенсу ↔ відчуття глухого кута і втрата життєвих орієнтирів, в тому числі їх переосмислення після переїзду. Цей континуум у наративах респондентів проілюстровано так: «Найголовніше – безпека моєї дитини. Вона задавала мені напрямок» (полюс сенсу) проти «Три роки я живу в підвішеності. Ні майбутнього, ні розуміння, що буде далі» (полюс втрати перспективи).

C₄ Агентність ↔ Зовнішня детермінація: здатність діяти і впливати на власну траєкторію (внутрішній локус контролю) ↔ домінування зовнішніх обмежень і примусу (правові, інституційні, інфраструктурні та логістичні бар'єри; зовнішній локус контролю). Цей континуум у наративах респондентів проілюстровано так: «Я вирішила виїхати, щоб вижити. Це було моє усвідомлене рішення» (полюс агентності) проти «Батькові 83... Як поїхати, якщо він не може залишитися сам? Обставини просто не дозволили» (полюс зовнішньої детермінації).

С₅ Прагматична доцільність ↔ Ціннісно-етичний пріоритет: опора на економічні розрахунки, доступ до ресурсів і можливостей ↔ дотримання цінностей, ідентичності та етичних принципів під час вибору залишитися або виїхати. Цей континуум у наративах респондентів проілюстровано так: «Ми за два тижні промоніторили ціни та місця – рішення було суто практичним» (полюс прагматичності) проти «У нас були тварини. Я не могла їх залишити. Це був головний критерій» (полюс цінностей).

С₆ Мобільна гнучкість ↔ Територіальна стабільність: готовність до повторних переміщень та адаптації до мінливих умов ↔ прагнення до довгострокового територіального закріплення та стійкої інтеграції в одному місці. Цей континуум відображає психологічну установку на можливість/необхідність повторних переїздів (циклічна мобільність) проти установки на стабільність і вкорінення (стабільність). Цей континуум у наративах респондентів проілюстровано так: «Я розумію, що мій дім може бути будь-де. Я пристосуюсь до будь-яких умов» (полюс гнучкості) проти «Ми пустили тут коріння. У нас дім і справа – це наше місце» (полюс стабільності).

Методологічне розмежування модераторних та медіаторних змінних.

У початковій версії моделі континууми вибору (С₁-С₆) та ресурсні модулі (R₁-R₄) описувалися як фактори, що впливають на процес Інтерпретації (I) → Інтеграції (G) → PTG, однак їхні специфічні ролі не були чітко диференційовані. Нова версія моделі формалізує різницю між модераторами та медіаторами відповідно до класичної методології (Baron & Kenny, 1986; Hayes, 2018):

- **Ресурси (R₁-R₄) – медіатори процесу:** відповідають на питання: «Як відбувається перехід I→G?» (через які механізми). Медіаторна функція означає, що ресурси пояснюють механізм впливу: процес Інтерпретації актуалізує необхідні ресурси, наявність яких забезпечує (фасилітує) формування адаптивних траєкторій ідентичності (Інтеграцію).

- **Континууми вибору (С₁-С₆) – модератори процесу:** Це пість осей екзистенційного напруження (наприклад, вибір між безпекою та приналежністю), що відповідають на питання: «За яких умов та в якому напрямку відбувається перехід I→G?» (що посилює / послаблює / змінює процес). Модераторна функція означає, що континууми змінюють силу та знак зв'язку між I та G залежно від позиції на континуумі. Наприклад, висока позиція на полюсі С₁ «Безпека» при однаковій Інтерпретації веде до іншої траєкторії ідентичності, ніж висока позиція на полюсі «Приналежність».

Процес адаптації формалізується як: $G = f(I, R, C, I \times C)$, де I – Інтерпретація (незалежна змінна), G – Інтеграція / ідентичність (залежна змінна), R – медіатори (пояснюють як), C – модератори (пояснюють за яких умов), $I \times C$ – інтеракційний (модераторний) ефект.

Успішна інтеграція (G), що веде до проявів PTG, досягається при наявності достатніх ресурсів (R) та узгодженості континуумів вибору (C) з обраним типом ідентичності приналежності.

Практичне втілення теоретичної моделі в авторському інструменті «5-крокова модель саморефлексії вибору та адаптації» виявило інноваційність у системі оцінювання. Чотирибальна шкала (0-3) фіксує амбівалентність (бал «2» означає

одночасну високу значущість обох полюсів) як маркер внутрішнього конфлікту, а не як помилку вибору. Згідно з Дж. Т. Ларсеном (Larsen et al., 2001), у кризових умовах емоційна амбівалентність є ознакою когнітивної складності та адаптивності. Нормалізація цього стану в рамках моделі сприяє зниженню вторинного стресу.

V. АДАПТАЦІЯ: ЗРОСТАННЯ, ДЕПРЕЦІАЦІЯ, СПІВІСНУВАННЯ ТА УНИКАННЯ.

В оновленій моделі цей конструкт (раніше – «Посттравматичне зростання (PTG), п'ять доменів») було суттєво розширено завдяки концептуалізації посттравматичної депреціації (PTD) та визнанню незалежності адаптаційних процесів.

У початковій версії (1.1) адаптація оцінювалася виключно через PTG, що унеможлилювало фіксацію «уявного зростання» та призводило до змішування специфічної депреціації із загальним дистресом. Нова версія виокремлює PTD як самостійний конструкт, дзеркальний до п'яти доменів PTG.

Якісний аналіз наративів демонструє, що адаптація до травматичної кризи відбувається за двома паралельними й незалежними траєкторіями: посттравматичним зростанням (PTG) та посттравматичною депреціацією (PTD), які виникають у процесі боротьби з екзистенційним стресором.

Згідно з емпіричними даними (Cann et al., 2010; Taku et al., 2021), ці процеси можуть співіснувати, оскільки PTG не є тотожним відсутності дистресу. Зв'язок між симптомами ПТСР та посттравматичним зростанням має нелінійний (U-подібний) характер: пік зростання часто спостерігається саме за помірного рівня дистресу (Kleim & Ehlers, 2009; Shakespeare-Finch & Lurie-Beck, 2014), що підтверджує здатність людини одночасно зростати й страждати. Ця амбівалентна динаміка структурно реалізується через п'ять парних доменів, які протиставляють аспекти зростання та депреціації: Особистісна сила – Особиста вразливість; Стосунки з іншими – Відчуження; Нові можливості – Обмежені можливості; Усвідомлення цінності життя – Знецінення життя; Духовні зміни – Духовна криза.

Методологічна значущість розмежування PTG та PTD полягає у можливості відрізнити *реальне зростання* (підкріплене конкретними змінами у поведінці, стосунках, цілях) від *уявного зростання* – декларативних позитивних змін без реальних поведінкових корелятів (Boals, 2023). Такий підхід запобігає «токсичному позитиву» – нав'язуванню ідеї зростання там, де фактично домінує виснаження.

Емпірично підтверджено, що PTG і PTD є **статистично незалежними конструктами** (мають слабку кореляцію та різні предиктори), а не протилежними полюсами однієї шкали (Baker et al., 2008; Cann et al., 2010; Taku et al., 2021). Це пояснює феномен їхнього співіснування: в одному наративі або навіть домені можуть поєднуватися суперечливі процеси (наприклад, «Я став сильнішим» [PTG_Self], але «відчуваю вразливість» [PTD_Self]). На основі взаємодії цих процесів модель виокремлює чотири типи адаптаційних патернів:

- **Патерн 1. Домінування PTG.** Характеризується появою нових смислів та цілей, поглибленням

міжособистісних зв'язків, переоцінкою цінності життя та відчуттям особистісної сили після подолання кризи.

● **Патерн 2. Домінування РТД.** Характеризується знеціненням окремих сфер життя: зниженням мотивації та інтересу, втратою відчуття сенсу, звуженням довіри до людей та майбутнього.

● **Патерн 3. Співіснування РТГ та РТД.** Характеризується одночасною присутністю зростання та депреціації в різних доменах досвіду: наприклад, поглиблення стосунків або переоцінка цінностей (РТГ) паралельно з погіршенням здоров'я, втратою довіри до світу або професійною кризою (РТД). За даними нашого дослідження, є найпоширенішим адаптаційним патерном в умовах тривалої травматичної кризи.

● **Патерн 4. Когнітивне уникання / емоційне оніміння.** Характеризується блокуванням процесу осмислення пережитого: дистанціюванням від афективних реакцій та пригніченням почуттів як захисного механізму від перевантаження. У цьому стані неможлива ні повноцінна фіксація РТД, ні усвідомлення РТГ. Є тимчасовим захисним механізмом, що потребує клінічної уваги при пролонгованому перебігу.

Розуміння цих патернів дозволяє сформулювати узагальнений результат адаптації (РТГ/РТД): успішна Інтеграція (G), що веде до проявів посттравматичного зростання, досягається за умови наявності достатніх ресурсів (R) та узгодженості континуумів вибору (C) з обраною траєкторією ідентичності. Важливо, що зростання не виключає дистресу: ці стани можуть співіснувати, вимагаючи стратегій роздільної регуляції.

Динамічність моделі забезпечує зворотний зв'язок: досягнуті прояви РТГ консолідує ресурси (R1-R4) та поглиблюють Інтеграцію (G). Нові травматичні події або кризи запускають повторні ітерації циклу («Досвід → I → G → РТГ/РТД»), перетворюючи адаптацію на безперервний спіралеподібний процес.

Обговорення. Результати нашого дослідження узгоджуються з висновками низки сучасних робіт, що підтверджують незалежне співіснування РТГ та РТД як самостійних адаптаційних процесів (Zoellner et al., 2006; Sijbrandij et al., 2022). Зокрема, сучасні дослідження на вибірках онкологічних пацієнтів продемонстрували різні траєкторії адаптації та гетерогенність профілів (Zimmermann et al., 2021), а в однорічному проспективному дослідженні серед людей з ВІЛ латентний аналіз виявив чіткі траєкторії РТГ та РТД як незалежних процесів (Pieta & Rzeszutek, 2022), що свідчить про гетерогенність адаптаційних траєкторій. Наші дані розширюють ці висновки, специфікуючи умови такого співіснування в контексті тривалої, а не завершеної травматичної кризи.

Феноменологічна різноманітність траєкторій, виявлених у нашому дослідженні, перегукується з якісними дослідженнями переміщених українців останніх років. Аналіз адаптаційних стратегій українських жінок у Польщі виявив домінування тем безпеки, соціального «якоріння» та переосмислення поняття «дому» в умовах вимушеної міграції (Grzymala-Kazłowska & Brzozowska, 2017; Kindler & Szulecka, 2023; Reeger & Haase, 2024). Дослідження переміщених українців в Австрії показало, що процес «прибуття» виходить за межі

фізичного переміщення – його наративи пронизані відчуттям втрати повсякденних звичностей, минулого та соціального визнання (EMN Austria, 2024). На відміну від цих робіт, наша типологія охоплює не лише переміщених, але й тих, хто залишився та повернувся, дозволяючи порівняти траєкторії у повному міграційному спектрі.

Отже, семиступенева типологія ідентичності приналежності сформована на основі рефлексивного тематичного аналізу наративних інтерв'ю. Використання наративної методології є принциповим вибором: воно дозволяє зберегти контекст, голос учасника та екзистенційний вимір вибору. Можливі подальші кількісні розробки (опитувальники, шкали) можуть базуватися на цій якісній моделі, але не є обов'язковою умовою її наукової релевантності.

Виокремлення сфери «Діяльність» як самостійного медіаторного модуля узгоджується з сучасними емпіричними даними щодо ролі ресурсів у процесі адаптації до хронічного стресу. Лонгitudні дослідження посттравматичного зростання та дистресу засвідчують, що збереження та набуття ресурсів виступає ключовим предиктором посттравматичного зростання, тоді як їхня втрата асоціюється з підвищенням симптомів дистресу й депресії, підтверджуючи медіаторну роль ресурсних процесів (Hobfoll et al., 2018). Дані, отримані на вибірках українців у перші місяці повномасштабної війни, свідчать, що резильєнтність значною мірою визначається самоєфективністю, здатністю до регуляції емоцій та психологічною гнучкістю. Зазначені конструкти безпосередньо перетинаються з регуляторними та смислотворчими механізмами виділеного нами модуля R₂.

Методологічна необхідність чіткого розмежування медіаторних і модераторних змінних у дослідженнях травматичного досвіду активно обговорюється в сучасній емпіричній літературі, проте залишається недостатньо реалізованою в якісних моделях адаптації. Дані останніх досліджень свідчать, що посттравматичне зростання (РТГ) та посттравматичний дистрес (РТД) мають відмінні предиктори та ґрунтуються на різних психологічних механізмах, що обґрунтовує необхідність їхнього роздільного моделювання (Kleim & Ehlers, 2009; Fletcher et al., 2023). Водночас сучасні метааналітичні дані демонструють, що хоча РТГ і РТД часто співіснують, їхній взаємозв'язок має нелінійний характер: надмірна інтенсивність дистресу може перешкоджати зростанню, що вказує на умовний, модераторний характер їхнього співвідношення (Zoellner et al., 2006; Shakespeare-Finch et al., 2014). У термінах нашої моделі це відповідає логіці модераторної дії в межах континуумів вибору (C₁–C₆), де рівень дистресу визначає можливість переходу до зростання.

Модераторні та медіаторні ефекти. Опис ролі континуумів (C) як модераторів та ресурсів (R) як медіаторів наразі має концептуальний характер, обґрунтований теоретично та емпірично верифікований через якісний аналіз. Статистична перевірка цих ефектів методами структурного моделювання розглядається як один із можливих напрямів подальшої емпіричної роботи, але не є передумовою валідності моделі.

Методологічні рамки на напрями розвитку. Модель побудована на матеріалі Харкова як великого індустріального мегаполісу прифронтового регіону ($N=102$ наративних історій), що забезпечує високу екологічну валідність для умов великого міста в ситуації тривалої війни. Подальші дослідження в інших регіонах України та діаспорних спільнотах розглядаються не як умова легітимності моделі, а як розширення поля її застосування.

Первинна апробація інструменту відбулася в рамках тематичних майстер-класів, присвячених презентації моделі ($N>400$). Наразі апробація продовжується, інструмент знаходиться на етапі розширеного тестування та збору емпіричних даних.

Висновки. Наукова новизна одержаних результатів полягає в теоретико-емпіричному обґрунтуванні цілісної моделі екзистенційного вибору та адаптації. До основних положень, що визначають новизну, належать:

1. **Інтеграція шести континуумів екзистенційного вибору** (C_1-C_6) як модераторів адаптації з нормалізацією екзистенційної амбівалентності (стану одночасної високої значущості обох полюсів) як ознаки когнітивної складності та адаптивного потенціалу, а не як помилки вибору чи прояву нерішучості.

2. **Розробка семиступеневої типології ідентичності приналежності**, емпірично специфікованої на вибірці $N=102$. Типологія охоплює повний спектр міграційного досвіду. Кожен тип має чітке теоретичне обґрунтування та верифіковані емпіричні маркери.

3. **Виокремлення сфери «Діяльність» (R_2) як автономного ресурсного модуля з двома механізмами впливу:** *регуляторним* (структурування часу, відновлення почуття контролю), *смыслоутоворювальним* (реалізація цінностей). Через ці механізми діяльність природно активує та підсилює інші ресурсні модулі (R_1, R_3, R_4), забезпечуючи системну цілісність адаптації та повну структурну узгодженість із моделлю балансу Н. Пезешкіана.

4. **Операціоналізація параметра «психологічна інвестиція енергії»** (суб'єктивний розподіл уваги, емоційної залученості та значущості) для диференціації сфер балансу, втечі та дефіциту. Це дає змогу виявляти псевдоресурси (механізми гіперкомпенсації) та приховані зони ризику (блоковані потреби).

5. **Концептуалізація та операціоналізація посттравматичної депреціації (PTD)** як конструкту, дзеркального до PTG, з виокремленням чотирьох типів адаптації: (1) домінування зростання, (2) домінування депреціації, (3) **співіснування** (одночасний прояв PTG та PTD – найпоширеніший патерн), (4) когнітивне уникання/оніміння. Це дозволяє диференціювати реальне зростання від ілюзорного та уникнути ризику «токсичного позитиву».

6. **Формалізація функціональних ролей змінних** у процесі $I \rightarrow G \rightarrow PTG/PTD$: континууми (C) виступають *модераторами* (змінюють силу та напрямки зв'язку залежно від позиції на осях напруження), а ресурси (R) – *медіаторами* (пояснюють механізм переходу). Обґрунтовано наявність інтеракційного

ефекту ($I \times C$). Формалізована модель $G = f(I, R, C, I \times C)$ на цьому етапі є концептуальною конструкцією, емпірично обґрунтованою через якісний аналіз; її кількісна верифікація методами структурного моделювання (SEM) передбачена в наступних ітераціях дослідження.

7. **Методологічна диференціація теоретичної та практичної моделей:** теоретична модель описує онтологію процесу (паралельну взаємодію I, C, R, G , що реально розгортається в психіці) і слугує підґрунтям для практичної моделі, яка фокусується на його епістемології – послідовному усвідомленні цього процесу клієнтом у форматі 5 кроків саморефлексії.

Таким чином, оновлена модель (Ітерація 1.2) вносить сім теоретично верифікованих новацій, що охоплюють типологію ідентичності, ресурсну структуру, операціоналізацію PTD та методологічне розмежування модераторів і медіаторів.

Операціоналізація моделі: 5-кроковий інструмент саморефлексії. Модель операціоналізована у 5-кроковий інструмент саморефлексії для керованої психологічної самопомогі та діагностики адаптації.

Крок 1 (Інтерпретація – I): структурування фрагментованих спогадів про кризові події. Мета: актуалізація та впорядкування досвіду через наративну форму (3 ключові блоки питань: епізоди, переоцінка цінностей, особиста часова лінія).

Крок 2 (Континууми – C): діагностика мотивації вибору через оцінку шести осей екзистенційного напруження (C_1-C_6) за 4-бальною шкалою (0–3). Виявлення амбівалентності (бал «2») як маркера внутрішнього конфлікту.

Крок 3 (Інтеграція – G): визначення типу ідентичності приналежності (1 з 7) на основі прив'язаності до місця та поточного статусу (залишився/виїхав/повернувся).

Крок 4 (Ресурси – R): оцінка чотирьох ресурсних модулів (R_1-R_4) через суб'єктивний розподіл 100% психологічної енергії між сферами. Виявлення сфер балансу ($\approx 20-30\%$), сфер втечі (значно $>25\%$, наприклад 40–60%) та дефіцитарних сфер (значно $<25\%$, наприклад 5–15%). Формулювання конкретної дії для відновлення балансу.

Крок 5 (Адаптація – PTG/PTD): Оцінка посттравматичного зростання (10 питань, 5 доменів) та депреціації (5 питань, 5 доменів) за 6-бальною шкалою (0–5). Порівняння середніх балів PTG/PTD для визначення одного із чотирьох патернів адаптації.

Результат: персональний профіль адаптації (фінальний зріз із 5 підсумків), одна конкретна дія для покращення стану та пам'ятка для самоспостереження (3–5 маркерів динаміки).

Напрями подальших досліджень. Подальша розробка запропонованої моделі передбачає рух у трьох стратегічних напрямках:

1. Психометрична та статистична верифікація. Першочерговим завданням є кількісна валідація типології на розширеній вибірці ($N > 300$) із застосуванням кластерного та дискримінантного аналізу для підтвердження дискретності семи траєкторій ідентичності. Крім того, планується використання

моделювання структурними рівняннями (SEM) для статистичної перевірки модераторних (C) та медіаторних (R) ефектів у процесі трансформації ідентичності, що дозволить кількісно верифікувати концептуальні зв'язки моделі.

2. Лонгітюдний та транскультуральний аналіз. Передбачається проведення лонгітюдного дослідження для вивчення стабільності виявлених траєкторій у часі, зокрема ролі параметру «мобільна гнучкість» – територіальна стабільність» як тригера трансформації. Розширення географічного охоплення (малі міста України та міжнародні контексти вимушеної міграції) дозволить оцінити транскультуральну універсальність моделі та її адаптивність до різних соціокультурних умов.

3. Прикладна імплементація та цифровізація. Перспективним є впровадження 5-крокового інструменту в реальну терапевтичну практику (індивідуальне та групове консультування) з подальшою оцінкою його евристичної цінності. Окремим вектором розвитку є розробка цифрової платформи з автоматизованою генерацією персоналізованих профілів адаптації, що дозволить масштабувати доступ до науково обґрунтованої психологічної самопомогі в умовах кризи.

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

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

Список використаних джерел

- Гордієнко-Митрофанова І., Бондаренко Н., Докуніна О., Сухань В., Красильникова Ю. Інтегративна модель екзистенційного вибору та адаптації на засадах транскультуральної Позитивної психотерапії Н.Пезешкіана (Харківський кейс). *The Global Psychotherapist*, 2026. 6(1). 83-105. <https://doi.org/10.52982/lkj294>
- Al-Ali N., & Koser K. (Eds.). *New Approaches to Migration?: Transnational Communities and the Transformation of Home*. London: Routledge, 2002. 264 p. <https://doi.org/10.4324/9780203167144>
- Alba R., & Nee V. *Remaking the American mainstream: Assimilation and contemporary immigration*. Harvard University Press. 2003. <https://doi.org/10.4159/9780674020115>
- Andrushko Y. & Lanza S. Exploring Resilience and Its Determinants in the Forced Migration of Ukrainian Citizens: A Psychological Perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2024. 21(11). 1409. <https://doi.org/10.3390/ijerph21111409>
- American Psychological Association. *Ethical principles of psychologists and code of conduct* (2002, amended 2010, 2017). <https://www.apa.org/ethics/code/>
- Appadurai A. *Modernity at large: Cultural dimensions of globalization*. University of Minnesota Press. 1996.
- Askland H. H., & Bunn M. Lived experiences of environmental change: Solastalgia, power and place. *Emotion, Space and Society*, 2018. 27.16–22. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2018.02.003>
- Baker J. M., Kelly C., Calhoun L. G., Cann A., & Tedeschi R. G. An examination of posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: Two independent processes influenced by perspective taking and cognitive processing. *Journal of Loss and Trauma*, 2008. 13(5). 450–465. <https://doi.org/10.1080/15325020802171367>
- Barbour R. S. Checklists for improving rigour in qualitative research: A case of the tail wagging the dog? *BMJ*, 2001. 322(7294). 1115–1117. <https://doi.org/10.1136/bmj.322.7294.1115>
- Baron R. M., & Kenny D. A. The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1986. 51(6). 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Basch L., Glick Schiller N., & Szanton Blanc C. *Nations unbound: Transnational projects, postcolonial predicaments, and deterritorialized nation-states*. Gordon and Breach. 1994.
- Baumeister R. F. *Identity: Cultural change and the struggle for self*. Oxford University Press. 1986.
- Berry J. W. Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology*, 1997. 46(1). 5–34. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x>
- Berry J. W. Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 2005. 29(6). 697–712. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2005.07.013>
- Bhabha H. K. *The location of culture*. London: Routledge. 1994.
- Blackmore R., Gray K. M., Fazel M., Jennings G., Staneva A., Fitzgerald G., & Boyle J.A. The prevalence of mental illness in refugees and asylum seekers: A systematic review and meta-analysis. *PLOS Medicine*, 2020. 17(9). Article e1003337. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003337>
- Blumer H. What is wrong with social theory? *American Sociological Review*, 1954. 19(1), 3–10. <https://doi.org/10.2307/2088165>
- Boals A. (2023). Illusory growth: A review of the viability of the concept of posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 2023. 36(5). 895–905. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102301>
- Boccagni P., & Baldassar L. Emotions on the move: Mapping the emergent field of emotion and migration. *Emotion, Space and Society*, 2015. 16. 73-80. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2015.06.009>
- Bonanno G. A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 2004. 59(1). 20-28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Bowlby J. *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. 1982.
- Braun V., & Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 2006. 3(2). 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Brewin C. R. Episodic memory, perceptual memory, and their interaction: Foundations for a theory of posttraumatic stress disorder. *Psychological Bulletin*, 2014. 140(1). 69-97. <https://doi.org/10.1037/a0033722>
- Cann A., Calhoun L. G., Tedeschi R. G., & Solomon D. T. Posttraumatic growth and depreciation as independent experiences and predictors of well-being. *Journal of Loss and Trauma*, 2010. 15(3). 151–166. <https://doi.org/10.1080/15325020903375826>
- Cassarino J. P. (2004). Theorising return migration: The conceptual approach to return migrants revisited. *International Journal on Multicultural Societies*, 2004. 6(2). 253–279. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1730637
- Devine-Wright, P. (2009). Rethinking NIMBYism: The role of place attachment and place identity in explaining place-

- protective action. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 19(6), 426–441. <https://doi.org/10.1002/casp.1004>
- Devine-Wright P. (Ed.). Place attachment: Advances in theory, methods and applications. London: Routledge. 2013. <https://doi.org/10.4324/9780203757765>
- Ehlers A., & Clark D. M. A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 2000. 38(4). 319–345. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00123-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00123-0)
- Erikson K. T. Everything in its path: Destruction of community in the Buffalo Creek flood. Simon and Schuster. 1976.
- Fletcher S., Mitchell S., Curran D., Armour C., & Hanna D. Empirically derived patterns of posttraumatic stress and growth: A systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 2023. 24(5), 3132–3150. <https://doi.org/10.1177/15248380221129580>
- Frankl V. E. Man's search for meaning: An introduction to logotherapy. Washington Square Press. 1963.
- Shakespeare-Finch J., & Lurie-Beck J. A meta-analytic clarification of the relationship between posttraumatic growth and symptoms of posttraumatic distress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 2014. 28(2). 223–229. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.10.005>
- Gmelch G. Return migration. *Annual Review of Anthropology*, 1980. 9. 135–159. <https://doi.org/10.1146/annurev.an.09.100180.001031>
- Gordienko-Mytrofanova I., Bondarenko N., & Dokunina O. The 5-step model of self-reflection on choice and adaptation: Empirical verification of the integrative model of existential choice and adaptation within N. Peshchian's transcultural approach in positive psychotherapy. *Scientific Studies on Social and Political Psychology*, 2025. 31(2), 54–61. <https://doi.org/10.52982/lkj294>
- Gordon M. M. Assimilation in American life: The role of race, religion, and national origins. Oxford University Press. 1964.
- Grzymala-Kazłowska A., Brzozowska A. From Drifting to Anchoring. Capturing the Experience of Ukrainian Migrants in Poland. *Central and Eastern European Migration Review*, 2017. 6(2). 103–122. <https://doi.org/10.17467/ceemr.2017.04>
- Hammond, L. This place will become home: Refugee repatriation to Ethiopia. Cornell University Press. 2004.
- Hayes A. F. Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (2nd ed.). Guilford Press. 2018.
- Hermans H. J. M. The dialogical self: Toward a theory of personal and cultural positioning. *Culture & Psychology*, 2001. 7(3). 243–281. <https://doi.org/10.1177/1354067X0173001>
- Hobfoll S. E., Halbesleben J., Neveu J.-P., & Westman M. Conservation of resources in the organizational context: The reality of resources and their consequences. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 2018. 5. 103–128. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640>
- IOM Ukraine. Displacement tracking matrix (DTM). Ukraine – Internal displacement report – Round 17. International Organization for Migration. 2024. <https://dtm.iom.int/ukraine>
- Janoff-Bulman R. Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma. Free Press. 1992/
- Kindler M., & Szulecka M. (2023). Messy Arrangements? A Social Networks Perspective on Migrant Labor Brokerage: The Case of Ukrainian Migration to Poland. *Polish Sociological Review*, 2023. 220(4). 457–484. <https://doi.org/10.26412/psr220.03>
- Kleim B., & Ehlers A. Evidence for a Curvilinear Relationship between Post-traumatic Growth and Posttrauma Depression and PTSD in Assault Survivors. *Journal of Traumatic Stress*, 2009. 22, 45–52. <https://doi.org/10.1002/jts.20378>
- EMN Austria. Displaced Persons from Ukraine: Summarizing Overview of Austrian Measures in the Period February 2022 to June 2023. International Organization for Migration (IOM), Vienna. 2024.
- Larsen J. T., McGraw A. P., & Cacioppo J. T. Can people feel happy and sad at the same time? *Journal of Personality and Social Psychology*, 2001. 81(4). 684–696. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.4.684>
- Levitt H. M., Bamberg M., Creswell J. W., Frost D. M., Josselson R., & Suárez-Orozco C. Journal article reporting standards for qualitative primary, qualitative meta-analytic, and mixed methods research in psychology. *American Psychologist*, 2018. 73(1), 26–46. <https://doi.org/10.1037/amp0000151>
- Long L. D., & Oxfeld E. (Eds.). Coming home? Refugees, migrants, and those who stayed behind. University of Pennsylvania Press. 2004. <https://doi.org/10.1086/jar.60.4.3631148>
- Lubkemann S. C. Culture in chaos: An anthropology of the social condition in war. University of Chicago Press. 2008.
- Malkki L. National Geographic: The rooting of peoples and the territorialization of national identity among scholars and refugees. *Cultural Anthropology*, 1992. 7(1). 24–44. <https://doi.org/10.1525/can.1992.7.1.02a00030>
- Masten A. S. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 2001. 56(3). 227–238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Ni Laoire C. The 'green green grass of home'? Return migration to rural Ireland. *Journal of Rural Studies*, 2007. 23(3). 332–344. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2007.01.005>
- Patton M. Q. Qualitative research & evaluation methods (3rd ed.). Sage Publications. 2002.
- Peseschkian N., & Peseschkian H. Positive Psychotherapy: Theory and practice of a new method. Springer. 2016. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-32219-4>
- Pieta M., & Rzeszutek M. Posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: Independent correlates of well-being among people living with HIV. *International Journal of Behavioral Medicine*, 2022. 30(3). 412–421. <https://doi.org/10.1007/s12529-022-10093-7>
- Pieta M., & Rzeszutek, M. Trajectories of posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: A one-year prospective study among people living with HIV. *PLOS ONE*, 2022. 17(9), e0275000. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275000>
- Zimmermann T., Mehnert-Theuerkauf A., & Koranyi N. Arrival beyond displacement: A qualitative study on the reconstruction of belonging in refugees with cancer. *Psycho-Oncology*, 2021. 30(11), 1930–1937. <https://doi.org/10.1002/pon.5730>
- Rapport N., & Dawson A. (Eds.). Migrants of identity: Perceptions of home in a world of movement. Berg. 1998.
- Reeger U., & Haase A. Experiencing forced migration: Challenges of arriving after displacement from Ukraine. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 2024. 50(13). 3396–3414. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2024.2323666>
- Scannell L., & Gifford R. Defining place attachment: A tripartite organizing framework. *Journal of Environmental Psychology*, 2010. 30(1). 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2009.09.006>
- Seeman M. On the meaning of alienation. *American Sociological Review*, 1959. 24(6). 783–791. <https://doi.org/10.2307/2088565>
- Shakespeare-Finch J., & Lurie-Beck J. A meta-analytic clarification of the relationship between posttraumatic growth and symptoms of posttraumatic distress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 2014. 28(2). 223–229. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.10.005>
- Sijbrandij M., Acarturk C., Lakin M., Rashied D., & Roberts B. Mental health and psychosocial support for refugees and other forcibly displaced persons: A scope review of the evidence. *Journal of Traumatic Stress*, 2022. 35(1). 12–25. <https://doi.org/10.1002/jts.22754>
- Stefansson A. H. Refugee returns to Sarajevo and their challenge to contemporary narratives of mobility. In L. D. Long & E.

- Oxford (Eds.), *Coming home? Refugees, migrants, and those who stayed behind* (pp. 170–186). University of Pennsylvania Press. 2004.
- Taku K., Tedeschi R. G., Shakespeare-Finch J., Krosch D., David G., & Calhoun, L. G. Posttraumatic growth (PTG) and posttraumatic depreciation (PTD) across ten countries: Global validation of the PTG-PTD theoretical model. *Personality and Individual Differences*, 2021. 169. Article 110222. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110222>
- Tedeschi R. G., & Calhoun L. G. The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 1996. 9(3). 455–471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Tong A., Sainsbury P., & Craig J. Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): A 32-item checklist for interviews and focus groups. *International Journal for Quality in Health Care*, 2007. 19(6). 349–357. <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzm042>
- Turner V. The ritual process: Structure and anti-structure. Aldine. 1969.
- Vertovec S. Transnationalism. Routledge. 2009. <https://doi.org/10.4324/9780203927083>
- Vigh H. Motion squared: A second look at the concept of social navigation. *Anthropological Theory*, 2009. 9(4). 419–438. <https://doi.org/10.1177/1463499609356044>
- Zoellner T., & Maercker A. Posttraumatic growth in clinical psychology – A critical review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 2006. 26(5). 628–653. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.01.008>

I. GORDIENKO-MITROFANOVA (Iya Gordienko-Mitrofanova)

Doctor of Psychological Sciences, Candidate of Philosophical Sciences, Professor

Professor at the Department of Psychology,

H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Ukraine

Sertified Psychologist-Psychotherapist in the Method of Positive Psychotherapy

e-mail: ikavgm@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-5332-0663>

V. SUKHAN (Viktoriia Sukhan)

Master of Psychology, School Counsellor,

Gadyach, Ukraine.

e-mail: suhanviktoriia@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-6676-3612>

BEYOND RESILIENCE AND TRAUMA: SEVEN POST-CRISIS IDENTITY TRAJECTORIES THROUGH THE TRANSCULTURAL POSITIVE PSYCHOTHERAPY LENS

Aim. The article presents the results of the empirical verification and theoretical expansion of the "Integrative Model of Existential Choice and Adaptation" (Iteration 1.2). The study aims to specify post-crisis identity trajectories among the civilian population during prolonged warfare, while substantiating the mediating role of resource spheres and the moderating role of existential continuums within the adaptation process. **Methods.** A sequential mixed-methods design was employed ($N > 600$). The empirical corpus comprised 102 semi-structured narrative interviews with residents of Kharkiv and the surrounding region, analyzed using reflexive thematic analysis (codebook approach). Additionally, an original five-step self-reflection tool was piloted ($N > 400$) using descriptive statistics to evaluate the subjective effectiveness of guided self-help interventions. **Results.** The findings support expanding the typology of belonging identity from three to seven distinct trajectories: transformed local, alienated local, multi-local, temporary evacuation, mono-local, liminal, and reintegrated. The "Activity" sphere (R2) was identified as an autonomous resource module facilitating the regulatory mechanism of adaptation. The functional roles of variables were formalized: existential continuums (C1–C6) act as moderators, while resource spheres (R1–R4) serve as mediators in the integration of traumatic experience. The dynamic coexistence of post-traumatic growth (PTG) and post-traumatic depreciation (PTD) was conceptualized as the predominant adaptive pattern. **Conclusions.** Successful adaptation is determined by the capacity for cognitive structuring of experience and the existential choice alignment with the selected identity trajectory. The developed self-reflection tool is validated as an effective psychological instrument, bridging the transcultural positive psychotherapy principles with evidence-based practice. **Keywords:** positive psychotherapy, existential choice, post-traumatic growth, post-traumatic depreciation, belonging identity, war trauma, guided self-help

References

- Gordienko-Mitrofanova, I., Bondarenko, N., Dokunina, O., Sukhan, V., & Krasilnykova, Y. (2026). *Integrative model of existential choice and adaptation on the principles of Peseshkian's transcultural positive psychotherapy (Kharkiv case)*. *The Global Psychotherapist*, 6(1). <https://doi.org/10.52982/lkj294> [in Ukrainian].
- Al-Ali, N., & Koser, K. (Eds.). (2002). *New approaches to migration: Transnational communities and the transformation of home*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203167144>
- Alba, R., & Nee, V. (2003). *Remaking the American mainstream: Assimilation and contemporary immigration*. Harvard University Press. <https://doi.org/10.4159/9780674020115>
- Andrushko, Y. (2024). Exploring resilience and its determinants in the forced migration of Ukrainian citizens: A psychological perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(11), Article 1487. <https://doi.org/10.3390/ijerph21111409>
- American Psychological Association. (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct* (2002, amended 2010, 2017). <https://www.apa.org/ethics/code/>
- Appadurai, A. (1996). *Modernity at large: Cultural dimensions of globalization*. University of Minnesota Press.
- Askland, H. H., & Bunn, M. (2018). Lived experiences of environmental change: Solastalgia, power and place. *Emotion, Space and Society*, 27, 16–22. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2018.02.003>
- Baker, J. M., Kelly, C., Calhoun, L. G., Cann, A., & Tedeschi, R. G. (2008). An examination of posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: Two independent processes influenced by perspective taking and cognitive processing. *Journal of Loss and Trauma*, 13(5), 450–465. <https://doi.org/10.1080/15325020802171367>
- Barbour, R. S. (2001). Checklists for improving rigour in qualitative research: A case of the tail wagging the dog? *BMJ*, 322(7294), 1115–1117. <https://doi.org/10.1136/bmj.322.7294.1115>
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>

- Basch, L., Glick Schiller, N., & Szanton Blanc, C. (1994). *Nations unbound: Transnational projects, postcolonial predicaments, and deterritorialized nation-states*. Gordon and Breach.
- Baumeister, R. F. (1986). *Identity: Cultural change and the struggle for self*. Oxford University Press.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology*, 46(1), 5–34. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x>
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6), 697–712. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2005.07.013>
- Bhabha, H. K. (1994). *The location of culture*. Routledge.
- Blackmore, R., Gray, K. M., Fazel, M., Jennings, G., Staneva, A., Fitzgerald, G., & Boyle, J. A. (2020). The prevalence of mental illness in refugees and asylum seekers: A systematic review and meta-analysis. *PLOS Medicine*, 17(9), Article e1003337. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003337>
- Blumer, H. (1954). What is wrong with social theory? *American Sociological Review*, 19(1), 3–10. <https://doi.org/10.2307/2088165>
- Boals, A. (2023). Illusory growth: A review of the viability of the concept of posttraumatic growth. *Journal of Traumatic Stress*, 36(5), 895–905. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102301>
- Boccagni, P., & Baldassar, L. (2015). Emotions on the move: Mapping the emergent field of emotion and migration. *Emotion, Space and Society*, 16, 73–80. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2015.06.009>
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Brewin, C. R. (2014). Episodic memory, perceptual memory, and their interaction: Foundations for a theory of posttraumatic stress disorder. *Psychological Bulletin*, 140(1), 69–97. <https://doi.org/10.1037/a0033722>
- Cann, A., Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., & Solomon, D. T. (2010). Posttraumatic growth and depreciation as independent experiences and predictors of well-being. *Journal of Loss and Trauma*, 15(3), 151–166. <https://doi.org/10.1080/15325020903375826>
- Cassarino, J. P. (2004). Theorising return migration: The conceptual approach to return migrants revisited. *International Journal on Multicultural Societies*, 6(2), 253–279. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=1730637
- Devine-Wright, P. (2009). Rethinking NIMBYism: The role of place attachment and place identity in explaining place-protective action. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 19(6), 426–441. <https://doi.org/10.1002/casp.1004>
- Devine-Wright, P. (Ed.). (2013). *Place attachment: Advances in theory, methods and applications*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203757765>
- Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 38(4), 319–345. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(99\)00123-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(99)00123-0)
- Erikson, K. T. (1976). *Everything in its path: Destruction of community in the Buffalo Creek flood*. Simon and Schuster.
- Fletcher, S., Mitchell, S., Curran, D., Armour, C., & Hanna, D. (2023). Empirically derived patterns of posttraumatic stress and growth: A systematic review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 24(5), 3132–3150. <https://doi.org/10.1177/15248380221129580>
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Washington Square Press.
- Shakespeare-Finch, J., & Lurie-Beck, J. (2014). A meta-analytic clarification of the relationship between posttraumatic growth and symptoms of posttraumatic distress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(2), 223–229. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.10.005>
- Gmelch, G. (1980). Return migration. *Annual Review of Anthropology*, 9, 135–159. <https://doi.org/10.1146/annurev.an.09.100180.001031>
- Gordienko-Mytrofanova, I., Bondarenko, N., & Dokunina, O. (2025). The 5-step model of self-reflection on choice and adaptation: Empirical verification of the integrative model of existential choice and adaptation within N. Peshchian's transcultural approach in positive psychotherapy. *Scientific Studies on Social and Political Psychology*, 31(2), 54–61. <https://doi.org/10.52982/lkij294>
- Gordon, M. M. (1964). *Assimilation in American life: The role of race, religion, and national origins*. Oxford University Press.
- Grzymala-Kazłowska A., Brzozowska A. (2017). From Drifting to Anchoring. Capturing the Experience of Ukrainian Migrants in Poland. *Central and Eastern European Migration Review* 6(2): 103–122. <https://doi.org/10.17467/ceemr.2017.04>
- Hammond, L. (2004). *This place will become home: Refugee repatriation to Ethiopia*. Cornell University Press.
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). Guilford Press.
- Hermans, H. J. M. (2001). The dialogical self: Toward a theory of personal and cultural positioning. *Culture & Psychology*, 7(3), 243–281. <https://doi.org/10.1177/1354067X0173001>
- Hobfoll, S. E., Halbesleben, J., Neveu, J.-P., & Westman, M. (2018). Conservation of resources in the organizational context: The reality of resources and their consequences. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 5, 103–128. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640>
- IOM. (2024). *Displacement tracking matrix (DTM). Ukraine – Internal displacement report – Round 17*. International Organization for Migration. <https://dtm.iom.int/ukraine>
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. Free Press.
- Kindler, M., & Szulecka, M. (2023). Messy Arrangements? A Social Networks Perspective on Migrant Labor Brokerage: The Case of Ukrainian Migration to Poland. *Polish Sociological Review*, 220(4), 457–484. <https://doi.org/10.26412/psr220.03>
- Kleim, B., & Ehlers, A. (2009). Evidence for a Curvilinear Relationship between Post-traumatic Growth and Posttrauma Depression and PTSD in Assault Survivors. *Journal of Traumatic Stress*, 22, 45–52. <https://doi.org/10.1002/jts.20378>
- EMN Austria. (2024). *Displaced Persons from Ukraine: Summarizing Overview of Austrian Measures in the Period February 2022 to June 2023*. International Organization for Migration (IOM), Vienna.
- Larsen, J. T., McGraw, A. P., & Cacioppo, J. T. (2001). Can people feel happy and sad at the same time? *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(4), 684–696. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.81.4.684>
- Levitt, H. M., Bamberg, M., Creswell, J. W., Frost, D. M., Josselson, R., & Suárez-Orozco, C. (2018). Journal article reporting standards for qualitative primary, qualitative meta-analytic, and mixed methods research in psychology. *American Psychologist*, 73(1), 26–46. <https://doi.org/10.1037/amp0000151>
- Long, L. D., & Oxfeld, E. (Eds.). (2004). *Coming home? Refugees, migrants, and those who stayed behind*. University of Pennsylvania Press. <https://doi.org/10.1086/jar.60.4.3631148>
- Lubkemann, S. C. (2008). *Culture in chaos: An anthropology of the social condition in war*. University of Chicago Press.

- Malkki, L. (1992). National Geographic: The rooting of peoples and the territorialization of national identity among scholars and refugees. *Cultural Anthropology*, 7(1), 24–44. <https://doi.org/10.1525/can.1992.7.1.02a00030>
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227–238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Ni Laoire, C. (2007). The 'green grass of home'? Return migration to rural Ireland. *Journal of Rural Studies*, 23(3), 332–344. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2007.01.005>
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research & evaluation methods* (3rd ed.). Sage Publications
- Peseschkian, N., & Peseschkian, H. (2016). *Positive Psychotherapy: Theory and practice of a new method*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-32219-4>
- Pieta, M., & Rzeszutek, M. (2022). Posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: Independent correlates of well-being among people living with HIV. *International Journal of Behavioral Medicine*, 30(3), 412–421. <https://doi.org/10.1007/s12529-022-10093-7>
- Pieta, M., & Rzeszutek, M. (2022). Trajectories of posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: A one-year prospective study among people living with HIV. *PLOS ONE*, 17(9), e0275000. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275000>
- Zimmermann, T., Mehnert-Theuerkauf, A., & Koranyi, N. (2021). Arrival beyond displacement: A qualitative study on the reconstruction of belonging in refugees with cancer. *Psycho-Oncology*, 30(11), 1930–1937. <https://doi.org/10.1002/pon.5730>
- Rapport, N., & Dawson, A. (Eds.). (1998). *Migrants of identity: Perceptions of home in a world of movement*. Berg.
- Reeger, U., & Haase, A. (2024). Experiencing forced migration: Challenges of arriving after displacement from Ukraine. *Journal of Ethnic and Migration Studies*, 50(13), 3396–3414. <https://doi.org/10.1080/1369183X.2024.2323666>
- Scannell, L., & Gifford, R. (2010). Defining place attachment: A tripartite organizing framework. *Journal of Environmental Psychology*, 30(1), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2009.09.006>
- Seeman, M. (1959). On the meaning of alienation. *American Sociological Review*, 24(6), 783–791. <https://doi.org/10.2307/2088565>
- Shakespeare-Finch, J., & Lurie-Beck, J. (2014). A meta-analytic clarification of the relationship between posttraumatic growth and symptoms of posttraumatic distress disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(2), 223–229. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.10.005>
- Sijbrandij, M., Acarturk, C., Lakin, M., Rashied, D., & Roberts, B. (2022). Mental health and psychosocial support for refugees and other forcibly displaced persons: A scope review of the evidence. *Journal of Traumatic Stress*, 35(1), 12–25. <https://doi.org/10.1002/jts.22754>
- Stefansson, A. H. (2004). Refugee returns to Sarajevo and their challenge to contemporary narratives of mobility. In L. D. Long & E. Oxfeld (Eds.), *Coming home? Refugees, migrants, and those who stayed behind* (pp. 170–186). University of Pennsylvania Press.
- Taku, K., Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Krosch, D., & Calhoun, L. G. (2021). Posttraumatic growth (PTG) and posttraumatic depreciation (PTD) across ten countries: Global validation of the PTG-PTD theoretical model. *Personality and Individual Differences*, 169, Article 110222. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110222>
- 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>
- Tong, A., Sainsbury, P., & Craig, J. (2007). Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): A 32-item checklist for interviews and focus groups. *International Journal for Quality in Health Care*, 19(6), 349–357. <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzm042>
- Turner, V. (1969). *The ritual process: Structure and anti-structure*. Aldine.
- Vertovec, S. (2009). *Transnationalism*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203927083>
- Vigh, H. (2009). Motion squared: A second look at the concept of social navigation. *Anthropological Theory*, 9(4), 419–438. <https://doi.org/10.1177/1463499609356044>
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology – A critical review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 26(5), 628–653. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.01.008>

Конфлікт інтересів: автори заявляють про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 24.03.2026 (The article was received by the editors 24.03.2026)

Стаття рекомендована до друку 25.04.2026 (The article is recommended for printing 25.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

УДК 159.964.28

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-04

Н.В. КАНТАРЬОВА (Наталія Василівна Кантарьова)

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри психіатрії, наркології, клінічної психології та психотерапії

Одеський національний медичний університет,

Валіховський провулок, 2, м. Одеса, Україна

e-mail: 123natk@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0002-4817-2277>

ПСИХОАНАЛІТИЧНЕ ОСМИСЛЕННЯ СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ У СУЧАСНОМУ ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

У статті здійснено теоретичне осмислення феномену ситуації невизначеності у сучасному психологічному консультуванні крізь призму психоаналітичного підходу. Актуальність дослідження зумовлена зростанням запитів на психологічну допомогу в умовах соціальної нестабільності, воєнної травматизації, вимушеної міграції та трансформації життєвих ролей, що формують масовий досвід втрати прогнозованості й внутрішніх опор. Показано, що невизначеність у консультативній практиці проявляється не лише як зовнішня проблема, а як глибинний психічний стан, пов'язаний із тривогою, порушенням символізації, нестабільністю ідентичності та актуалізацією ранніх об'єктних відносин. Проаналізовано класичні й сучасні психоаналітичні концепції, у межах яких невизначеність розглядається як структурна характеристика психічного життя, що активізує захисні механізми та несвідомі сценарії повторення. Обґрунтовано, що в ситуації втрати життєвої визначеності консультативний запит часто маскує глибинний конфлікт між потребою в автономії та прагненням зовнішньої опори. Особливу увагу приділено ролі перенесення й контрперенесення, утримуючого середовища та розвитку здатності до символізації й менталізації як ключових механізмів трансформації переживання невизначеності у процесі психологічної допомоги. Визначено специфіку психоаналітично орієнтованого консультування, у якому робота спрямована не на швидке усунення невизначеності, а на формування здатності клієнта витримувати відкритість майбутнього, інтегрувати амбівалентність досвіду та відновлювати суб'єктну позицію у прийнятті життєвих рішень. Окреслено методологічні обмеження класичної психоаналітичної моделі в умовах масової соціальної нестабільності й обґрунтовано необхідність інтеграції психодинамічної перспективи з сучасними доказовими підходами психологічної допомоги. Визначено перспективи подальших досліджень, пов'язані з емпіричною верифікацією психоаналітичних моделей роботи з невизначеністю та розробкою адаптованих форматів короткострокового консультування в умовах тривалого кризового контексту.

Ключові слова: психоаналітичний підхід; ситуація невизначеності; психологічне консультування; тривога; символізація; перенесення; суб'єктна визначеність

Вступ. Ситуація невизначеності стала однією з ключових характеристик сучасного життєвого простору особистості. Соціальні трансформації, війна, вимушена міграція, зміна професійних і сімейних ролей, нестабільність майбутнього формують контекст, у якому традиційні уявлення про планування, контроль і прогнозованість втрачають регулятивну функцію. У психологічній практиці це проявляється зростанням запитів, пов'язаних не лише з конкретними симптомами, а з дифузним переживанням втрати внутрішніх опор, тривоги перед вибором і неможливості визначити власну життєву перспективу. Українські дослідники підкреслюють, що сучасна психологічна допомога дедалі частіше має справу не з «проблемою», а із кризою суб'єктивної визначеності як такої (Великодна, 2023; Муренко, 2024; Титаренко, 2024).

У світовій психології феномен невизначеності розглядається як один із центральних стресогенних чинників, що активізує глибинні механізми психічної регуляції. Дослідження показують, що невизначеність не зводиться лише до когнітивного дефіциту інформації, а виступає екзистенційним і афективним станом, який торкається ідентичності та відчуття безперервності «Я» (Carleton, 2016; Grupe, Nitschke, 2013). Саме тому у

консультативній практиці робота з невизначеністю потребує підходів, здатних виходити за межі раціонального опрацювання ситуації та звертатися до несвідомих смислотворчих процесів.

Психоаналіз історично сформувався як теорія і практика роботи з тривогою, внутрішнім конфліктом і символічною організацією досвіду. Класичні та сучасні психоаналітичні концепції розглядають невизначеність як стан, у якому активізуються ранні об'єктні відносини, базові способи захисту та первинні уявлення про безпеку і небезпеку світу (Winnicott, 1965; Kernberg, 2004; Lemma, 2016). В українському психоаналітичному дискурсі також підкреслюється, що переживання невизначеності актуалізує архаїчні рівні психічної організації і потребує «утримуючого» простору терапевтичних відносин для відновлення здатності до символізації і вибору (Хайрулін, 2017; Фролова, 2024).

У сучасному психологічному консультуванні це зумовлює необхідність переосмислення запиту клієнта не лише як потреби у пораді або підтримці, а як прояву несвідомої динаміки, пов'язаної з втратою внутрішніх структур визначеності. Психоаналітична перспектива дозволяє розглядати консультативний процес як простір, у якому невизначеність може бути витримана,

Як цитувати: Кантарьова, Н.В. (2026). Психоаналітичне осмислення ситуації невизначеності у сучасному психологічному консультуванні. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 35-40. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-04>

In cites: Kantarova, N. (2026). Psychoanalytical Uncertainty Understanding in Contemporary Psychological Counseling. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 35-40. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-04> (in Ukrainian)

© Кантарьова, Н.В., 2026; CC BY 4.0 license

осмислена й поступово інтегрована у суб'єктивний досвід, а не лише «усунена» через зовнішні рекомендації (Abbass, Town, 2014; Gabbard, 2017).

Метою цієї статті є теоретичне осмислення феномену ситуації невизначеності у сучасному психологічному консультуванні з позицій психоаналітичного підходу та визначення його потенціалу для розуміння сучасного консультативного запиту.

Методи дослідження. Дослідження має теоретико-аналітичний характер і ґрунтується на комплексному застосуванні методів якісного аналізу наукових джерел та концептуального узагальнення. Основним методологічним підходом виступає психоаналітична парадигма, у межах якої здійснюється інтерпретація феномену ситуації невизначеності як багатовимірного психічного процесу, пов'язаного з несвідомими конфліктами, механізмами символізації та об'єктивними відносинами.

У процесі роботи використано метод теоретичного аналізу і систематизації класичних та сучасних психоаналітичних концепцій, що дозволило визначити ключові підходи до розуміння тривоги, невизначеності та консультативного запиту в психодинамічній традиції. Застосовано порівняльно-концептуальний аналіз для співвіднесення психоаналітичних моделей із сучасними уявленнями про невизначеність у психологічній науці та практиці.

Результати. Психоаналітичний підхід до розуміння ситуації невизначеності ґрунтується на уявленні про психіку як динамічну систему, у якій внутрішній конфлікт, тривога і захисні процеси формують спосіб переживання реальності. Уже в класичній моделі З. Фрейда тривога розглядалася не лише як реакція на зовнішню загрозу, а як сигнал внутрішньої небезпеки – ризику втрати контролю над імпульсами або порушення цілісності «Я» (Freud, 1926). У цьому контексті невизначеність постає як стан, що активізує первинну тривогу і виводить на поверхню конфлікт між потягами, вимогами реальності та заборонами над-Я. Саме тому у психоаналітичній традиції невизначеність не редукується до нестачі інформації, а осмислюється як структурна характеристика психічного життя, у якому остаточно визначеність завжди принципово недосяжна (Gabbard, 2017).

Подальший розвиток психоаналізу розширив це бачення за рахунок об'єктивних теорій. М. Кляйн розглядала ранній досвід дитини як початково «невизначений» простір, у якому ще не сформовані сталі образи себе й іншого. Переживання загрози втрати об'єкта або руйнування зв'язку активізує примітивні захисти, зокрема розщеплення й проєкцію, що дозволяють тимчасово впоратися з нестерпною невизначеністю внутрішнього світу (Klein, 1946). Таким чином, здатність витримувати неоднозначність і суперечливість досвіду постає як показник зрілості психічної організації.

У працях Д. Віннікотта невизначеність пов'язується з базовим відчуттям безперервності буття. Порушення «утримуючого середовища» у ранньому розвитку призводить до формування крихкого «Я», яке у дорослому житті гостро реагує на ситуації нестабільності

й втрати опору (Winnicott, 1965). Консультативний і терапевтичний простір у цій логіці розглядається як символічне відтворення первинного середовища, де клієнт отримує можливість поступово інтегрувати досвід невизначеності, не руйнуючи цілісності власної ідентичності.

Центральною для психоаналітичної методології є концепція несвідомого як простору символічного опрацювання досвіду. Несвідоме не лише зберігає витіснені конфлікти, але й виступає своєрідною «сценічною площею», де суб'єкт намагається надати форму тому, що в актуальній свідомості ще не піддається означенню. Сучасні автори підкреслюють, що у ситуації невизначеності саме символічна функція психіки зазнає перевантаження: людина переживає «дефіцит означення» подій, втрату здатності наративно впорядковувати власний досвід (Lemma, 2016; Fonagy et al., 2018). У таких умовах консультативний діалог набуває значення простору спільного «пошуку слів» для ще не сформованого переживання.

Українські дослідники психодинамічного напрямку також наголошують, що сучасний клієнт часто звертається не з чітко сформульованою проблемою, а з переживанням «розмитості» життєвої перспективи, втрати відчуття напрямку і внутрішньої визначеності. Це інтерпретується як актуалізація ранніх конфліктів автономії та залежності, а також як наслідок культурної ситуації тривалої соціальної нестабільності (Фролова, 2024; Хайрулін, 2017). У цьому контексті психоаналітичний підхід дозволяє розглядати невизначеність не як зовнішню проблему, а як прояв глибинної організації суб'єктивного досвіду.

Сучасні психоаналітичні інтерпретації дедалі частіше звертаються до проблеми нестабільності ідентичності. В умовах «рідкої сучасності», за влучним висловом Z. Bauman, ідентичність втрачає характер сталої структури й набуває процесуальної, фрагментарної форми. Психоаналітична література описує це як зростання нарцистичних і прикордонних способів організації особистості, для яких характерна низька толерантність до невизначеності та потреба у зовнішніх опорах (Kernberg, 2004; Caligor, Clarkin, 2010).

У вітчизняному психологічному дискурсі ця проблематика набуває особливої актуальності в умовах воєнної та соціальної турбулентності. Дослідження українських авторів вказують, що масовий досвід невизначеності формує колективні сценарії тривоги, втрати базової довіри до світу і потреби у «психологічних контейнерах» для переживання невизначеного майбутнього (Хайрулін, 2017; Брук, 2022). Психоаналітична перспектива у цьому контексті відкриває можливість працювати не лише з індивідуальним симптомом, а з глибинними механізмами формування суб'єктивної визначеності як такої.

У межах психоаналітичної парадигми ситуація невизначеності постає як багатовимірний психічний феномен – від ранніх об'єктивних відносин і символічної функції до сучасних форм нестабільності ідентичності. Це створює підґрунтя для подальшого аналізу специфіки психологічного консультування, у якому робота з невизначеністю стає не лише допомогою у

прийнятті рішення, а процесом відновлення здатності витримувати відкритість власного життєвого горизонту.

У сучасній практиці психологічного консультування запит клієнта дедалі рідше постає як чітко сформульована проблема і дедалі частіше – як звернення з приводу переживання втрати визначеності. Людина приходить не стільки за відповіддю, скільки з досвідом «незнання, як жити далі», відчуттям зупинки життєвого руху або розмитості власної позиції. У психоаналітичній перспективі такий запит розглядається не лише як реакція на зовнішні обставини, а як актуалізація глибинної динаміки, пов'язаної з порушенням внутрішніх структур, що забезпечують відчуття цілісності та напрямку життя. Дослідження показують, що саме ситуації невизначеності є одним із провідних чинників звернення по психологічну допомогу у сучасних умовах, оскільки вони активізують первинні тривоги і несвідомі потреби у «зовнішньому опорному об'єкті» (Lemma, 2016).

Невизначеність як джерело консультативного запиту має особливу психодинамічну специфіку. Клієнт часто формулює проблему у термінах зовнішньої ситуації – професійний вибір, розрив стосунків, вимушене переміщення, втрата життєвого плану. Проте у процесі консультативної взаємодії виявляється, що справжній запит пов'язаний із нездатністю витримувати стан відкритості майбутнього. Це відповідає психоаналітичному розумінню симптома як компромісного утворення, яке маскує глибинний конфлікт між прагненням автономії і потребою у безпеці (Gabbard, 2017). Українські дослідники також підкреслюють, що сучасний клієнт часто звертається не з «проблемою», а з кризою суб'єктивної визначеності, яка переживається як втрата внутрішнього дозволу на вибір (Фролова, 2024).

У ситуації вибору та прийняття рішень активізуються несвідомі сценарії і повторення, що формують характерний для клієнта спосіб реагування на невизначеність. Психоаналітична теорія описує це як тенденцію до відтворення знайомих внутрішніх конфігурацій у нових життєвих обставинах. Людина несвідомо обирає ситуації, у яких повторюється досвід залежності, відкидання або боротьби за визнання, навіть якщо зовні прагне змін (Freud, 1920; Kernberg, 2004). У консультативному процесі це проявляється у циклічних сумнівах, відкладанні рішення або у виборі, що пізніше переживається як нав'язаний «зовнішніми обставинами». Сучасні автори зазначають, що в умовах соціальної нестабільності такі повторення посилюються, оскільки зовнішня невизначеність резонує з внутрішньою нестабільністю ранніх об'єктних відносин (Caligor, Clarkin, 2010; Lemma, 2016).

Особливу роль у психоаналітичному розумінні консультативного запиту відіграють феномени перенесення і контрперенесення. В умовах нестабільності життєвих орієнтирів консультант стає для клієнта фігурою, на яку проєктуються очікування щодо надання визначеності, захисту або готової відповіді. Це може набувати форм ідеалізації консультанта як «того, хто знає», або, навпаки, його девальвації у разі відсутності пшидких рішень. Такі реакції відображають ранні досвіди взаємодії з первинними об'єктами і спосіб, у

який у дитинстві формувалося відчуття безпеки в умовах невизначеності (Winnicott, 1965; Gabbard, 2017). Українські психодинамічні дослідження також підкреслюють, що у ситуаціях масової соціальної нестабільності перенесення у консультативних відносинах часто насичене очікуваннями «рятівної» або «опорної» функції психолога, що потребує особливої уваги до власних контрпереносних реакцій фахівця (Кравцова, 2025).

Контрперенесення у роботі з клієнтом, який перебуває у стані невизначеності, часто включає почуття безпорадності, бажання «дати пораду» або, навпаки, уникнути відповідальності за вибір клієнта. Сучасна психоаналітична література розглядає ці реакції як важливий інструмент розуміння внутрішнього стану клієнта, оскільки вони відтворюють його ранній досвід взаємодії з об'єктом, який або витримує невизначеність, або намагається її негайно усунути (Fonagy et al., 2018; Lemma, 2016). Саме тому робота з перенесенням у консультативному процесі стає ключовим механізмом трансформації запиту: від прагнення отримати готове рішення – до здатності клієнта самостійно витримувати відкритість майбутнього.

Психологічне консультування в ситуації невизначеності відрізняється від роботи з чітко окресленою проблемою тим, що центральним об'єктом допомоги стає не стільки «подія», скільки спосіб її переживання. Клієнт приносить у кабінет досвід відкритого майбутнього, який часто переживається як загроза цілісності, втрата внутрішніх опор і неможливість надати сенс тому, що відбувається. Відтак консультативний процес орієнтується на відновлення здатності витримувати невизначеність, поступово інтегруючи її у суб'єктивний досвід, а не на пшидке «закриття» ситуації порадою або готовим рішенням (Gabbard, 2017; Lemma, 2016).

Разом із тим, консультування в умовах невизначеності передбачає тонкий баланс між підтримкою і інтерпретацією. Надмірна інтерпретація на ранніх етапах може сприйматися клієнтом як вторгнення або як спроба «раціоналізувати» досвід, який ще не має достатньої психічної форми. Натомість виключно підтримувальна позиція ризикує закріпити залежність від консультанта як зовнішньої опори. Тому методологічно доцільним є поєднання підтримувальних інтервенцій (уточнення, нормалізація афекту, стабілізація) з поступовим введенням інтерпретативних елементів – насамперед там, де клієнт готовий витримувати двозначність і досліджувати власний внутрішній конфлікт (Lemma, 2016; Gabbard, 2017).

Робота з тривогою в ситуації невизначеності має специфіку: тривога тут часто позбавлена конкретного об'єкта і переживається як загальна загроза, що «розливається» на всі сфери життя. Психодинамічна логіка припускає, що така тривога активізує ранні захисти та несвідомі сценарії, тому консультант важливо не підмінювати її пшидкими поведінковими рекомендаціями, а допомагати клієнту розрізняти рівні переживання: що є реалістичною реакцією на зовнішню нестабільність, а що – резонансом внутрішніх конфліктів і ранніх досвідів втрати опори (Kernberg, 2004; Fonagy et al., 2018). Ефективними тут є інтервенції,

спрямовані на підвищення менталізаційної здатності: формування вміння бачити власні стани як психічні події, що мають причини, динаміку і можуть бути осмислені (Fonagy et al., 2018). Це узгоджується з сучасними підходами до психотерапевтичної роботи, де здатність утримувати невизначеність розглядається як маркер психологічної зрілості і стійкості (Carleton, 2016).

Однією з ключових цілей консультування в ситуації невизначеності є формування здатності до символізації – тобто переведення сирого афективного досвіду у слова, образи, наративи, що роблять переживання більш інтегрованими. У психоаналітичній традиції символізація вважається центральним механізмом психічної переробки: те, що не може бути символізоване, повертається у вигляді тривоги, соматизації або повторюваних дезадаптивних дій (Lemma, 2016). Консультативний діалог у цьому сенсі виступає як процес спільного «породження значення», де консультант не нав'язує готових смислів, а підтримує клієнта в артикуляції того, що раніше існувало у формі безіменної напруги. Українські дослідники відзначають, що в умовах соціальної нестабільності та травматичних подій здатність до наративної організації досвіду часто порушується, а тому відновлення мовної та смислової зв'язності переживання стає базовою задачею психологічної допомоги (Муренко, 2024; Хайрулін, 2017; Фролова, 2024).

Прийняття рішення у ситуації невизначеності в психодинамічній логіці не редукується до вибору «правильного варіанта». Йдеться про відновлення внутрішньої суб'єктності – здатності визнавати власні бажання, витримувати амбівалентність, брати відповідальність і переносити неминучі втрати, які супроводжують будь-який вибір. Саме тому консультативна робота спрямовується на те, щоб клієнт міг розпізнати несвідомі мотиви, що блокують рішення (страх провини, страх втрати любові, нарцистичну вразливість), і поступово перейти від імпульсивних або унікальних стратегій до більш інтегрованого способу дії (Gabbard, 2017; Kernberg, 2004).

Отже, консультування в ситуації невизначеності потребує від фахівця поєднання стабільної рамки, здатності «утримувати» афект, гнучкого балансу між підтримкою та інтерпретацією, а також цілеспрямованої роботи зі символізацією. У такій оптиці психологічна допомога стає не лише відповіддю на актуальну життєву складність, а процесом відновлення внутрішніх опор, завдяки яким невизначеність може бути витримана, осмислена і трансформована у можливість вибору.

Обговорення. Застосування психоаналітичного підходу до осмислення ситуації невизначеності у психологічному консультуванні відкриває широкі можливості, проте водночас виявляє низку теоретичних і методологічних обмежень. Насамперед класична психоаналітична модель формувалася в умовах відносно стабільного соціального контексту і переважно орієнтувалася на внутрішні конфлікти індивіда. Сучасна ситуація хронічної соціальної нестабільності, війни та масового переживання невизначеності ставить питання про необхідність переосмислення співвідношення внутрішнього і зовнішнього у структурі психічного страждання. Частина критиків зазначає, що традиційний

психоаналіз ризикує «інтрапсихізувати» ті феномени, які мають суттєву соціальну й культурну детермінацію (Gabbard, 2017; Lemma, 2016). В українському контексті ця проблема набуває особливої актуальності, оскільки масовий досвід втрати безпеки і прогнозованості не може бути повністю пояснений лише ранніми об'єктивними відносинами чи індивідуальними структурами особистості (Кравцова, 2025; Фролова, 2024).

Ще одним теоретичним обмеженням є складність операціоналізації психоаналітичних понять у дослідженнях невизначеності. Такі категорії, як «утримуюче середовище», «символізація», «несвідомий сценарій» або «перенесення», важко піддаються прямому емпіричному виміру, що створює дистанцію між психоаналітичною теорією і доказовими стандартами сучасної психологічної науки (Fonagy et al., 2018). Українські дослідники також вказують на потребу адаптації психодинамічних моделей до сучасних стандартів психологічної допомоги, де значущою є не лише глибинність інтерпретації, а й доказовість ефективності втручань (Великодна, 2023).

Актуальні виклики для практики консультування в умовах невизначеності пов'язані насамперед із масштабом запиту на психологічну допомогу та обмеженістю ресурсів. Сучасний консультант дедалі частіше працює з клієнтами, для яких невизначеність є не тимчасовою кризою, а тривалим життєвим контекстом. Це вимагає поєднання глибинного підходу до розуміння внутрішніх конфліктів із прагматичною орієнтацією на стабілізацію функціонування та підтримку повсякденних рішень. (Gabbard, 2017; Lemma, 2016).

В українському соціокультурному просторі додатковим викликом стає поєднання індивідуального та колективного вимірів переживання невизначеності. Консультативна практика дедалі більше стикається з ситуаціями, де внутрішні конфлікти резонують із травматизованим соціальним контекстом, що потребує розширення психоаналітичної оптики у бік соціально-психологічного і культурного аналізу (Муренко, 2024; Великодна, 2023). Це відкриває перспективу розвитку моделей консультування, які інтегрують психодинамічне розуміння несвідомих процесів із підходами, чутливими до контексту війни, втрат і тривалої нестабільності.

Висновки. Проведений теоретичний аналіз дозволяє стверджувати, що ситуація невизначеності у сучасному соціокультурному контексті набула статусу одного з провідних психологічних викликів, який безпосередньо впливає на структуру консультативного запиту та специфіку психологічної допомоги. Невизначеність постає не лише як зовнішня життєва обставина, а як внутрішньо переживаний стан, що порушує відчуття цілісності, прогнозованості та суб'єктної здатності до вибору. У цьому вимірі психоаналітичний підхід виявляється методологічно продуктивним, оскільки дозволяє розглядати переживання невизначеності у взаємозв'язку з ранніми об'єктивними відносинами, несвідомими конфліктами та механізмами символічного опрацювання досвіду.

Показано, що у консультативній практиці невизначеність часто виступає прихованим ядром

звернення по допомогу, активізуючи тривогу, амбівалентність і дезорганізацію, а також специфічні захисні стратегії уникання або пошуку зовнішніх опор.

Обґрунтовано, що ефективне консультування в ситуації невизначеності передбачає створення утримуючого середовища, у якому клієнт може витримувати інтенсивні афекти без руйнівної втрати внутрішніх опор. Послання підтримувальних і інтерпретативних інтервенцій, розвиток здатності до символізації та менталізації, а також поступове формування суб'єктної позиції під час прийняття рішень розглядаються як ключові механізми психоаналітично орієнтованої допомоги.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з необхідністю емпіричної верифікації психоаналітичних моделей роботи з невизначеністю, розвитком методів операціоналізації ключових психодинамічних понять і створенням адаптованих форматів короткострокового консультування в умовах тривалої соціальної нестабільності. Подальший розвиток психоаналітично орієнтованого консультування у роботі з невизначеністю потребує одночасно збереження його глибинного теоретичного потенціалу і відкритості до міждисциплінарної взаємодії та емпіричної перевірки. Саме у цій напрузі між клінічною традицією і вимогами сучасної доказової психології формується перспектива створення нових, більш адаптованих до реалій сучасного світу моделей психологічної допомоги.

Таким чином, психоаналітичне осмислення ситуації невизначеності у сучасному психологічному консультуванні дозволяє не лише глибше зрозуміти природу сучасного психологічного запиту, а й окреслити перспективи розвитку психологічної допомоги, спрямованої на відновлення здатності особистості витримувати відкритість майбутнього та здійснювати усвідомлений життєвий вибір.

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

Список використаних джерел

1. Брук Р. Архетипічний підхід до терапії посттравматичного розладу у військових (комбатантів). *Психологія і суспільство*. 2022. № 2. С. 135–149. URL: <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1181>
2. Великодні М. Психоаналіз і психоаналітична психотерапія як доказова практика: огляд емпіричних даних про ефективність роботи з дорослими. *Український*

психоаналітичний журнал. 2023. Т. 1. № 2. С. 39–47. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-2-5>

3. Кравцова А. Безпорадність у контрперенесенні: особливості психотерапевтичної роботи з дітьми, коли дитинство і терапії закінчуються, а війна – ні. *Український психоаналітичний журнал*. 2025. Т. 3. № 1. С. 18–25. <https://doi.org/10.32782/upj/2025-3-1-3>
4. Муренко Х. На межі можливостей: психоаналітичні роздуми в пошуках опор. *Український психоаналітичний журнал*. 2024. Т. 2. № 1. С. 77–86. <https://doi.org/10.32782/upj/2024-1-9>
5. Фролова Н. Психологічні особливості травматичного досвіду українців під час війни. *Психологія і суспільство*. 2024. Т. 89. № 1. С. 188–196. URL: <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1251>
6. Хайрулін О. Значеннєво-смісловий горизонт невизначеності як психологічної категорії. *Психологія і суспільство*. 2017. № 4(70). С. 56–81. <https://doi.org/10.35774/pis2017.04.056>
7. Abbass A., Town J. M. Short-term dynamic psychotherapy: An overview and clinical guide. Washington : American Psychological Association, 2014. 240 p. <https://doi.org/10.1037/14373-000>
8. Gabbard G. O. Psychodynamic psychiatry in clinical practice. 5th ed. Washington : American Psychiatric Publishing, 2017. 648 p.
9. Caligor E., Clarkin J. F. An object relations model of personality and personality pathology. *Psychodynamic Psychiatry*. 2010. Vol. 38(3). P. 387–411. <https://doi.org/10.1521/pdps.2010.38.3.387>
10. Carleton R. N. Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*. 2016. Vol. 39. P. 30–43. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.02.007>
11. Fonagy P., Gergely G., Jurist E., Target M. Affect regulation, mentalization and the development of the self. London : Routledge, 2018. 520 p.
12. Freud S. Beyond the pleasure principle. London : Hogarth Press, 1920. 192 p.
13. Freud S. Inhibitions, symptoms and anxiety. London : Hogarth Press, 1926. 236 p.
14. Grupe D. W., Nitschke J. B. Uncertainty and anticipation in anxiety. *Nature Reviews Neuroscience*. 2013. Vol. 14(7). P. 488–501. <https://doi.org/10.1038/nrn3524>
15. Klein M. Notes on some schizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*. 1946. Vol. 27. P. 99–110.
16. Kernberg O. F. Aggressivity, narcissism and self-destructiveness in the psychotherapeutic relationship. New Haven : Yale University Press, 2004. 248 p.
17. Lemma A. Introduction to the practice of psychoanalytic psychotherapy. 2nd ed. Chichester : Wiley-Blackwell, 2016. 224 p.
18. Winnicott D. W. The maturational processes and the facilitating environment. London : Hogarth Press, 1965. 276 p.

N. KANTAROVA (Kantarova Nataliia)

PhD in Psychology, Associate Professor,
Department of Psychiatry, Addiction Medicine, Clinical Psychology, and Psychotherapy
Odessa National Medical University,
Valikborsky Lane, 2, Odessa, Ukraine
e-mail: 123natk@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0002-4817-2277>

PSYCHOANALYTICAL UNCERTAINTY UNDERSTANDING IN CONTEMPORARY PSYCHOLOGICAL COUNSELING

The article provides a theoretical understanding of the uncertainty phenomenon in modern psychological counselling through the psychoanalytic approach prism. The relevance of the study is due to the growing demand for psychological assistance in conditions of social instability, war trauma, forced migration, and life roles transformation, which form a mass experience of predictability and internal support

loss. It is shown that uncertainty in counselling practice manifests itself not only as an external problem, but also as a deep psychological state associated with anxiety, symbolization disorders, identity instability, and the actualization of early object relations. Classic and contemporary psychoanalytic concepts are analyzed, within which uncertainty is considered a structural characteristic of mental life that activates defence mechanisms and unconscious repetition scenarios. It is argued that in situations of life certainty loss, a request for consultation often masks a deep conflict between the need for autonomy and the desire for external support. Particular attention is paid to the role of transference and countertransference, the containing environment, and the development of the ability to symbolize and mentalize as key mechanisms for transforming the uncertainty experience in the psychological assistance process. The specifics of psychoanalytically oriented counselling are identified, in which the work is aimed not at quickly eliminating uncertainty, but at forming the client's ability to withstand the openness of the future, integrate the ambivalence of experience, and restore the subject position in making life decisions. The methodological limitations of the classical psychoanalytic model in mass social instability conditions are outlined, and the need to integrate the psychodynamic perspective with modern evidence-based approaches to psychological assistance is justified. Prospects for further research are identified, related to the empirical verification of psychoanalytic models of working with uncertainty and the development of adapted formats for short-term counselling in a prolonged crisis context.

Keywords: *psychoanalytic approach; situation of uncertainty; psychological counselling; anxiety; symbolization; transference; subject certainty*

References

- Brook, R. (2022). Archetypal approach to therapy of post-traumatic disorder in military combatants. *Psychology and Society*, (2), 135–149. <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1181> [in Ukrainian].
- Velykodna, M. (2023). Psychoanalysis and psychoanalytic psychotherapy as evidence-based practice: Review of empirical data on effectiveness in adults. *Ukrainian Psychoanalytic Journal*, 1(2), 39–47. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-2-5> [in Ukrainian].
- Kravtsova, A. (2025). Helplessness in countertransference: Psychotherapeutic work with children when childhood and therapy end, and war does not. *Ukrainian Psychoanalytic Journal*, 3(1), 18–25. <https://doi.org/10.32782/upj/2025-3-1-3> [in Ukrainian].
- Murenko, K. (2024). On the edge of possibilities: Psychoanalytic reflections in search of support. *Ukrainian Psychoanalytic Journal*, 2(1), 77–86. <https://doi.org/10.32782/upj/2024-1-9> [in Ukrainian].
- Frolova, N. (2024). Psychological features of traumatic experience of Ukrainians during the war. *Psychology and Society*, 89(1), 188–196. <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/1251> [in Ukrainian].
- Khairulin, O. (2017). Meaning horizon of uncertainty as a psychological category. *Psychology and Society*, 4(70), 56–81. <https://doi.org/10.35774/pis2017.04.056>
- Abbass, A., & Town, J. M. (2014). *Short-term dynamic psychotherapy: An overview and clinical guide*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14373-000>
- Caligor, E., & Clarkin, J. F. (2010). An object relations model of personality and personality pathology. *Psychodynamic Psychiatry*, 38(3), 387–411. <https://doi.org/10.1521/pdps.2010.38.3.387>
- Carleton, R. N. (2016). Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 39, 30–43. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.02.007>
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., & Target, M. (2018). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Routledge.
- Freud, S. (1920). *Beyond the pleasure principle*. Hogarth Press.
- Freud, S. (1926). *Inhibitions, symptoms and anxiety*. Hogarth Press.
- Gabbard, G. O. (2017). *Psychodynamic psychiatry in clinical practice* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Grupe, D. W., & Nitschke, J. B. (2013). Uncertainty and anticipation in anxiety. *Nature Reviews Neuroscience*, 14(7), 488–501. <https://doi.org/10.1038/nrn3524>
- Kernberg, O. F. (2004). *Aggressivity, narcissism, and self-destructiveness in the psychotherapeutic relationship*. Yale University Press.
- Klein, M. (1946). Notes on some schizoid mechanisms. *The International Journal of Psychoanalysis*, 27, 99–110.
- Lemma, A. (2016). *Introduction to the practice of psychoanalytic psychotherapy* (2nd ed.). Wiley-Blackwell.
- Winnicott, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment*. Hogarth Press.

Конфлікт інтересів: автор заявляє про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The author declares that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 13.03.2026 (The article was received by the editors 13.03.2026)

Стаття рекомендована до друку 22.04.2026 (The article is recommended for printing 22.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

ЛЮДИНА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

УДК 159.9:316.6:502/504

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-05

О.В. ПАВЛЕНКО (Павленко Оксана Володимирівна)

кандидат психологічних наук, науковий співробітник

Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ

Email: oksanapav.11@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-1263-4989>

ЕКОЛОГІЧНІСТЬ МІЖОСОБИСТІСНИХ ВІДНОСИН ДОРΟΣЛИХ В УМОВАХ ВІЙНИ

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

Ключові слова: міжособистісні відносини, екологічний підхід, війна, психологічне здоров'я, суб'єктність, благополуччя

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

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

Актуальність проблеми також обумовлюється недостатньою розробленістю у вітчизняній та

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

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

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

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

Як цитувати: Павленко, О.В. (2026). Екологічність міжособистісних відносин дорослих в умовах війни. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 41-46. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-05>

In cites: Pavlenko, O. (2026). Interpersonal Relationships Ecological Quality in Adults at Wartime. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 41-46. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-05> (in Ukrainian)

© Павленко, О.В., 2026; CC BY 4.0 license

міжособистісних взаємин та запропонувати методикку діагностики рівня екологічності міжособистісних взаємин.

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

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

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

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

Також показано, що соціальна підтримка є одним із ключових факторів психологічної стійкості в умовах криз (Wang et al., 2021). Дослідження демонструє, що якісні міжособистісні взаємини сприяють зниженню рівня стресу та відіграють важливу роль у процесах відновлення після травматичних подій. Обґрунтовано, що травматичний досвід суттєво впливає на формування моделей прив'язаності у дорослому віці, які визначають

характер міжособистісних взаємин. Зокрема, небезпечні типи прив'язаності асоціюються з труднощами у встановленні довіри, емоційної близькості та підтримки, що ускладнює формування стабільних взаємин (Steele, 2020). Це дозволяє розглядати екологічність міжособистісних взаємин як таку, що передбачає здатність до безпечної емоційної близькості та взаємної підтримки.

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

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

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

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

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

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

міжособистісних взаємин дорослих в умовах війни залишається відкритим.

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

Я/ І

Шкала суб'єктності/ Subjectivity scale

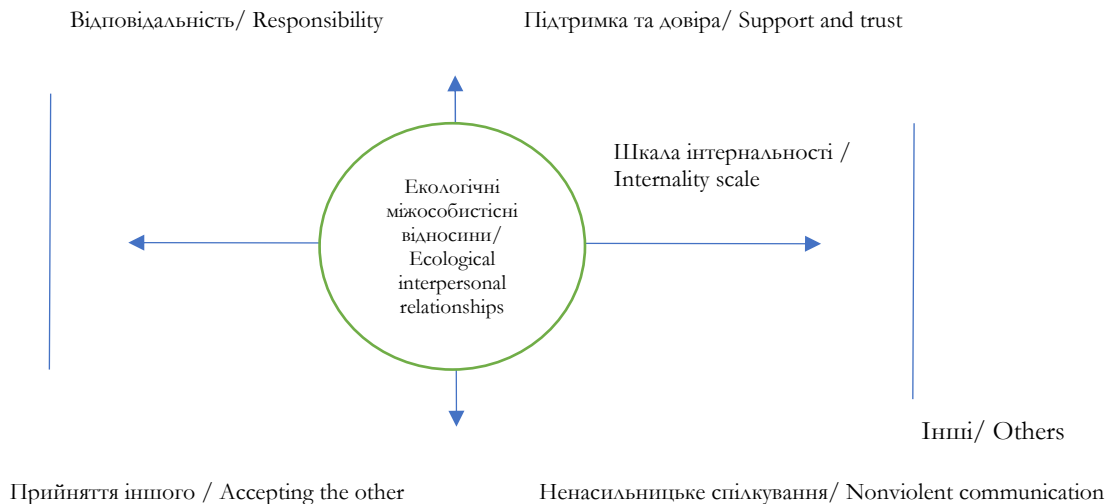


Рисунок 1. Структура екологічних міжособистісних взаємин(авторська схема) / **Figure 1.** Structure of ecological interpersonal relationships (author's diagram)

Виходячи з наведеного рисунку компонентами екологічних міжособистісних стосунків є :

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

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

На підставі цієї структурної моделі нами було розроблено опитувальник щодо екологічності міжособистісних взаємин. Цей опитувальник містить 4 шкали, що відображені у – 24 твердженнях, що відповідають основним параметрам моделі: суб'єктність особистості у взаємодії, прийняття суб'єктності іншого, підтримка та довіра та ненасильницьке спілкування. Кожна шкала включає висловлювання, що

Тобто факторами які беруть участь у міжособистісних стосунках є:

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

відображають і інтернальні фактори (ставлення до взаємодії), і екстернальні (безпосередньо акти взаємодії).

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Екологічними міжособистісними взаєминами є такі взаємини, де особистість здатна відбудовувати та підтримувати взаємодії, що сприяють суб'єктивному благополуччю особистості, дозволяють мінімізувати руйнівний вплив війни, сприяють усвідомленню та

актуалізації ресурсів учасників та забезпечують довготривалу стійкість системи цих стосунків.

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

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

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

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

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

Список використаних джерел

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

- Київський журнал сучасної психології та психотерапії. 2022. № 2(4). С. 24–45. <https://doi.org/10.48020/mppj.2022.02.03>
- Швалб А., Яновська С., Перелігіна Л. Особливості життєстійкості та копінг-стратегій цивільного населення України під час повномасштабної війни: роль соціальної підтримки. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, 2025. (78). С.46-52. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-07>
- Швалб Ю. М., Варава Л. А., Вернік О. Л., Кирпенко Т. М., Павленко О.В., Дячок О. М. Особливості особистісних стратегій життєдіяльності в умовах невизначеності середовища. 2024. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742906/>
- Швалб Ю. М., Вернік О. Л., Вовчик-Блакитна О. О., Кирпенко Т. М., Павленко О. В., Рудоміно-Дусятська О. В. Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості: монографія. Київ–Львів: Видавець Вікторія Кундальська, 2021. 234 с. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728490/1/Shvalb_2021.pdf
- Швалб Ю. М., Вернік О. Л., Павленко О. В. Методика дослідження життєвого благополуччя особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2025. № 1(34). С. 170–180. <https://doi.org/10.31108/2.2025.1.34.15>
- Christie, D. J., Wagner, R. V., Winter, D. D. Peace psychology: Theory, research, and practice. *Journal of Social Issues*. 2001. Vol. 57(2). P. 387–405. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00218>
- Dowgwillo, E. A., Ruchensky, J. R. The influence of trauma symptoms on interpersonal attributions in daily life. *Journal of Traumatic Stress*. 2024. Vol. 37(3). P. 410–421. <https://doi.org/10.1002/jts.23036>
- Horowski, J. Harm, forgiveness and the subjectivity of the victim. *Philosophia*. 2021. Vol. 50(3). P. 1175–1188. <https://doi.org/10.1007/s11406-021-00446-z>
- Jönsson, T. F., Fasano, M. C. Theorizing subjective responsibility. *Frontiers in Psychology*. 2025. Vol. 16. 1548931. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1548931>
- Leonardi, J., Righi, S., Tani, F. Understanding interpersonal guilt: Development and validation of a scale. *Scandinavian Journal of Psychology*. 2022. Vol. 63(5). P. 433–444. <https://doi.org/10.1111/sjop.12854>
- Li Q., Ren X., Zhou Z., Wang J. Reciprocal relationships between self-control and self-authenticity: A two-wave study. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. 1207230. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1207230>
- Mangone E. Altruistic relationships, responsibility, and sociology. *Integrative Psychological and Behavioral Science*. 2021. Vol. 55(4). P. 1094–1108. <https://doi.org/10.1007/s12108-021-09523-y>
- Predko V., Schabus M., Danyliuk I. Psychological characteristics of the relationship between mental health and hardness of Ukrainians during the war. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. 1282326. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1282326>
- Steele M. Attachment and trauma in adulthood. *Current Opinion in Psychology*. 2020. Vol. 34. P. 105–108. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.005>
- Wang Y., Wang D., Liu H., Chen Y. Social support and resilience in the context of crises: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. Vol. 18(10). 5032. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105032>
- Zhao M., Yung Yu., Hao L., & Xia L. Can treating oneself kindly inspire trust? The role of interpersonal responsibility. *The Journal of Psychology*. 2023. 158(1). 1-23. <https://doi.org/10.1080/00223980.2023.2283474>

O. PAVLENKO (Oksana Pavlenko)

PhD in Psychology, Research Fellow

G. S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv

Email: oksanapav.11@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-1263-4989>

INTERPERSONAL RELATIONSHIPS ECOLOGICAL QUALITY IN ADULTS AT WARTIME

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

Keywords: *interpersonal relationships, ecological approach war, mental health, subjectivity, well-being.*

References

- Karamushka, L. M. (2022). Training program «How to preserve and support the mental health of educational personnel in war conditions»: content, structure, procedure. *Kyiv Journal of Modern Psychology and Psychotherapy*, 2(4), 24–45. <https://doi.org/10.48020/mppj.2022.02.03> [in Ukrainian].
- Shvalb, A., Yanovska, S., & Perehyhina, L. (2025). Features of resilience and coping strategies of the civilian population of Ukraine during the full-scale war: The role of social support. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (78), 46–52. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-07> [in Ukrainian].
- Shvalb, Y. M., Varava, L. A., Vernik, O. L., Kyrpenko, T. M., Pavlenko, O. V., & Diachok, O. M. (2024). Features of personal life strategies under conditions of environmental uncertainty. Retrieved from <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742906/> [in Ukrainian].
- Shvalb, Y. M., Vernik, O. L., Vovchik-Blakytina, O. O., Kyrpenko, T. M., Pavlenko, O. V., & Rudomino-Dusiatska, O. V. (2021). *Ecological and psychological determinants of subjective well-being of personality*. Kyiv–Lviv: Vydavets Viktoriia Kundelska. Retrieved from https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728490/1/Shvalb_2021.pdf [in Ukrainian].
- Shvalb, Y. M., Vernik, O. L., & Pavlenko, O. V. (2025). Methodology for studying personal well-being. *Organizational Psychology. Economic Psychology*, 1(34), 170–180. <https://doi.org/10.31108/2.2025.1.34.15> [in Ukrainian].

- Christie, D. J., Wagner, R. V., & Winter, D. D. (2001). Peace psychology: Theory, research, and practice. *Journal of Social Issues*, 57(2), 387–405. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00218>
- Dowgwillo, E. A., & Ruchensky, J. R. (2024). The influence of trauma symptoms on interpersonal attributions in daily life. *Journal of Traumatic Stress*, 37(3), 410–421. <https://doi.org/10.1002/jts.23036>
- Horowski, J. (2021). Harm, forgiveness and the subjectivity of the victim. *Philosophia*, 50(3), 1175–1188. <https://doi.org/10.1007/s11406-021-00446-z>
- Jönsson, T. F., & Fasano, M. C. (2025). Theorizing subjective responsibility. *Frontiers in Psychology*, 16, Article 1548931. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1548931>
- Leonardi, J., Righi, S., & Tani, F. (2022). Understanding interpersonal guilt: Development and validation of a scale. *Scandinavian Journal of Psychology*, 63(5), 433–444. <https://doi.org/10.1111/sjop.12854>
- Li, Q., Ren, X., Zhou, Z., & Wang, J. (2023). Reciprocal relationships between self-control and self-authenticity: A two-wave study. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1207230. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1207230>
- Mangone, E. (2021). Altruistic relationships, responsibility, and sociology. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 55(4), 1094–1108. <https://doi.org/10.1007/s12108-021-09523-y>
- Predko, V., Schabus, M., & Danyliuk, I. (2023). Psychological characteristics of the relationship between mental health and hardiness of Ukrainians during the war. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1282326. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1282326>
- Steele, M. (2020). Attachment and trauma in adulthood. *Current Opinion in Psychology*, 34, 105–108. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.04.005>
- Wang, Y., Wang, D., Liu, H., & Chen, Y. (2021). Social support and resilience in the context of crises: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(10), Article 5032. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105032>
- Zhao, M., Chen, X., & Li, Y. (2023). Can treating oneself kindly inspire trust? The mediating role of interpersonal responsibility. *The Journal of Psychology*. <https://doi.org/10.1080/00223980.2023.2283474>

Конфлікт інтересів: автор заявляє про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The author declares that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 27.01.2026 (The article was received by the editors 27.01.2026)

Стаття рекомендована до друку 05.04.2026 (The article is recommended for printing 05.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

КОГНІТИВНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9.072.5:159.942:659.1.013
DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-06

К. Г. ГУБІН (Губін Кирил Григорович)

кандидат економічних наук, доцент,
викладач кафедри загальної психології,
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна,
майдан Свободи, 4, Україна.
E-mail: kyyrlo.bubin@karazin.ua
<https://orcid.org/0000-0002-6914-0971>

ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ЗАБАРВЛЕННЯ ІЛЮСТРАЦІЙ У РЕКЛАМНОМУ ПОВІДОМЛЕННІ НА СТАВЛЕННЯ ДО ХУДОЖНЬОЇ КНИГИ ТА РЕКЛАМНОГО ПОВІДОМЛЕННЯ

У статті досліджено вплив емоційного забарвлення ілюстрацій у рекламному повідомленні на формування ставлення до художньої книги та рекламного повідомлення. Актуальність дослідження зумовлена зростанням ролі візуальних компонентів у рекламній комунікації та недостатньою представленістю експериментальних досліджень психологічного впливу рекламних ілюстрацій саме у сфері книжкової реклами. Метою дослідження є вивчення особливостей впливу позитивно та негативно емоційно забарвлених ілюстрацій на сприйняття художньої книги та рекламного повідомлення. У дослідженні використано метод суб'єктивного шкалювання, метод полярних профілів, однофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA), post hoc порівняння за критерієм Тьюкі та розрахунок розміру ефекту (Cohen's d , η^2 , ω^2). Вибірку склали 50 студентів віком від 16 до 20 років, поділених на контрольну та дві експериментальні групи. Встановлено, що негативно емоційно забарвлена ілюстрація знижувала суб'єктивне сприйняття персонажів як цікавих і впливала на оцінку психологічної атмосфери твору як менш комфортної. Водночас, позитивно емоційно забарвлена ілюстрація знижувала оцінки оригінальності книги та рекламного повідомлення, захопливості сюжетної зав'язки та відповідності реклами читачьким запитам. Отримані результати свідчать про важливу роль емоційної відповідності між візуальним компонентом рекламного повідомлення та змістом анотації книги.

Ключові слова: емоційне забарвлення, рекламне повідомлення, художня книга, книжкова реклама, ілюстрація, психологія реклами, медіапсихологія, сприйняття реклами, ставлення до книги, візуальна комунікація

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Попри стрімкий розвиток методів та інструментів маркетингу, рекламне повідомлення залишається важливим елементом комплексу просування книжкової продукції. Ілюстративна складова рекламного повідомлення привертає увагу потенційного читача та впливає на формування емоційного ставлення до книги, на її сприйняття, а також на очікування щодо змісту.

Тому актуальним є питання правильного підбору емоційного забарвлення ілюстрацій в рекламному повідомленні, здатного зацікавити українського читача, вплинути на бажання ознайомитися з твором та в підсумку сприяти продажу книги.

Наукові дослідження у цьому напрямі нерідко здійснюються на стику психології та інших наук. Н. В. Кутуза проаналізувала емоційний вплив рекламного дискурсу та запропонувала узагальнені формули впливу (Кутуза, 2014), серед яких для даної статті найбільш цікаві інтенсифікація позитиву (позитивація) та інтенсифікація негативу (негативація). Н. О. Герцовська та О. Товт приділили увагу впливу на свідомість людини шляхом використання концепту кольору у рекламі (Герцовська, Товт, 2015). Психологічним аспектам впливу кольору в рекламі на споживачів присвячено статтю І. Жигало (Жигало, 2023). Новітні дослідження цифрового

контенту та візуальних комунікацій засвідчують важливу роль емоційного впливу ілюстративних елементів у формуванні ставлення потенційних споживачів до рекламованих продуктів (Татаринцева, 2025; Власов, 2025).

Багатостороннє дослідження проблем та особливостей рекламної комунікації у сфері книговидавництва та книгорозповсюдження міститься у дисертації Т. Д. Булах (Булах, 2018) та її статті (Булах, 2016). О. В. Пономаренко та О. В. Кравченко вивчають вплив абстрактних ілюстрацій у книжковому дизайні на сприйняття читача (Пономаренко, Кравченко, 2024).

Серед іноземних публікацій передовсім хотілося б відзначити вивчення впливу емоційно забарвлених фотографій з різною валентністю на ставлення до реклами, бренду та продукту (Мітчелл, 1986), а також експериментальне дослідження впливу зображень та рекламного тексту з інструкціями для уяви на ментальні образи, які виступають медіаторами ставлення (Бабін, Бернс, 1997). Дослідження нейрофізіологічних реакцій споживачів на друковану рекламу (Гарсія-Мадаріага, Моя, Рекуеро, Бласко, 2020), показало, що реклама з візуальними метафорами, незалежно від типу метафори, викликає більше позитивних реакцій, ніж реклама без метафор.

Як цитувати: Губін, К.Г. (2026). Вплив емоційного забарвлення ілюстрацій у рекламному повідомленні на ставлення до художньої книги та рекламного повідомлення. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н.Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 47-55. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-06>

In cites: Hubin, K. (2026). The Illustrations Emotional Coloring Influence in Advertising Messages on Attitudes Toward a Fiction Book and the Advertising Message. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 47-55. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-06> (in Ukrainian)

© Губін, К.Г. 2026; CC BY 4.0 license

Досить цікавим є дослідження ефективності рекламних зображень у просуванні пропозицій, пов'язаних з емпіричним досвідом (Септіанто, Є, Норті, 2021). Слід звернути увагу на те, що для спортивних товарів емоційна реклама формує найвищий рівень наміру купівлі та ставлення до рекламного повідомлення та бренду, на другому місці – комбінована реклама, ставлення до якої вище, ніж до раціональної реклами (Лі, Гір, 2018). Вивчення впливу різних типів рекламних зображень сільськогосподарської продукції довело, що вони є важливим фактором впливу на наміри споживачів щодо купівлі (Хуан, Гу, Бай, Донг, 2025). Використання eye-tracking показало, що візуальні елементи реклами (ілюстрації, моделі) значно підсилюють увагу та намір купівлі (Рисванто, Га, Лі, Квон, 2024).

Отже, попри наявність великої кількості публікацій в галузі психології реклами, медіапсихології та психології сприйняття, експериментальні дослідження впливу емоційного забарвлення рекламних ілюстрацій на ставлення саме до художніх книг залишаються недостатньо представленими у сучасній психологічній науці.

Мета дослідження – вивчити особливості впливу емоційного забарвлення ілюстрацій у рекламному повідомленні на формування ставлення до художньої книги та рекламного повідомлення.

Методи дослідження. Використано метод суб'єктивного шкалювання та метод полярних профілів. Вони дозволяють оцінити як загальне ставлення, так і диференційоване сприйняття книги та рекламного повідомлення.

Для оцінки ставлення до художньої книги було розроблено набір із 8 пунктів суб'єктивного шкалювання (див. табл. 1). Для оцінки рекламного повідомлення використано 7 пунктів (див. табл. 3). Респондентам було запропоновано оцінити кожне твердження за п'ятибальною шкалою, де 1 означало мінімальний рівень вираженості ознаки, а 5 – максимальний. Шкала є інтервальною, що дозволяє застосовувати параметричні методи аналізу.

Також задля дослідження особливостей сприйняття книги було наведено 12 пар полярних якостей книги (див. табл. 2), які запропоновано оцінити за шкалою від 1 до 7. Шкала є біполярною семибальною, що дає змогу оцінити інтенсивність протилежних характеристик.

Емпіричне дослідження передбачало порівняння трьох незалежних груп респондентів. Статистична обробка результатів виконувалася за допомогою програми JASP.

Для перевірки статистичної значущості відмінностей між групами використовувався однофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA). Нульова гіпотеза: статистично значущі відмінності між середніми значеннями груп відсутні. Статистична обробка даних проводилася при критичному рівні значущості $\alpha = 0,05$.

Додатково оцінювався розмір ефекту за показниками η^2 (eta squared) та ω^2 (omega squared). Інтерпретація розміру ефекту здійснювалася відповідно до критеріїв: 0,01 – малий, 0,06 – середній, 0,14 – великий. Використання η^2 та ω^2 дозволяє оцінити не лише статистичну значущість, а й практичну важливість ефекту.

Для перевірки припущень дисперсійного аналізу застосовувався критерій Левена (Levene's test) на рівність дисперсій, а нормальність розподілу оцінювалася за допомогою Q-Q графіків.

У випадках виявлення статистично значущих відмінностей застосовувалися post hoc порівняння за допомогою критерію Тьюкі (Tukey HSD) для визначення конкретних пар груп, між якими існують значущі відмінності. Для оцінки величини різниці між окремими групами розраховувався показник d Коена (Cohen's d). Інтерпретація розміру ефекту здійснювалася відповідно до загальноприйнятих критеріїв Коена: 0,2 – малий, 0,5 – середній, 0,8 – великий.

Стимульний матеріал охоплює анотацію та два варіанти ілюстрації з різним емоційним забарвленням.

Анотація художньої книги написана спеціально для дослідження таким чином, щоб підходити до обох варіантів ілюстрації, які були названі «добра» (позитивно емоційно забарвлена) та «жорстка» (негативно емоційно забарвлена) ілюстрація. Анотація описувала події твору у жанрі фентезі з елементами політичної боротьби, змови, небезпеки та пригод. Текст містив мотиви заколоту, прихованої загрози, розслідування та боротьби з могутніми силами. Емоційний тон анотації був помірно напруженим та драматичним, водночас залишаючи простір для різної інтерпретації візуального супроводу, що дозволяло використовувати її як із позитивно забарвленою, так і з негативно забарвленою ілюстрацією.

Позитивно емоційно забарвлена ілюстрація являла собою фантазійний пейзаж у світлій кольоровій гамі із зображенням замкових споруд, природних ландшафтів, квітів та водного простору. Все це осіянувалося теплим і яскравим сонячним світлом. Композиція містила елементи, що асоціюються зі спокоєм, гармонією, безпекою та естетичною привабливістю. У зображенні переважали м'які кольори, приємне природне освітлення, відкритий простір та позитивно забарвлені візуальні образи, які потенційно здатні викликати позитивні емоційні реакції у респондентів.

Негативно емоційно забарвлена ілюстрація містила похмурий фантазійний пейзаж із темною кольоровою гамою, зображенням занедбаних, напівзруйнованих будівель, нічного освітлення та деформованих дерев. Композиція створювала атмосферу небезпеки, тривоги, ізоляції та невизначеності. У зображенні переважали затемнені тони, контрастне освітлення та візуальні елементи, здатні викликати негативні емоційні реакції й асоціації із загрозою або страхом.

Ілюстрації підбиралися таким чином, щоб уникнути відсилки чи асоціації з популярними фентезі-всесвітами чи фентезі-книгами, до яких можуть бути прихильні респонденти.

З охарактеризованих елементів сформовано три варіанти рекламного повідомлення:

1) «Анотація» – Група «А» (містить лише анотацію);

2) «Позитивно емоційно забарвлена ілюстрація» – Група «П» (містить анотацію та «добру» ілюстрацію);

3) «Негативно емоційно забарвлена ілюстрація» – Група «НІ» (містить анотацію та «жорстку» ілюстрацію).

Розроблено три анкети в Google Forms, що містили на початку один з цих варіантів стимульного матеріалу. Після ознайомлення з рекламним повідомленням, на наступній сторінці Google Forms респонденти надавали книзі оцінку на основі суб'єктивного шкалювання. Потім – на новій сторінці – здійснювали оцінку книги за методом семантичного диференціалу (полярних профілів). На останній сторінці респонденти надавали оцінку рекламному повідомленню на основі методу суб'єктивного шкалювання.

Вибірку сформовано з 50 студентів ХНУ імені В. Н. Каразіна. Вік респондентів – від 16 до 20 років; при

цьому 17-річні становлять 62,0%, 18-річні – 30,0%. Серед опитаних 62,0% жіночої статі та 38,0% – чоловічої. Всі респонденти є студентами першого курсу денної форми навчання.

Учасників опитування поділено на контрольну групу А з 17 респондентів, та дві експериментальні групи ПІ та НІ з 17 та 16 осіб відповідно. Для забезпечення еквівалентності груп використано процедуру рандомізації респондентів.

Жоден з респондентів не брав участь в подібних експериментах раніше. Дослідження проводилося з дотриманням принципів добровільності та анонімності.

Результати дослідження. Результати оцінки респондентами ставлення до художньої книги на основі суб'єктивного шкалювання представлені у табл. 1.

Таблиця 1. Порівняльний аналіз показників ставлення до художньої книги в експериментальних та контрольній групах/ **Table 1.** Comparative Analysis of Attitude Indicators toward a Fiction Book Across Experimental and Control Groups

Критерій суб'єктивного шкалювання/ Subjective scaling criterion	Група/ Group	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i> (2, 47)	<i>p</i>
Герої цікаві/ The characters are interesting i	А	3,82	0,64	3,346	0,044
	ПІ	3,65	0,79		
	НІ	3,19	0,75		
Фентезі-світ цікавий/ The fantasy world is interesting The fantasy world is interesting	А	3,82	1,07	0,731	0,487
	ПІ	4,12	0,99		
	НІ	3,69	1,08		
Зав'язка сюжету захоплююча/ The plot twist is exciting	А	4,06	0,75	4,187	0,021
	ПІ	3,24	0,90		
	НІ	3,75	0,86		
Тематика приваблива/ The topic is attractive	А	3,88	1,05	0,667	0,518
	ПІ	3,65	1,06		
	НІ	4,06	1,00		
Книга оригінальна/ The book is original	А	3,53	1,13	5,361	0,008
	ПІ	2,41	1,12		
	НІ	3,19	0,75		
Книга викликає емоційний відгук/ The book evokes an emotional response	А	3,88	0,93	1,113	0,337
	ПІ	3,41	1,23		
	НІ	3,44	0,89		
Хочу прочитати цю книгу/ I want to read this book	А	3,35	1,17	0,580	0,564
	ПІ	2,94	1,03		
	НІ	3,13	1,15		
Готовий(а) купити цю книгу/ Ready to buy this book	А	2,47	1,07	0,825	0,445
	ПІ	2,24	0,97		
	НІ	2,75	1,39		

Як видно з табл. 1, за трьома з восьми критеріїв суб'єктивного шкалювання отримано значення $p < 0,05$. Це дає підстави констатувати наявність статистично значущих відмінностей між групами за цими показниками. Таким чином, три критерії суб'єктивного шкалювання потребують поглибленого аналізу: «герої цікаві», «зав'язка сюжету захоплююча» та «книга оригінальна».

Для критерію «герої цікаві» розмір ефекту $\eta^2=0,125$ (близький до великого), а $\omega^2=0,086$ (середній). Тест Левена (Levene's test) на рівність дисперсій зі значенням $p=0,465$ підтвердив гомогенність вибірок, що вказує на відсутність потреби у корекції результатів. За результатами побудови Q-Q графіків суттєвих відхилень від нормального розподілу не виявлено.

Для уточнення міжгрупових відмінностей проведено post hoc аналіз: лише відмінність між групами А ($M=3,82$) та НІ ($M=3,19$) є статистично значущою з $p_{\text{key}}=0,040$. Показник d Коена (Cohen's d) при цьому склав 0,876, що відповідає великому розміру ефекту та дозволяє припустити наявність суттєвого впливу негативно забарвленої ілюстрації на сприйняття цікавості героїв.

Це може свідчити про те, що негативно емоційно забарвлена ілюстрація знижує суб'єктивне сприйняття персонажів як цікавих, ймовірно через перенесення загального емоційного враження від візуального стимулу на оцінку змісту книги.

Критерій «зав'язка сюжету захоплююча» характеризується розміром ефекту $\eta^2=0,151$ (великий), та $\omega^2=0,113$ (близький до великого). Тест Левена (Levene's

test) не виявив порушення гомогенності дисперсій ($p=0,534$). Форма розподілу на Q-Q графіку не суперечить припущенню про нормальність даних.

Результати post hoc аналізу засвідчили, що статистично значуща відмінність спостерігається лише між контрольною групою А та експериментальною групою ПІ ($p_{\text{Tukey}}=0,017$). Середні значення оцінок склали 4,06 та 3,24 відповідно. Показник d Коена (Cohen's d) при цьому дорівнює 0,983, що означає дуже велику величину міжгрупових відмінностей та може свідчити про потужний вплив позитивно емоційно забарвленої ілюстрації на сприйняття цікавості зав'язки сюжету. Необхідно наголосити, що цей вплив виявився негативним.

Отримані результати можуть свідчити про те, що позитивно емоційно забарвлена ілюстрація впливала на особливості сприйняття аотації художнього твору. Ймовірно, такий візуальний стимул формував очікування більш гармонійного та емоційно комфортного змісту, що могло знижувати суб'єктивну оцінку напруженості та захопливості сюжетної зав'язки.

Також не можна виключати, що позитивно забарвлена ілюстрація сприймалася як більш типова або менш інтригуюча, що потенційно знижувало очікування сюжетної новизни та непередбачуваності. У цьому контексті сприйняття оригінальності твору може частково пов'язуватися з відчуттям невизначеності, новизни та когнітивної складності. Відповідно, більш позитивний і візуально зрозумілий образ міг знижувати суб'єктивне враження щодо оригінальності художнього твору.

Для критерію «книга оригінальна» розраховано розміри ефектів $\eta^2=0,186$ (великий) та $\omega^2=0,149$

(великий). Тест Левена (Levene's test) не виявив порушення гомогенності дисперсій ($p=0,123$). Дані на Q-Q графіку розташовані переважно вздовж прямої лінії, що дозволяє припустити наявність нормального розподілу.

Тести post hoc показали, що статистично значуща відмінність наявна лише між контрольною групою А та експериментальною групою ПІ ($p_{\text{Tukey}}=0,007$) із середніми значеннями оцінок 3,53 та 2,41 відповідно. Показник d Коена (Cohen's d) при цьому склав 1,097. Це відповідає дуже великому розміру ефекту та може свідчити про потужний негативний вплив позитивно емоційно забарвленої ілюстрації на сприйняття оригінальності книги.

Позитивно емоційно забарвлена ілюстрація могла сприйматися респондентами як більш типова або стилістично наближена до масових зразків книжкової продукції, що потенційно знижувало суб'єктивну оцінку оригінальності твору.

Водночас відсутність ілюстрації або використання менш позитивно забарвленого візуального стимулу могли більшою мірою активізувати процеси уяви та самостійного конструювання образу художнього твору, що могло асоціюватися з вищою оцінкою його оригінальності.

Також можна припустити, що позитивно забарвлена ілюстрація формувала певні очікування щодо змісту твору, а невідповідність між цими очікуваннями та текстом аотації могла знижувати суб'єктивне сприйняття оригінальності книги.

Результати оцінки респондентами художньої книги на базі методу полярних профілів представлені у табл. 2.

Таблиця 2. Порівняльний аналіз оцінок книги за методом полярних профілів у контрольній та експериментальних групах/ **Table 2.** Comparative Analysis of Book Ratings Using the Polar Profiles Method in the Control and Experimental Groups

Полярні якості книги/ The polar qualities of the book			Група	M	SD	$F(2, 47)$	p
Дитяча/ Children's ↔ Доросла/ Adult			А	4,41	1,50	1,048	0,359
			ПІ	3,71	1,36		
			НІ	3,94	1,48		
Несерйозна/ Not serious ↔ Серйозна/ Serious			А	5,00	1,28	2,106	0,133
			ПІ	4,12	1,45		
			НІ	4,31	1,20		
Розслаблююча/ Relaxing ↔ Напружуюча/ Exciting			А	4,82	1,29	0,519	0,599
			ПІ	4,41	1,33		
			НІ	4,38	1,63		
Приємна/ Pleasant ↔ Неприємна/ Unpleasant			А	3,59	1,62	0,160	0,853
			ПІ	3,29	1,49		
			НІ	3,50	1,55		
Передбачувана/ Predictable ↔ Непередбачувана/ Unpredictable			А	4,41	1,42	1,878	0,164
			ПІ	3,77	1,68		
			НІ	4,75	1,34		
Заспокійлива/ Calmed down ↔ Хвилююча/ Exciting			А	5,00	0,94	0,455	0,637
			ПІ	4,59	1,37		
			НІ	4,81	1,42		
Добра/ Good ↔ Жорстока/ Cruel			А	4,59	1,23	0,482	0,621
			ПІ	4,18	1,24		
			НІ	4,38	1,20		
Оптимістична/ Optimistic ↔ Песимістична/ Pessimistic			А	4,12	1,05	1,603	0,212
			ПІ	3,71	1,11		
			НІ	4,31	0,79		
	↔	Смутна/ Cloudy	А	4,47	1,46	0,748	0,479

Полярні якості книги/ The polar qualities of the book	Група	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i> (2, 47)	<i>p</i>
Життєрадісна/ Cheerful	ПІ	3,88	1,27		
	НІ	4,19	1,47		
Безпечна/ Safe ↔ Небезпечна/ Dangerous	А	4,24	1,25	0,210	0,811
	ПІ	4,29	1,83		
	НІ	3,94	1,91		
	А	4,00	0,94		
Позитивна/ Positive ↔ Негативна/ Negative	ПІ	3,53	1,13	1,148	0,326
	НІ	3,94	0,85		
	А	3,53	1,38		
	ПІ	2,88	1,05		
Комфортна/ Comfortable ↔ Дисконфортна/ Uncomfortable	НІ	4,00	1,32	3,309	0,045

З табл. 2 видно, що лише за однією з дванадцяти пар полярних якостей книги одержано значення $p < 0,05$, що дає підстави говорити про наявність статистично значущих відмінностей між групами респондентів.

Для полярних характеристик «комфортна ↔ дисконфортна» розраховано значення $\eta^2=0,123$ (ближче до великого), та $\omega^2=0,085$ (ближче до середнього). Тест Левена (Levene's test) не виявив порушення гомогенності дисперсій ($p=0,322$). Форма розподілу на Q-Q графіку не суперечить припущенню про нормальність даних.

Результати post hoc аналізу засвідчили, що статистично значуща відмінність спостерігається лише між експериментальною групою ПІ та експериментальною групою НІ ($p_{Tukey}=0,036$). Середні значення оцінок склали 2,88 та 4,00 відповідно. Показник d Коена (Cohen's d) при цьому дорівнює – 0,891, що вказує на великий розмір ефекту.

Отримані результати можуть свідчити про те, що емоційне забарвлення ілюстративного матеріалу здатне впливати на загальне емоційне сприйняття художнього твору. Зокрема, респонденти, які ознайомилися з «доброю» ілюстрацією, сприймали книгу як більш комфортну порівняно з учасниками групи, яким

демонструвалася «жорстка» ілюстрація. Імовірно, позитивно забарвлені візуальні образи формували сприятливий емоційний контекст, який переносився на оцінку книги загалом.

Водночас негативно емоційно забарвлена ілюстрація, що містила похмурі та тривожні образи, могла актуалізувати у респондентів переживання небезпеки, напруження та психологічного дискомфорту. Це узгоджується з уявленнями про афективний вплив візуальних стимулів, відповідно до яких емоційна валентність зображення здатна визначати подальшу інтерпретацію пов'язаного з ним текстового матеріалу.

Також результати дослідження дозволяють припустити, що візуальний компонент рекламного повідомлення може виступати своєрідним емоційним фреймом, який впливає не лише на ставлення до реклами, а й на суб'єктивне сприйняття атмосфери та психологічного характеру художнього твору.

Від аналізу ставлення респондентів до художньої книги перейдемо до оцінки ними ставлення до рекламного повідомлення на основі суб'єктивного шкалювання (див. табл. 3).

Таблиця 3. Порівняльний аналіз показників ставлення до рекламного повідомлення в експериментальних та контрольній групах/
Table 3. Comparative Analysis of Attitudes toward the Advertising Message in the Experimental and Control Groups

Критерій суб'єктивного шкалювання/ Subjective scaling criterion	Група/ Group	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i> (2, 47)	<i>p</i>
Наскільки реклама відповідає вашим потребам, запитам (зокрема щодо жанру книги)?/ To what extent does the advertisement meet your needs and requests (particularly regarding the genre of the book)?	А	3,35	0,93	3,505	0,038
	ПІ	2,41	1,28		
	НІ	2,56	1,09		
Наскільки чітко, зрозуміло реклама характеризує книгу (тему, жанр, атмосферу тощо)?/ How clearly and clearly does the advertisement characterize the book (theme, genre, atmosphere, etc.)?	А	3,88	0,86	0,291	0,749
	ПІ	3,59	1,33		
	НІ	3,69	1,20		
Наскільки реклама викликає емоції?/ To what extent does advertising evoke emotions?	А	3,47	1,07	0,338	0,715
	ПІ	3,41	1,12		
	НІ	3,19	0,91		
Оцініть ступінь зацікавленості книгою/ Rate the level of interest in the book	А	3,41	1,06	0,158	0,854
	ПІ	3,24	1,09		
	НІ	3,25	0,86		
Наскільки реклама є оригінальною (наскільки вирізняється серед інших)?/ How original is the advertisement (how different does it stand out from the rest)?	А	3,35	1,06	3,632	0,034
	ПІ	2,35	1,27		
	НІ	2,50	1,16		
	А	3,41	0,51	0,434	0,651

Критерій суб'єктивного шкалювання/ Subjective scaling criterion	Група/ Group	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>F</i> (2, 47)	<i>p</i>
Оцініть якість виконання рекламного продукту/ Evaluate the quality of the advertising product	ПІ	3,18	1,19		
	НІ	3,13	1,03		
Наскільки реклама спонукає купити книгу?/ To what extent does advertising encourage people to buy a book?	А	3,12	1,17	0,723	0,491
	ПІ	2,94	1,30		
	НІ	2,63	1,09		

З даних табл. 3 слідус, що за двома з семи критеріїв суб'єктивного шкалювання отримано значення $p < 0,05$. Це дає підстави констатувати наявність статистично значущих відмінностей між групами за цими показниками.

Для критерію «наскільки реклама відповідає вашим потребам, запитам (зокрема щодо жанру книги)» розраховано розміри ефектів $\eta^2=0,130$ (великий) та $\omega^2=0,091$ (ближче до середнього). Тест Левена (Levene's test) не виявив порушення гомогенності дисперсій ($p=0,271$). Дані на Q-Q графіку розташовані переважно вздовж прямої лінії, що дозволяє припустити наявність нормального розподілу.

Тести post hoc висвітлили, що статистично значуща відмінність наявна лише між контрольною групою А та експериментальною групою ПІ ($p_{Tukey}=0,044$) із середніми значеннями оцінок 3,35 та 2,41 відповідно. Показник *d* Коена (Cohen's *d*) при цьому склав 0,848. Це відповідає великому розміру ефекту та може свідчити про сильний негативний вплив «доброї» ілюстрації.

Отримані результати можуть означати, що позитивно емоційно забарвлена ілюстрація не посилювала відчуття відповідності рекламного повідомлення інтересам та очікуванням респондентів, а навпаки – знижувала його. Імовірно, візуальний образ формував уявлення про більш спокійний, естетизований або традиційний характер твору, що не повною мірою відповідало змісту анотації, побудованої на мотивах небезпеки, політичної боротьби та прихованої загрози.

Можна припустити, що між позитивно забарвленою ілюстрацією та драматичним змістом тексту виникав певний емоційний дисонанс. У результаті рекламне повідомлення могло сприйматися як менш цілісне або менш релевантне читачьким очікуванням щодо жанру фентезі з елементами напруження та інтрипи.

Отримані дані також дозволяють припустити, що в умовах реклами художньої літератури надмірно привабливий візуальний образ не завжди підсилює сюжет твору містить конфліктні, тривожні або драматичні елементи.

Для критерію «наскільки реклама є оригінальною (наскільки вирізняється серед інших)» одержано значення $\eta^2=0,134$ (великий розмір ефекту), та $\omega^2=0,095$ (між середнім та великим розміром). Тест Левена (Levene's test) не виявив порушення гомогенності дисперсій ($p=0,384$). Форма розподілу на Q-Q графіку не суперечить припущенню про нормальність даних.

Результати post hoc аналізу показали, що статистично значуща відмінність спостерігається лише між контрольною групою А та експериментальною групою ПІ ($p_{Tukey}=0,041$). При цьому середні значення

оцінок склали 3,35 та 2,35 відповідно. Показник *d* Коена (Cohen's *d*) дорівнює 0,859, що вказує на великий розмір ефекту.

Результати дослідження свідчать про те, що використання позитивно емоційно забарвленої ілюстрації знижувало суб'єктивне сприйняття оригінальності рекламного повідомлення. Імовірно, світлі фентезійні образи, гармонійна композиція та естетизована атмосфера могли асоціюватися у респондентів із типовими або поширеними візуальними шаблонами жанру фентезі.

На відміну від цього, відсутність ілюстрації в контрольній групі могла сприяти активнішому залученню уваги респондентів під час ознайомлення з анотацією. У такому випадку текст залишав більше простору для індивідуального конструювання образів, що потенційно підсилювало відчуття новизни та оригінальності рекламного повідомлення.

Отримані результати можуть свідчити про те, що візуальний компонент рекламного повідомлення здатний не лише підсилювати емоційне сприйняття, а й обмежувати інтерпретаційну свободу читача. У випадку використання надто типових позитивних образів це може знижувати суб'єктивне відчуття унікальності рекламного повідомлення.

Обговорення. Отримані результати загалом узгоджуються з сучасними уявленнями про емоційний вплив візуальних компонентів реклами на сприйняття рекламного об'єкта. Водночас, проведене дослідження дозволило виявити низку особливостей, які відрізняють рекламу художньої книги від інших типів рекламної продукції. На відміну від багатьох попередніх досліджень, де позитивно емоційно забарвлені візуальні стимули здебільшого підсилювали позитивне ставлення до реклами або товару, у даному дослідженні «добра» ілюстрація в окремих випадках демонструвала протилежний ефект.

У науковій літературі відсутні аналогічні дослідження впливу емоційного забарвлення ілюстрацій у рекламному повідомленні на ставлення саме до художньої книги, проте можна знайти праці зі схожою концепцією.

Зокрема, Е. А. Мітчелл встановив, що емоційно забарвлені фотографії з різною валентністю впливають як на ставлення до реклами, так і на ставлення до бренду; однак, він не виявив відмінностей у сформованих переконаннях щодо атрибутів продукту (Мітчелл, 1986). Результати даного дослідження частково підтверджують висновки Мітчелла, оскільки емоційне забарвлення ілюстрацій впливало передовсім на емоційно-оцінні характеристики книги та рекламного повідомлення, а не на всі аспекти сприйняття.

Л. А. Бабін та Е. К. Бернс показали, що використання в друкованій рекламі конкретних зображень продукту є ефективнішим для формування позитивного ставлення, ніж використання тексту, що містить інструкції для уяви (Бабін, Бернс, 1997). Однак результати проведеного дослідження свідчать, що у випадку художньої книги надмірна візуальна визначеність може мати й обмежувальний ефект. Зокрема, «жорстка» ілюстрація знижувала суб'єктивне сприйняття персонажів як цікавих, а позитивно емоційно забарвлена ілюстрація знижувала оцінки оригінальності книги та рекламного повідомлення.

Ф. Хуан, Ю. Гу, Ч. Бай, Я. Донг довели, що різні типи рекламних зображень суттєво впливають на наміри споживачів щодо купівлі (Хуан, Гу, Бай, Донг, 2025). Хоча об'єктом їхнього дослідження були сільськогосподарські продукти, а не художня література, обидва дослідження підтверджують важливу роль візуального компонента у формуванні споживчого ставлення.

Дослідження В. Власова, присвячене впливу візуальних комунікацій у рекламі, також підкреслює значущість ілюстративних елементів у формуванні емоційного сприйняття рекламного повідомлення (Власов, 2025). Отримані результати розширюють ці положення, демонструючи, що емоційне забарвлення ілюстрації може впливати не лише на ставлення до реклами, а й на суб'єктивне сприйняття атмосфери, оригінальності та психологічного характеру художнього твору.

Наукова новизна дослідження полягає у тому, що вперше експериментально вивчено вплив позитивно та негативно емоційно забарвлених ілюстрацій у рекламному повідомленні на ставлення до художньої книги та рекламного повідомлення. Встановлено, що позитивно емоційно забарвлені ілюстрації не завжди підсилюють позитивне сприйняття книги чи реклами, а в окремих випадках можуть знижувати оцінки оригінальності книги та рекламного повідомлення, захопливості сюжетної зв'язки й відповідності реклами читачьким запитам. Також показано, що негативно емоційно забарвлені ілюстрації можуть знижувати суб'єктивне сприйняття персонажів як цікавих та впливати на сприйняття психологічної атмосфери твору як менш комфортної.

Практичне значення результатів полягає у можливості їх використання у сфері книжкового маркетингу, дизайну рекламної продукції та медіапсихології. Отримані дані свідчать про необхідність врахувати не лише естетичну привабливість ілюстрацій, а й їхню відповідність емоційній атмосфері твору та очікуванням цільової аудиторії. Результати можуть бути корисними для видавців, дизайнерів, маркетологів та фахівців із рекламних комунікацій під час розробки рекламних матеріалів для художньої літератури.

Крім того, матеріали дослідження можуть використовуватися у навчальному процесі для викладання дисциплін, пов'язаних із психологією реклами, медіапсихологією, психологією сприйняття та маркетинговими комунікаціями.

Висновки. В результаті проведеного дослідження встановлено, що емоційне забарвлення ілюстрацій у рекламному повідомленні здатне впливати на ставлення до художньої книги та рекламного повідомлення. Отримані результати підтвердили наявність статистично значущих відмінностей між контрольною та експериментальними групами за низкою показників суб'єктивного шкалювання та методу полярних профілів.

Виявлено, що негативно емоційно забарвлена ілюстрація знижувала суб'єктивне сприйняття персонажів як цікавих та впливала на оцінку психологічної атмосфери твору як менш комфортної. Водночас, позитивно емоційно забарвлена ілюстрація у ряді випадків демонструвала неочікуваний ефект: вона знижувала оцінки захопливості сюжетної зв'язки, оригінальності книги, відповідності рекламного повідомлення читачьким запитам та оригінальності самого рекламного повідомлення.

Отримані результати дозволяють припустити, що емоційне забарвлення ілюстративного матеріалу може виступати своєрідним емоційним фреймом, який впливає на подальшу інтерпретацію текстової інформації. При цьому надмірно позитивні та гармонізовані візуальні образи не завжди підсилюють позитивне ставлення до рекламованого художнього твору, особливо у випадках, коли зміст анотації містить драматичні, конфліктні або тривожні елементи.

Проведене дослідження розширює уявлення про психологічні механізми впливу рекламних ілюстрацій у сфері книжкової реклами та підкреслює важливість емоційної відповідності між візуальним компонентом рекламного повідомлення і змістом анотації художнього твору.

Перспективи подальших досліджень полягають у проведенні аналогічного експерименту на більшій і більш різномірній вибірці респондентів, що дозволить підвищити рівень узагальнюваності отриманих результатів.

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

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

Список використаних джерел

- Булах Т. Д. Рекламна комунікація в книжковій галузі: теоретико-методологічний аспект: дис. ... д-ра наук із соц. комунікац.: 27.00.03. Харків. 2018. 435 с.
- Булах Т. Специфічні властивості рекламної комунікації у сфері книговидавання та книгорозповсюдження. *Вісник Книжкової палати*. 2016. № 6. С. 33–37. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vkp_2016_6_11

- Власов В. Візуальні комунікації як основа ефективного рекламного повідомлення. *Інтегровані комунікації*. 2025. № 1 (19). С. 212–219. <https://doi.org/10.28925/2524-2652.2025.127>
- Герцовська Н. О., Товт О. Вплив на свідомість людини через використання концепту кольору у рекламі. *Наукові записки Національного університету "Острозька академія". Серія : Філологічна*. 2015. Вип. 56. С. 72–74. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf_2015_56_26
- Жигало І. Використання кольору в рекламі: психологічні аспекти впливу на споживачів. *Вісник Хмельницького національного університету. Серія: Економічні науки*. 2023. № 5. С. 146–151. <https://doi.org/10.31891/2307-5740-2023-322-5-24>
- Кутуза Н. В. Формула впливу рекламного дискурсу. *Одеський лінгвістичний вісник*. 2014. Вип. 3. С. 138–145. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/olinv_2014_3_21
- Пономаренко О. В., Кравченко О. В. Вплив абстрактних ілюстрацій у книжковому дизайні на читача. *Український мистецтвознавчий дискурс*. 2024. № 4. С. 33–38. <https://doi.org/10.32782/uad.2024.4.5>
- Babin L. A., Burns A. C. Effects of Print Ad Pictures and Copy Containing Instructions to Imagine on Mental Imagery That Mediates Attitudes. *Journal of Advertising*. 1997. Vol. 26. No. 3. P. 33–44. <https://doi.org/10.1080/00913367.1997.10673527>
- García-Madariaga J., Moya I., Recuero N., Blasco M-F. Revealing Unconscious Consumer Reactions to Advertisements That Include Visual Metaphors. A Neurophysiological Experiment. *Frontiers in Psychology*. 2020. Vol. 11. 760. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00760>
- Huang F., Gu Y., Bai Z., Dong Y. The Impact of Advertising Image Types on Consumer Purchasing Behavior of Fresh Agricultural Products. *Foods*. 2025. Vol. 14. Issue 22. 3915. <https://doi.org/10.3390/foods14223915>
- Lee S., Heere B. Exploring the Relative Effectiveness of Emotional, Rational, and Combination Advertising Appeals on Sport Consumer Behavior. *Sport Marketing Quarterly*. 2018. Vol. 27. Issue 2. P. 82–92. <https://doi.org/10.32731/smq.272.062018.02>
- Mitchell A. A. The Effect of Verbal and Visual Components of Advertisements on Brand Attitudes and Attitude toward the Advertisement. *Journal of Consumer Research*. 1986. Vol. 13, No. 1. P. 12–24. <https://doi.org/10.1086/209044>
- Riswanto, A. L., Ha, S., Lee, S., Kwon, M. Online Reviews Meet Visual Attention: A Study on Consumer Patterns in Advertising, Analyzing Customer Satisfaction, Visual Engagement, and Purchase Intention. *Journal of Theoretical and Applied Electronic Commerce Research*. 2024. Vol. 19. Issue 4, P. 3102–3122. <https://doi.org/10.3390/jtaer19040150>
- Septianto F., Ye S., Northey G. The effectiveness of advertising images in promoting experiential offerings: An emotional response approach. *Journal of Business Research*. 2021. Vol. 122. P. 344–352. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2020.09.015>
- Tataryntseva Y. Psycho-Emotional Impact of Digital Content on Behavior Consumers. *Modeling the development of the economic systems*. 2025. No. 2. P. 335–341. <https://doi.org/10.31891/mdes/2025-16-42>

K. HUBIN (Kyryl Hubin)

PhD in Economics, Associate Professor,
Lecturer at the Department of General Psychology,
V. N. Karaz'in Kharkiv National University,
Maidan Svobody, 4, Kharkiv, Ukraine.
E-mail: kyrylo.hubin@karaz.in.ua
<https://orcid.org/0000-0002-6914-0971>

THE ILLUSTRATIONS EMOTIONAL COLORING INFLUENCE IN ADVERTISING MESSAGES ON ATTITUDES TOWARD A FICTION BOOK AND THE ADVERTISING MESSAGE

The relevance of the study is determined by visual components growing role in advertising communication and the insufficient representation of experimental studies examining the advertising illustrations psychological influence specifically in the book advertising field. In contemporary media environments, illustrations not only attract attention but also shape emotional expectations, influence a product perception, and affect attitudes toward advertising messages. Despite extensive research in advertising psychology and media psychology, the emotionally colored illustrations impact on attitudes toward fiction books remains insufficiently explored. The aim of the study was to investigate positively and negatively emotionally colored illustrations influence in advertising messages on attitudes toward a fiction book and the advertising message itself. The study employed the subjective scaling methods and polar profiles (semantic differential). Statistical data analysis included one-way analysis of variance (ANOVA), Tukey post hoc comparisons, and effect size calculations using Cohen's d , η^2 , and ω^2 coefficients. The sample consisted of 50 first-year university students aged 16–20, divided into one control group and two experimental groups. The stimulus materials included a fantasy book annotation and two variants of illustrations with different emotional valence: a positively colored illustration ("kind") and a negatively colored illustration ("harsh"). The control group evaluated the annotation without illustrations. The results demonstrated that emotionally colored illustrations significantly influenced respondents' perceptions of both the book and the advertising message. Negatively emotionally colored illustrations reduced the characters subjective perception as interesting and contributed to perceiving the psychological book atmosphere as less comfortable. At the same time, positively emotionally colored illustrations unexpectedly reduced originality evaluations of both the book and the advertising message, a plot introduction engaging nature, and the correspondence of the advertisement to readers' interests and expectations. Significant differences between groups were identified for several subjective scaling indicators and one pair of polar profile characteristics. Large effect sizes were observed for a number of statistically significant differences. The findings suggest that the emotional coloring of illustrations may function as an emotional frame influencing the interpretation of textual information. Excessively harmonious and positively colored visual images do not necessarily strengthen positive attitudes toward a fiction book, especially when the annotation contains dramatic, conflict-related, or threatening plot elements. The study expands current understanding of advertising perception psychological mechanism in book marketing field and highlights the importance of emotional congruence between visual elements and the semantic atmosphere of a literary work.

Keywords: *emotional tone, advertising message, fiction book, book advertising, illustration, advertising psychology, media psychology, advertising perception, attitude toward the book, visual communication*

References

- Bulakh, T. D. (2018). *Advertising communication in the book industry: Theoretical and methodological aspect* (Doctoral dissertation). Kharkiv State Academy of Culture, Kharkiv, Ukraine [in Ukrainian].
- Bulakh, T. (2016). Specific properties of advertising communication in the field of book publishing and distribution. *Visnyk Knyzhkovi Palaty*, 6, 33–37. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vkp_2016_6_11 [in Ukrainian].
- Vlasov, V. (2025). Visual communications as the basis of effective advertising message. *Intebrovani komunikatsii*, 1(19), 212–219. <https://doi.org/10.28925/2524-2652.2025.127> [in Ukrainian].
- Hertsovska, N. O., & Tovt, O. (2015). Influence on human consciousness through the use of the concept of color in advertising. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu "Ostrozka akademiia". Seriya: Filolohichna*, 56, 72–74. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoaf_2015_56_26 [in Ukrainian].
- Zhyhalo, I. (2023). The use of color in advertising: Psychological aspects of influence on consumers. *Visnyk Khmelnytskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Ekonomichni nauky*, 5, 146–151. <https://doi.org/10.31891/2307-5740-2023-322-5-24> [in Ukrainian].
- Kutuz, N. V. (2014). Formula of advertising discourse influence. *Odeskyi linhvistychnyi visnyk*, 3, 138–145. http://nbuv.gov.ua/UJRN/olinv_2014_3_21 [in Ukrainian].
- Ponomarenko, O. V., & Kravchenko, O. V. (2024). The influence of abstract illustrations in book design on the reader. *Ukrainskyi mystetstvoznavchyi dyskurs*, 4, 33–38. <https://doi.org/10.32782/uad.2024.4.5> [in Ukrainian].
- Babin, L. A., & Burns, A. C. (1997). Effects of Print Ad Pictures and Copy Containing Instructions to Imagine on Mental Imagery That Mediates Attitudes. *Journal of Advertising*, 26(3), 33–44. <https://doi.org/10.1080/00913367.1997.10673527>
- García-Madariaga, J., Moya, I., Recuero, N., & Blasco, M-F. (2020). Revealing Unconscious Consumer Reactions to Advertisements That Include Visual Metaphors. A Neurophysiological Experiment. *Frontiers in Psychology*, 11, 760. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00760>
- Huang, F., Gu, Y., Bai, Z., & Dong, Y. (2025). The Impact of Advertising Image Types on Consumer Purchasing Behavior of Fresh Agricultural Products. *Foods*, 14(22), 3915. <https://doi.org/10.3390/foods14223915>
- Lee, S., & Heere, B. (2018). Exploring the Relative Effectiveness of Emotional, Rational, and Combination Advertising Appeals on Sport Consumer Behavior. *Sport Marketing Quarterly*, 27(2), 82–92. <https://doi.org/10.32731/smq.272.062018.02>
- Mitchell, A. A. (1986). The Effect of Verbal and Visual Components of Advertisements on Brand Attitudes and Attitude Toward the Advertisement. *Journal of Consumer Research*, 13(1), 12–24. <https://doi.org/10.1086/209044>
- Riswanto, A. L., Ha, S., Lee, S., Kwon, M. (2024). Online Reviews Meet Visual Attention: A Study on Consumer Patterns in Advertising, Analyzing Customer Satisfaction, Visual Engagement, and Purchase Intention. *Journal of Theoretical and Applied Electronic Commerce Research*, 19(4), 3102–3122. <https://doi.org/10.3390/jtaer19040150>
- Septianto F., Ye S., & Northey G. (2021). The effectiveness of advertising images in promoting experiential offerings: An emotional response approach. *Journal of Business Research*, 122, 344–352. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2020.09.015>
- Tataryntseva, Y. (2025). Psycho-Emotional Impact of Digital Content on Behavior Consumers. *Modeling the development of the economic systems*, 2, 335–341. <https://doi.org/10.31891/mdes/2025-16-42>

Конфлікт інтересів: автор заявляє про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів».

Conflict of Interest: The author declares that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 14.02.2026 (The article was received by the editors 14.02.2026).

Стаття рекомендована до друку 29.03.2026 (The article is recommended for printing 29.03.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

УДК 159.923.2:159.954-057.87

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-07

О. О. ЛИТВИНЕНКО (Литвиненко Олена Олександрівна)

*доктор психологічних наук, доцент.**завідувач кафедри практичної психології,**Факультету психології, соціальної роботи**та спеціальної освіти**Київського столичного університету**імені Бориса Грінченка,**вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, Україна**E-mail: o.lytvynenko@kubg.edu.ua**ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2152-7285>*

Ю. ЛЯННА (Лянна Юлія)

*магістр психології, психолог-практик**juliahannyo@gmail.com*

КОГНІТИВНІ КОРЕЛЯНТИ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДОРΟΣЛИХ: РОЛЬ ТВОРЧОГО МИСЛЕННЯ

Актуальність. У статті розглядається проблема взаємозв'язку емоційного інтелекту та творчого мислення дорослих в умовах сучасних технологічних трансформацій і соціальної невизначеності. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю пошуку внутрішніх ресурсів особистості для адаптації та професійної самореалізації в епоху цифровізації, де поєднання емоційної компетентності й креативності стає ключовою конкурентною перевагою. **Мета.** Метою роботи є теоретичне обґрунтування та емпіричне підтвердження характеру взаємозв'язку між складовими емоційного інтелекту та показниками творчого мислення дорослих осіб. **Методи.** Методологічний апарат дослідження базується на комплексному підході, що включає теоретичний аналіз сучасних концепцій емоційного інтелекту та емпіричні методи діагностики. Використано методику діагностики рівня емоційного інтелекту В. Зарницької та вербальний тест креативності П. Торренса. Математико-статистична обробка даних здійснювалася за допомогою кореляційного аналізу (коефіцієнт r_s Спірмена) та кластерного аналізу за методом k-means для виявлення специфічних профілів респондентів. **Результати.** Доведено наявність стійкого позитивного кореляційного зв'язку між загальним рівнем емоційного інтелекту та індикаторами креативності. Встановлено статистично значущу залежність між здатністю до розуміння й управління емоціями та такими характеристиками творчого мислення, як гнучкість, оригінальність і розробленість ідей. Шляхом кластерного аналізу диференційовано групи осіб за типами емоційно-когнітивного функціонування. На основі отриманих даних розроблено та апробовано програму розвитку емоційного інтелекту, спрямовану на стимулювання творчої активності дорослих. **Висновки.** Дослідження підтвердило гіпотезу про інтегрованість емоційних і когнітивно-творчих процесів у дорослому віці. Результати свідчать, що розвиток емоційної компетентності є ефективним інструментом для актуалізації творчого потенціалу. Практичне значення роботи полягає у можливості впровадження розроблених методичних рекомендацій у систему психологічного супроводу фахівців та освітні програми для дорослих.

Ключові слова: емоційний інтелект, творче мислення, креативність, когнітивні корелянти, дорослий вік, кореляційний аналіз, розвиток емоційного інтелекту

Вступ. Глобальні технологічні трансформації та стрімкий розвиток штучного інтелекту актуалізують пошук унікальних людських здібностей, що забезпечують адаптивність особистості. Ключову роль у цьому процесі відіграють емоційний інтелект (ЕІ) та творче мислення: феномени, які визначають конкурентоспроможність людини в епоху автоматизації. Парадокс сучасної психології полягає в тому, що попри визнання важливості ЕІ для професійного успіху, його когнітивні корелянти, зокрема взаємозв'язок із креативністю, залишаються дискусійними та недостатньо дослідженими.

Для вітчизняної науки вивчення цих аспектів набуває особливої гостроти в контексті соціальних викликів, зумовлених повномасштабною війною. Докорінні трансформації в різних життєвих галузях створюють нові запити до адаптаційного потенціалу зрілої людини,

коли синтез емоційної стабільності та гнучкого способу розв'язання проблем набуває критичної важливості. Вивчення дорослого віку є пріоритетним, оскільки саме в цей період людина досягає піку професійної реалізації, а інтеграція емоційної компетентності та творчого потенціалу стає запорукою її соціальної ефективності.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити когнітивні корелянти емоційного інтелекту; проаналізувати взаємозв'язок між емоційним інтелектом та творчим мисленням дорослих.

Огляд попередніх досліджень. Емоційний інтелект – одне з найдискусійніших понять сучасної психології, яке одночасно привертає увагу широкої аудиторії популярної психологічної літератури і викликає суперечливі оцінки в науковій спільноті. Це поняття часто сприймається як занадто м'який, суб'єктивний конструкт, що викликає питання щодо

Як цитувати: Литвиненко, О. О., Лянна, Ю. (2026). Когнітивні корелянти емоційного інтелекту дорослих: роль творчого мислення. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 56-63. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-07>

In cites: Lytvynenko, O., Lyanna, Ju. (2026). Emotional Intelligence Cognitive Correlates in Adults: Creative Thinking Role. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 56-63. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-07> (in Ukrainian)

© Литвиненко, О. О., Лянна, Ю., 2026. CC BY 4.0 license

можливості об'єктивного вимірювання та наукової валідності.

Утім, ця суперечливість значною мірою обумовлена відсутністю концептуальної однозначності та множинністю теоретичних підходів до його моделювання. Попри існування кількох визнаних теоретичних моделей, серед науковців тривають дискусії щодо концептуалізації даного конструкту.

Моделі емоційного інтелекту. Модель здібностей, запропонована Дж. Майером, П. Саловейм і Карузо, інтерпретує емоційний інтелект як набір когнітивних здібностей, пов'язаних з обробкою емоційної інформації. Ця модель визначає емоційний інтелект як один із видів традиційного інтелекту, що має справу з емоційними проявами. До цієї моделі входять такі елементи як сприйняття емоцій, розуміння емоцій, використання емоцій та їх управління.

Альтернативним напрямком концептуалізації є підхід К. Петрідеса, який фокусувався на емоційному самосприйнятті. У своїй роботі він чітко розмежовував ЕІ-здібність та ЕІ-риса, адже вони по-різному вимірюються, що означає їхню концептуальну відмінність, хоч і можливу взаємопов'язаність. Модель ТЕІ (Trait Emotional Intelligence) ґрунтується на суб'єктивному досвіді людини, на її самосприйнятті, адже емоції самі по собі суб'єктивні.

У рамках змішаних моделей здібності та особистісні риси комбінуються; серед них найбільш відомі моделі Реувена Бар-Она та Деніела Гоулмана. Модель Бар-Она визначає емоційний інтелект як "взаємопов'язані емоційні та соціальні компетенції, які впливають на здатність людини розуміти та ефективно виражати себе, розуміти та взаємодіяти з іншими, а також успішно справлятися з повсякденними вимогами, викликами та стресами".

Творче мислення як когнітивний феномен. Творче мислення традиційно розглядається в психологічній науці як вища форма когнітивної активності, що характеризується здатністю генерувати нові, оригінальні ідеї та створювати інноваційні рішення. Дж. Гілфорда запропонував розрізняти конвергентне (спрямоване на пошук єдиного правильного рішення) та дивергентне (що передбачає множинність варіантів) мислення, визначивши останнє як основу креативності.

П. Торренс розробив операційну модель креативності, що включає чотири основні компоненти: пливкість (продуктивність генерації ідей), гнучкість (здатність переключатися між різними категоріями ідей), оригінальність (унікальність рішень) та розробленість (деталізація ідей). Проте сучасні підходи, зокрема праці Т. Любарта та В. Главчану, підкреслюють, що творче мислення не є лінійним механізмом. Це динамічна система взаємодій між творцем, інструментами та соціокультурним контекстом. Важливим аспектом

розуміння природи креативності у дорослому віці є розмежування безпосередньо процесу «творчого мислення» та загальної «креативності» особистості. Як зазначає Т. Любарт, креативність виступає ширшим конструктом, тоді як творче мислення є безпосереднім інструментом генерації нового продукту. При цьому сам процес мислення є динамічною та нелінійною системою взаємодії творця з контекстом, де емоції виконують функцію медіаторів, сприяючи формуванню метафоричних та асоціативних зв'язків.

Взаємозв'язок емоційного інтелекту та творчого мислення. Сучасні дослідження все більше фокусуються на взаємозв'язку емоційних та когнітивних процесів. Теоретичні моделі Майєра-Саловея безпосередньо включають «використання емоцій для полегшення мислення» як компонент емоційного інтелекту, що передбачає здатність застосовувати емоції для покращення когнітивних процесів, зокрема креативності та вирішення проблем.

Емоційна креативність (концепція Дж. Ейрілла) займає особливе місце серед когнітивних корелятивів. Її визначають як здатність особистості автентично та оригінально виражати й переживати емоції, що становить окремий конструкт, який відрізняється від емоційного інтелекту. До структури цього феномену входять: автентичність, підготовленість (рефлексія) та емоційна новизна (здатність до оригінальних реакцій). Саме такий інтегративний підхід надає можливість трактувати емоційну обробку інформації як фундамент для особистісного зростання та психологічної адаптації. У вітчизняній психологічній школі механізми стратегіальної теорії творчої діяльності розкривають взаємозв'язок творчості та емоційного інтелекту. За працями В. Моляко та О. Музики, критичну регулятивну функцію виконує емоційний інтелект: когнітивний потенціал розширюється завдяки позитивним емоціям (так зване «творче сприймання»), а необхідна критичність мислення забезпечується здатністю регулювати негативні стани. С. Максименко, своєю чергою, наголошує, що фундаментальна потреба особистості лежить в основі творчої активності і трансформує просте сприйняття у продуктивні та складні форми пізнавальної діяльності.

Емпіричні дослідження демонструють, що особи з високим рівнем емоційного інтелекту виявляють кращі показники креативності, що пояснюється їхньою здатністю використовувати емоційну інформацію для генерації нових ідей, гнучко переключатися між емоційними станами та підтримувати мотивацію в процесі творчої діяльності. Водночас, творче мислення може сприяти розвитку емоційного інтелекту через посилення рефлексивних здібностей та здатності до нестандартного осмислення емоційних переживань.

Таблиця 1. Порівняльний аналіз основних моделей емоційного інтелекту/ **Table 1.** Comparative Analysis of Major Models of Emotional Intelligence

Модель / Model	Тип моделі / Model Type	Основні компоненти / Core Components
Майєр-Саловей-Карузо/ Mayer-Salovey-Caruso	Модель здібностей/ Ability Model	Сприйняття, використання, розуміння, управління емоціями/ Perception, use, understanding, management of emotions
Петрідес (TEI)/ Petrides (TEI)	Модель риси/ Trait Model	Емоційність, самоконтроль, соціальність, благополуччя/ Emotionality, self-control, sociability, well-being

Модель / Model	Тип моделі / Model Type	Основні компоненти / Core Components
Бар-Он/ Bar-On	Змішана модель/ Mixed Model	Внутрішньоособистісні та міжособистісні навички, адаптивність, управління стресом/ Intrapersonal and interpersonal skills, adaptability, stress management
Гоулман/ Goleman	Змішана модель/ Mixed Model	Самосвідомість, самоуправління, соціальна свідомість, управління відносинами/ Self-awareness, self-management, social awareness, relationship management

Методи. Загальнонаукові та спеціальні методи наукового пізнання стали методологічною основою емпіричного дослідження. Для обґрунтування концептуальної моделі дослідження було використано теоретико-методологічний аналіз сучасної літератури з проблем творчого мислення та емоційного інтелекту. На емпіричному етапі у процесі дослідження застосовувалися: онлайн-опитування, описова статистика, кореляційний аналіз за Спірменом та кластерний аналіз k-means для виявлення типологічних груп респондентів.

Учасники. У дослідженні взяли участь 50 респондентів віком від 25 до 45 років, серед яких 15 чоловіків (30%) та 35 жінок (70%). На момент заповнення анкети всі учасники перебували на території України і є громадянами України. До дослідження було залучено представників різних професійних сфер для перевірки гіпотези про зв'язок творчого мислення з емоційним інтелектом у різних професійних контекстах та забезпечення різноманітності вибірки. На основі аналізу актуальної професійної діяльності (табл. 3) здійснювалася класифікація респондентів відповідно до типології професійних інтересів Дж. Голланда. Реалістичний тип (R) – діяльність з інструментами, машинами, технікою – 10 осіб (20%); Дослідницький тип (I) – наукова діяльність, дослідження, аналітична робота – 8 осіб (16%); Артистичний тип (A) – самовираження, творча діяльність – 9 осіб (18%); Соціальний тип (S) – навчання, допомога, робота з людьми – 16 осіб (32%); Підприємницький тип (E) – управління, продаж, лідерство – 4 особи (8%); Конвенційний тип (C) – дотримання правил, структурована робота – 3 особи (6%).

Діагностичний інструментарій. Для дослідження взаємозв'язку творчого мислення та емоційного інтелекту були використані дві валідовані методики: 1) методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту В. Зарицької та 2) методика для діагностики вербальної креативності П. Торренса «Неймовірна ситуація».

Методика дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту В. Зарицької. Методика включає 76 суджень, які за чотирибальною шкалою оцінює респондент: "ніколи" (1 бал) — "майже завжди" (4 бали). Оцінюються чотири ключові компоненти: власні емоції розуміти (судження 1-20, до 60 балів), емоції контролювати й регулювати (судження 21-38, до 54 балів), емоції інших розуміти

(судження 39-59, до 63 балів), емоції застосовувати в спілкуванні та діяльності (судження 60-76, до 51 балу). Сумарний бал визначає загальний рівень: високий (198-240), достатній (117-197), середній (60-116), низький (0-59).

Методика для діагностики вербальної креативності П. Торренса "Неймовірна ситуація". Учасники отримують завдання: уявити неймовірну ситуацію й протягом 10 хвилин генерувати максимум варіантів можливих подій та їх наслідків. Три показники використовуються для обробки: вправність (скільки ідей, по 1 балу за наслідок), гнучкість (скільки різних категорій), оригінальність (статистична рідкість). Лонгitudні дослідження П. Торренса емпірично підтвердили високу валідність методики.

Процедура дослідження. У форматі онлайн-опитування за допомогою Google-форм у травні 2025 року проводилося дослідження, що забезпечило однакові умови діагностики для всіх респондентів, дозволило охопити репрезентативну вибірку дорослих різних професійних сфер та мінімізувало вплив соціальної бажаності через анонімність відповідей. Як індивідуальна, так і групова була форма проведення методик. При рівні довіри 95% похибка дослідження становить 5%.

Статистичний аналіз. Для обробки отриманих даних використовувалася пакет статистичних програм IBM SPSS. Застосовувалися методи описової статистики, кореляційний аналіз за Спірменом для виявлення взаємозв'язків між показниками творчого мислення та компонентами емоційного інтелекту, а також кластерний аналіз k-means для виявлення типологічних груп респондентів за рівнем творчого мислення та емоційного інтелекту.

Результати. На першому етапі аналізу емпіричних даних було здійснено кількісний розподіл показників за рівнями вираженості досліджуваних феноменів. Це надало можливість оцінити загальний стан творчого мислення та емоційного інтелекту у вибірці дорослих, перед встановленням кореляційних зв'язків між ними. Згідно з отриманими даними, такий розподіл виявив аналіз показників (табл. 2). Емоційний інтелект: високий рівень мають більшість, низького рівня не показав жоден респондент. Творче мислення: низький рівень показали майже половина, середній – більше половини, високий – лише одиниці.

Таблиця 2. Рівні розвитку емоційного інтелекту та творчого мислення / **Table 2.** Levels of Development of Emotional Intelligence and Creative Thinking

Показник / Indicator	Низький / Low	Середній / Medium	Високий / High
Емоційний інтелект / Emotional Intelligence	0% (n=0)	22% (n=11)	78% (n=39)
Творче мислення / Creative Thinking	44% (n=22)	54% (n=27)	2% (n=1)

Особливостями вибірки можуть пояснюватися отримані результати: оскільки участь у дослідженні була добровільною, більша частина респондентів мала схильність до самоаналізу та інтерес до теми, що могло спричинити більш високі оцінки емоційного інтелекту. Водночас із недостатньою мотивацією частини

учасників до повного виконання завдань можуть бути пов'язані нижчі показники творчого мислення, а також із суб'єктивними чинниками, такими як небажання докласти додаткові зусилля на другому етапі дослідження або втома.

Таблиця 3. Розподіл респондентів за професійними типами / **Table 3.** Distribution of Respondents by Professional Types

Професійний тип / Professional Type	n	%
Реалістичний / Realistic	10	20
Дослідницький / Investigative	8	16
Артистичний / Artistic	9	18
Соціальний / Social	16	32
Підприємницький / Enterprising	4	8
Конвенційний / Conventional	3	6

Кореляційний аналіз. Оскільки невеликий обсяг вибірки ($N = 50$), а також відхилення від нормального розподілу демонструє частина змінних, для аналізу взаємозв'язків було застосовано непараметричний коефіцієнт кореляції Спірмена для забезпечення стійкості висновків за таких умов.

Статистично значущі взаємозв'язки між показниками творчого мислення та окремими компонентами емоційного інтелекту виявив кореляційний аналіз (табл. 4). Між здатністю використовувати емоції у спілкуванні та діяльності (e) та всіма компонентами творчого мислення виявлено найсильніші кореляційні зв'язки: вправністю ($r = 0.384$, $p = 0.006$), оригінальністю ($r = 0.377$, $p = 0.007$), гнучкістю ($r = 0.489$, $p < 0.001$) та загальним показником творчого мислення ($r = 0.413$,

$p = 0.003$). Значущі кореляції з творчим мисленням продемонстрував загальний рівень розвитку емоційного інтелекту (E1), зокрема з оригінальністю ($r = 0.354$, $p = 0.012$), гнучкістю ($r = 0.448$, $p = 0.001$), вправністю ($r = 0.323$, $p = 0.022$) та загальним Т-балом ($r = 0.383$, $p = 0.006$). Помірні зв'язки з вправністю ($r = 0.354$, $p = 0.012$), загальним показником творчості ($r = 0.371$, $p = 0.008$) та оригінальністю ($r = 0.352$, $p = 0.012$) виявило розуміння особистих емоцій. Водночас не продемонстрували статистично значущих кореляцій із жодним із показників творчого мислення такі компоненти емоційного інтелекту, як розуміння емоцій інших людей (d), а також самоконтроль та саморегуляція емоцій (c), показали результати.

Таблиця 4. Статистично значущі кореляції між компонентами емоційного інтелекту та показниками творчого мислення (коефіцієнт Спірмена) / **Table 4.** Statistically Significant Correlations Between Components of Emotional Intelligence and Indicators of Creative Thinking (Spearman's Rank Correlation Coefficient)

Компонент EI / EI Component	Вправність / Fluency	Гнучкість / Flexibility	Оригінальність / Originality	Т-бал / T-score
Розуміння емоцій / Emotion Understanding	0.354*	0.225	0.352*	0.371**
Самоконтроль / Self-regulation	0.102	0.232	0.073	0.150
Розуміння інших / Understanding Others	0.205	0.257	0.207	0.250
Використання емоцій / Use of Emotions	0.384**	0.489***	0.377**	0.413**
Загальний EI / Overall EI	0.323*	0.448**	0.354*	0.383**

Про часткове підтвердження гіпотези щодо існування взаємозв'язку між творчим мисленням та емоційним інтелектом свідчать результати емпіричного дослідження. У здатності особистості використовувати емоції у процесі міжособистісного спілкування та діяльності виявлено найбільш виражені кореляційні зв'язки. Розширення когнітивного інструментарію та стимулювання креативного мислення через створення умов для позитивних емоційних станів, формування

психологічно безпечного середовища для вільного вираження творчих ідей без страху критики передбачає ця здатність, та оптимізації творчого процесу для гнучке переключення між різними режимами мислення.

Кластерний аналіз. З метою виявлення типологічних особливостей респондентів та глибшого розуміння внутрішньої структури досліджуваних феноменів було застосовано кластерний аналіз. Це надало можливість згрупувати учасників дослідження не за окремими

показниками, а за цілісними психологічними профілями, що поєднують різні рівні творчих здібностей та емоційного інтелекту. Для усунення впливу різних діапазонів первинних балів між субшкалами

творчого мислення та емоційного інтелекту попередньо всі психологічні змінні було стандартизовано. Вибірка розподілялася на три статистично значущі диференційовані групи (табл.5).

Таблиця 5. Характеристика кластерних груп за рівнями емоційного інтелекту та творчості / **Table 5.** Characteristics of Cluster Groups by Levels of Emotional Intelligence and Creativity Profile Creativity

Профіль / Profile	n (%)	EI	Творчість / Creativity
1	18 (36%)	-0.98	-0.60 до -0.67
2	14 (28%)	+0.42	+1.17 до +1.20
3	18 (36%)	+0.65	-0.22 до -0.31

Метод k-means у кластерному аналізі дозволив ідентифікувати три окремі психологічні профілі, що демонструють особливі патерни поєднання емоційної та когнітивної сфер:

Профіль перший (36%): респонденти демонструють знижені результати у сферах творчості й емоційного інтелекту. Обмежений емоційний та когнітивний ресурс створює цим особам перешкоди у ситуаціях, де потрібна швидка адаптація чи продукування нестандартних ідей.

Профіль другий (28%): за середнього емоційного інтелекту виявляє максимальні результати творчих здібностей. Виражена когнітивна гнучкість властива цим особам, втім, глибока емоційна саморегуляція не завжди її підтримує.

Профіль третій (36%): вищий емоційний інтелект поєднується зі зниженими результатами творчого мислення. Підтверджується наша теза: лише усвідомлення емоцій не забезпечує результативного їх застосування в творчих процесах без додаткової стимуляції.

ANOVA дисперсійний аналіз показав високу статистичну значущість відмінностей між ідентифікованими групами, підтверджуючи якісну диференціацію кластерної структури. Параметри творчого мислення отримали максимальні значення F-критерію: творчість загальна ($F = 35.078$, $p < 0.001$), гнучкість ($F = 34.917$, $p < 0.001$) та вправність ($F = 30.534$, $p < 0.001$). Емоційний інтелект теж показав суттєву диференціюючу здатність ($F = 29.714$, $p < 0.001$), однак креативність стала головним фактором поділу респондентів.

Слід підкреслити, що статистично значущих зв'язків між приналежністю до кластерів та характеристиками професійними чи демографічними дослідження не виявило. Приміром, статеві розбіжності ($\chi^2 = 0.831$, $p = 0.660$) показали: у кожній групі жінки переважають, що збігається з гендерним розподілом усієї вибірки (70%). One-Way ANOVA перевірка не показала вікових відмінностей (респонденти у кластерах мають середній вік 30.39-32.86 років). За Дж. Голландом професійні типи ($\chi^2 = 6.543$, $p = 0.768$) підтвердили: формування психологічних профілів відбувається незалежно від професійної сфери. Ці дані засвідчують універсальність психологічних закономірностей, що виявлені поєднання творчого мислення й емоційного інтелекту залежить від індивідуально-психологічних рис

особистості, не від демографічного чи професійного статусу.

Розробка програми розвитку емоційного інтелекту та творчого мислення. Емпіричне дослідження зв'язків творчого мислення з емоційним інтелектом стало базою для створення концепції програми підвищення емоційного інтелекту дорослих осіб. Кореляційний аналіз показав: найпотужніші зв'язки існують між застосуванням емоцій у діяльності та компонентами творчого мислення: вправність ($r = 0.384$), гнучкість ($r = 0.489$), оригінальність ($r = 0.377$) і творче мислення загалом ($r = 0.413$). Методологічний фундамент для цільової інтервенції створюють ці емпіричні результати, орієнтуючи на розвиток емоційних компетенцій як каталізатора творчого потенціалу.

Три окремі психологічні профілі виявив кластерний аналіз, 36% респондентів мають знижені показники творчості й емоційного інтелекту. Пріоритетна цільова аудиторія, саме ця група, адже компонент «використання емоцій» може відкрити шлях до креативного мислення.

Кілька чинників обґрунтовують фокус на емоційному інтелекті як об'єкті розвитку: систематичні тренувальні програми легше застосовувати до емоційного інтелекту; найпотужніші кореляції з творчістю показав компонент "використання емоцій у діяльності"; ширший позитивний ефект на психологічне функціонування може дати розвиток емоційного інтелекту.

Структура програми. Інтеграція ключових теоретичних моделей емоційного інтелекту закладена в запропоновану програму: Мейєра-Саловея модель здібностей та Гоулмана змішана модель, адаптовані до розвитку творчого потенціалу. Емпіричні результати показують особливу вагу компоненту "застосування емоцій у спілкуванні та діяльності": використання позитивних емоцій для натхнення й мотивації, емоційний стан для продуктивності, емоцій як інформація для рішень. Восьмитижневий послідовний відеокурс становить структуру програми: сім тематичних модулів плюс фінальна сесія оцінювання й рефлексії (табл. 6). Теоретичний блок 15-20 хвилин становить кожен модуль (розкриває концептуальні засади компоненту емоційного інтелекту) плюс практичний блок із цілеспрямованими вправами. Андрагогічні принципи лежать в основі теоретичної частини, інтерактивні елементи забезпечують активне залучення учасників.

Таблиця 6. Етапи та зміст програми розвитку емоційно-креативного потенціалу / **Table 6.** Stages and Content of the Emotional-Creative Potential Development Program

Етап (Тижні) / Stage (Weeks)	Назва та зміст роботи / Title and Content of Activities	Ключові результати (критерії) / Key Outcomes (Criteria)
I. Діагностично-когнітивний (1-2 тижні) / Diagnostic-cognitive (1-2 weeks)	Психоедукація про ЕІ та творчість. Розширення емоційного словника, розпізнавання фізіологічних проявів емоцій. / Psychoeducation about EI and creativity. Expanding the emotional vocabulary, recognizing physiological manifestations of emotions.	Розуміння структури ЕІ; ідентифікація власних емоційних станів та їх зв'язку з тілом. / Understanding the structure of EI; identifying one's own emotional states and their connection with the body.
II. Регулятивно-емпатичний (3-4 тижні) / Regulatory-empathic (3-4 weeks)	Техніки дихальної регуляції та когнітивне переформулювання. Розвиток когнітивної емпатії та активного слухання. / Breathing regulation techniques and cognitive reformulation. Development of cognitive empathy and active listening.	Вміння аналізувати тригери та переформулювати автоматичні думки; розпізнавання емоцій інших. / The ability to analyze triggers and reformulate automatic thoughts; recognizing the emotions of others.
III. Інтегративно-творчий (5-6 тижні) / Integrative-creative (5-6 weeks)	Використання емоцій як джерела натхнення. Практика групової взаємодії та емпатичного зворотного зв'язку. / Using emotions as a source of inspiration. Practice of group interaction and empathic feedback.	Створення творчих робіт на основі емоцій; оволодіння формулою емоційної комунікації. / Creating creative works based on emotions; mastering the formula of emotional communication.
IV. Практично-результативний (7-8 тижні) / Practical-effective (7-8 weeks)	Формування стійких звичок та план подальшої практики. Повторна діагностика ЕІ та показників творчості. / Formation of sustainable habits and a plan for further practice. Repeated diagnostics of EI and creativity indicators.	Наявність плану розвитку на 3 місяці; у рівні функціонування. / Availability of a 3-month development plan; at the functioning level.

Тижневий принцип структурування дає гнучкість упровадження в щоденну діяльність: учасники самостійно обирають оптимальний час для відеоконтенту й практичних завдань. Окремі тематичні заняття складають наповнення програми, кожне орієнтоване на певний аспект емоційного інтелекту: емоційні стани ідентифікувати, емоційні реакції контролювати, емоції оточуючих розпізнавати, емоційну інформацію в діяльності застосовувати.

Методологічні підходи. Експеріальна педагогіка - головна методологія, циклічний процес передбачає: вправи дають конкретний досвід, щоденники й самозвіти створюють рефлексивне спостереження, відеоекції та матеріали забезпечують абстрактну концептуалізацію, повсякденне життя дає активне експериментування. АВС-модель когнітивного переформулювання систематично застосовується в когнітивно-поведінкових техніках: учасники опановують ідентифікацію активуючих подій, аналіз автоматичних переконань і думок, оцінювання поведінкових та емоційних наслідків. MBSR протокол зниження стресу - база практик усвідомленості: дихання як фокус медитації 10-15 хвилин, body scan виявляє тілесні прояви емоцій, спостереження за емоціями без оцінок, усвідомлене виконання щоденних дій. Емоційна регуляція включає техніки: дихальні вправи, м'язова релаксація прогресивна, заземлення 5-4-3-2-1 повертає увагу в теперішнє, візуалізація безпечного місця створює спокій і контроль. Арт-терапевтичні творчі методи використовують матеріали для невербального виразу емоцій: емоційне малювання, колажі символізують внутрішні стани.

Методичний інструментарій для стимулювання творчої активності використанням емоцій. Кореляційні зв'язки

стали базою для методичних рекомендацій розвитку емоційних компетенцій заради творчої активності. Перед творчими завданнями корисно застосувати "три добрі речі": детально пригадати три позитивні моменти минулого дня, фокусуючись на емоційних станах. Альтернатива: стимули, що викликають позитивні емоції (музика улюблена, зображення надихаючі). Систематичне "емоційне щоденниковання" рекомендується: точна назва емоції, за 10-бальною шкалою інтенсивність, контекст виникнення, асоціація стану з якістю/кількістю ідей. Щотижневий аналіз може виявити індивідуальні патерни зв'язку творчої продуктивності з емоційними станами.

Потужний зв'язок використання емоцій із гнучкістю мислення в дослідженні вказує: емоційна варіативність може підтримувати когнітивну гнучкість. "Емоційне переключення" — корисна техніка: коли рішення одного типу заблоковані, свідомо змінити емоційний фокус (скажімо, від аналітичного скептицизму до оптимістичної відкритості) для доступу до інших когнітивних стратегій.

Оцінювання ефективності програми. В. Зарицької методика діагностики емоційного інтелекту використовується для первинного оцінювання. П. Торренса тести творчого мислення (субтести) оцінюють творчий потенціал. Процесуальний моніторинг охоплює: щотижневі короткі рефлексивні звіти (стандартизована форма), емоційні стани щодня фіксуються (10-бальна шкала), творчі вправи фотодокументуються. Фінальна діагностика: повторне проведення психодіагностичних методик для статистичного порівняння результатів до інтервенції й після.

Рандомізований контрольований дизайн експериментальної апробації потрібен для підтвердження ефективності програми - встановити, чи справді цілеспрямований розвиток здатності застосовувати емоції підвищує творче мислення. Перспективні напрями: груповий формат програми, штучний інтелект для персоналізації, лонгітюдні дослідження для довгострокових ефектів.

Висновки. Дослідження надало емпіричні докази зв'язків творчого мислення з емоційним інтелектом. Огляд наукової літератури виявив поступовий розвиток концептуалізації емоційного інтелекту, що розпочався з філософських роздумів та еволюціонував до емпірично обґрунтованих нейробіологічних підходів, узагальнив три ключові моделі структури: здібностей модель, рис модель, змішану модель. Творче мислення розглянуто як багатокomпонентний конструкт: продукування ідей, гнучкість, оригінальність, вправність.

Отримані результати стали основою для концепції програми розвитку емоційного інтелекту дорослих: восьми тижневий відеокурс інтегрує когнітивно-поведінкові техніки, усвідомленості практики, арт-терапевтичні методи. Модель здібностей емоційного інтелекту, теорія «розширення та побудови», експеріальна педагогіка - опора програми, орієнтована на навички емоційної регуляції та їх застосування в діяльності.

Дослідження має практичне значення, а саме підтверджує перспективність цілеспрямованого розвитку емоційної компетентності як чинника підтримки особистісної самореалізації й творчого мислення. Подальші наукові пошуки варто спрямувати на експериментальну апробацію програми (рандомізований контрольований дизайн) для перевірки причинно-наслідкових ефектів: розвиток емоційного інтелекту впливає на творчість.

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

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

Список використаних джерел

- Дерев'яко С.П. Теоретико-методологічні аспекти цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту. *Теорія і практика сучасної психології*, 2016. №1. С. 12-15. https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2016/5.pdf
- Зарип'я В.В. Методика дослідження емоційного інтелекту особистості. *Теорія і практика сучасної психології*, 2019. №3(2). С. 37-42. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-2.7>
- Кліпкова О.І. Вплив емоційного інтелекту на реалізацію креативних можливостей індивіда. *Вісник ЛТЕУ. Економічні науки*, 2021. 62. С. 86-92. <https://doi.org/10.36477/2522-1205-2021-62-12>
- Курапов А.О., Льошенко О.А., Волинцев В.О. Практикум з загальної психології. Модуль «Уява, емоції, воля»: метод.реком. К.: ДІА, 2022. 71с. <https://iar.org.ua/wp-content/uploads/2023/05/%D0%A0%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%B8%CC%86-%D0%B7%D0%BE%D1%88%D0%B8%D1%82-%D0%904.pdf>
- Носенко Е.А., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. : монографія. Київ: Вища школа, 2003. 158с. http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/Em_intellekt.pdf
- Amabile, T. M. (1996). *Creativity in context: Update to "The Social Psychology of Creativity"*. Westview Press. <https://doi.org/10.4324/9780429501234>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. *Psicothema*, 18(Suppl.), 13-25.
- Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Beaty, R. E., Kenett, Y. N., Christensen, A. P., Rosenberg, M. D., Benedek, M., Chen, Q., Fink, A., Qiu, J., Kwapił, T. R., Kane, M. J., & Silvia, P. J. (2018). Robust prediction of individual creative ability from brain functional connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(5), 1087-1092. <https://doi.org/10.1073/pnas.1713532115>
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367-1377. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- Goleman, D. (2020). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*. Psychological Assessment Resources.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). Basic Books.
- Torrance, E. P. (1974). *The Torrance Tests of Creative Thinking: Norms-technical manual*. Scholastic Testing Service.

O. LYTVYNNENKO (Olena Lytvynenko)

Doctor of Psychological Sciences,

Head of the Department of Practical Psychology,

Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University,

18/2, Shamo Str., Kyiv, Ukraine,

E-mail: o.lytvynenko@kubg.edu.ua

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2152-7285>

Ju. LYANNOY (Julia Lyannoy)

Master of Psychology, practitioner psychologist

julialyannoy@gmail.com

EMOTIONAL INTELLIGENCE COGNITIVE CORRELATES IN ADULTS: CREATIVE THINKING ROLE

Background. The article examines the correlation between emotional intelligence and creative thinking in adults within the context of contemporary technological transformations and social uncertainty. The study relevance is driven by the necessity to identify internal psychological resources for personal adaptation and professional self-actualization in the digital age, where the integration of emotional competence and creativity serves as a key competitive advantage. **Purpose.** The study aims to provide a theoretical substantiation and empirical verification of the relationship between the components of emotional intelligence and the indicators of creative thinking in adults. **Methods.** The methodological framework is based on a comprehensive approach, including a theoretical analysis of modern emotional intelligence concepts and empirical diagnostic methods. The study utilized V. Zarytska's emotional intelligence assessment and P. Torrance's Verbal Test of Creative Thinking. Mathematical and statistical data processing was performed using Spearman's rank correlation analysis and k-means cluster analysis to identify specific respondent profiles. **Results.** The findings confirm a stable positive correlation between the emotional intelligence and creativity indicators overall levels. Statistically significant correlations were established between the ability to understand and manage emotions and such creative thinking characteristics as flexibility, originality, and elaboration. Cluster analysis allowed for the differentiation of respondents based on their emotional-cognitive functioning profiles. Based on the empirical data, an emotional intelligence development program was designed and tested, focusing on stimulating creative activity in adults. **Conclusions.** The study validates the hypothesis regarding the integration of emotional and cognitive-creative processes in adulthood. The results suggest that developing emotional competence serves as an effective tool for actualizing creative potential. The practical significance of the work lies in the potential implementation of the developed methodological recommendations into psychological support systems for professionals and adult education programs.

Keywords: emotional intelligence, creative thinking, creativity, adaptation, professional self-actualization, emotional competence, adult psychology.

References

- Derevianko, S. P. (2016). Theoretical and methodological aspects of purposive development of emotional intelligence. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*, 1(1), 12–15. https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/1_2016/5.pdf [in Ukrainian].
- Zarytska, V. V. (2019). Methods of research of personal emotional intelligence. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii [Theory and Practice of Modern Psychology]*, 3(2), 37–42. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-2.7> [in Ukrainian].
- Klipkova, O. I. (2021). The influence of emotional intelligence on the implementation of an individual's creative potential. *Visnyk LTEU. Ekonomichni nauky*, 62, 86–92. <https://doi.org/10.36477/2522-1205-2021-62-12> [in Ukrainian].
- Kurapov, A. O., Lyoshenko, O. A., & Volynets, V. O. (2022). Workshop on general psychology. Module "Imagination, emotions, will". Kyiv: DIA. <https://iar.org.ua/wp-content/uploads/2023/05/%D0%A0%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%B8%CC%86-%D0%B7%D0%BE%D1%88%D0%B8%D1%82-%D0%904.pdf> [in Ukrainian].
- Nosenko, E. L., & Kovryha, N. V. (2003). Emotional intelligence: Conceptualization of the phenomenon, basic functions. Kyiv: Vyscha shkola. http://distance.dnu.dp.ua/ukr/nmmateriali/documents/Em_intellekt.pdf [in Ukrainian].
- Amabile, T. M. (1996). *Creativity in context: Update to "The Social Psychology of Creativity"*. Westview Press. <https://doi.org/10.4324/9780429501234>
- Bar-On, R. (2006). The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence. *Psicothema*, 18(Suppl.), 13–25.
- Barrett, L. F. (2017). *How emotions are made: The secret life of the brain*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Beaty, R. E., Kenett, Y. N., Christensen, A. P., Rosenberg, M. D., Benedek, M., Chen, Q., Fink, A., Qiu, J., Kwapił, T. R., Kane, M. J., & Silvia, P. J. (2018). Robust prediction of individual creative ability from brain functional connectivity. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(5), 1087–1092. <https://doi.org/10.1073/pnas.1713532115>
- Fredrickson, B. L. (2004). The broaden-and-build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367–1377. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
- Goleman, D. (2020). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments*. Psychological Assessment Resources.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). Basic Books.
- Torrance, E. P. (1974). *The Torrance Tests of Creative Thinking: Norms-technical manual*. Scholastic Testing Service.

Конфлікт інтересів: автори заявляють про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 11.02.2026 (The article was received by the editors 11.02.2026)

Стаття рекомендована до друку 15.04.2026 (The article is recommended for printing 15.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

YAK 316.648:355.097:373.5.015.3

DOI [10.26565/2225-7756-2026-80-08](https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-08)**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>***N.KOSHARA (Nataliya Koshara)***Master of Psychology**E-mail: nataliia.koshara@student.karazhin.ua***L. Lyuta (Lyuta Lesya)***Candidate of Sociological Sciences, Associate Professor**Head of the Department of Social Work,**Taras Shevchenko National University of Kyiv**Volodymyrska Street 64/13, Kyiv, Ukraine.**E-mail: lyuta.lesya2015@gmail.com**<https://orcid.org/0000-0002-9140-905X>***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>***Ye. YAKUSHEVA (Yevheniia Yakusheva)***PhD, Associate Professor, Department of Psychology,**National Aerospace University "Kharkiv Aviation Institute",**Ukraine, E-mail: y.yakusheva@khai.edu**<https://orcid.org/0000-0002-6575-3228>***A VETERAN IMAGE AMONG SENIOR GRADE STUDENTS WITH VARIOUS DEGREES OF TRUST IN THE WORLD, IN OTHER PEOPLE, AND IN THEMSELVES**

The problem of understanding and forming the image of a veteran is relatively new for modern Ukrainian psychology, although the general interest of scientists in the processes of creating images in collective and individual consciousness has a long history. The purpose of the work: to determine the features of veteran's image in high school students with varying degrees of trust in the world, in other people and in themselves. Research methods: questionnaire method (developed by us) to determine the attitude towards veterans; incomplete sentence method; semantic differential of Ch. Osgood (adaptation of S. Yanovska, P. Sevostyanov and R. Turenko); methodology "Trust / distrust of the individual in the world, in other people, in himself" (O. Savchenko); methods of statistical data processing: descriptive statistics, Chi-square test, method of comparative analysis for dependent samples (Wilcoxon test). Sample. The study involved 107 high school students from secondary schools in Kharkiv aged 15 to 17, including 56 girls and 51 boys. Conclusions. It was found that the attitude of the studied high school students towards veterans is ambivalent, with positive and negative assessments equally represented. At the same time, the attitude of high school students towards veterans is less positive than towards civilians. The level of trust in themselves, towards other people and towards the world was not associated with the characteristics of veterans image perception by high school students - therefore, the ideas of these individuals about veterans are relatively stable, socially conditioned and to a small extent depend on the individual psychological characteristics that determine the degree of trust inherent in a person.

Keywords: *image, veterans, civilians, high school students, trust in themselves, trust in others, trust in the world*

The war that has been going on in Ukraine for over ten years has caused a number of problems that our society is facing. At the same time, not all of them are directly related to the threat posed by hostilities; many of them are a consequence of socio-psychological processes unfolding in our country. One of the leading problems is the adaptation

of demobilized military personnel to civilian life after completing their military service. Mainly, this problem is based on the significant differentiation of personal worldviews characteristic of civilian and military life in conditions of military conflict and unfolds at the communicative and semantic level of demobilization.

Як цитувати: Яновська, С.Г., Кошара, Н.О., Люта, Л.П., Туренко, Р.А., Якушева, Є.М. (2026). Образ ветерана у старшокласників з різним ступенем довіри до світу, до інших людей та до себе. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 64-71. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-08>

In cites: Yanovskaya, S., Koshara, N., Luta, L., Turenko, R., Yakusheva, Ye. (2026). A Veteran Image among Senior Grade Students with Various Degrees of Trust in the World, in Other People, and in Themselves. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 64-71. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-08>

© Yanovskaya, S., Koshara, N., Luta, L., Turenko, R., Yakusheva, Ye., 2026; CC BY 4.0 license

Today, this fact is emphasized by many researchers who note that war veterans returning to civilian life is associated with their experiences of loneliness, misunderstanding by the others, isolation, abandonment, etc. (Panok, Predko, 2024), - and all these are significantly exacerbated by their almost total mental traumatization (Nazarenko et al., 2019). At the same time, we note that most modern studies devoted to the military and civilian worldviews clash problem are aimed specifically at studying the adaptation of military personnel (Stasyuk, Dykun, Kyrychenko, 2021; Yarmuratiy, 2019; Kravchenko, 2021; Dubrovina, 2023; Marushchak, 2023, etc.). However, it should be noted that only by focusing research attention on the study of psychological characteristics of veterans that contribute to adaptation, it is extremely difficult to achieve successful coordination of life dispositions inherent in veterans and civilians. It is necessary to identify the main features of a veteran image for further successful collective reflection of military experience among different country's population segments. In the course of our study, the features of veterans image were identified in high school students with different degrees of trust in the world.

Purpose of the work: to determine the features of the image of veterans in high school students with different degrees of trust in the world, in other people and in themselves.

Research methods: questionnaire method (developed by us) to determine the attitude towards veterans; incomplete sentence method; semantic differential of Ch. Osgood (adaptation of S. Yanovska, P. Sevostyanov and R. Turenko); methodology "Trust / distrust of the individual in the world, in other people, in himself" (O. Savchenko); methods of statistical data processing: descriptive statistics, Chi-square criterion, comparative analysis method for dependent samples (Wilcoxon criterion). Data processing was carried out using MS Excell and SPSS version 23.0 software.

Sample. The study was attended by 107 high school students from secondary schools in Kharkiv aged 15 to 17 years, among them 56 girls and 51 boys. The survey was conducted using a Google form with informed consent from participants to participate in the study.

Analysis of recent research and publications. The study of a veteran image is a relatively new topic for Ukrainian psychology, which is developing against the background of a long-standing scientific interest in the image creation processes problems in collective and individual consciousness. The category of "image" belongs to the key concepts of psychology, since it is through that the way in which a person reflects objective reality in his own consciousness is described. Within the framework of the activity approach, it is determined that the image is not just a passive reflection of reality, but is the result of complex cognitive processes that find their manifestation in sensory or generalized-idealized structures (Alieva, 2010). Image formation is a process that unfolds over time, includes certain phases of analysis, generalization, and symbolic consolidation, and occurs under the influence of both individual and sociocultural factors (Vlasova, 2005). Therefore, research into a veteran image must take into account its complex socio-psychological nature.

Researchers Chuiko and Vorobyova (2024) emphasize the dual nature of veteran's public perceptions that influence their image formation. On the one hand, there is a tendency

towards their "heroization", when society creates an idealized a warrior-protector image, with whom real veterans cannot always be identified.

Such an approach can cause them to feel inadequate, inferior, or even guilty for not fully meeting this ideal. On the other hand, stereotypes about the mandatory presence of psychological disorders, aggressiveness, and emotional instability in veterans remain widespread, which leads to their perception as "problematic" or "dangerous" individuals. In public and interpersonal communications, such perceptions often take the form of prejudice or alienation, especially when others demonstrate misunderstanding or even condemnation of participation in the war. Thus, Voloshyna (2024) emphasizes that biased perceptions of veterans, fear of possible conflicts or doubts about their professional suitability can create additional barriers to their employment, social acceptance and the formation of their positive image.

Mykolaychuk and Hryvchuk (2024) emphasize that the realities of life that veterans and their families face during reintegration into the civilian environment force scientists, practical psychologists and media representatives to focus mainly on the negative consequences of participation in armed conflicts. Such a focus, although of important diagnostic value, at the same time contributes to the consolidation of a one-sided, mainly problematic a veteran image in the mass consciousness, which can increase social tension.

However, in recent years, another research approach has become increasingly widespread - the study of positive personal transformations phenomenon after experiencing traumatic events (Nazarenko et al., 2019). It is emphasized that any crisis experience can have a dual effect: on the one hand, provoke maladaptive reactions, and on the other - stimulate an internal rethinking of values, the development of new self-regulation strategies, and the formation of a deeper life position.

The study by Melnyk and Galyant (2025) shows that the positive veteran image increases with their social inclusion, ability to accept themselves and others, and a high level of self-acceptance. These factors ensure the quality of the reintegration process and enable veterans not only to return to peaceful life and be accepted by society, but also to actively realize themselves in the professional, family, and public spheres.

Thus, the veteran image is an extremely complex formation in which cognitive, emotional, and behavioral components of a social stereotype interact. Its formation is largely determined by the context of mass consciousness, the influence of the media, personal experience of communicating with veterans, and dominant social attitudes. At the current stage of development of Ukrainian society, the veteran image is most often constructed through the prism of losses and psychological trauma, which leads to the risk of his stigmatization and social isolation. At the same time, the results of recent studies indicate the existence of a powerful potential for post-traumatic growth, which can become the basis for rethinking public perceptions and creating a holistic, constructive, socially supportive image of a veteran.

Results and their interpretation. According to the results of the questionnaire method, the ambivalent attitude of the studied high school students towards veterans was determined: part of the sample gave positive marks, the other

gave negative characteristics, and such a spread averaged the overall values. This can be explained by the specifics of the initial stage of adolescence, caused by the processes of identity formation, incomplete stabilization of moral and civic guidelines and the informational influences heterogeneity (family, school, media, peers), which generates contradictory attitudes and emotional reactions. Secondly, such differentiation in the assessment reflects the unformed veteran's image, provided that the knowledge of high school students about the role, needs and veterans life path is fragmentary or superficial. Also, these meanings may signal a vague perception of veterans as a source of social reference points. For some respondents, veterans are a symbol of important social values, while for others; they are alienated or not actualized as close referents.

Thus, the questionnaire method in assessing veterans image, determined the polarization of experience and semantic fields among schoolchildren: some have personal contacts or family narratives that form a positive position, others face distancing or stereotypical ideas that reinforce indifference or distrust. In addition, neutrality may be associated with the relativism of value judgments in adolescence: when meanings are not yet rooted, assessments acquire a variable and unstable character.

Comparing the results of high school students' responses to the questionnaire method regarding their attitude towards veterans and civilians, determined a more positive assessment of the latter. A less positive attitude towards veterans compared to civilians may be a consequence of psychological defense mechanisms, in particular emotional distancing. High school students, when faced with the topic of war, try to maintain internal stability, avoiding excessive inclusion in traumatic experiences. A veteran image in this context carries a strong emotional charge – it is associated not only with heroism, but also with injuries, loss, psychological trauma, reminders of danger and death. Such

associations can unconsciously cause mixed feelings – sympathy, but also tension, anxiety, even fear.

In addition, in modern Ukrainian society, a veteran image is still in the process of formation. High school students growing up in wartime may perceive veterans as people who have completed an important mission, but at the same time – as those who participated in bloodshed, reminding of a traumatic reality. Therefore, along with respect, there may be a hidden desire to distance themselves from military topics, to focus on a peaceful, “normal” life. This is especially pronounced in adolescence, when self-determination activities become leading, focused on the future, development and stability, and not on military events. It should also be taken into account that young people may not always have a clear idea of veterans' lives realities - their post-war adaptation, psychological difficulties, and social needs. The lack of reliable information or the influence of contradictory media images can reduce the cognitive component of a positive attitude. As a result, high school students may simultaneously recognize the significance of veterans, but not have the internal readiness for deep empathy or active interaction with them.

The less positive attitude of high school students towards veterans compared to civilians can be interpreted as a manifestation of psychological ambivalence – a simultaneous combination of respect and compassion with emotional tension and a desire to maintain psychological distance, which, in turn, reflects not indifference, but rather a protective reaction of the youthful consciousness, which seeks to protect itself from excessive emotional stress associated with military topics, while maintaining a general understanding of the social significance of veterans.

Next, we will analyze the data obtained using the semantic differential method in assessing the concepts of “Veteran” and “Civilian” (Table 1).

Table 1. Indicators of high school students' attitude towards veterans and civilians using the semantic differential method

Indicator	Minimum	Maximum	Average	Std. devi.
Rating (veterans)	-10.40	11.00	1.17	2.40
Strength (veterans)	-6.00	12.00	6.13	3.10
Activity (veterans)	-11.20	9.00	0.43	5.42
Rating (civilian)	-8.00	12.00	4.09	2.50
Strength (civilian)	-7.60	12.00	3.45	5.52
Activity (civilian)	-7.00	12.00	3.45	3.13

The results obtained indicate that the expressiveness indicators of the assessment factors and activity towards veterans are low; on the other hand, the strength indicator is average with a tendency to overestimate, which indicates the significance and influence of the veteran figure on the lives of the studied high school students. When determining the attitude of high school students towards civilians, all indicators are characterized by moderation. The tendency to overestimate the “strength” factor in assessing a veteran image may reflect not only the idea of physical power, but rather the internal resilience, courage or status power of veterans - aspects that in the eyes of young men often outweigh the idea of external manifestations; young men idealize or romanticize the endurance and willingness to

sacrifice, which are characteristic of people with combat experience.

Let us consider the results of the incomplete sentence method study. Those statements that ended with the sentences “For me, veterans are...” and “For me, civilians are...” were classified by us into two categories: those that represent a positive image of the assessed persons and those that represents a negative image. After that, the Chi-square criterion was applied to determine whether any of the categories prevailed in the assessment of veterans and civilians image.

The results of comparing the frequency of positive and negative statements of high school students about veterans and civilians are presented in Table 2-3.

Table 2. Response rates using the incomplete sentence method about veterans

	Observed N	Expected N	Residual	χ^2	p (2- tailed)
Positive image	59	53.5	5.5	2.574	.109
Negative image	48	53.5	-5.5		

Table 3. Response rates by the incomplete sentence method for civilians

	Observed N	Expected N	Residual	χ^2	p (2- tailed)
Positive Image	63	53.5	9.5	7.681	.006
Negative Image	44	53.5	-9.5		

Thus, using the incomplete sentence method, no significant differences were identified in the perceptions of high school students towards veterans, while positive statements prevail in the perception of civilians. The revealed balance of positive and negative statements regarding veterans, in our opinion, may reflect the high degree of emotional and cognitive complexity of their image in the minds of high school students: veterans can simultaneously

evoke feelings of gratitude, respect, pride in defending the country and, at the same time, anxiety, compassion or even fear associated with the perception of trauma, aggression or instability. Thus, a veteran image is not simply “positive” or “negative”, but multidimensional and context-dependent. Table 4 presents the results obtained using the methodology for determining the individual’s trust/distrust in the world, in other people, and in himself.

Table 4. Indicators according to the method of determining the trust / distrust of an individual in the world, in other people, in himself

Indicator	Minimum	Maximum	Average	Std. devi.
Trust in the world	3,00	14,00	7,23	3,43
Trust in others	3,00	14,00	7,21	3,47
Trust in oneself	6,00	29,00	19,66	6,82

The results obtained indicate that the studied high school students are characterized by moderate expressiveness of indicators of trust in the world and trust in others, as well as a low indicator of self-confidence. This can be explained by the peculiarities of adolescence, during which an active process of forming identity, self-perception and autonomy continues; under the influence of this process, the external world and interpersonal relationships are often assessed as acceptable or even supportive (hence moderate trust in the world and others), while internal resources, self-esteem and a sense of own competence are not yet stable and are more vulnerable, which is manifested

in reduced self-confidence. Moderate trust in the world and others together with reduced self-confidence signals the psychological specificity of high school students who are open to social connections and have a basic belief in the external order, but need to strengthen self-esteem, self-competence and internal support.

Next, in order to identify groups with different levels of trust, we conducted a cluster analysis. The optimal number of groups for classification was four, which was determined based on the indicators of intergroup differences and the F-criterion. The distribution of high school students by clusters is presented in Table 5.

Table 5. Distribution of high school students by clusters, selected based on indicators of trust in themselves, the world, and other people

Indicator	Cluster			
	1 (29 people)	2 (23 people)	3 (22 people)	4 (33 people)
Trust in the world	4.29	10.38	6.86	8.28
Trust in others	4.21	6.75	10.00	8.67
Trust in oneself	15.00	24.38	20.71	7.72

Cluster 1 is a profile with the lowest levels of trust in the world and others, with relatively moderate (but still low in absolute terms) self-trust. This profile can be interpreted as “isolated/cautious”: these young men tend to see the world and social partners as unfriendly or unreliable; they are reluctant to rely on external institutions or groups and at the same time do not have strong internal confidence, but sometimes retain minimal internal resources that allow them to act autonomously. Psychologically, this may reflect previous experiences of disappointment in close relationships, unsuccessful social contacts, or family models where the outside world was presented as dangerous or inaccessible. Behaviorally, such students may be withdrawn, rarely initiate contact, skeptical of school initiatives; at the

same time, they may have a pronounced wariness, a high level of anxiety before new tasks, or a sensitive attitude to the assessments of others.

Cluster 2 is a profile with the highest levels of trust in the world in general and trust in oneself; trust in others is moderate. This cluster can be called “confident individualists” or “self-sufficient optimists”: these young men have a relatively strong internal sense of competence and a positive view of the possibilities of the world (they have expectations that the environment supports their goals), but do not always rely on specific interpersonal relationships – perhaps they are more focused on their own path. This configuration is often found in young people with well-developed self-esteem, who have had the experience of

successful achievements or support that strengthened their belief in their own ability and in the relative predictability of the world. Behaviorally, this can manifest itself as activity in project activities, leadership, initiative in learning, but with a certain emotional detachment in interpersonal matters.

Cluster 3 is a profile with the highest level of trust in others with moderate trust in the world and in oneself. These are “socially oriented” or “relational” high school students: they trust people around them, easily establish contact, rely on friends, but their sense of self-competence and general faith in the “system” or possibilities of the world are not as strong. This profile may be typical of those whose emotional support comes mainly from peers or local connections, but who have doubts about their own place in the long term or about broader social justice. Behaviorally, these results in openness, friendliness, high involvement in friendship networks, but possible dependence on social recognition and the risk of difficulties with autonomous decisions. Support for this group should focus on strengthening autonomy through coaching approaches, working with self-esteem, developing decision-making skills, and building positive interpersonal resources as a support for self-development.

Cluster 4 is the largest in terms of numbers, the group with the lowest self-confidence, with relatively moderate levels of trust in the world and in others. This profile can be described as a “complex of external adaptability and internal insecurity”: these young men seem to be able to maintain normal social contacts and do not have obvious skepticism about the external environment, but they lack internal confident ideas about themselves. This configuration may be the result of an environment that appears stable and supportive on the outside, but which has not been conducive to the development of autonomous competence (e.g., excessive control in the family, obstacles to independent decisions, and failures in exciting areas). Behaviorally, this manifests itself as a willingness to cooperate, a desire to meet the expectations of others, but avoiding responsibility for major decisions or reducing initiative.

So, further we will conduct a comparative analysis of the selected profiles in order to establish the features of the perception of veterans and civilians image by Ukrainian high school students with different degrees of trust in themselves, the world and other people (Table 6).

Table 6. Comparative analysis of semantic differential indicators regarding the perception of veterans and civilians image by high school students with different degrees of trust in themselves, the world and other people

Indicator	Cluster	Avg. rank	χ^2	p (2-tailed)
Rating (veterans)	1	25,64	3,790	,285
	2	15,44		
	3	25,36		
	4	26,00		
Strength (veterans)	1	26,25	,946	,814
	2	23,69		
	3	20,14		
	4	23,89		
Activity (veterans)	1	25,18	,755	,860
	2	20,25		
	3	25,00		
	4	24,36		
Rating (civilian)	1	24,39	1,970	,579
	2	29,06		
	3	19,36		
	4	23,25		
Strength (civilian)	1	23,43	,602	,896
	2	21,75		
	3	23,00		
	4	25,83		
Activity (civilian)	1	24,46	1,723	,632
	2	18,63		
	3	27,36		
	4	24,72		

According to the results presented in Table 6, no significant differences in the perception of both veterans and civilians image by high school students with different degrees of trust in themselves, the world, and other people were found. The absence of significant intercluster differences in the semantic differential in the perception of

the concept of “veteran” can be explained by the fact that a veteran image in the context of trust for high school students has a high degree of social uniformity and is largely independent of the individual characteristics of basic trust. In other words, regardless of how much teenagers are inclined to trust the world, other people, or themselves, they

interpret the concept of “veteran” practically the same way. The absence of intercluster differences may also indicate a high level of “trust-independent” normativity of the image of a veteran. In the perception of young people, it is not subject to individual rethinking, as can be the case, for example, with the concept of “civilian”. In this case, a veteran is perceived not as a specific person with individual qualities, but as a symbol of a certain social role associated with the fulfillment of a moral duty to the country. Such a symbolic nature of the image makes it “emotionally stable” and relatively insensitive to variations in personal factors.

Thus, the absence of statistically significant differences in the semantic profile of the concept of “veteran” among clusters with different levels of trust indicates the unity of social perception of this category among high school students.

CONCLUSIONS

The studied high school students are characterized by moderate expressiveness of indicators of trust in the world and trust in others, as well as a low indicator of self-confidence. According to the results of clustering, four profiles of the organization of the indicated indicators were identified: a profile in which the lowest indicators of trust in the world and trust in others are detected among all clusters with a relative indicator moderation of trust in oneself; a profile characterized by the highest indicators of trust in the world in general and trust in oneself among all clusters, but the indicator of trust in other people is relatively moderate; a profile characterized by the highest indicator of trust in others with indicators moderation of trust in the world in general and trust in oneself; and a profile characterized by the lowest indicator of self-confidence with relatively moderate indicators of trust in the world and trust in others.

In the course of determining the features of the perception of the image of veterans and civilians by Ukrainian high school students, it was found that the attitude of the studied high school students towards veterans is ambivalent, in which positive and negative assessments are equally presented. At the same time, the attitude of high school students towards veterans is less positive than towards civilians.

It was determined that a veteran image has high scores on the factor “strength” and low scores on “activity” and “assessment”. Such a configuration can be interpreted as “respected, but detached” or “hero as a symbol, but not as a communication partner”. Therefore, schoolchildren’s ideas about veterans are stereotyped and become similar to collective labels: strong (patriotic) – hence, respect/respect at the role level, but emotional closeness and a sense of availability for interaction are low.

The level of trust in oneself, in other people and in the world was not associated with the characteristics of the perception of veterans image by high school students – therefore, the ideas of these individuals about veterans are relatively stable, socially conditioned in nature and to a small extent depend on the individual psychological characteristics that determine the degree of trust inherent in a person. If we compare the perception of veteran’s image with the perception of civilian’s image by schoolchildren, then veterans are perceived as more influential and strong

individuals, however, they are less positively evaluated and less active.

References

- Alieva, Z. (2010). The Image of "I" / Other as a Problem of Imagology. *Suchasni doslidzhennia z inozemnoi filologii*, 8, 697-700. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sdzif_2010_8_102 [in Ukrainian].
- Vlasova, O.I. (2005). *Psychology of Social Abilities: Structure, Dynamics, Development Factors*. Kyiv: Publishing Center "Kyiv University". [in Ukrainian].
- Voloshyna, V. (2024). The Essence of the Concept of Psychological Rehabilitation of Military Personnel. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykholohiia*, 2, 7–11. URL: <http://psy-visnyk.uzhnu.edu.ua/index.php/psy/article/view/290/368> [in Ukrainian].
- Dubrovina, E. A. (2023). Peculiarities of Adaptation to the Conditions of Professional Activity of Military Personnel with Different Types of Character Accentuation. *Notatky suchasnoi nauky*, 5, 13-14. http://search.nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/ [in Ukrainian].
- Kravchenko, V. V. (2021). Psychological state of military personnel during adaptation to activities in extreme conditions as an object of theoretical research. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 2, 71-80. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-60-2-71-80> [in Ukrainian].
- Marushchak, M. (2023) Psychological foundations of adaptation of military personnel of the Armed Forces of Ukraine to combat conditions. *Psykhologo-pedagogichni problemy suchasnoi shkoly*, 2, 35-44. [https://doi.org/10.31499/2706-6258.2\(10\).2023.290567](https://doi.org/10.31499/2706-6258.2(10).2023.290567) [in Ukrainian].
- Melnik, A., Galyant, T. (2025). Psychological mechanisms of reintegration of war veterans into the civilian environment. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK»*, 4(80), 440–446. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-80-440-446> [in Ukrainian].
- Mykolaychuk, M.I., Hryvchuk, Ya.M. (2024). Structural organization of personality as a factor of social attitude towards military personnel and veterans of the Russian-Ukrainian war. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia*, V.35 (74), 3, 47-51. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.3/07> [in Ukrainian].
- Panok, V.G., Predko, V.V. (2024). Post-crisis development: psychological aspects of assistance to the military. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia*, V. 35 (74), 3, 25-33. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.3/04> [in Ukrainian].
- Slabkyi, G.O., Nazarenko, I.I., Yakymets, V.M., Pechyborshch, V.P., Ivanov, V.I., Polishchuk, A.O. (2019). Problematic issues of psychological rehabilitation of veterans of the anti-terrorist operation and servicemen of the joint forces operation in Ukraine (analytical review of the literature). *Ukraine. Zdorovia natsii*, 1 (54), 48-58. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/24512> [in Ukrainian].
- Stasyuk, V.V., Dykun, V.G., Kyrychenko, A.V. (2021). Psychological features of coping behavior of airborne assault troops in the process of adaptation to the conditions of service and combat activity. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 1, 166-174. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-59-1-166-174> [in Ukrainian].
- Chuyko, O., Vorobyova, D. (2024). *Culture of respect for veterans of the Russian-Ukrainian war in the socio-pedagogical discourse*. Conference: XI International scientific and practical conference «Innovative Solutions to Modern Scientific Challenges» (February 21-23, 2024), Zagreb : International Scientific

- Unity. <https://isu-conference.com/wp-content/uploads/2024/02/> [in Ukrainian].
- Shevchenko, O.M. (2018). Psychological features of self-confidence in adolescence. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii*, 6, 180-184. https://tpp-journal.kpu.zp.ua/archive/6_2018/37.pdf [in Ukrainian].
- 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@karazhin.ua
<https://orcid.org/0000-0002-5439-5269>
- Н.О. КОШАРА (Кошара Наталія Олександрівна)
магістр психології
E-mail: nataliia.koshara@student.karazhin.ua
- Л.П. ЛЮТА (Люта Леся Петрівна)
кандидат соціологічних наук, доцент
завідувачка кафедри соціальної роботи
Київський національний університет імені Тараса Шевченка
вул. Володимирська, 64/13, м. Київ, Україна.
E-mail: lyuta.lesya2015@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-9140-905X>
- Р.А.ТУРЕНКО (Туренко Римма Леонардівна)
старший викладач ЗВО кафедри англійської мови
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна
майдан Свободи, 4, Харків, Україна
E-mail: tyrenco@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-6948-4339>
- Є.М. ЯКУШЕВА (Якушева Євгенія Михайлівна)
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології, Національний аерокосмічний університет «Харківський авіаційний інститут», Україна
E-mail: y.yakusheva@khai.edu
<https://orcid.org/0000-0002-6575-3228>
- Yarmurati, K. A. (2019). Research on the socio-psychological features of the adaptation of military personnel to military service. *Insight: psychological dimensions of society*, 2, 84-90. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2019-2-12> [in Ukrainian].

ОБРАЗ ВЕТЕРАНА У СТАРШОКЛАСНИКІВ З РІЗНИМ СТУПЕНЕМ ДОВІРИ ДО СВІТУ, ДО ІНШИХ ЛЮДЕЙ ТА ДО СЕБЕ

Проблематика осмислення та формування образу ветерана є для сучасної української психології відносно новою, хоча загальний інтерес науковців до процесів створення образів у колективній та індивідуальній свідомості має тривалу історію. **Мета роботи:** визначення особливостей образу ветеранів у старшокласників з різним ступенем довіри до світу, до інших людей та до себе. **Методики дослідження:** метод анкетування (розроблений нами) для визначення ставлення до ветеранів; метод незавершених речень; семантичний диференціал Ч. Осгуда (адаптація С. Яновської, П. Севост'янова та Р. Туренко); методика «Довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе» (О. Савченко); методи статистичної обробки даних: описові статистики, критерій Хі-квадрат, метод порівняльного аналізу для залежних вибірок (критерій Вілкоксона). **Вибірка.** У дослідженні взяло участь 107 старшокласників із загальноосвітніх шкіл м. Харкова у віці від 15 до 17 років, серед них 56 дівчат та 51 юнак. **Висновки.** Було встановлено, що ставлення досліджуваних старшокласників до ветеранів є амбівалентним, в якому рівною мірою представлено позитивні та негативні оцінки. При цьому, ставлення до ветеранів у старшокласників є менш позитивним, ніж до цивільних осіб. Рівень довіри до себе, до інших людей і до світу не виявився пов'язаним з особливостями сприйняття образу ветеранів старшокласниками, - отже, уявлення даних осіб про ветеранів мають відносно стабільний, соціально зумовлений характер і незначною мірою залежать від індивідуально-психологічних особливостей, які визначають міру довіри, притаманну людині.

Ключові слова: образ, ветерани, цивільні особи, старшокласники, довіра до себе, довіра до інших, довіра до світу

Список літературних джерел

- Алієва З. Образ "Я"/ Іншого як проблема імагології. *Сучасні дослідження з іноземної філології*. 2010. Вип. 8. С. 697-700. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Sdzif_2010_8_102
- Власова О.І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку: монографія. К. : Видав. центр «Київський університет». 2005. 308 с.
- Волошина В.В. Сутність поняття психологічної реабілітації військовослужбовців. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2024. Вип. 2. С. 7–11. URL <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/290/368>
- Дубровіна Е. А. Особливості адаптації до умов професійної діяльності військовослужбовців з різним типом акцентуації характеру. *Нотатки сучасної науки*. 2023. № 5. С. 13-14. http://search.nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/
- Кравченко В. В. Психологічний стан військовослужбовців під час адаптації до діяльності в екстремальних умовах як об'єкт теоретичного дослідження. *Вісник Національного університету оборони України*, 2021. 60(2). С. 71-80. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-60-2-71-80>
- Марущак М. Психологічні основи адаптації військовослужбовців Збройних Сил України до бойових умов. *Психолого-педагогічні проблеми сучасної школи*, 2023. 2(10). С. 35-44. [https://doi.org/10.31499/2706-6258.2\(10\).2023.290567](https://doi.org/10.31499/2706-6258.2(10).2023.290567)
- Мельник А., Галянт Т. Психологічні механізми реінтеграції ветеранів війни у цивільне середовище. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2025. 4(80), С.440–446. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-80-440-446>

- Миколайчук М.І., Гривчук Я.М. Структурна організація особистості як чинник соціального ставлення до військових та ветеранів російсько-української війни. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2024. Том 35 (74) № 3. С. 47-51. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.3/07>
- Слабкий Г.О., Назаренко І.І., Якимець В.М., Печиборщ В.П., Слабкий Г.О., Іванов В.І., Поліщук А.О. Проблемні питання психологічної реабілітації ветеранів учасників антитерористичної операції та військовослужбовців операції об'єднаних сил в Україні (аналітичний огляд літератури). *Україна. Здоров'я нації*. 2019. № 1 (54). С. 48-58. [URI: https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/24512](https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/24512)
- Панок В.Г., Предко В.В. Посткризовий розвиток: психологічні аспекти допомоги військовим. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2024. Том 35 (74) № 3. С. 25-33. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/sntnvusp_2024_35%2874%29_3_6
- Стасюк В. В., Дикун В. Г., Кириченко А. В. Психологічні особливості копінг-поведінки військовослужбовців десантно-штурмових військ у процесі адаптації до умов службово-бойової діяльності. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. 59(1). С. 166-174. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-59-1-166-174>
- Чуйко О., Воробйова Д. Культура поваги до ветеранів російсько-української війни у соціально-педагогічному дискурсі. Conference: XI International scientific and practical conference «Innovative Solutions to Modern Scientific Challenges» (February 21-23, 2024) Zagreb, Croatia, International Scientific Unity. 2024. P. 222-225. <https://isu-conference.com/wp-content/uploads/2024/02/>
- Шевченко О.М. Психологічні особливості довіри до себе у юнацькому віці. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. №6. С. 180-184. https://tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/6_2018/37.pdf
- Ярмуратій К. А. Дослідження соціально-психологічних особливостей адаптації військовослужбовців до військової служби. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2019. Вип. 2. С. 84-90. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2019-2-12>

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

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

Конфлікт інтересів: автори засвідчують, що, незважаючи на те, що один з авторів статті є заступником головного редактора цього журналу, процес рецензування, прийняття рішення щодо публікації та редагування проводилися незалежно, без його участі чи впливу. Будь-які потенційні конфлікти інтересів були повністю усунені шляхом зовнішнього контролю процесу.

Conflict of Interest: Authors certify that, although one of the authors of the article serves as a deputy editor-in-chief of this journal, the peer review process, the decision regarding publication, and the editing were conducted independently, without his involvement or influence. Any potential conflicts of interest were fully mitigated through external oversight of the process.

Стаття надійшла до редакції 09.03.2026 (The article was received by the editors 09.03.2026)

Стаття рекомендована до друку 25.04.2026 (The article is recommended for printing 25.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ

УДК: 374.7:004.9:159.9

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-09

О. Є. РОНЖЕС (Олена Євгенівна Ронжес)

доктор філософії у галузі психології, практикуючий психолог

olena.ronzhes@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3260-8996>

О. А. ЛУЦЕНКО (Олена Львівна Луценко)

доктор психологічних наук, практикуючий психолог

olena.lutsenko@umss.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0001-9922-9523>

ОПТИМІЗАЦІЯ СТРАТЕГІЙ ЦИФРОВОГО НАВЧАННЯ ДОРΟΣЛИХ В УМОВАХ ІНТЕНСИВНОЇ ЦИФРОВІЗАЦІЇ СУСПІЛЬСТВА

У статті розглянуто проблему ефективного цифрового навчання дорослих людей в умовах радикальної невизначеності, прискореної цифровізації та посилення вимог до індивідуальної адаптації в цифровому соціумі. Актуальність дослідження зумовлена тим, що для покоління умовних “цифрових емігрантів” опанування нових цифрових середовищ часто супроводжується техностресом, когнітивним перевантаженням і зниженням відчуття суб’єктного контролю. Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричній перевірці ефективних стратегій цифрового навчання дорослих з урахуванням психофізіологічних реакцій на цифрову новизну. Методи дослідження включали теоретичний аналіз джерел та психофізіологічний експеримент із застосуванням ЕЕГ-моніторингу, а також латентний профільний, дисперсійний, регресійний і медіаційний аналіз. У результаті дослідження виявлено сучасні підходи до цифрового навчання дорослих, а саме андрагогіка, самокероване навчання, мікронавчання, технологічний тьюторінг, розвиток цифрової компетентності. Емпірично доведено значущість цифрової компетентності як головного предиктора успішної адаптації до нових цифрових середовищ. Відповідно чотирьом типам психофізіологічної адаптації дорослих та стресогенним факторам роботи із цифровими середовищами обґрунтовано доцільність диференційованих стратегій навчання. Запропоновано категоріальний підхід до цифрового навчання як перехід від засвоєння окремих програм до опанування функціональної логіки груп цифрових середовищ, що сприяє зниженню цифрової тривожності, підвищенню цифрової суб’єктності та розвитку автономії дорослого користувача. Надано стратегічні рекомендації для ефективного цифрового навчання дорослих людей.

Ключові слова: адаптація, цифрова компетентність, ЕЕГ, категоріальний підхід, суб’єктність, освіта дорослих, цифрові технології

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

В сучасних умовах радикальної невизначеності, яку описують концепції VUCA та BANI-світу (крихкого, тривожного, нелінійного та незрозумілого) цифровізація трансформувалася з опціональної технологічної новинки до критичну умову виживання та соціальної стійкості, починаючи з вимушеної дигіталізації суспільних процесів 2020 року внаслідок локдаунів. Для України актуальність проблеми з 2022 року загострюється досвідом повномасштабної війни, через яку цифрові технології (ЦТ) стали інструментами фізичної безпеки, особистісної стійкості та комунікацій, а також підтримки державних функцій та безперервності економічної діяльності.

Наявна різниця між особливостями цифрового навчання різних вікових груп обумовлена різним цифровим досвідом поколінь (Ронжес, 2025а, с. 36-38, 89-91; Lukashenko & Lutsenko, 2016). Найбільші адаптаційні виклики сьогодні відчуває покоління умовних “цифрових емігрантів” (осіб, народжених до 1993 року). Даний часовий момент ми розглядаємо як початок цифрової епохи завдяки появі в широкому доступі технології Інтернету. Становлення “цифрових

емігрантів” відбулося в аналогову епоху, завдяки чому вони в максимальному обсязі проходять адаптаційні процеси до цифровізації повсякденності.

Так, молодь має інші виклики адаптації до цифровізації у порівнянні із людьми середнього та похилого віку, що має бути враховано у специфіку їхнього навчання. Виклики цифровізації для молоді лежать у площині високої залежності від соціальної залученості, емоційного стану, саморегуляції та здатності протистояти цифровим відволіканням. Їхня цифрова активність може бути пов’язана з нижчими показниками саморегуляції, емпатії, соціальної мотивації та змістовності навчання (Luchinkina & Klimenko, 2021; Limone & Toto, 2022).

На відміну від дорослих, для яких під час цифрової освіти важливо мати контроль над темпом та можливість спиратися на попередній досвід, молодь частіше потребує поєднання автономії з чіткою структурою, проте ефективність такого навчання молодих залежить від самодисципліни: уміння контролювати увагу, імпульси й час (Vannam та ін., 2025; College Success Plan, 2025). Сповіднення, месенджери й соціальні мережі швидко розривають їхню концентрацію, що призводить

Як цитувати: Ронжес, О.Є., Луценко, О.А. (2026). Оптимізація стратегій цифрового навчання дорослих в умовах інтенсивної цифровізації суспільства. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 72-81. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-09>

In cites: Ronzhes, O., Lutsenko, O. (2026). Optimising Adult Digital Learning Strategies in an Intensively Digitalising Society. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 72-81. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-09> (in Ukrainian)

© Ронжес, О.Є., Луценко, О.А., 2026; CC BY 4.0 license

до високої вразливості до цифрових відволікань та погіршує глибоке опрацювання матеріалу. Для дорослих такі сповіщення, а також технічні труднощі та тривале перебування за екраном знижують увагу насамперед через підсилення втоми і стресу. Мотивація молоді сильно залежить від інтересу, взаємодії з іншими та відчуття включеності в групу (Hamzah та ін., 2025; Shi та ін., 2025), а у дорослих мотивація частіше ґрунтується на практичному сенсі і зв'язку із роботою або життям (Ронжес, 2025). Емоційна чутливість молоді вища, ніж у “дорослих дорослих”; для них у цифровому просторі важливі переживання щодо самооцінки, приналежності до групи, стресу та емоційного благополуччя (Limone & Toto, 2022; Dienlin & Johannes, 2020). Для емоційного балансу дорослих часто важливі відчуття впевненості, контролю, відсутності зайвого стресу, а також задоволеність власною цифровою компетентністю - в іншому випадку вони можуть втрачати готовність до цифрової активності і навіть відчувати самотність, фрустрацію, гнів на себе та на ЦТ, ескапізм (бажання залишити спроби опанування ЦТ і не повертатися до цього), відчуття поразки та безпорадності, депресивні стани тощо.

Така картина призводить до цифрового розриву між поколіннями та різними соціальними групами через нерівномірність доступу до технологій, індивідуальні особливості сприйняття інновацій та психофізіологічні реакції на технострес.

Для забезпечення однозначного трактування результатів у роботі зафіксовано наступні робочі визначення. Так, *цифровізація* розуміється як процес впровадження ЦТ у всі сфери життя, що характеризується розширенням діяльності індивіда у віртуальний простір. *Адаптація до цифровізації* розуміється як досягнення цілей та задоволення власних потреб, пов'язаних з цифровими середовищами, та здатність суб'єкту діяти в них без відчуття психологічного, психофізіологічного та соціального дискомфорту. Під *суб'єктивністю (агентністю) у цифровому просторі* розуміється здатність індивіда усвідомлено діяти, приймати рішення та впливати на перебіг подій у цифровій екосистемі та цифровому соціумі. *Цифрова компетентність (ЦК)* визначається як динамічна комбінація знань, навичок і ставлень, необхідних для успішної діяльності та адаптації в цифровому ландшафті.

Сучасний стан дослідження проблеми показує певні прогалини у вивченні індивідуальної адаптації дорослих до цифровізації та формуванні рекомендацій щодо ефективного опанування мінливих цифрових технологій. Традиційно адаптація людини до технологічних змін вивчалася в межах інженерної психології та взаємодії людини з автоматизованими системами. Після локдаунів 2020–2021 років через перехід на дистанційну соціальну активність та вимушену адаптацію до цифровізації значно зросла кількість робіт щодо цифрового навчання та цифровізації освіти. Сучасні дослідження здебільшого зосереджені на соціальних та економічних аспектах цифрової трансформації, а також на функціональності індивіда при застосуванні ЦТ та на цифровому благополуччі людини, хоча деякі дослідження наголошують на індивідуальних відмінностях

когнітивної переробки інформації (Луценко & Лисак, 2012). Проте психологічні механізми індивідуальної адаптації залишаються менш вивченими.

Мета дослідження полягає у визначенні ефективних методів навчання дорослих, включно з урахуванням їхніх психофізіологічних реакцій на цифрову новизну, для зміцнення особистісної суб'єктності у цифровізованому соціумі.

Методи дослідження. Для реалізації поставленої мети було проведено теоретичний аналіз наявних підходів до цифрового навчання дорослих, а також емпіричне дослідження індивідуальної адаптації дорослих до цифровізації.

Вибір *теоретичних джерел* був організований відповідно до логіки PRISMA. Ідентифікація записів без попереднього виключення, а саме пошук джерел у Semantic Scholar та Google Scholar за запитом “digital learning by adult / adults” (відповідно 5610 джерел та близько 4 120 000), “digital learning by old adult” (1400 та близько 3 060 000), «цифрове навчання дорослих» (517 та близько 1860). Первинний скринінг за тематичною відповідністю та часом публікації (наукові роботи у галузях психології та освіти 2021–2026 років, безпосередньо пов'язані з цифровим навчанням дорослих, цифровою компетентністю, адаптацією до цифрових середовищ, мотивацією, техностресом, цифровою грамотністю, змішаним / дистанційним навчанням, виключно джерела про неповнолітніх або суто шкільну освіту) значно звузив результати, залишивши 853 джерел. Подальше обмеження 2023–2026 роками залишило 125 релевантних джерел, поглиблена оцінка за анотаціями залишила 45 релевантних публікацій, включно оглядові статті.

Серед отриманих результатів нами не виявлено психофізіологічних підходів до навчання дорослих, тому для повнішого розкриття теми нами додано у дану роботу нова інтеграція даних та новий дослідницький фокус на результати психофізіологічного експерименту, проведеного у рамках дисертаційного дослідження на кафедрі прикладної психології Харківського Національного Університету імені В. Н. Каразіна (Ронжес, 2025а).

Емпіричне дослідження, у якому взяли участь дорослі українці, які активно користуються цифровими технологіями (479 осіб віком 16–75 років), складалося із онлайн-опитувань у часи значних соціальних криз (у 2020 році в період пандемічних обмежень та у 2023 році у часи повномасштабного військового вторгнення), із глибинних інтерв'ю (15 осіб віком 30–50 років); та психофізіологічного експерименту (50 осіб віком 30–50 років), результати якого дають можливість аналізу суб'єктивних та об'єктивних індивідуальних реакцій людини на технострес в умовах роботи з новими цифровими середовищами. Для об'єктивної реєстрації когнітивних станів у реальному часі використано мобільну лабораторію, основним пристроєм якої виступив неінвазивний нейрокомп'ютерний інтерфейс (НКИ) Neeuro SenzeBand 2 та програмне забезпечення MindViewer для обробки ЕЕГ-сигналів в реальному часі. При індивідуальній роботі учасників експерименту з цифровими середовищами (ЦС) із застосуванням різних стресогенних факторів (обмеження часу, новизна ЦС)

фіксувалися показники уваги (рівень концентрації та фокусування на завданні), розслаблення (рівень психофізіологічного спокою), ментальне навантаження (інтенсивність когнітивної обробки інформації) та співвідношення альфа/бета-ритмів (показник, що використовувався для оцінки рівня стресу та саморегуляції).

Для визначення психологічних предикторів адаптації використано такі психодіагностичні методики, як “Колесо цифрових компетентностей” Digital Competence Wheel: самооцінка за 16 областями рамки DigComp, 64 питання, 7-бальна шкала (показник α Кронбаха для загальної шкали 0,89); шкала інтолерантності до невизначеності (IUS-12) в адаптації Г. Громової (α Кронбаха 0,89); шкала загальної самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема в адаптації І. Галецької (α Кронбаха 0,90); а також “Термометр станів” Ю. Кисельова як експрес-метод суб’єктивної оцінки самопочуття (α Кронбаха для різних етапів складало 0,85-0,91).

Індивідуальна сесія (40-120 хв.) включала такі етапи: підготовчий етап для досягнення “еталонного” стану спокою як умовно нульового рівня стресу, а саме психорегулююче тренування за методикою А. Гіссен та А. Алексєєва; і чотири етапи фіксації показників ЕЕГ та самооцінки (на етапі 1-2 виконання завдань у знайомому ЦС (із обмеженням та без обмеження часу, на етапі 3 - виконання завдання в незнайомому ЦС з обмеженням часу до 5 хвилин, який виявився найбільш стресогенним етапом, та етап 4 - завдання в незнайомому ЦС без обмеження часу). Математико-статистичний аналіз проводився в середовищах JASP (V 0.19.3) та RStudio такими методами: латентний профільний аналіз (LPA) для ідентифікації типів адаптації на основі 9 змінних (показники ЕЕГ, самооцінка стану та їхня динаміка порівняно зі станом спокою); дисперсійний аналіз (ANOVA) для порівняння показників на різних етапах та між виявленими профілями; множинний регресійний та медіаційний аналіз для визначення ролі цифрової компетентності як медіатора між інтолерантністю до невизначеності та психофізіологічними реакціями.

За результатами онлайн-опитувань було встановлено, що значна більшість респондентів при опануванні нових ЦС віддає перевагу інтуїтивному підходу, спираючись на функціональну логіку (Ронжес, 2025, с. 86-87). Тому для підготовки комплексу завдань, за яким крім експерименту пізніше також проводився тренінг дорослих для адаптації до нових ЦС, був застосован категоріальний підхід сегментації ЦС нефахового візуального цифрового простору. За авторською категоризацією ці ЦС були поділені на 20 категорій (від месенджерів до ІІІ-генерації), які склали комплекс експериментальних завдань “Цифрові виклики”. Категорії впорядкованих за зростанням впливу користувача на контент. Для кожної категорії розроблено 8 завдань із прогресією складності (блок А: незнайомі користувачеві ЦС, блок Б: знайомі користувачеві ЦС), що в цілому складало 160 завдань.

Результати. Теоретичний аналіз релевантних джерел показав **наявність різних сучасних прикладних підходів до цифрового навчання дорослих.**

Андрогогіка (від грец. “aner/andros” - дорослий та “agogos” - той, хто веде) є підходом, який поширений у проектуванні навчального цифрового досвіду дорослих. Термін та перші засади запропоновано в 1833 році німецьким педагогом А. Каппом, а з кінця 1960-х Малкольм Ноулз систематизував підхід, визначивши андрагогіку як мистецтво і науку допомоги дорослим у навчанні, на протидію педагогіці, орієнтованій на дитину (Lemoine та ін., 2021). Вважається, що дорослі є самоспрямованими учнями, спираються на попередній досвід, орієнтовані на вирішення практичних проблем і мотивовані внутрішньо. Відповідно такому ставленню до теми Ноулз сформулював *шість припущень андрагогіки* (Lemoine та ін., 2021; Cziesielski, 2020):

1. Потреба знати: дорослі мають розуміти, навіщо їм вчити щось, перш ніж братися за це, тому навчання має бути прозоро пов’язане з реальними цілями;
2. Я-концепція та самоспрямованість: дорослі вважають себе відповідальними за власне життя й рішення, тому очікують, що їх сприйматимуть як здатних до самостійного навчання, а не залежних від викладача;
3. Роль досвіду: дорослі приносять із собою різноманітний життєвий і професійний досвід, який стає ресурсом для навчання через обмін, дискусії та розв’язання проблем;
4. Готовність до навчання: дорослі готові вчити те, що безпосередньо пов’язане з їхніми соціальними ролями, роботою, сім’єю, кар’єрою;
5. Орієнтація на проблему: навчання дорослих є не предметоцентричним (як у школі), а проблемоцентричним, тобто вони шукають знання для вирішення конкретних завдань;
6. Внутрішня мотивація: головною рушійною силою дорослих є внутрішня мотивація (самореалізація, підвищення якості життя, професійна гідність), хоча важливе також існування і зовнішніх стимулів (кар’єрне підвищення, сертифікація).

Слід зазначити, що частина теоретиків не вважають андрагогіку повноцінною теорією навчання (а радше набором практичних настанов для роботи в відносно самостійними учнями), визначають наявність певних культурних упереджень наряду з обмеженою крос-культурною емпіричною базою (Kaufman, 2003; Taylor & Kroth, 2009) та критикують андрагогіку з феміністської та афроцентричної перспектив (Sandlin, 2005). Зазначають, що класична андрагогіка побудована на культурно зумовлених нормах білого середнього класу 1960-х і не враховує расові, гендерні, соціальні та культурні відмінності (Moll, 2023). Наголошують, що преференції до андрагогічного навчання дійсно найвищі в західних країнах і серед людей, демографічно подібних до самого Ноулза, з віком ці преференції знижуються, а з рівнем освіти зростають (Roessger та ін., 2020).

Проте попри 50 років критики андрагогіка залишається фундаментальним і значущим внеском у розуміння дорослих учнів і активно використовується як практична рамка для дизайну навчання у різних сферах (Clair, 2024). Шість припущень Ноулза трансформуються в конкретні практики цифрового навчання та принципи дизайну онлайн-курсів (Tainsh, 2016), наприклад: прозоре відображення навчальних

цілей на контент курсу відповідає потребі дорослого розуміти навіщо він щось вчиться, тому контент має бути чітко і узгоджено організований, з навчальними цілями в полі зору.

Пропонується концепція “*віртуальної андрагогіки*” як парадигма, яка визнає, що в онлайн-середовищі андрагогічні ідеали легко губляться, та акцентує три речі: присутність викладача навіть у асинхронному форматі; емоційну і когнітивну підтримку дорослого учня; та відстеження прогресу (Greene & Larsen, 2018). Узагальнюючи трансформацію андрагогічних принципів в онлайн-середовищі, можна визначити конкретні механізми: самоспрямованість (надання учням вибору темпу, порядку модулів, типу завдань, використання систем з гнучкою навігацією); досвід (дискусійні форуми, де учні діляться професійним досвідом, проєктне навчання на реальних кейсах); проблемоцентричність (сценарне навчання, кейс-дослідження та проєктне навчання, симуляції замість лекційного контенту); потреба знати (чітке відображення цілей кожного модуля та їх зв'язку з реальними завданнями); та мотивацію (мікронавчання з частими досягненнями, та зворотний зв'язок, який підтримує автономію).

Для ефективного цифрового навчання необхідний *розвиток цифрових компетенцій*, що визначається і на державних рівнях. Порівняльний аналіз на прикладі п'яти країн (США, Сінгапур, Швеція, Бразилія, Естонія) підтверджує, що успішні програми цифрових навичок дорослих умовних “цифрових емігрантів” характеризуються підтримкою уряду, партнерствами з технологічними компаніями, адаптованими підходами до навчання та акцентом саме на практичному застосуванні ЦТ (Spivak та ін., 2024). Проте рекомендовані урядами програми потребують постійної актуалізації відповідно до швидких трансформацій цифрового ландшафту. Деякі дослідники критикують такі рамки, як DigComp, поширений у Євросоюзі, за її обмеженість та пропонують інші підходи, наприклад концепцію “*трансформативної цифрової компетентності*”, яка поєднує продуктивно-творчі та критико-рефлексивні навички (Schiller, 2025).

Самоспрямоване / самокероване навчання (Self-directed Learning) - популярний прикладний підхід, у якому учень бере на себе більше відповідальності за власне навчання та сам визначає цілі навчання, потрібні ресурси, стратегії роботи, далі навчається і потім оцінює результат. Роль викладача (у разі його наявності) виступає більш фасилітативною, ніж інструктивною: він створює умови й підтримку (Thigpen та ін., 2024). Перевагами цього підходу визначають гнучкість у часі й місці навчання; можливість для учня краще зрозуміти власний стиль навчання; розвиток критичного мислення; а також супутні навички на кшталт дослідження, ухвалення рішень, розв'язання проблем, самоорганізації, самомотивації, витривалості та тайм-менеджменту. Такий формат підтримує *lifelong learning* (навчання впродовж життя) і підвищує мотивацію до навчання через власний контроль учня над процесом (Lukashenko & Lutsenko, 2016). Прикладами є короткі онлайн-курси, навчальні бібліотеки або бази ресурсів, *microlearning* у коротких модулях, а також самостійні дослідницькі

проєкти, у яких викладач задає загальну рамку, а студент сам вибудовує траєкторію роботи. Проте ЦТ виступають одночасно і катализатором, і бар'єром для самоспрямованого навчання: з одного боку, вони забезпечують зручний доступ до інформації, з іншого — вимагають від учня високої інформаційної грамотності, що поглиблює цифровий розрив (Morris & Rohs, 2021; Ронжес, 2025a). Мобільні технології стали ключовим ресурсом у самоспрямованому навчанні, але їхня ефективність залежить від організаційних політик підтримки (Curran та ін., 2019), а також від рівня цифрової грамотності, яка позитивно впливає на готовність до онлайн-навчання та на самоспрямоване навчання (Alanoglu та ін., 2025).

Мікронавчання — підхід, згідно з яким навчання проходить у форматі коротких модулів до 20 хвилин, відповідно до стратегій зниження когнітивного навантаження та підвищення мотивації дорослих через часті маленькі досягнення, інтервальне повторення та практику пригадування (Garner та ін., 2025). Такий формат часто застосовується при самоспрямованому навчанні. Проте слід зазначити, що погано спроектовані модулі можуть призводити до фрагментації знань, а невідповідність інструкційного дизайну реальним потребам дорослих учнів є однією з причин відтоку дорослих учнів під час онлайн-навчання (Ferreira & Maclean, 2017).

Технологічні тьютори є новим підходом, у якому інформаційні та комунікаційні технології, а також ШІ виступають індивідуальними наставниками навчання дорослих і також спираються на принципи андрагогіки. Також при цьому підході може застосовуватися нейроворотний зв'язок, що сприяє персоналізованому навчанню та підтримує когнітивне функціонування, засвоєння та утримання знань та нейропластичність дорослих учнів (Торолнук та ін., 2025; Chai та ін., 2021).

Таким чином, ефективне цифрове навчання дорослих є не просто перенесенням освітнього контенту в онлайн, а проєктуванням досвіду навчання з урахуванням андрагогічних принципів, персоналізації, підтримки самоспрямованості та розвитку цифрової грамотності. У проєктування цифрового навчання дорослих слід враховувати можливу наявність індивідуальних бар'єрів: невеликий цифровий досвід внаслідок цифрового розриву та нерівного доступу до технологій; недостатню мотивацію та страх перед технологіями (Petrushenko та ін., 2021; Aleandri, 2022) та психофізіологічні реакції на технострес.

Комплексне емпіричне дослідження індивідуальної психофізіологічної адаптації людини до нових ЦТ та факторів, що підвищують ознаки техностресу, проведене авторами, враховує не лише технічну грамотність, а й психофізіологічну стійкість користувача (Ронжес, 2025). Емпірично підтверджений вплив соціальної турбулентності на цифрову поведінку: в умовах карантинних обмежень та військового стану екранний час та самооцінка цифрової компетентності (ЦК) статистично значуще зростають. Підтверджуються і поколіннєві розбіжності: народжені до 1993 р. умовні “цифрові емігранти” продемонстрували інтенсивніший приріст ЦК порівняно з народженими після 1993 р. “цифровими нативами” (digital natives). Це підтверджує

гіпотезу, що за умов екстремальної потреби (виживання, безпека) адаптація відбувається прискорено через вимушену активність у ЦС, проте такі умови є стресогенними. За допомогою психофізіологічного моніторингу (ЕЕГ) було статистично значуще визначено чинники стресогенності при роботі з цифровими середовищами (ЦС): поєднання новизни ЦС та обмеження часу. При таких умовах зафіксовано найнижчі показники розслаблення та найвищі рівні ментального навантаження, що супроводжуються станом вираженого когнітивного стресу та падінням коефіцієнта альфа/бета-ритмів (Ронжес та Кряж, 2026). Множинний регресійний аналіз підтвердив, що ЦК є головним предиктором розслаблення та ментального навантаження. Медіаційний аналіз довів, що негативний вплив інтолерантності до невизначеності на психофізіологічний стан людини повністю опосередковується через рівень цифрової компетентності. Це підтверджує, що розвиток ЦК нівелює страх перед непередбачуваністю цифрового середовища.

За допомогою латентного профільного аналізу виокремлено **чотири типи індивідуальної адаптації до нових цифрових середовищ**:

1. “Адаптивні новачки”: демонструють високе когнітивне навантаження, помірний стрес та низький рівень концентрації уваги в ситуації новизни. Вони потребують значного часу на попереднє ознайомлення з інтерфейсом.
2. “Збалансовані адаптери”: характеризуються адаптивною стійкістю та стабільністю помірних показників уваги як у стані спокою, так і під тиском. Їхня продуктивність залишається рівномірною без надмірного виснаження ресурсів.
3. “Вразливі під тиском”: відзначаються інтенсивним стресом, критичним когнітивним перевантаженням та майже повною втратою уваги та здатності до розслаблення у складних умовах. Цей тип має найнижчу успішність виконання цифрових завдань.
4. “Адаптаційні лідери”: найбільш ресурсний тип, що демонструє зростання уваги, помірне ментальне навантаження, зниження стресу в процесі роботи та мобілізацію зусиль під тиском. Це єдина група, у якій рівень стресу знижується безпосередньо в процесі роботи, що вказує на досягнення стану “поток” та ефективну саморегуляцію.

Таким чином, адаптація дорослих до мінливого цифрового ландшафту є психофізіологічно навантаженим процесом та потребує диференційованих стратегій підтримки згідно індивідуальним психофізіологічним особливостям користувача. Виокремлені профілі адаптації дозволяють пояснити, чому за однакових умов одні користувачі мобілізують ресурси, а інші входять у стан когнітивного дистресу. Особливого значення набуває роль ЦК як медіатора: вона не просто полегшує технічну взаємодію, а фізіологічно стабілізує стан людини, знижуючи негативний вплив страху перед невизначеністю.

На основі типологізації можна висунути гіпотезу про те, що *рівень реалізованої суб'єктності (і, відповідно, усвідомлення мети навчання та мотивації) безпосередньо залежить від індивідуального профілю адаптації та стану свободи у цифровізованому соціумі*, який він обумовлює. Так,

“Адаптивним новачкам” може бути притаманна низька суб'єктність, обмежена свобода (залежність від інтерфейсу); “Збалансованим адаптерами” – помірна суб'єктність та нестабільна свобода; “Вразливим під тиском” – помірна суб'єктність, але відносна свобода, пригнічена стресом; та “Адаптаційні лідери” можуть визначатися високою суб'єктністю та інтегрованою свободою, використовуючи технології як засіб для реалізації власних професійних та творчих цілей. Для зручності практичного застосування результатів дослідження розроблено авторський онлайн-інструмент для експрес-діагностики індивідуального типу психофізіологічної адаптації до ЦС (Ронжес, 2025а).

У контексті *людиноцентризованого підходу* метою навчання дорослих є не лише передача технічних навичок, а й формування цифрової суб'єктності як здатності людини усвідомлено діяти, приймати рішення та зберігати відчуття контролю у цифровому просторі. Отримані результати дозволяють перейти від уніфікованих методів навчання до персоналізованих стратегій розвитку цифрової суб'єктності, спираючись на надані вище результати теоретичного дослідження сучасних підходів до цифрового навчання дорослої людини.

Тому друга запропонована нами педагогічна інновація, крім врахування індивідуального реагування на технострес, є **категоріальний підхід для розуміння функціональної логіки певних груп ЦС**, а також для інтуїтивного опанування оновлених чи незнайомих ЦС замість опанування окремих інтерфейсів, яке призводить до швидкої втрати актуальності завдяки динамічному оновленню цифрового ландшафту. Наприклад, якщо користувач розуміє набір базових функцій певної категорії (наприклад, “відеомонтаж”), він здатний інтуїтивно та ефективно поступово освоювати будь-яке нове середовище цієї групи, незалежно від конкретного дизайну інтерфейсу чи розробника.

Такий підхід, що концептуально розглядається нами як перехід від вивчення конкретних програм до категоріального освоєння цифрового ландшафту, був покладений у основу організації вищезазначеного психофізіологічного експерименту. Для складання індивідуального набору тренувальних сетів було розроблено комплекс завдань “Цифрові виклики” (160 завдань, розподілених по 8 завдань прогресивної складності у кожній з 20-ти категорій ЦС зі значною візуальною компонентою). Вибір завдань для кожного учасника був зроблений відповідно результатам попереднього опитування про його чи її цифровий досвід з конкретними наданими ЦС, як прикладами певних категорій.

В основі комплексу “Цифрові виклики” лежать функціональний аналіз та категоріальний підхід, що передбачає освоєння не конкретних програм, а функціональної логіки груп цифрових середовищ (ЦС). Весь нефаховий візуальний цифровий простір було розподілено на 20 категорій, впорядкованих за принципом зростання впливу користувача на контент від пасивного споживання до активного створення. До них входять: чати, соцмережі, візуальний пошук, навігація, ІІІ-генерація, відеомонтаж, 2D/3D ігри, анімація тощо. Завдання сформульовані універсально, що дозволяє виконувати їх у будь-якому додатку відповідної категорії

(наприклад, для відеомонтажу можна обрати InShot, CapCut, iMovie або інше відповідне ЦС). Передбачена прогресія складності завдань в кожній категорії: так, завдання структуровані за трьома факторами: новизна ЦС для користувача (блок А - незнайоме ЦС, та блок Б - знайоме ЦС); рівень складності (простий з базовими

функціями та середній з комбінацією функцій; час на виконання обмежений до 5 хв. та умовно без обмеження до 60 хв). Такий підхід дозволив сформувати 8 рівнів фактичної складності для кожної категорії.

Таблиця Структура та прогресія складності завдань для кожної категорії цифрового середовища (ЦС)/ **Table.** Structure and progression of task complexity for each category of digital environment (DE)

	Характеристики завдань, підготовлених для категорії/ Characteristics of tasks prepared for the category							
Рівень засвоєності ЦС з цієї категорії/ Level of assimilation of DE from this category	Блок А: Незнайоме ЦС / Block A: Unfamiliar DE				Блок Б: Знайоме ЦС / Block B: Famous DE			
Обраний досліджуванним рівень складності / Selected level of complexity by the examinee	Рівень 1: Простий/ Level 1: easy		Рівень 2: Середній/ Level 2: medium		Рівень 1: Простий/ Level 1: easy		Рівень 2: Середній/ Level 2: medium	
Код сету / Set code	А.1 / A. 1		А.2/ A.2		Б.1/ B. 1		Б.2/ B.2	
Максимальний час на виконання, хв./ Maximum time to complete, min.	5	60	5	60	5	60	5	60
Код завдання / Task code	A.1.5 / A.1.5	A.1.60/ A.1.60	A.2.5/ A.2.5	A.2.60/ A.2.60	B.1.5/ B.1.5	B.1.60/B.1.60	B.2.5/ B.2.5	B.2.60/ B.2.60
Фактичний рівень складності завдання / Actual level of task complexity	1	2	3	4	5	6	7	8

Комплекс “Цифрові виклики” став основою авторської програми тренінгу для розвитку цифрової компетентності та адаптації дорослих. Програма містить 20 сесій (по одній на кожну категорію) та має на меті розвиток навичок “контрольованої адаптації” до мінливості ЦС, подолання цифрової тривожності та підвищення суб’єктності користувача, а також розвиток розуміння функціональної логіки цілих груп ЦС. На тренінг отримано свідоцтво № 134298 в Україні про реєстрацію авторського права Олени Ронжес.

Програма проходила перевірку та апробацію в період з березня по вересень 2024 року наочно у міні-групі з 5 осіб (39–50 років) та у дистанційній групі з 5 осіб (32–37 років). Робота починалася з лекції про категоризацію ЦТ, після чого учасники виконували завдання на наданих пристроях або на власних за концепцією BYOD (“bring your own device” - принеси свій власний пристрій).

Ключовими результатами апробації, згідно якісного тематичного аналізу опитування учасників, визначено такі явища: трансформація ставлення учасників від сприйняття технологій як “суто технічного явища” до бачення в них інструмента самореалізації; зниження страху та поява відчуття впевненості перед незнайомими інтерфейсами (“вже байдуже, чи бачила я цей додаток раніше, я знаю логіку”); психологічний ефект зростання “цифрової сміливості” та покращення самооцінки навичок через розширення досвіду створення креативного контенту; виникнення метафори “цифрового фітнесу”, яка завдяки підтримці когнітивного тону і готовності до змін проводить аналогії проходження тренінгу “Цифрові виклики” із тренуваннями в залі. Результати апробації підтвердили, що навчання за категоріями дозволяє дорослим людям ефективно долати стрес від новизни та діяти в цифровому світі автономно і усвідомлено. Перехід до навчання на основі

функціональних категорій ЦС дозволяє формувати універсальні ментальні моделі, що забезпечує людині автономність та впевненість у будь-якому новому інтерфейсі.

Таким чином, поєднання освіти щодо категоріального підходу (когнітивного компоненту), експерименту для визначення індивідуального профілю адаптації до ЦС (діагностичний компонент) та корекційно-розвивальний (тренінг “Цифрові мости”) дозволяє розглядати цей комплекс як складну науково-методичну систему або психологічну технологію для розвитку адаптації до нових цифрових середовищ (Карамушка, 2024).

Пропонуємо наступні **стратегічні рекомендації**, які базуються на сучасних підходах до освітнього цифрового процесу дорослих та емпірично отриманих експериментальних даних:

1. **Сегментація та персоналізація.** Рекомендується впроваджувати первинну діагностику адаптаційного профілю (наприклад, через авторський онлайн-інструмент (Ронжес, 2025b) для призначення персоналізованих сценаріїв навчання.

2. **Етапність та мікронавчання.** Для вразливих груп (“Вразливі під тиском”, “Адаптивні новачки”) необхідно застосовувати покрокові модулі мікронавчання та подовжений період ознайомлення без часового тиску.

3. **Розвиток суб’єктності через творчість.** Впровадження програм типу проєктних творчих програм, де технологія є лише засобом для реалізації творчого задуму або креативного завдання, сприяє трансформації користувача з пасивного об’єкта на активного суб’єкта цифрового світу.

4. **Психологічна безпека.** Освітнє середовище має базуватися на принципах підтримки, де помилка під час засвоєння нового ЦС розглядається як частина досвіду, що мінімізує страх перед технологіями та підвищує “цифрову сміливість”.

Впровадження цих стратегій дозволить не лише підвищити рівень цифрової грамотності населення, а й забезпечити соціально-економічну резильєнтність громадян в умовах радикальної невизначеності, повертаючи людині відчуття свободи та контролю над власним життям у цифровому соціумі.

Обговорення. Отримані нами результати підтверджують умовну межу між народженими до та після виходу технології Інтернет у широкий доступ (1993 р.). Так, адаптація старших дорослих супроводжується не лише технічною міграцією, а й трансформацією ідентичності. У контексті антропогічного підходу ми розширили розуміння мотивації та реакцій дорослих під час цифрового навчання запропонувавши модель “цифрової агентності”, де суб’єктність диференціюється залежно від адаптаційного профілю (від обмеженої свободи у “Адаптивних новачків” до інтегрованої свободи “Адаптаційних лідерів”). Таке категоріальне навчання є особливо корисним для профілів “Адаптивні новачки” та “Вразливі під тиском”, оскільки воно зміцнює їхню самоефективність та повертає відчуття суб’єктного контролю. Для представників більш стабільних профілів тренінг допоміг посилити цифрову креативність та розвиток ментальної моделі категоризації ЦС за функціями.

Поглиблюючи принципи індивідуалізованого навчання, запропонований нами категоріальний підхід підходить для самокерованого навчання та практично орієнтованого мікронавчання, а також базується на формуванні універсальних ментальних моделей функціональної логіки ЦС.

Теоретична цінність роботи полягає у створенні міждисциплінарної рамки, що поєднує нейропсихологію та соціологію цифрового суспільства. Практичне значення результатів реалізується через систему експрес-діагностики (онлайн-інструмент для експрес-визначення адаптаційного типу користувача); диференціацію навчання (рекомендації щодо застосування мікронавчання для вразливих груп та складних інноваційних проєктів для лідерів; та впровадження розробленого тренінгового комплексу “Цифрові виклики”, який забезпечує перехід користувача від реактивного споживання до активної суб’єктної дії в цифровому соціумі. Поетапне проходження завдань комплексу у форматі тренінгу забезпечує можливість інтуїтивного та ефективного засвоєння будь-якого нового інтерфейсу відповідної категорії, що є ключовим фактором подолання цифрової тривожності та підвищення автономності особистості.

Висновки. У результаті проведеного міждисциплінарного дослідження теоретично обґрунтовано та емпірично перевірено стратегії цифрового навчання дорослих, що дозволяє зробити наступні висновки.

1. Встановлено, що адаптація до цифровізації є складним багаторівневим процесом, успішність якого визначається здатністю людини суб’єктно діяти у цифрових просторах без психофізіологічного дискомфорту. Визначено, що покоління умовних “цифрових емігрантів” (особи, народжені до 1993 р.) потребує специфічних стратегій підтримки через

екзистенційний досвід переходу від аналогового до цифрового світу.

2. Експериментально доведено наявність індивідуальних психофізіологічних відмінностей між користувачами при роботі з ЦС в різних умовах, включно у найбільш стресогенних умовах експерименту (поєднання новизни ЦС та обмеження часу), коли критично зростає ментальне навантаження та падає рівень розслаблення.

3. Ідентифіковано чотири типи індивідуальної адаптації, які мають унікальні психофізіологічні патерни, що підтверджує доречність диференційованого підходу до навчання.

4. Обґрунтовано переваги категоріального підходу як переходу від вивчення конкретних програм до інтуїтивного опанування функціональної логіки різних груп ЦС. Апробація тренінгу “Цифрові виклики” підтвердила, що такий підхід конструктивно трансформує ставлення користувача до технологій та посилює розвиток цифрової компетентності як головного предиктора успішної адаптації та як медіатора, який нівелює негативний вплив інтолерантності до невизначеності на психофізіологічний стан людини, повертаючи їй відчуття контролю.

Запропоновані висновки створюють наукове підґрунтя для подальшої розробки персоналізованих освітніх програм, спрямованих на зміцнення соціально-психологічної стійкості дорослого населення в умовах воєнної та цифрової турбулентності.

Декларація використання штучного інтелекту. У процесі підготовки цієї статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовної перевірки та стилістичного удосконалення тексту; усі ідеї, концептуальний зміст і наукові результати є авторськими. Остаточний текст був ретельно перевірений і відредагований авторами.

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

Список використаних джерел

- Карамушка Л. М. До питання про зміст та основні компоненти психологічних технологій. *Психолого-педагогічний супровід професійної підготовки та підвищення кваліфікації фахівців в умовах воєнного стану* : матеріали XIII Міжнар. наук.-практ. конф., Київ, 22 трав. 2024 р. Київ : ДЗВО «УМО», 2024. С. 183–186. URL: <http://umo.edu.ua/materiali-konferencij-nimp/khiii-mizhnarodnoji-naukovo-praktichnoji-konferenciji-22-travnja-2024-r-m-kijiv-psikhologhopedaghoghichnij-suprovod-profesijnoji-pidghotovki-ta-pidvishhennja-kvalifikacii-fakhivciv-v-umovakh-vojennohgho-stanu>
- Луценко О. Л., Лисак К. В. Питання про зв'язок процесу переносу знань та особливостей когнітивних складових особистості. *Наука і освіта*. 2012. № 6. С. 134–138. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/journals/2012/NiO_6_2012/2/LutL.htm
- Ронжес О. Є. Визначення профілю за результатами експерименту. Дослідження адаптації до цифровізації.

2025. URL: <https://forms.gle/Qw8SyAMgWuAWaU4ZA> (дата звернення: 17.05.2026).
- Ронжес О. Є. Психологічна, психофізіологічна та соціальна адаптація людини в період активного переходу до цифрових технологій : дис. ... д-ра філософії в галузі психології. Харків, 2025. URL: https://www.researchgate.net/publication/392763886_PhD_Thesis_Psihologicna_psihofiziologicna_ta_socialna_adaptacia_ludini_v_period_aktivnogo_perehodu_do_cifrovih_tehnologij_Psychological_psychophysiological_and_social_adaptation_of_a_person_during_the
- Ронжес О. Є., Кряж І. В. Латентні профілі показників адаптації людини до нових цифрових середовищ. *Проблеми сучасних трансформацій. Серія: педагогіка*. 2025. № 7. URL: <https://doi.org/10.54929/2786-9199-2025-7-10-03>
- Alanoglu M., Karabatak S., Yang H. Understanding university students' self-directed online learning in the context of emergency remote teaching: the role of online learning readiness and digital literacy. *Journal of Computing in Higher Education*. 2025. URL: <https://doi.org/10.1007/s12528-025-09458-0>
- Aleandri G. Adult education, education policies and lifelong learning during and beyond the covid19 pandemic. *16th International Technology, Education and Development Conference*. 2022. URL: <https://doi.org/10.21125/inted.2022.2358>
- Chai M. T., Malik A. S., Saad M. N. M., Rahman M. A. Application of digital technologies, multimedia, and brain-based strategies. In: *Research Anthology on Adult Education and the Development of Lifelong Learners*. 2021. P. 837–860. URL: <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-8598-6.ch042>
- Chee S. Y. Age-related digital disparities, functional limitations, and social isolation: unraveling the grey digital divide between baby boomers and the silent generation in senior living facilities. *Aging & Mental Health*. 2023. P. 1–12. URL: <https://doi.org/10.1080/13607863.2023.2233454>
- Clair R. S. Andragogy: past and present potential. *New Directions for Adult and Continuing Education*. 2024. URL: <https://doi.org/10.1002/ace.20546>
- College Success Plan. Digital distraction detox: 5 self-regulation strategies every student can use to beat screen-induced brain fog. 2023. URL: <https://collegesuccessplan.com/blog/digital-distraction-detox-5-selfregulation-strategies-every-student-can-use-to-beat-screeninduced-brain-fog>
- Curran V., Gustafson D. L., Simmons K., Lannon H., Wang C., Garmsiri M., Fleet L., Wetsch L. Adult learners' perceptions of self-directed learning and digital technology usage in continuing professional education: an update for the digital age. *Journal of Adult and Continuing Education*. 2019. Vol. 25, no. 1. P. 74–93. URL: <https://doi.org/10.1177/1477971419827318>
- Cziesielski M. J. Andragogy: the art of effectively teaching adults. *Limnology and Oceanography Bulletin*. 2020. Vol. 29, no. 1. P. 29–30. URL: <https://doi.org/10.1002/lob.10358>
- Dienlin T., Johannes N. The impact of digital technology use on adolescent well-being. *Dialogues in Clinical Neuroscience*. 2020. Vol. 22, no. 2. P. 135–142. URL: <https://doi.org/10.31887/dcns.2020.22.2/dienlin>
- Ferreira D., Maclean G. R. Andragogy in the 21st century: applying the assumptions of adult learning online. 2017. URL: https://www.researchgate.net/publication/323388304_Andragogy_in_the_21st_century_Applying_the_Assumptions_of_Adult_Learning_Online
- Fortuna P. Positive cyberpsychology as a field of study of the well-being of people interacting with and via technology. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1053482>
- Garner B., Els A., Snyder T. Microlearning strategies: engaging online adult learners. *Advances in Online Education: A Peer-Reviewed Journal*. 2025. Vol. 4, no. 2. P. 115. URL: <https://doi.org/10.69554/mrww4300>
- Greene K., Larsen L. Virtual andragogy: a new paradigm for serving adult online learners. *International Journal for Digital Society*. 2018. Vol. 9, no. 2. P. 1376–1381. URL: <https://doi.org/10.20533/ijds.2040.2570.2018.0169>
- Hamzah S., Lin N. M., Mat N. H. C., Hamzah N., Rahmat N. H. A study of motivation to learn online through the cognitive social learning theory. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*. 2025. Vol. 9, no. 24. P. 370–379. URL: <https://doi.org/10.47772/ijriss.2025.924i1e0039>
- Lichtenthaler U. From VUCA and BANI to a PUMO world: why agile innovation is not enough. *International Journal of Innovation and Technology Management*. 2025. URL: <https://doi.org/10.1142/S0219877025500129>
- Limone P., Toto G. A. Psychological and emotional effects of digital technology on digitods (14–18 years): a systematic review. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.938965>
- Luchinkina I., Klimenko E. Psychological characteristics of adolescents with different levels of digital activity. *E3S Web of Conferences*. 2021. Vol. 273. P. 10024. URL: <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202127310024>
- Lukashenko I., Lutsenko O. Psychological aspects of learning in the virtual environment. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*. 2016. Vol. 60. P. 40–43. URL: <https://periodicals.karazin.ua/psychology/article/view/7600>
- Moll I. A critique of andragogy in the South African TVET context. *Journal of Vocational, Adult and Continuing Education and Training*. 2023. Vol. 6, no. 1. URL: <https://doi.org/10.14426/jovacet.v6i1.318>
- Morris T. H., Rohs M. Digitization bolstering self-directed learning for information literate adults – a systematic review. *Computers and Education Open*. 2021. Vol. 2. Art. 100048. URL: <https://doi.org/10.1016/j.caeo.2021.100048>
- Petrushenko Y., Onopriienko K., Onopriienko I., Onopriienko V. Digital learning for adults in the context of education market development. *2021 11th International Conference on Advanced Computer Information Technologies (ACIT)*. 2021. URL: <https://doi.org/10.1109/ACIT52158.2021.9548555>
- Roessger K. M., Roumell E. A., Weese J. Rethinking andragogical assumptions in the global age: how preferences for andragogical learning vary across people and cultures. *Studies in Continuing Education*. 2020. P. 1–25. URL: <https://doi.org/10.1080/0158037X.2020.1732335>
- Ronzhes O. Subjecthood in digital space as an educational prerequisite for adaptation to digital technologies. In: *Nauka ta osvita v epokhu novykh vyklykiv ta mozhlyvosti*. 2025. P. 44–47. URL: <https://doi.org/10.64076/ihrc250618.04>
- Наука та освіта в епоху нових викликів та можливостей : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції / Міжнародний гуманітарний дослідницький центр (Житомир, 18 червня 2025 р.). Research Europe, 2025. 210 с.
- Schiller J. Transformative digital competences for ecosystems of lifelong learning. *Journal of Adult and Continuing Education*. 2025. URL: <https://doi.org/10.1177/14779714251406502>
- Shi Y., Chen M., Wei Y., Shen J., Wu M., Zhu K. Understanding effects of engaging online learning environments on students' cognitive engagement and well-being: the role of academic self-concept and flow. *Frontiers in Psychology*. 2025. Vol. 16. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1614109>
- Spivak I., Mihus I., Greben S. A comparative analysis of the digital competencies development in adult education. *Pedagogy and Education Management Review*. 2024. No. 2(16). P. 18–27. URL: <https://doi.org/10.36690/2733-2039-2024-2-18-27>
- Thigpen T. S., Collier C., Bryant A., Toles B. The what and why of self-directed learning. In: *The Playbook for Self-Directed Learning*.

New York : Routledge, 2024. P. 1–29. URL: <https://doi.org/10.4324/9781003489894-1>

Topolnyk Y., Gurevych R., Debenko I., Klochok O., Cherniakova Z., Yarova A., Maksymchuk B. The impact of digital technologies and AI on adult learning: from digital literacy to neuroplasticity. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. 2025. Vol. 16, no. 2. P. 148. URL: <https://doi.org/10.70594/brain/16.2/11>

Vannam L., Bao N. T., Hai L. N., Thi T. P. D., Ngoc M. H. Navigating digital distraction in learning: the role of technology, emotions, and classroom environment. *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*. 2025. Vol. 8, no. 3. P. 1449–1462. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15123465>

O. RONZHES (Olena Ronzhesh)

Doctor of Philosophy in Psychology, practicing psychologist

olena.ronzhes@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-3260-8996>

O. LUTSENKO (Olena Lutsenko)

Doctor of Psychological Sciences, practicing psychologist

olena.lutsenko@umss.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0001-9922-9523>

OPTIMISING ADULT DIGITAL LEARNING STRATEGIES IN AN INTENSIVELY DIGITALISING SOCIETY

The article addresses the problem of effective digital learning for adults under conditions of radical uncertainty, accelerated digitalisation, and increasing demands for individual adaptation in the digital society. The relevance of the study is grounded in the fact that for the generation of so-called "digital immigrants", engaging with new digital environments is frequently accompanied by technostress, cognitive overload, and a diminished sense of subjective control. The aim of the article is to provide a theoretical foundation and empirical validation of effective digital learning strategies for adults, taking into account psychophysiological responses to digital novelty. The research methods included theoretical analysis of the literature and a psychophysiological experiment using EEG monitoring, as well as latent profile, variance, regression, and mediation analyses. The study identified contemporary approaches to adult digital learning, namely andragogy, self-directed learning, microlearning, technology tutoring, and digital competence development. The significance of digital competence as the primary predictor of successful adaptation to new digital environments was empirically demonstrated. In accordance with four types of psychophysiological adaptation in adults and the stress-inducing factors associated with digital environments, the appropriateness of differentiated learning strategies was substantiated. A categorical approach to digital learning is proposed, understood as a shift from mastering individual applications to acquiring the functional logic of groups of digital environments; this approach contributes to reducing digital anxiety, enhancing digital subjectivity, and fostering the autonomy of the adult user. Strategic recommendations for effective digital learning among adults are provided.

Keywords: *adaptation, digital competence, EEG, categorical approach, subjectivity, agency, adult education, digital technologies*

References

- Karamushka, L. M. (2024). On the content and main components of psychological technologies. In *Psykhologo-pedahohichnyi suprovid profesiinoy pidhotovky ta pidryshchennia kvalifikatsii fakhivtsiv v umovakh voiennoho stanu* (pp. 183–186). DZVO «UMO». <http://umo.edu.ua/materiali-konferencij-nimp/khiii-mizhnarodnoji-naukovo-praktichnoji-konferenciji-22-travnja-2024-r-m-kijiv-psikhologho-pedagoghichnij-suprovid-profesijnoji-pidgotovki-ta-pidvishhennja-kvalifikacii-fakhivciv-v-umovakh-vojennoho-stanu> [in Ukrainian]
- Lutsenko, O., & Lysak, K. (2012). On the relationship between knowledge transfer and cognitive components of personality. *Nauka i osvita*, 6, 134–138. https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/journals/2012/NiO_6_2012/2/LutL.htm [in Ukrainian]
- Ronzhes, O. Ye. (2025a). Psychological, psychophysiological and social adaptation of a person during the active transition to digital technologies. [Doctoral dissertation in psychology, V. N. Karaz'in Kharkiv National University]. https://www.researchgate.net/publication/392763886_PhD_Thesis_Psihologicna_psihofiziologicna_ta_socialna_adaptacia_ludini_v_period_aktivnogo_perehodu_do_cifrovih_tehnologij_Psychological_psychophysiological_and_social_adaptation_of_a_person_during_the [in Ukrainian]
- Ronzhes, O. Ye. (2025b). Profile identification based on experiment results. Research on adaptation to digitalisation. <https://forms.gle/Qw8SyAMgWuAWaU4ZA> [in Ukrainian]
- Ronzhes, O. (2025). Subjecthood in digital space as an educational prerequisite for adaptation to digital technologies. In *Nauka ta osvita v epokhu norykhy vykykiv ta mozhylostei* (pp. 44–47). PE Lesiuk T.P. <https://doi.org/10.64076/ihrc250618.04> [in Ukrainian]
- Ronzhes, O. Ye., & Kriazh, I. V. (2025). Latent profiles of indicators of human adaptation to new digital environments. *Problemy suchasnykh transformatsii. Seriya: pedahohika*, 7. <https://doi.org/10.54929/2786-9199-2025-7-10-03> [in Ukrainian]
- Alanoglu, M., Karabatak, S., & Yang, H. (2025). Understanding university students' self-directed online learning in the context of emergency remote teaching: The role of online learning readiness and digital literacy. *Journal of Computing in Higher Education*. <https://doi.org/10.1007/s12528-025-09458-0>
- Aleandri, G. (2022). Adult education, education policies and lifelong learning during and beyond the covid19 pandemic. In *16th International Technology, Education and Development Conference. IATED*. <https://doi.org/10.21125/inted.2022.2358>
- Chai, M. T., Malik, A. S., Saad, M. N. M., & Rahman, M. A. (2021). Application of digital technologies, multimedia, and brain-based strategies. In *Research anthology on adult education and the development of lifelong learners* (pp. 837–860). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-8598-6.ch042>
- Chee, S. Y. (2023). Age-related digital disparities, functional limitations, and social isolation: Unraveling the grey digital divide between baby boomers and the silent generation in senior living facilities. *Aging & Mental Health*, 1–12. <https://doi.org/10.1080/13607863.2023.2233454>
- Clair, R. S. (2024). Andragogy: Past and present potential. *New Directions for Adult and Continuing Education*. <https://doi.org/10.1002/ace.20546>
- College Success Plan. (2023). Digital distraction detox: 5 self-regulation strategies every student can use to beat screen-induced brain fog. <https://collegesuccessplan.com/blog/digital-distraction-detox-5-selfregulation-strategies-every-student-can-use-to-beat-screeninduced-brain-fog>

- Curran, V., Gustafson, D. L., Simmons, K., Lannon, H., Wang, C., Garmsiri, M., Fleet, L., & Wetsch, L. (2019). Adult learners' perceptions of self-directed learning and digital technology usage in continuing professional education: An update for the digital age. *Journal of Adult and Continuing Education*, 25(1), 74–93. <https://doi.org/10.1177/1477971419827318>
- Cziesielski, M. J. (2020). Andragogy: The art of effectively teaching adults. *Limnology and Oceanography Bulletin*, 29(1), 29–30. <https://doi.org/10.1002/lob.10358>
- Dienlin, T., & Johannes, N. (2020). The impact of digital technology use on adolescent well-being. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 22(2), 135–142. <https://doi.org/10.31887/dcns.2020.22.2/dienlin>
- Ferreira, D., & Maclean, G. R. (2017). *Andragogy in the 21st century: Applying the assumptions of adult learning online*. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/323388304_Andragogy_in_the_21st_century_Applying_the_Assumptions_of_Adult_Learning_Online
- Fortuna, P. (2023). Positive cyberpsychology as a field of study of the well-being of people interacting with and via technology. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1053482>
- Garner, B., Els, A., & Snyder, T. (2025). Microlearning strategies: Engaging online adult learners. *Advances in Online Education: A Peer-Reviewed Journal*, 4(2), 115. <https://doi.org/10.69554/mrww4300>
- Greene, K., & Larsen, L. (2018). Virtual andragogy: A new paradigm for serving adult online learners. *International Journal for Digital Society*, 9(2), 1376–1381. <https://doi.org/10.20533/ijds.2040.2570.2018.0169>
- Hamzah, S., Lin, N. M., Mat, N. H. C., Hamzah, N., & Rahmat, N. H. (2025). A study of motivation to learn online through the cognitive social learning theory. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 9(24), 370–379. <https://doi.org/10.47772/ijriss.2025.924iicid0039>
- Lichtenthaler, U. (2025). From VUCA and BANI to a PUMO world: Why agile innovation is not enough. *International Journal of Innovation and Technology Management*. <https://doi.org/10.1142/S0219877025500129>
- Limone, P., & Toto, G. A. (2022). Psychological and emotional effects of digital technology on digitods (14–18 years): A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.938965>
- Luchinkina, I., & Klimenko, E. (2021). Psychological characteristics of adolescents with different levels of digital activity. *E3S Web of Conferences*, 273, 10024. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202127310024>
- Lukashenko, I., & Lutsenko, O. (2016). Psychological aspects of learning in the virtual environment. *Visnyk of V. N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 60, 40–43. https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/journals/2012/NiO_6_2012/2/LutL.htm
- Moll, I. (2023). A critique of andragogy in the South African TVET context. *Journal of Vocational, Adult and Continuing Education and Training*, 6(1). <https://doi.org/10.14426/jovac.v6i1.318>
- Morris, T. H., & Rohs, M. (2021). Digitization bolstering self-directed learning for information literate adults—A systematic review. *Computers and Education Open*, 2, 100048. <https://doi.org/10.1016/j.caeo.2021.100048>
- Petrushenko, Y., Onopriienko, K., Onopriienko, I., & Onopriienko, V. (2021). Digital learning for adults in the context of education market development. In *2021 11th International Conference on Advanced Computer Information Technologies (ACIT)*. IEEE. <https://doi.org/10.1109/ACIT52158.2021.9548555>
- Roessger, K. M., Roumell, E. A., & Weese, J. (2020). Rethinking andragogical assumptions in the global age: How preferences for andragogical learning vary across people and cultures. *Studies in Continuing Education*, 1–25. <https://doi.org/10.1080/0158037X.2020.1732335>
- Schiller, J. (2025). Transformative digital competences for ecosystems of lifelong learning. *Journal of Adult and Continuing Education*. <https://doi.org/10.1177/14779714251406502>
- Shi, Y., Chen, M., Wei, Y., Shen, J., Wu, M., & Zhu, K. (2025). Understanding effects of engaging online learning environments on students' cognitive engagement and well-being: The role of academic self-concept and flow. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1614109>
- Spivak, I., Mihus, I., & Greben, S. (2024). A comparative analysis of the digital competencies development in adult education. *Pedagogy and Education Management Review*, 2(16), 18–27. <https://doi.org/10.36690/2733-2039-2024-2-18-27>
- Thigpen, T. S., Collier, C., Bryant, A., & Toles, B. (2024). The what and why of self-directed learning. In *The playbook for self-directed learning* (pp. 1–29). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003489894-1>
- Topolnyk, Y., Gurevych, R., Debenko, I., Klochok, O., Cherniakova, Z., Yarova, A., & Maksymchuk, B. (2025). The impact of digital technologies and AI on adult learning: From digital literacy to neuroplasticity. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 16(2), 148. <https://doi.org/10.70594/brain/16.2/11>
- Vannam, L., Bao, N. T., Hai, L. N., Thi, T. P. D., & Ngoc, M. H. (2025). Navigating digital distraction in learning: The role of technology, emotions, and classroom environment. *International Journal of Multidisciplinary Research and Analysis*, 8(3), 1449–1462. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15123465>

Конфлікт інтересів: автори заявляють про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 16.02.2026 (The article was received by the editors 16.02.2026)

Стаття рекомендована до друку 14.04.2026 (The article is recommended for printing 14.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

УДК 159.947.5:159.942.3-053.6

DOI [10.26565/2225-7756-2026-80-10](https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-10)**П.О. СЕВОСТ'ЯНОВ (Севост'янов Павло Олександрович)***кандидат психологічних наук, доцент ЗВО кафедри прикладної психології**Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна**Майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна**E-mail: p.sevostyanov@karazin.ua**<https://orcid.org/0000-0003-3461-9920>***Я.О. ТУРКО (Турко Ярослав Олександрович)***магістр психології, практичний психолог**БО "БФ Трохи воєну"**Булвар Юр'єва, 2, м. Харків, Україна**E-mail: ydaltery@gmail.com**<https://orcid.org/0009-0001-7226-9119>***О.А. ФРІДМАН (Фрідман Олена Анатоліївна)***кандидат економічних наук, доцент,**доцент ЗВО кафедри менеджменту, обліку та бізнес-комунікацій**ННІ «Каразінський банківський інститут»**Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна**Майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна**E-mail: o.fridman@karazin.ua**<https://orcid.org/0000-0002-7437-6372>***Т.К. НАРОЖНА (Нарожна Таїсія Костянтинівна)***магістр психології, практичний психолог**Університет Коменського в Братиславі**Gondova 2, 811 02 Bratislava, Slovak Republic**E-mail: taubanaroz@gmail.com**<https://orcid.org/0009-0007-0017-3170>*

ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ІЗ СОЦІАЛЬНО ВРАЗЛИВИХ СІМЕЙ В КОНТЕКСТІ ПРОЯВУ ЇХНІХ БАЗОВИХ ЕМОЦІЙ

Анотація. Актуальність дослідження зумовлена зростанням кількості підлітків, які виховуються у соціально вразливих сім'ях (родини ВПО, учасників бойових дій, сім'ї з досвідом травматизації, насильства або залежностей), що підсилює ризики емоційної дезадаптації та зниження навчальної залученості. Метою статті є вивчення навчальної мотивації підлітків із соціально вразливих сімей у зв'язку з виразністю їхніх базових емоцій і виявлення специфіки такого взаємозв'язку шляхом порівняння з контрольною групою. У дослідженні взяли участь 155 підлітків віком 11–15 років: 73 особи з соціально вразливих сімей та 82 особи контрольної групи. Для оцінки емоційної сфери застосовано Шкалу диференціальних емоцій К. Ізарда (адаптація А.В. Леонова, М.С. Капіца) та Шкалу позитивних і негативних переживань (SPANE; адаптація В.О. Олефір, В.Ф. Боснюк, К.О. Малофейкіна). Навчальну мотивацію досліджено за допомогою Анкети шкільної мотивації (адаптація М.В. Лемак, В.Ю. Петрище) та модифікованої ідеографічної методики «Драбинка» для оцінки уявлень про власну навчальну успішність у минулому, сьогоденні та майбутньому. Використано описові статистики, критерій Манна-Уїтні та кореляції Спірмена. Встановлено, що підлітки із соціально вразливих сімей мають нижчий рівень шкільної мотивації та менш оптимістичну навчальну перспективу, а їхній емоційний профіль характеризується вищою виразністю низки негативних базових емоцій і більшою зміщеністю афективного балансу до негативного полюсу. Виявлено, що зв'язки між базовими емоціями та мотиваційними показниками у цієї групи є менш системними та переважно зворотними, що може свідчити про дезінтеграцію емоційно-мотиваційної регуляції в умовах соціальної вразливості. Практичне значення результатів полягає в обґрунтуванні доцільності психолого-педагогічних програм, спрямованих на стабілізацію емоційного стану та підтримку внутрішньої навчальної мотивації підлітків із сімей ризику.

Ключові слова: навчальна мотивація; підлітки; соціально вразливі сім'ї; базові емоції; баланс афектів; шкільна успішність; шкала диференціальних емоцій

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми. Освітній процес дедалі більше розглядається не лише як сфера засвоєння знань, а і як простір особистісного

становлення, емоційного благополуччя та соціальної адаптації. У контексті суспільних трансформацій, воєнних викликів та зростання кількості сімей, що

Як цитувати: Севост'янов, П.О., Турко, Я.О., Фрідман, О.А., Нарожна, Т.К. (2026). Особливості навчальної мотивації підлітків із соціально вразливих сімей в контексті прояву їхніх базових емоцій. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 82-90. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-10>

In cites: Sevostyanov, P. O., Turko, Ya. O., Fridman, O. A., Narozhna, T. K. (2026). Learning Motivation Features in Socially Vulnerable Families Adolescents in their Basic Emotions Context. *Visnyk of V.N. Karazhin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 82-90. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-10> (in Ukrainian)

© Севост'янов, П.О., Турко, Я.О., Фрідман, О.А., Нарожна, Т.К., 2026; CC BY 4.0 license

перебувають у складних життєвих обставинах, проблема взаємозв'язку емоційної сфери та навчальної мотивації підлітків набуває особливої значущості.

Як зазначають Н.І. Кучумова та Н.М. Білик (2025), до соціально вразливих належить широкий спектр сімей, зокрема сім'ї внутрішньо переміщених осіб, учасників бойових дій, родини з досвідом травматизації, насильства або залежностей. У таких сім'ях часто порушується емоційний клімат, що негативно позначається на фізичному й психічному здоров'ї дітей та може спричиняти деструктивні й аутоагресивні прояви. Відповідно, діти із соціально вразливого середовища опиняються в умовах підвищеного ризику щодо емоційної дезадаптації та зниження навчальної активності.

Важливість урахування емоційного компонента розвитку підтверджується дослідженнями І.М. Хоржевської та А.Ю. Погорелової (2021), які встановили, що діти з неповних сімей характеризуються підвищеним рівнем тривожності, невпевненістю у собі та схильністю до надмірної агресивності. Автори довели, що негативні емоції суттєво впливають на різні сфери життєдіяльності дитини, зокрема на її комунікативну поведінку та соціальну адаптацію. Це підкреслює необхідність своєчасної корекційної роботи з емоційною сферою як важливого чинника гармонійного розвитку особистості.

Проблема мотивації навчання традиційно розглядається як одна з ключових у педагогічній психології. За даними В.О. Смікал та І.М. Кравченко (2023), вже на початку шкільного навчання відбуваються суттєві зміни у мотиваційній сфері дитини: зростає значення соціальних мотивів, мотивів самоствердження та пізнавальної активності. Хоча ці висновки отримані на вибірці молодших школярів, вони задають важливу логіку подальшого розвитку мотиваційної сфери, яка у підлітковому віці зазнає ускладнення та перебудови.

О.В. Гнатюк (2020) підкреслює, що мотивація навчання виступає рушійною силою не лише інтелектуального, а й особистісного розвитку учня. Без сформованої мотиваційної сфери неможливі саморозвиток, самоосвіта та ефективна навчальна діяльність. Автор наголошує на тісному зв'язку між мотивацією, емоціями та пізнавальними потребами, що особливо важливо враховувати при роботі з дітьми, які перебувають у несприятливих соціальних умовах.

Узагальнюючи результати численних досліджень, А.В. Маляр та З.М. Ваколя (2021) зазначають, що навчальна мотивація є багатокомпонентним утворенням, у структурі якого взаємодіють потреби, інтереси, установки, почуття обов'язку та емоційні переживання. Автори також підкреслюють вікову динаміку мотивації: у підлітковому віці часто спостерігається загальне її зниження та трансформація мотивів відвідування школи – від внутрішнього інтересу до зовнішньої необхідності. Це положення безпосередньо вказує на вразливість підліткового періоду щодо мотиваційних деформацій.

Особливої уваги потребують діти з неблагополучних та соціально вразливих сімей. За висновками О.М. Пridаннікової (2019), умови життя у таких родинах та порушення системи дитячо-батьківських стосунків чинять деструктивний вплив на особистісний розвиток

дитини. Обмеженість соціальних зв'язків і дефіцит підтримки з боку родини зумовлюють необхідність цілеспрямованого формування у таких дітей мотивації досягнення, активності та ініціативності.

Таким чином, аналіз сучасних досліджень свідчить, що, з одного боку, достатньо ґрунтовно вивчено емоційні особливості дітей із сімей ризику та загальні закономірності формування навчальної мотивації на різних вікових етапах. З іншого боку, недостатньо розкритим залишається питання взаємозв'язку базових емоцій та навчальної мотивації саме у підлітків із соціально вразливих сімей, особливо в умовах сучасних соціальних викликів. Це зумовлює необхідність подальших емпіричних досліджень у зазначеному напрямі та визначає наукову новизну й практичну значущість даної статті.

Метою дослідження є вивчення навчальної мотивації підлітків із соціально вразливих сімей у зв'язку з виразністю в них різних базових емоцій та виявлення особливостей зазначеного зв'язку в ході проведення порівняльного аналізу з контрольною групою.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що між навчальною мотивацією та актуальним емоційним станом підлітків існує статистично значущий взаємозв'язок. Передбачається, що специфіка цього зв'язку зумовлюється соціальним статусом сім'ї: у підлітків, які зростають у соціально вразливих сім'ях, очікується зниження рівня навчальної мотивації, що супроводжується більш вираженим, ніж в контрольній групі, проявом негативних емоцій.

Методи та організація дослідження. У дослідженні взяло участь 73 особи підліткового віку, чий сім'ї відносяться до категорії соціально вразливих, згідно з реєстром центру БО «БФ Трохи вогню». Вік підлітків варіювався в межах 11-15 років; серед них – 39 дівчат та 34 хлопця. Контрольну групу складало 82 особи підліткового віку, чий сім'ї не відносяться до категорії соціально вразливих (не перебувають у реєстрах відповідних установ і не відповідають жодному з зовнішньо спостережувальних критеріїв, на основі яких їх можна відносити до вказаної категорії). Вік цих підлітків – також 11-15 років; серед них – 51 дівчина та 31 хлопець.

Для вивчення параметрів емоційної сфери досліджуваних використовувалися такі психодіагностичні інструменти, як Шкала диференціальних емоцій К. Ізарда (адаптація А.В. Леонова, М.С. Капіца) та Шкала позитивних і негативних переживань (SPANE; адаптація: В. О. Олефір, В. Ф. Боснюк, К. О. Малофейкіна). Дослідження навчальної мотивації підлітків здійснювалося із застосуванням Анкети для визначення шкільної мотивації (адаптація: М.В. Лемак, В.Ю. Петрище) та авторської модифікації ідеографічної методики «Драбинка», в межах якої підліткам пропонувалося оцінити власну шкільну успішність, вказавши свою позицію на графічному зображенні сходинок у минулому, сьогоднішньому і майбутньому. Мотиваційний компонент результатів, отриманих на основі застосування цього психодіагностичного інструменту, вбачався у фіксації бачення перспектив учнів щодо свого подальшого навчання з урахуванням наявної оцінки поточних і минулих шкільних здобутків.

Для оцінки виразності досліджуваних параметрів було проведено вивчення описових статистик; порівняльний аналіз підлітків із соціально вразливих сімей з контрольною групою здійснювався із застосуванням критерію Манна-Уїтні; кореляційний аналіз, спрямований на пошук зв'язків між навчальною

мотивацією та базовими емоціями, виконувався за допомогою критерію Спірмена.

Результати дослідження. Результати вивчення виразності базових емоцій досліджуваних представлено у таблиці 1.

Таблиця 1. Результати вивчення виразності базових емоцій досліджуваних / **Table 1.** Results of the study of the expressiveness of the subjects' basic emotions

	Підлітки з соціально вразливих сімей / Adolescents from socially vulnerable (SV) families				Контрольна група / Control group			
	Середнє / Mean	Медіана / Median	Мода / Mode	Ст. відх. / Std. devi.	Середнє / Mean	Медіана / Median	Мода / Mode	Ст. відх. / Std. devi.
Інтерес / Interest	7.49	7.00	9.00	2.50	6.56	6.00	4.00	2.54
Радість / Joy	6.75	5.00	5.00	3.38	6.01	5.50	3.00	2.98
Здивування / Surprise	7.22	7.00	9.00	3.25	6.06	6.00	5.00	2.21
Горе / Grief	7.59	8.00	9.00	3.51	6.27	6.00	4.00	2.40
Гнів / Anger	7.67	7.00	3.00	3.93	5.83	5.00	3.00	3.18
Відраза / Disgust	7.25	7.00	3.00	3.46	6.32	6.00	3.00	3.57
Презирство / Contempt	6.59	6.00	3.00	3.53	5.39	4.00	3.00	2.94
Страх / Fear	7.73	8.00	3.00	3.76	6.70	6.00	6.00	2.87
Сором / Shame	7.47	7.00	3.00	3.73	6.88	6.00	3.00	3.36
Провина / Guilt	7.41	6.00	3.00	3.98	6.05	5.50	3.00	3.00

Як можна бачити з показників, наведених у таблиці 1, у підлітків із соціально вразливих сімей переважають такі емоції, як страх, гнів та горе, в той час як презирство, радість та здивування є виразними в найменшій ступені. Така ієрархія істотно відрізняється від тієї, що є характерною для підлітків контрольної групи, де найбільш виразними є емоції сорому, страху та інтересу,

а найменш – презирства, гніву та радості, хоча, як ми бачимо, виявлено і певні спільні тенденції (відносно нижча в обох групах виразність радості та презирства; вища – страху).

Поглянемо на результати вивчення виразності позитивних та негативних переживань досліджуваних (таблиця 2).

Таблиця 2. Результати вивчення виразності позитивних та негативних переживань досліджуваних / **Table 2.** Results of the study of the expressiveness of positive and negative experiences of the subjects

Переживання / Experiences	Підлітки з соціально вразливих сімей / Adolescents from SV families				Контрольна група / Control group			
	Середнє / Mean	Медіана / Median	Мода / Mode	Ст. відх. / Std. devi.	Середнє / Mean	Медіана / Median	Мода / Mode	Ст. відх. / Std. devi.
Позитивні / Positive	20.47	20.00	18.00	5.57	22.00	23.00	24.00	4.17
Негативні / Negative	17.58	17.00	17.00	5.26	14.71	14.50	10.00	5.23
Баланс / Balance	2.89	3.00	2.00	9.57	7.29	9.50	15.00	8.69

Результати, наведені у таблиці 2, вказують на те, що у підлітків з соціально вразливих сімей виявляється доволі переконлива врівноваженість позитивних і негативних переживань з мінімальною тенденцією до переважання перших. Такий результат суттєво відрізняється від того, що був отриманий по контрольній групі, де перевага позитивних переживань є істотно відчутнішою. Тобто, на тлі підлітків, чий сім'ї не належать до категорії соціально вразливих, досліджувані експериментальної групи демонструють невизначений афективний стан, для якого характерний брак позитивності, через що репрезентативність негативних і позитивних переживань у ході їхнього повсякденного функціонування є майже рівноімовірною.

Перейдемо до розгляду результатів дослідження навчальної мотивації досліджуваних. Описові

статистики, отримані на основі анкети для визначення шкільної мотивації (таблиця 3).

Як видно з результатів, представлених у таблиці 3, для підлітків із соціально вразливих сімей характерний рівень шкільної мотивації, що вказує на несформованість ставлення даних осіб до себе як до школярів. Натомість, в контрольній групі спостерігається така виразність, яка в цілому відображає позитивне ставлення до школи, хоча здебільшого навчальний заклад приваблює їх позанавчальними аспектами.

Результати дослідження навчальної мотивації за допомогою методики «Драбинка» представлено у таблиці 4.

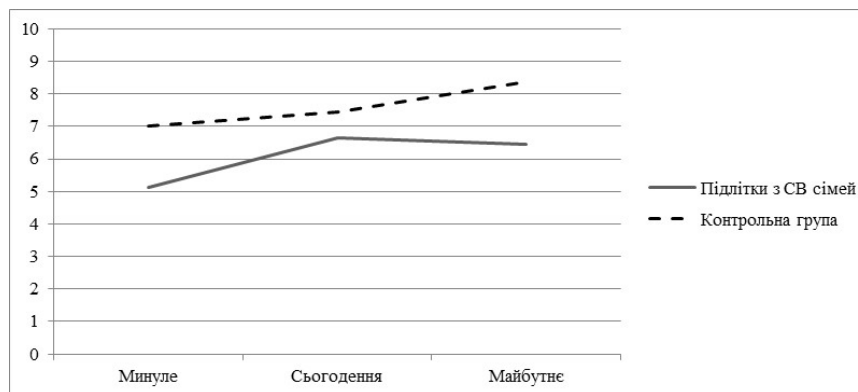
Таблиця 3. Результати вивчення виразності шкільної мотивації досліджуваних / **Table 3.** Results of studying the expressiveness of school motivation of the subjects/

	Підлітки з соціально вразливих сімей/ Adolescents from SV families				Контрольна група/ Control group			
	Середнє/ Mean	Медіана/ Median	Мода/ Mode	Ст. відх./ Std. devi.	Середнє/ Mean	Медіана/ Median	Мода/ Mode	Ст. відх./ Std. devi.
Шкільна мотивація/ School motivation	13.48	13.00	14.00	5.92	17.32	19.00	14.00	6.45

Таблиця 4. Результати вивчення уявлень досліджуваних про власну навчальну успішність у минулому, сьогоднішньому та майбутньому / **Table 4.** Results of the study of the respondents' perceptions of their own academic performance in the past, present and future

	Підлітки з соціально вразливих сімей/ Adolescents from SV families				Контрольна група/ Control group			
	Середнє/ Mean	Медіана/ Median	Мода/ Mode	Ст. відх./ Std. devi.	Середнє/ Mean	Медіана/ Median	Мода/ Mode	Ст. відх./ Std. devi.
Минуле/ Past	5.12	5.00	4.00	2.44	7.00	7.00	9.00	2.17
Сьогодення/ Present	6.64	7.00	8.00	2.06	7.45	8.00	9.00	1.81
Майбутнє/ Future	6.44	7.00	8.00	2.40	8.38	9.00	10.00	2.03

Для більшої наочності побудуємо профілі уявлень досліджуваних про власну навчальну успішність у минулому, сьогоднішньому та майбутньому, спираючись на середньо вибіркові значення (рис. 1).

**Рис. 1.** Профілі уявлень досліджуваних про власну навчальну успішність у минулому, сьогоднішньому та майбутньому / **Fig. 1.** Profiles of the respondents' perceptions of their own academic performance in the past, present and future

Як можна бачити з отриманих результатів, профілі двох досліджуваних груп мають значні відмінності, - як в аспекті кількісної виразності їхніх складових, так і в плані принципової взаємопобудови. Щодо кількісної виразності складових, - ми бачимо, що у підлітків із соціально вразливих сімей, в порівнянні з контрольною групою, спостерігається тенденція до зниження позитивності уявлень за усіма часовими вимірами, проте стверджувати істотність цієї тенденції ми зможемо лише на основі запланованого далі порівняльного аналізу.

Аналіз взаємопобудови елементів профілів дозволив встановити, що для підлітків із соціально вразливих сімей характерна більшою мірою песимістична оцінка

свого подальшого навчання при констатації свого поточного прогресу в порівнянні з минулим. Натомість, у підлітків контрольної групи при збереженні зростання позитивності оцінки власної навчальної успішності від минулого до сьогоднішнього спостерігається подальше зростання цього параметру щодо майбутнього, тобто, для даних досліджуваних у зазначеному аспекті характерний оптимізм.

Після вивчення виразності досліджуваних параметрів було проведено їхній порівняльний аналіз, з урахуванням фактору належності до соціально вразливих сімей. Поглянемо на результати порівняння базових емоцій досліджуваних (таблиця 5).

Таблиця 5. Результати порівняльного аналізу базових емоцій досліджуваних підлітків із соціально вразливих сімей та контрольної групи (значущі відмінності) / **Table 5.** Results of comparative analysis of basic emotions of the studied adolescents from socially vulnerable families and the control group (significant differences)

	Група/ Group	Ср. Ранг/ Av.Rank	U	W	Z	p (2-ст)
Інтерес/ Interest	Соц. вразл./SV	86.77	2352.5	5755.5	-2.317	.021
	Контр. Control	70.19				

	Група/ Group	Ср. Ранг/ Av.Rank	U	W	Z	p (2-ст)
Здивування/ Surprise	Соц. вразл./ SV	86.62	2363.5	5766.5	-2.277	.023
	Контр./ Control	70.32				
Горе/ Grief	Соц. вразл./ SV	85.75	2427.0	5830.0	-2.045	.041
	Контр./ Control	71.10				
Гнів/ Anger	Соц. вразл.	89.60	2146.5	5549.5	-3.069	.002
	Контр./ Control	67.68				
Відраза/ Disgust	Соц. вразл./ SV	85.77	2426.0	5829.0	-2.052	.040
	Контр./ Control	71.09				
Презирство/ Contempt	Соц. вразл./ SV	85.97	2411.0	5814.0	-2.126	.034
	Контр./ Control	70.90				
Позитивні переживання/ Positive experiences	Соц. вразл./ SV	70.31	2431.5	5132.5	-2.021	.043
	Контр./ Control	84.85				
Негативні переживання/ Negative experiences	Соц. вразл./ SV	90.45	2084.5	5487.5	-3.264	.001
	Контр./ Control	66.92				
Баланс афектів/ Balance of affects	Соц. вразл./ SV	68.42	2293.5	4994.5	-2.511	.012
	Контр./ Control	86.53				

Як видно з результатів порівняльного аналізу, в порівнянні з контрольною групою, підлітки з соціально вразливих сімей мають достовірно вищу виразність таких базових емоцій, як інтерес, здивування, горе, гнів, відраза та презирство. При цьому баланс афектів у даних підлітків є значущо більш зміщеним до від'ємного полюсу, що

проявляється як у достовірно нижчій виразності позитивних переживань, так і у вищій – негативних.

Надалі поглянемо на результати порівняння уявлень досліджуваних підлітків про власну навчальну успішність у минулому, сьогоденні та майбутньому (таблиця 6).

Таблиця 6. Результати порівняльного аналізу показників навчальної мотивації досліджуваних підлітків із соціально вразливих сімей та контрольною групою (значущі відмінності) / **Table 6.** Results of comparative analysis of educational motivation indicators of the studied adolescents from socially vulnerable families and the control group (significant differences)

	Група/ Group	Ср. Ранг/ Av.Rank	U	W	Z	p (2-ст)
Шкільна мотивація/ School Motivation	Соц. вразл./ SV	63.23	1915.0	4616.0	-3.875	.000
	Контр./ Control	91.15				
Минуле/ Past	Соц. вразл./ SV	60.14	1689.0	4390.0	-4.707	.000
	Контр./ Control	93.90				
Сьогодення/ Present	Соц. вразл./ SV	66.76	2172.5	4873.5	-2.994	.003
	Контр./ Control	88.01				
Майбутнє/ Future	Соц. вразл./ SV	57.47	1494.5	4195.5	-5.454	.000
	Контр./ Control	96.27				

З таблиці 6 ми можемо бачити, що, в порівнянні з контрольною групою, підлітки з соціально вразливих сімей мають достовірно нижчу виразність шкільної мотивації; відчують себе менш успішними у навчанні, - як у минулому, так і в поточному моменті; а також – мають менш оптимістичне спрямування на навчання у майбутньому.

Перейдемо до результатів кореляційного аналізу, що здійснювався з метою встановлення зв'язків навчальної мотивації та базових емоцій досліджуваних. У таблиці 7 наведено кореляції, які мають відмінності за рівнем значущості у двох досліджуваних групах.

Таблиця 7. Особливості зв'язків навчальної мотивації та базових емоцій підлітків із соціально вразливих сімей / **Table 7.** Features of the relationship between educational motivation and basic emotions of adolescents from socially vulnerable families

		Шкільна мотивація/ School Motivation	Минуле/ Past	Сьогодення/ Present	Майбутнє/ Future	Шкільна мотивація/ School Motivation	Минуле/ Past	Сьогодення/ Present	Майбутнє/ Future
Інтерес/ Interest	r	-.274*	-.354**			-.123	-.052		
	p (2-ст.)	.019	.002			.272	.644		
Радість/ Joy	r				-.298*				-.072
	p (2-ст.)				.010				.522
Горе/ Sorrow	r			-.031				-.263*	
	p (2-ст.)			.793				.017	
Гнів/ Anger	r	-.288*			-.205	-.118			-.235*
	p (2-ст.)	.013			.081	.289			.033
Відраза/ Disgust	r			.009	-.241*			-.305**	-.205
	p (2-ст.)			.937	.040			.005	.064
Презирство/ Contempt	r		-.149		-.178		-.250*		-.271*
	p (2-ст.)		.208		.132		.024		.014

		Шкільна мотивація/ School Motivation	Минуле/ Past	Сьогодення/ Present	Майбутнє/ Future	Шкільна мотивація/ School Motivation	Минуле/ Past	Сьогодення/ Present	Майбутнє/ Future
Страх/ Fear	r		-.094	-.009	-.320**		-.227*	-.331**	-.024
	p (2-ст.)		.429	.940	.006		.040	.002	.828
Сором/ Shame	r		-.075		-.239*		-.321**		-.033
	p (2-ст.)		.527		.041		.003		.768
Позитивні переживання/ Positive experiences	r		.495**	.396**			.084	.210	
	p (2-ст.)								
Негативні переживання/ Negative experiences	r		-.085	-.219	-.170		-.221*	-.396**	-.295**
	p (2-ст.)								
Баланс афектів/ Balance of affects	r		.395**				.154		
	p (2-ст.)		.001				.167		

Примітка: * - $p \leq 0.05$; ** - $p \leq 0.01$

На основі даних, представлених у таблиці 7, ми можемо зробити висновок, що для підлітків із соціально вразливих сімей, на відміну від контрольної групи, характерні наступні значущі кореляції: емоції інтересу – зі шкільною мотивацією та позитивністю оцінки власної навчальної успішності у минулому (обидві зворотні); емоції радості – з позитивністю оцінки власної навчальної успішності у майбутньому (зворотна); емоції гніву – зі шкільною мотивацією (зворотна); позитивних переживань – з позитивністю оцінки власної навчальної успішності у минулому та сьогоденні (обидві зворотні) та зсувом балансу афектів у позитивний бік – з позитивністю оцінки власної навчальної успішності у минулому (пряма). Крім того, на відміну від контрольної групи, у підлітків із соціально вразливих сімей не виявили значущості зв'язки таких змінних: емоції горя – з оцінкою власної навчальної успішності у сьогоденні (у контрольній групі ця кореляція значуща, зворотна); емоції відрази – з оцінкою власної навчальної успішності у сьогоденні (у контрольній групі ця кореляція значуща, зворотна); емоції презирства – з оцінкою власної навчальної успішності у минулому (у контрольній групі ця кореляція значуща, зворотна); емоції страху – з оцінкою власної навчальної успішності у минулому та сьогоденні (у контрольній групі обидві ці кореляції значущі, зворотні); емоції сорому – з оцінкою власної навчальної успішності у минулому (у контрольній групі ця кореляція значуща, зворотна); негативних переживань – з оцінкою власної навчальної успішності у минулому, сьогоденні та майбутньому (у контрольній групі усі ці три кореляції значущі, зворотні).

Отже, перейдемо до обговорення результатів.

Обговорення. Отримані у дослідженні результати дозволяють поглибити уявлення про специфіку взаємозв'язку емоційної сфери та навчальної мотивації підлітків, які зростають у соціально вразливих сім'ях. Передусім вони вказують на те, що емоційний фон

таких підлітків має ознаки підвищеної напруженості та афективної нестабільності, що в контексті сучасних уявлень про емоційно-мотиваційну регуляцію може свідчити про домінування реактивних форм емоційного реагування, які знижують ресурсність особистості у навчальній діяльності.

Виявлена у дослідженні специфіка емоційного профілю підлітків із соціально вразливих сімей узгоджується з даними дослідження Л.В.Маляра та З.М.Ваколі (2021) щодо підвищеної чутливості підліткового віку до несприятливих соціальних умов. Соціальна вразливість сімейного контексту, ймовірно, виступає хронічним стресогенним фактором, який підтримує підвищену готовність до переживання негативних емоцій і водночас обмежує формування стабільного позитивного афективного фону, що, у свою чергу, може знижувати суб'єктивну значущість навчальної діяльності та послаблювати внутрішню навчальну мотивацію.

Також слід відзначити встановлений характер зв'язків між окремими базовими емоціями та показниками навчальної мотивації. Той факт, що у підлітків із соціально вразливих сімей низка як позитивних, так і негативних базових емоцій пов'язана з мотиваційними показниками переважно у зворотному напрямі, може свідчити про дезадаптивний характер функціонування їхньої емоційно-мотиваційної системи. У нормативному варіанті інтерес і радість зазвичай мають виконувати спонукальну функцію щодо пізнавальної активності (або, як у випадку з досліджуваною контрольною групою, принаймні, не йти врозріз із нею), однак отримані результати дають підстави припускати, що в умовах соціальної вразливості ці емоції частково втрачають свою мотиваційно-підсилюючу роль або включаються у більш складні компенсаторні механізми. Можна припустити, що інтерес у даній категорії підлітків не завжди має академічну спрямованість, а може

відображати загальну підвищену орієнтацію на зовнішні стимули чи ситуативну залученість, що не трансформується у стійку навчальну мотивацію.

На тлі цього слід звернути увагу і на те, що в контрольній групі емоційно-мотиваційні зв'язки мають більш системний і передбачуваний характер, що узгоджується з уявленнями про більшу інтегрованість емоційної та мотиваційної сфер у підлітків, які розвиваються у відносно сприятливих соціальних умовах. Натомість у підлітків із соціально вразливих сімей спостерігається фрагментарність кореляційного поля, - і це може інтерпретуватися як ознака меншої узгодженості внутрішніх регуляторних механізмів.

Важливим є також виявлений в межах нашого дослідження дефіцит позитивного афективного домінування у підлітків експериментальної групи. Відзначимо, що перевага позитивних переживань має виконувати буферну функцію щодо стресу та підтримувати довготривалу мотивацію досягнення. Відповідно, відносна врівноваженість або зміщення балансу афектів у бік негативності може виступати одним із психологічних механізмів зниження навчальної залученості.

Інтерпретуючи результати ідеографічної методики, доцільно припустити, що менш оптимістична навчальна перспектива підлітків із соціально вразливих сімей пов'язана не лише з актуальними навчальними труднощами, а й із більш загальною особливістю часової перспективи – звуженням горизонту очікувань та зниженням суб'єктивної керованості майбутнім. Тут ми приходимо до думки, що досвід соціально нестабільності може істотно знижувати виразність майбутньої орієнтації та віру у можливість досягнення довготривалих цілей.

Нарешті, слід підкреслити, що не всі очікувані емоційно-мотиваційні зв'язки в експериментальній групі виявилися значущими, на відміну від контрольної, що може свідчити про те, що в умовах соціальної вразливості навчальна самооцінка підлітків детермінується ширшим спектром чинників, у порівнянні з якими емоційні переживання займають менш пріоритетне місце. Інакше кажучи, емоційна сфера в даній категорії підлітків може впливати на навчальну мотивацію опосередковано – через самооцінку, досвід успіху/неуспіху, очікування дорослих або шкільне середовище, - і це ми виносимо в якості перспектив подальших досліджень даної тематики.

Висновки. У підлітків із соціально вразливих сімей виявлено специфічний емоційний профіль, що характеризується підвищеною виразністю негативних базових емоцій та менш вираженим домінуванням позитивних переживань порівняно з контрольною групою.

Для цієї категорії підлітків притаманний нижчий рівень шкільної мотивації, менш позитивне ставлення до себе як до учня та більш песимістична оцінка власних навчальних перспектив у часовому вимірі.

Встановлено, що зв'язки між базовими емоціями та показниками навчальної мотивації у підлітків із соціально вразливих сімей мають переважно зворотний і менш системний характер, що свідчить про певну дезінтеграцію емоційно-мотиваційної регуляції.

Порівняно з контрольною групою, у соціально вразливих підлітків емоційні чинники виявляють іншу конфігурацію зв'язку з навчальною мотивацією та самооцінкою навчальної успішності, що підтверджує модифікуючу роль соціального контексту сім'ї. Отже, отримані результати загалом підтверджують висунуту гіпотезу.

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

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

Список використаних джерел

- Гнатюк О.В. Шляхи формування мотивації до навчання в учнів сучасної початкової школи. 2020. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722411/1/%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82.pdf>. Дата звернення: 22.02.2026.
- Кузьмук О.М. Кризова сім'я як приклад соціально вразливої категорії населення: соціологічний аналіз феномену. *Нова парадигма*. 2015. Вип. 126. С. 208-217. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nopa_2015_126_2_5
- Кучер Г.М. Інновації соціальної роботи в громаді із сім'ями, що опинилися у складних життєвих обставинах. Збірник наукових праць «Педагогічні науки». 2018. № 82 (2). С.207-212. <https://ps.journal.kspu.edu/index.php/ps/article/view/4627>
- Кучумова Н.І., Білик Н.М. Соціально вразлива сім'я в Україні: визначення та стан проблеми. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2025. Випуск 1 (56). С. 101-105. DOI: <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2025.56.101-105>
- Маляр А. В., Ваколя З. М. Особливості мотивації учнів до навчальної діяльності. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2021. Випуск 82. С. 102-107. DOI <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2021.82.22>.
- Пірданнікова О.М. Соціально-педагогічні технології формування мотивації до навчання у молодших школярів, які проживають у неблагополучних сім'ях. *Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 14. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2011-14.%25p>.
- Смікал В.О., Кравченко І.М. Формування мотивації до навчання молодших школярів. *«Technologies and strategies for the implementation of scientific achievements»*: матеріали IV міжнародн. Наукової та теоретичної конференції (Stockholm, Sweden, 10 лист. 2023). 2023. Р. 153-156. URL:

<https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1328>

2021. Вип. 32. С. 125-128.
<https://doi.org/10.32843/2663-5208>.

Хоржевська І.М., Погорелова А.Ю. Особливості емоційного стану дитини з неповної сім'ї. *Габітус*.

P.O. SEVOSTIANOV (Sevostianov Pavlo Oleksandrovych)

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor of the Department of Applied Psychology

V. N. Karaz'in Kharkiv National University

Maidan Svobody, 4, Kharkiv, Ukraine

E-mail: p.sevostianov@karaz'in.ua

<https://orcid.org/0000-0003-3461-9920>

Ya.O. TURKO (Turko Yaroslav Oleksandrovych)

Master of Psychology

BO "CF Trokhy Vohny"

Bulvar Yuryeva, 2, Kharkiv, Ukraine

E-mail: ydalter@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-7226-9119>

O.A. FRIDMAN (Fridman Olena Anatoliivna)

Candidate of Economic Sciences, Associate Professor,

Associate Professor of the Department of Management, Accounting and Business Communications,

Karaz'in Banking Institute,

V.N. Karaz'in Kharkiv National University

Maidan Svobody, 4, Kharkiv, Ukraine

E-mail: o.fridman@karaz'in.ua

<https://orcid.org/0000-0002-7437-6372>

T.K. NAROZHNA (Narozhna Taisiya Kostyantynivna)

Master of Psychology, Practical Psychologist

Comenius University In Bratislava,

Gondova 2, 811 02 Bratislava, Slovak republic

E-mail: taubanaroz@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0007-0017-3170>

LEARNING MOTIVATION FEATURES IN SOCIALLY VULNERABLE FAMILIES ADOLESCENTS IN THEIR BASIC EMOTIONS CONTEXT

The relevance of this study is determined by the growing number of adolescents raised in socially vulnerable families (e.g., internally displaced families, combatants families, households affected by traumatic experiences, violence, or substance dependence). Such contexts often intensify emotional strain, undermine psychological resources, and create additional risks for school disengagement. In contemporary educational psychology, academic motivation is increasingly viewed not only as a driver of learning outcomes but also as adolescents' socio-emotional adaptation and well-being marker. Against this background, the interplay between adolescents' basic emotions and their academic motivation becomes a particularly important research and applied issue, especially when the family environment is chronically stressful and unstable. The aim of the article is to examine academic motivation in adolescents from socially vulnerable families in relation to the intensity of their basic emotions, as well as to identify the specific patterns of these associations through a comparative design with a control group. The study involved 155 adolescents aged 11–15 years. The experimental group consisted of 73 participants whose families met the criteria of social vulnerability according to the registry of the charitable organization "Trohy vohny," while the control group included 82 adolescents whose families were not categorized as socially vulnerable and were not registered in relevant institutions. The emotional domain was assessed using Izard's Differential Emotions Scale (adapted by A. Leonov and M. Kapitsa) and the Scale of Positive and Negative Experience (SPANE; adapted by V. Olefir, V. Bosniuk, and K. Malofeikina). Academic motivation was measured with the School Motivation Questionnaire (adapted by M. Lemak and V. Petryshche) and a modified idiographic "Ladder" technique that captured adolescents' subjective evaluations of their school achievement in the past, present, and future. The latter instrument motivational meaning was operationalized through the academic success perceived trajectory and the degree of optimism regarding future learning. Data analysis included descriptive statistics, group comparisons using the Mann–Whitney U test, and Spearman rank correlations to detect relationships between emotional and motivational indicators. The findings demonstrate that adolescents from socially vulnerable families show a significantly lower level of school motivation and a less positive attitude toward themselves as students. They also tend to evaluate their academic success less favorably across temporal perspectives and exhibit a more pessimistic orientation toward future schooling compared to their peers from the control group. Regarding emotional functioning, the socially vulnerable group is characterized by a more pronounced intensity of several negative basic emotions and by a more negative affective balance, reflected in lower positive experiences and higher negative experiences. Importantly, the correlation structure between basic emotions and motivational indices differs between the groups. Among socially vulnerable adolescents, the emotional–motivational links are less coherent and more fragmented, with several associations being predominantly inverse. Such a pattern may indicate a disruption or partial disintegration of emotion–motivation regulation under chronic social stress conditions. In contrast, the control group demonstrates a more predictable and integrated relationships configuration between emotional experiences and motivational indicators, which may reflect more stable self-regulation mechanisms supported by relatively favorable social conditions. Overall, the results support the study hypothesis that academic motivation is significantly related to adolescents' current emotional states and that the family's social vulnerability moderates both motivation and the configuration level of emotion–motivation associations. The practical implications of the study involve targeted psychological and educational interventions development aimed at strengthening adolescents' internal academic motivation, improving emotional stability, and supporting a more optimistic academic future perspective in socially vulnerable populations. These findings may be used in school-based psychological services, psychosocial support programs, and preventive initiatives addressing educational risks in families under chronic adversity.

Keywords: academic motivation; adolescents; socially vulnerable families; basic emotions; affective balance; school achievement; Differential Emotions Scale

References

- Hnatyuk, O.V. (2020). Ways of forming motivation for learning in students of modern primary schools URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/722411/1/%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82.pdf>. Date of access: 02/22/2026. [In Ukrainian].
- Kuzmuk, O.M. (2015). Crisis family as an example of a socially vulnerable category of the population: sociological analysis of the phenomenon, *New paradigm*, 126, 208-217. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nopa_2015_126_25 [In Ukrainian].
- Kucher, G.M. (2018). Innovations in social work in the community with families in difficult life circumstances. *Pedagogical sciences: collection of scientific works*, 82 (2), 207-212. <https://ps.journal.kspu.edu/index.php/ps/article/view/4627> [In Ukrainian].
- Kuchumova, N.I., Bilyk, N.M. (2025). Socially vulnerable family in Ukraine: definition and state of the problem. *Scientific Bulletin of Uzhhorod University. Series: "Pedagogy. Social work"*, 1 (56), 101-105. <https://doi.org/10.24144/2524-0609.2025.56.101-105> [In Ukrainian].
- Malyar, L. V., Vakolya, Z. M. (2021). Peculiarities of students' motivation for educational activities. *Scientific Journal of NPU named after M. P. Dragomanov*, 82, 102-107. <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2021.82.22> [In Ukrainian].
- Pridannikova, O. M. (2019). Socio-pedagogical technologies for forming motivation for learning in younger schoolchildren living in disadvantaged families. *Problems of modern psychology*, 14. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2011-14.%25p> [In Ukrainian].
- Smikal, V.O., Kravchenko, I.M. (2023). Formation of motivation for learning of younger schoolchildren. *Technologies and strategies for the implementation of scientific achievements*. Collection of scientific papers «SCIENTIA» (Stockholm, Kingdom of Sweden). P. 153-156 URL: <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/1328> [In Ukrainian].
- Khorzhevskaya, I.M., Pogorelova, A.Yu. (2021). Peculiarities of the emotional state of a child from a single-parent family. *Habitus*, 32, 125-128. <https://doi.org/10.32843/2663-5208> [In Ukrainian].

Конфлікт інтересів: автори заявляють про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 14.03.2026 (The article was received by the editors 14.03.2026)

Стаття рекомендована до друку 25.04.2026 (The article is recommended for printing 25.04.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

METHODS AND TECHNIQUES

УДК 616.89-021.31

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-11

Н.В. АКИМОВА (Наталія Володимирівна Акімова)

доктор психологічних наук, професор,
 професор кафедри соціальних та поведінкових наук
 Херсонського державного аграрно-економічного університету,
 просп. Університетський, 5/2, м.Кропивницький, Україна
 E-mail: natashashadow8@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-9952-1153>
 Scopus Author ID 57215413363

ДІАГНОСТИКА ОЗНАК ТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ ЗА ДОПОМОГОЮ МАЛЮНКА

Метою дослідження став аналіз проєктивного потенціалу малюнкових методів у діагностиці гострих та посттравматичних стресових розладів, зумовлених травматичними подіями. Дослідження використовує систему теоретичних методів – аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, абстрагування, конкретизацію, систематизацію, класифікацію – для визначення основних понять та підходів. Емпіричне опрацювання матеріалу відбувалося за допомогою методів спостереження, бесіди, аналізу документації, аналізу продуктів діяльності та модифікованого проєктивного тесту «Людина під дощем». Дослідження здійснювалося за згоди Комісії з етики наукових досліджень Херсонського державного аграрно-економічного університету. У результаті було зібрано та проаналізовано понад 100 малюнків. На основі їх вивчення встановлено кілька особливостей у змалюванні людини під дощем, що властиві досліджуванім із ознаками психічної травми. Загалом, акцентовано, що діагностика ПТСР потребує кардинально нового підходу і відповідно нового діагностичного інструментарію. В Україні в умовах війни назріває потреба групової діагностики ПТСР. Необхідний інструментарій, який можна використовувати дистанційно, коли немає можливості чекати закінчення травмуючих обставин; коли неможливо ізолювати усіх травмованих у безпечні умови, щоб надати їм допомогу; коли поверх однієї психічної травми вже виникає нова. Бажано, щоб ці методики були здатні діагностувати ступінь травматичності досвіду і спогадів, оминаючи по можливості надмірну критичність і раціоналізацію, долаючи витіснення і заперечення. Одним з варіантів такої діагностики може стати діагностика за допомогою пропонованої модифікації методики «Людина під дощем». Використана нами методологія засвідчила значимий проєктивний потенціал, а також позитивний консультативний ефект у роботі з травмованими людьми.

Ключові слова: *посттравматичний стресовий розлад, гострий стресовий розлад, моральна травма, проєктивний метод, діагностика за допомогою малюнка, методика «Людина під дощем»*

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми

Останнім часом у світі, нажаль, зростає політична напруга, що позначається збільшенням воєнних конфліктів, внаслідок яких страждають люди. Така ситуація склалася і в Україні. В умовах війни дослідження, пов'язані з психічними травмами, набули особливо значення. Ця проблема швидко поширюється та охоплює все більше верств населення. Крім того, перебуваючи зараз в цих умовах, ми точно знаємо, що наявних розробок з цієї теми недостатньо. Класичний підхід до лікування ПТСР полягає в тому, щоб надавати допомогу людині після закінчення травмуючої ситуації. Але нажаль війна триває... Травми накопичуються. Попередні травми стають тригерами, сприяють загостренню сприйняття наступних жакливих подій. Ми не можемо чекати, доки закінчиться війна. Ми не можемо ізолювати усіх травмованих у безпечні умови, щоб надати їм допомогу. Використовуючи традиційні підходи до діагностики ПТСР, ми навіть не завжди можемо вчасно діагностувати проблему. Тому потрібні нові підходи, нові технології віддаленої діагностики та

опосередкованої допомоги для тих, хто вже кілька років стоїть на полі бою, хто живе на окупованій території під гнітом загарбників, хто мешкає на лінії фронту і ростить там своїх дітей.

Поняття ПТСР тісно пов'язано з поняттям травмуючої ситуації. Щодо до останнього то його визначають як ситуацію, що може містити загрозу для фізичного або психологічного стану людини через фізичний або інформаційний вплив. Турніна (2017) виокремлює певні травмуючі ситуації, зокрема війну, катаклізми та катастрофи, тероризм, смерть, серйозні фізичні травми та захворювання, сексуальне насильство, напади та інші небезпечні події, що загрожують життю чи здоров'ю. Зазначені ситуації часто провокують появу симптомів ПТСР.

До подібних ситуацій також широко вживається термін надзвичайна або екстремальна ситуація, тобто несприятливі обставини, що склалися внаслідок аварії, стихії, катастрофи тощо, які можуть шкодити здоров'ю або навколишньому середовищу, нести значні матеріальні втрати та порушення звичних умов

Як цитувати: Акімова, Н.В. (2026). Діагностика ознак травматичного стресового розладу за допомогою малюнка. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 91-98. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-11>

In cites: Akimova, N. (2026). Traumatic Stress Disorder Signs Diagnosing Using a Drawing. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 91-98. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-11> (in Ukrainian)

© Акімова, Н.В., 2026; CC BY 4.0 license

життєдіяльності (Турнініна, 2017). Принципова різниця між травмуючою та надзвичайною ситуацією полягає в тому, що екстремальна ситуація не завжди провокує травми, отже стає травмуючою. Частина людей здатні сприймати та раціонально осмислювати надзвичайні ситуації, долучаючи їх до свого досвіду і уникаючи при цьому травмування. Крім того травмуючою може стати зовсім не надзвичайна ситуація, а звичайна подія у невдалий момент життя. Таку ситуацію радше можна описувати як кризову. Загалом кризову ситуацію можна тлумачити як обставини, що провокують дефіцит сенсу життя, унеможливають реалізацію потреб. Можна виокремити такі критичні ситуації: стрес, фрустрація, конфлікт і криза (за Турнініною, 2017).

Тож в основі ПТСР лежить моральна травма. Травма інтерпретується як раптовий сильний страх, що виникає як реакція на загрозу життю або несподівану різку зміну його ладу. При чому цей страх перевершує адаптаційні можливості індивіда, що позначається на контролі поведінки та емоційному реагуванні (на основі визначення Р. Levine). На думку Турнініної, травма прориває захисний бар'єр особистості та супроводжується почуттям безпорадності. З позиції П. Левіна, сила травми залежить від індивідуальної значимості критичної події, ступеня психологічної підтримки та захищеності особистості та навичок саморегуляції (Турнініна, 2017).

Історично до поняття травми зверталися ще З. Фрейд, Ж. М. Шарко та Ж. Брейер. З. Фрейд розробив психоаналітичну теорію травми, де вона описувалася як глибоко захований у несвідомості афект, що негативно впливає на психіку та є передумовою невротичних розладів. Але вже З. Фрейд розумів, що проблема не в кризовій ситуації, а саме у психіці, у слабкості Его, його нездатності подолати травматичну тривогу, пов'язану з несвідомими фантазіями (Турнініна, 2017).

В ранніх роботах сучасних психологів проблема моральної травматизації вивчалася в контексті психологічної допомоги ветеранам і військовим (Litz, Stein, Nash, Delaney, Lebowitz, Silva, Maguen, 2009; O'Connor, 2021; Fleming, 2021 та інші), але з часом розуміння поняття травматичної події розширилося, а клінічний досвід часто був пов'язаний з працівниками, що не мали безпосереднього відношення до військової служби, тож цю проблему почали розглядати щодо представників низки інших професій (медиків, соціальних працівників, поліцейських, пожежників тощо) (Parazoglou, Konstantinos, Chopko, Brian, 2017).

У сучасних дослідженнях (Richardson, Lamson, Smith, Eagan, Zvonkovic, Jensen, 2020), моральну травму описують як неспроможність запобігти критичним ситуаціям або вимушені дії, які грубо порушують традиційні моральні норми» (Litz, Stein, Nash, Delaney, Lebowitz, Silva, Maguen, 2009). Термін «потенційно моральна травма», визначений як досвід, який порушує моральний чи етичний кодекс, також використовується як значущий еквівалент моральної травми (Zasiekina, Kokun, Kozihora, Fedotova, Zhuravlova, Bojko, 2022). Травми учасників бойових дій було класифіковано на сім категорій: 1) аморальні вчинки, 2) смерть і поранення, 3) зрада, 4) етичні дилеми, 5) непропорційне насильство, 6) відплата та 7) релігійні/духовні проблеми

(Hodgson, Carey, Koenig, 2021). Вчені визначили типи травм:

- переживання подій, які суперечать уявленням про правила ведення військових дій (Battles, Bravo, Kelley, White, Braitman, Hamrick, 2018);
- виконання дій які були б незаконними або порушували типові правила ведення бойових дій у більшості інших контекстів, наприклад, навмисне вбивство учасників бойових дій або невинних (Braitman, Battles, Kelley, Hamrick, Cramer, Ehlke, Bravo, 2018; Koenig, Youssef, Pearce, 2019; Terpou, , Lloyd, Densmore, McKinnon, Théberge, Neufeld, Jetly, Lanius, 2022);
- свідок смерті або поранення цивільних осіб, розчленованих тіл, жорстокого поводження з іншими, нездатність запобігти пораненню або смерті інших, участь у дружньому вогні, дезертирство товаришів під час бою, нездатність захистити невинних або запобігти смерті товаришів по службі, спостереження руйнувань, зумовлених війною (Battles, Bravo, Kelley, White, Braitman, Hamrick, 2018; Koenig, Youssef, Pearce, 2019);
- бути свідками ситуацій, у яких медик не може надати допомогу кожному, хто постраждав, або в яких хтось завмирає або не виконує активних обов'язків у ворожому оточенні (Terpou, , Lloyd, Densmore, McKinnon, Théberge, Neufeld, Jetly, Lanius, 2022);
- потреба зробити важкий моральний вибір, наприклад, між благополуччям цивільних осіб і цілями місії, або доводиться виконувати накази, які суперечать власним моральним переконанням (Litz, Stein, Delaney, Lebowitz, Nash, Silva, Maguen, 2009).

В сучасних дослідженнях неодноразово критикувалися існуючі клінічні протоколи та методи діагностики стресових розладів, зокрема через трудомісткість та тривалість процедур, а також через описовий та кількісний підхід до оцінки симптомів. Важливим недоліком існуючих протоколів є суб'єктивність, здебільшого інструментом для діагностики є вербальні опитувальники, тож досліджувані мають змогу викривляти результати, підташовуючи відповіді. Тож, українські вчені як альтернативу пропонують нарративний підхід (Zasiekina, L., Khvorost, K., & Zasiekina, D., 2018). Використання проективного потенціалу, на нашу думку, дозволяє частково оминати критичність та знизити опір, проте цей варіант підходить далеко не всім і може бути застосований лише з другої фази опрацювання травматичного досвіду, тому потреба в розробці методів експрес-діагностики залишається актуальною.

Зарубіжні колеги переважно зосереджують увагу на вдосконаленні існуючих опитувальників або на розробці на їх основі власних для спеціальних потреб (Braitman, A. L., Battles, M. L., Hamrick, A. R., Kelley, H. C., Cramer, R. J., Ehlke, S., & Bravo, A. J., 2018; Koenig, H. G., Youssef, N. A., & Pearce, M., 2019; Richardson, N. M., Lamson, A. L., Smith, M., Eagan, S. M., Zvonkovic, A. M., & Jensen, J., 2020 та інші). При чому корекційна робота у випадках травматичних розладів, як ми бачимо, будується вже на зовсім інших принципах, наближених до проективного та нарративного підходів (Battles, A. R., Bravo, A. J., Kelley, M. L., White, T. D., Braitman, A. L., & Hamrick, H. C., 2018; O'Connor, A., 2021; Fleming, W. H., 2021; Hodgson, T. J.,

Carey, L. B., & Koenig, H. G., 2021; Papazoglou, Brian, Konstantinos, Chopko, 2017; Richardson, N. M., Lamson, A. L., Smith, M., Eagan, S. M., Zvonkovic, A. M., & Jensen, J., 2020; Terpou, B. A., Lloyd, Théberge, J., C. S., Densmore, M., McKinnon, M. C., Neufeld, R., Jetly, R. & Lanis, R. A., 2022). Однак і в цих випадках мова йде про вербальні методи діагностики і корекції, хоча всі ці дослідники визнають, що для стресових розладів властиве ускладнення вербалізації травматичного досвіду, а флешбеки виникають у вигляді переважно зорових образів із звуковими вклученнями, але рідко супроводжуються мовленням. Тож, логічно передбачити, що розробку нових методів діагностики та корекції потрібно проводити з опорою на діяльність правої півкулі та візуальний малюнковий інструментарій

Мета цього дослідження – проаналізувати проєктивний потенціал малюнкових методів у діагностиці травматичних розладів, зокрема ГСР та ПТСР. Ця публікація є першою з низки, що висвітлюватимуть результати науково-експериментального проєкту «Герой», розпочатого командою дослідників-науковців Херсонського державного аграрно-економічного університету у 2023 році.

Методи дослідження

В межах цього дослідження було використано систему теоретичних методів – аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, абстрагування, конкретизацію, систематизацію, класифікацію – для визначення основних понять та підходів, зокрема поняття «посттравматичний стресовий розлад», «гострий стресовий розлад», «моральна травма». Експериментальне дослідження проводилося з жовтня 2023 року і триває донині. Серед методів емпіричного дослідження було використано спостереження, бесіду, аналіз документації, аналіз продуктів діяльності та проєктивні тести, в тому числі проєктивна методика «Людина під дощем». В межах проведення проєктивного тестування за допомогою інших окреслених вище методів збиралася інформація про досліджуваного, верифікувалися отримані результати. Загалом на момент написання статті було зібрано понад 100 випадків. Дослідження базувалося на принципах добровільності, анонімності, індивідуального підходу з дотриманням усіх етичних стандартів. Також застосовувалися деякі інтерпретаційні методи, засновані на принципах системного, генетичного, діяльнісного, когнітивного та психолінгвістичного підходів. Вони зосереджені на поясненні результатів з погляду аналізу первинних припущень та інтеграції емпіричних закономірностей в цілісну наукову картину світу.

Результати

Щодо визначення ПТСР, то його трактують як особистісно-реактивний стан (з клінічної точки зору), детермінований травматичним стресом (зокрема надзвичайною ситуацією), що має патогенно-психогенний вплив на конкретну особистість. Основні психопатологічні прояви ПТСР спостерігаються у формі облігатних ознак:

– нав'язливі спогади (зокрема, миттєве і надмірно яскраве повторне переживання, тобто «flashback», а також нічні жахи);

– важкі сновидіння;
– генералізована недиференційована тривога;
– переживання сильного психологічного дискомфорту стресового рівня в обставинах, що асоціюються з кризовою подією;
– недиференційоване психомоторне збудження;
– зниження чутливості, іноді навіть анестезія (Інновації у медико-психологічній реабілітації, 2019).

В міжнародній класифікації хвороб поруч з ПТСР (F43.1) описуються схожі за симптомами порушення, що називаються Гостра реакція на стрес (F43.0) й розлади адаптації (F43.2). Гостра реакція на стрес описується наступними ознаками: базовим діагностичним критерієм є чіткий обов'язковий зв'язок впродовж кількох хвилин між початком симптоматики і впливом незвичайного стресора. Інші симптоми мінливі і можуть змінюватися з сенсорною та емоційною симптоматикою від анестезії до депресії, тривоги, гіперактивності тощо, їх загальною диференційною рисою є короткостроковість (до кількох годин). У випадках неможливості нівелювати тригери симптоми продовжується до 24-48 годин і мінімізуються упродовж 3 днів (Інновації у медико-психологічній реабілітації, 2019). Розлади адаптації – це загальна назва низки синдромів, зокрема короточасна депресивна реакція (F43.20), пролонгована депресивна реакція (F43.21), змішана тривожна і депресивна реакція (F43.22), з переважанням емоційних порушень (F43.23), з переважанням порушень поведінки (F43.24), розлад змішаних емоцій і поведінки (F43.25).

Зазвичай акцентують увагу на основній відмінності між ПТСР та Гострою реакцією на стрес, що пов'язана з часом виявлення симптомів після травми. Згідно з МКХ-10 (ВООЗ, 1992), гостра реакція на стрес (F43.0) – це тимчасовий розлад, що виникає внаслідок стресу без інших симптомів психічних розладів та мінімізується через кілька годин або днів. На відміну від нього ПТСР (F43.1) інтерпретується як затяжна або ж відстрочена реакція на екстремальну ситуацію неочікуваного загрозливого або катастрофічного складу, яка здатна зумовити дистрес. Базуючись на інформації Уніфікованого клінічного протоколу 2017 можна визначити наступні спільні симптоми ГСР та ПТСР (Інновації у медико-психологічній реабілітації, 2019):

- повторні переживання – нав'язливі неприсмні спогади про екстремальну ситуацію; кошмари; інтенсивні психологічні страждання та фізичні реакції, на кшталт прискорене серцебиття, пітливість та паніка, детерміновані нагадуваннями про травмуючу ситуацію;
- уникнення і емоційний ступор – прагнення уникнення місць, занять, думок, почуттів та розмов, пов'язаних з травмою; слабкі емоції; втрата звичайних інтересів; відстороненість від людей;
- гіперзбудження – дратівливість, безсоння, труднощі з концентрацією уваги, надмірний старт-рефлекс, надмірна настороженість.

Також ГСР може включати деякі дисоціативні симптоми, такі як дереалізація, емоційна лабільність, деперсоналізація і дисоціативна амнезія.

Істотна відмінність між ГСР (308.3) і ПТСР (309.81) за DSM-V – це тривалість з моменту травматичної події. ГСР настає в період від 2 днів до місяця після інциденту, а ПТСР визначається не раніше, ніж за місяць.

ПТСР, як правило, виникає після ГСР. Гострий ПТСР діагностується коли симптоми наявні до трьох місяців, і хронічний, якщо три і більше місяці. Щодо прогнозу, то переважно пацієнти одужують, але подекуди хвороба триває протягом кількох років і може спровокувати хронічну зміну особистості (F62.0).

Туриніна (2017) до загальної клінічної картини на основі МКХ- 10 додає кілька акцентів щодо ПТСР:

1. Немотивована пильність - хворий майже постійно відчуває загрози.
2. Захисна поведінка — певні несподівані ситуації змушують людину до захисної пози та поведінки.
3. Притупленість емоцій. Хворому важко встановлювати близькі стосунки, переживати відчуття натхнення.
4. Агресивність — потяг вирішувати проблеми через силу та конфлікт, іноді напади люті, особливо під дією алкоголю та наркотичних речовин.
5. Порушення пам'яті та уваги — іноді під дією тригера виникають труднощі у зосередженні та згадуванні
6. Депресія у поєднанні з невротичною апатією та переважання негативних емоцій.
7. Генералізована тривожність, що часто має психосоматичні прояви.
8. Галюцинативні спогади як наслідок прогресування флешбеків.
9. Проблеми зі сном - труднощі із засинанням, страх засинати, перерваний сон.
10. Суйцидальні думки — проблеми легко нахвилюють на думки про самогубство.
11. Провина, того хто вижив — сильне почуття вини провокує аутоагресію та прагнення до самопокарання.

Такий деталізований опис створює інформативну картину захворювання. Привертають увагу порушення пам'яті, яким надається особливе значення в діагностиці ПТСР. Засєкіна, посилаючись на Fornberg (1997), розглядає їх як нейропсихологічну основу ПТСР, що пов'язана з двома окремими системами пам'яті. Травматична пам'ять — це різновид імпліцитної пам'яті, яка містить образи різних сенсорних модальностей, невербальні та неконтрольовані розумом, швидкі та автоматичні, і легко запускаються специфічними подразниками, тоді як епізодична пам'ять — це різновид експліцитної пам'яті, яка є значущою, словесне, кероване розумом, організоване в просторі та часі. Явна пам'ять як основа для епізодичної пам'яті активує скроневу частку, що включає гіпокамп і пов'язані з ним ділянки кори, тоді як неявна пам'ять як основа для пам'яті про травму зосереджена навколо мигдалини, яка визначає несвідомі, але дуже емоційні психічні процеси. Терапевтичне лікування ПТСР з нейропсихологічної точки зору пов'язане з активацією скроневої частки шляхом розповіді історії про травматичну подію. (Zasiekina, 2014). Ця думка дозволяє по новому подивитися на діагностику та корекцію ПТСР. Більшість класичних методів діагностики і корекції ПТСР апелюють до лівої півкулі через вербальні механізми, тому закономірно зустрічають критичний опір лівої півкулі. Відтак вербальна діагностика ПТСР передбачає стан певної готовності клієнта, достатньо високий рівень його мотивованості, оскільки йому разом із терапевтом доведеться долати цей опір. Проте діагностичний

інструментарій, що апелюватиме до правої півкулі через, невербальні шляхи прогнозовано зустрічатиме менший опір.

Загальною практикою діагностики ПТСР сьогодні є спеціальні тести — це методики, побудовані на основі переліку питань, відповідь на які подається у формі вибору за наданою шкалою. Найвідомішою з них є Міссісіпська шкала (Kean, Caddell & Taylor, 1988). Діагностика за стандартом міжнародної класифікації хвороб включає контрольний список ПТСР для DSM-5 (PCL-5) — 20 пунктів для оцінки симптомів посттравматичних стресових розладів протягом останнього місяця (Weathers, Litz, Keane, Palmieri, Marx, Schnurr, 2013). У попередньому Клінічному протоколі «Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад» 2017 року ЗОЗ України, було рекомендовано використовувати метод скринінгу, розроблений Бреслау та співавторами (1999). Якщо опитуваний відповідає позитивно на 4 та більше питань, то ймовірно у нього буде встановлено ПТСР (Уніфікований клінічний протокол, 2017). В новому протоколі «Уніфікований клінічний протокол первинної та спеціалізованої медичної допомоги «Гостра стресова реакція. Посттравматичний стресовий розлад. Розлади адаптації» (затверджено наказом Міністерства охорони здоров'я України від 17 липня 2024 року № 1265) спрощено процедуру, тут запропоновано провести анкетування з використанням стандартизованого Опитувальника для скринінгу ПТСР, що наведений у додатку 1. Фактично Опитувальник міститься 7 запитань, де 4 і більше позитивних відповіді вказує на високу ймовірність ПТСР (Уніфікований клінічний протокол, 2024).

До переваг усіх цих методів можна віднести валідність, надійність, простоту обробки результатів дослідження. Але при цьому вони мають і недоліки, зокрема названі методики є опитувальниками, тож для них властивий потенціал свідомого або несвідомого викривлення фактів, та й діагностувати вони можуть лише ті симптоми, що усвідомлені досліджуваним і про які він наважується вже говорити. В ситуації з ПТСР час на усвідомлення проблеми, визнання потреби в допомозі може мати критичне значення, особливо, коли від твоїх дій зараз залежить життя інших людей — твоїх побратимів на полі бою або ж рішень батьків щодо їх дітей в зоні, де точаться бої. Тож потрібні методи діагностики, що дозволять досліджуваному побачити свій внутрішній стан, усвідомити ступінь проблеми та її вплив на подальшу діяльність. Варіантом рішення можуть стати проєктивні малюнкові тести, за допомогою яких людина може не лише виразити те, про що не може говорити, а й чесно відповісти сама собі на питання «Ти як?».

В межах нашого проєкту ми розробляємо кілька напрямків проєктивної діагностики, але в цій статті розповімо лише про один з них, доволі поширену та перевірену часом методику «Людина під дощем» ((Person-in-the-Rain Drawing Test) згадується в книзі Е. Хаммера "Advances in the Clinical Application of Projective Drawings" (1958), де описана ідея Abrams and Amchin як модифікація тесту малювання людини під стресом (Hammer, 1958)) В класичному розумінні метою

методики є діагностика особливостей адаптації, стресостійкості, подолання складних ситуацій, готовність людини справлятися з труднощами, і навіть застосовувані захисні механізми. Ми вирішили використати цю методику у роботі з військовими та мешканцями територій, де ведуться бої, а також м.Херсон, що знаходиться під майже щоденним обстрілом та бомбардуванням. За інструкцією досліджуваного просять намалювати людину під дощем.

Як і очікувалося, ми отримали низку малюнків, за якими навіть непрофесійний психолог може встановити наявність проблеми. І головне, що намалювавши ці малюнки, більше половини досліджуваних звернулися до фахівців з моєї команди і попросили про допомогу. Ми також спів ставляли результати аналізу малюнків з результатами короткої бесіди до і після малювання щодо наявності травматичних спогадів і діагнозу ПТСР в анамнезі.

Наведемо кілька прикладів з нашої практики:



Малюнок 1. Досліджуваний В1. /**Figure 1.** Investigated subject V1.

Автор цього малюнку – військовий, чоловік почав служити ще до початку повномасштабного вторгнення, має військове звання. Щодо війни він говорить, що «це його війна доки осатаній москаль не покине нашої землі». Відкритий, контактний, з його слів травматичних спогадів і діагнозу ПТСР не має, хоча «жаху надивився». Специфікою цього та подібних малюнків є загігровування обличчя, що у малюнках, як правило, свідчить про неприйняття себе, аутоагресію. Також примітно скупчення крапель навколо людини, ніби усі життєві проблеми скупчилися лише навколо нього. А це інший випадок:



Малюнок 2. Досліджуваний В2. /**Figure 2.** Investigated subject V2.

Автор – теж військовий, почав служити після 2022 року, на питання доброволець чи за призовом не відповів. У спілкуванні трохи нервується, втрачає думку,

дещо розгублений. До початку малювання травматичні спогади заперечував. Коли запитали його, де серед зображених знаходиться автор малюнку, він пояснив, що фігури, то вороги, а людина у танку... Після спільного аналізу зізнався, що має нав'язливі жахливі спогади і попросив допомоги. Щодо проєктивної діагностики важливою ознакою на подібних малюнках є уникання зображення проєкції автора, приховування його особистості. Також доволі специфічним є підміна зображення написами. Ще однією цікавою рисою є особливість змалювання дощу – краплі ніби зависають у повітрі, так і не сягаючи землі, подібне змалювання може бути свідченням реакції заперечення, що часто зустрічається на початку роботи з травматичними розладами.

Наступний малюнок належить жінці, що живе на території під постійними обстрілами, про своє ставлення до навколишнього, каже, що вже адаптувалася, що вона контролює власне життя.



Малюнок 3. Досліджуваний Ц1. /**Figure 3.** Investigated subject C1.

Цей малюнок загалом більш позитивний за попередні. Хоча його авторка зізналася, що має травматичні спогади. Аналіз малюнку це підтверджує: привертає увагу, що жінка не тримає парасольку, а також факт, що рука з парасолькою значно менша за іншу. Коментуючи це жінка зазначила, що часто почуває себе розгубленою і не вірить, що хтось зможе їй допомогти.

І наведемо ще один малюнок, автор якого жінка, доволі нервова, трохи агресивна, з частими змінами настрою, вона категорично заперечує наявність травматичних спогадів чи ПТСР.



Малюнок 4. Досліджуваний Ц2. /**Figure 4.** Investigated subject C2.

На завершення демонстрації проєктивного потенціалу малюнків додамо малюнок жінки з

діагностованим ПТСР. У спілкуванні вона тиха, сором'язлива, зізналася щодо проблеми, проте, як вона каже, ще не готова про неї говорити. На більшість наших запитань вона відповідала мовчанням. Проте її малюнок говорить за неї, зокрема тут відсутні засоби захисту від дощу, що свідчить про безпорадність людини. Як і в інших подібних малюнках, краплі зависають у повітрі, не досягаючи землі та проекції автора. Також людина виглядає одягненою лише наполовину, часткове змалювання одягу теж може свідчити про окремі аспекти травматичного досвіду.



Малюнок 5. Досліджуваний Ц3./**Figure 5.** Investigated subject C3.

На останньому прикладі спостерігаємо також уникання зображення обличчя, знову бачимо скупчення крапель навколо людини, а також те, що вони не сягають землі. Окрім того на подібних малюнках часто відсутні ноги, або людина сидить чи лежить, що наводить на думку про обмеження мобільності їх авторів, підсвідоме застрягання у травматичному досвіді, неможливість рухатися далі.

Узагальнюючи отриманий досвід і представлені у статті малюнки, можемо визначити кілька особливостей у змалюванні людини під дощем, що властиві досліджуваним із стресовими розладами. Зокрема це графічно виражене бажання уникати зображення автора малюнку, повністю (як у випадку людини у танку) або частково (приховуючи голову, як дівчина на останньому малюнку), зависання крапель дощу, підміна зображень написами, відсутність засобів захисту від дощу, контролю над ними або їх неефективність, істотне порушення пропорцій у змалюванні частин тіла, часткове змалювання одягу, обмежена мобільність тощо. Звичайно, отримані результати потребують подальшої верифікації та стандартизації. Ми постійно поповнюємо наше зібрання новими зразками, прагнучи створити базу на 1000 малюнків. Але ми публікуємо ці результати зараз, тому що вони вже зараз можуть бути корисні і використані як інструмент первинної діагностики, а отже і допомоги.

Обговорення

На думку Засекиної, флешбеки та вторгнення в результаті неорганізованої травматичної пам'яті визначають страх жертв і труднощі відображення та розповіді травматичних подій. Механізм репресії часто

стримує жертву від розповіді (Zasiekina 2014). Проте вони не стримують жертву від малювання. Щоб виразити свій неусвідомлений біль, люди часто малюють. Завдяки діагностиці за допомогою малюнку ми здатні зрозуміти його навіть без вербального вираження. Завершений малюнок не лише дає відчуття фізичного та психологічного полегшення авторові малюнку, а також допомагає почати розмову. Здебільшого досліджуванам цікаво, що означає їх малюнок, коли вони бачать ознаки травматичного досвіду на папері, їм простіше визнати і наявність такого досвіду, і потребу в допомозі. Звичайно оцінка точності такої діагностики є перспективою подальших наукових розробок, оскільки проективним методам загалом бракує критеріїв оцінки їх об'єктивності, то це складне методологічне завдання, яке ми плануємо вирішувати паралельно зі збором емпіричної бази та розробкою загальної методики цих досліджень. До речі нарративний підхід також не має достатньо чітких та верифікованих критеріїв оцінки, тож перспективи представляються цікавими і багатообіцяючими.

Низка зарубіжних дослідників, Р. Watzlawick 1974 et. al. стверджували, що реінтерпретація минулого є одним із способів змінити теперішню поведінку (цит. по Zasiekina 2014). Але ця реінтерпретація, на нашу думку, не обов'язково має мати вербальний характер. Якщо це дійсно так, ми можемо застосовувати цей підхід і до інтерпретації малюнків. Малюнки можуть служити не лише інструментом первинної діагностики, а й засобом оцінки ефективності подальшої корекційної роботи. Така форма роботи через кожні наприклад 10 занять може демонструвати і психологу, і клієнту їхні здобутки на шляху до психічного відновлення. Окрім цього навички аналізу малюнків можуть стати шляхом комунікації із підсвідомим мовою, яка значно складніше піддається критичному викривленню.

Не дивлячись на те, що в науковій літературі іноді трапляються думки про обмеженість вербальної діагностики, авторитетних психологічних досліджень про діагностику травматичних розладів малюнковими методами сьогодні немає. Фахівці із діагностики стресових розладів загалом доволі зрідка звертаються до проективних методів діагностики, зокрема й через їх низьку стандартизацію та відсутність належної верифікації, хоча й натякають на потенціал подібних досліджень (Zasiekina, L., Kokun, O., Kozihora, M., Fedotova, T., Zhuravlova, O., & Wojko, M., 2022). Тому розробка малюнкових методів діагностики стресових розладів є цілком новаторським полем діяльності, але разом із значними перспективами, воно потребує багато серйозної роботи в першу чергу у напрямку розробки, апробації та обґрунтування відповідної методики із залученням статистичних методів для стандартизації результатів.

Висновки.

В останні кілька років істотно збільшилася кількість військових конфліктів по усьому світу. А це означає, що збільшилася і кількість їх жертв. Разом з кількістю жертв зростає і кількість випадків ПТСР та суміжних синдромів, а їх діагностика потребує кардинально нового підходу і відповідно нового діагностичного

інструментарію. Зокрема назріває потреба групової діагностики ПТСР. Необхідний інструментарій, який можна використовувати дистанційно. Бажано, щоб ці методики були здатні діагностувати ступінь травматичності досвіду і спогадів, оминаючи по можливості надмірну критичність і раціоналізацію, долаючи витіснення і заперечення. Одним з варіантів такої діагностики може стати діагностика за допомогою малюнка. Використана нами методика «Людина під дощем» засвідчила значимий проєктивний потенціал, а також позитивний консультативний ефект у роботі з травмованими особистостями. Увагу психолога в зображеннях людини під дощем мають привертати наступні особливості:

- скупчення крапель навколо людини,
- специфіка змалювання обличчя,
- зависання крапель дощу,
- підміна зображень написами,
- неефективність засобів захисту від дощу,
- істотне порушення пропорцій у змалюванні частин тіла,
- часткове змалювання одягу,
- обмежена мобільність.

Ці ознаки можуть свідчити про наявність травматичного розладу або ознак психічної травми, розмова про них може допомогти встановити рапорт для подальшої діагностики та корекції.

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

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

Список літературних джерел

- Гриньова Н.В. Підготовка психолога-практика до використання малюнку в діагностико-корекційному процесі (психодинамічний підхід) : навч. посіб. Умань : Візаві, 2014. 174 с.
- Інновації у медико-психологічній реабілітації учасників бойових дій та постраждалих внаслідок надзвичайних ситуацій (клінічна настанова) / Під заг. ред. Б.В. Михайлова. Харків-Київ: «Укрпрофоздоровниця» 2019. 152с. <https://emed.library.gov.ua/wp-content/uploads/tainacan-items/8476/50589/Innovatsii-u-mediko-psykholohichniy-reabilitatsii-uchasnykiv-boyovykh-diy-ta-postrazhdalikh-vnaslidok-nadzvychnykh-sytuatsiy-klinichna-nastanova.pdf>
- Туриніна О. Психологія травмуючих ситуацій. К.: Вид дім «Персонал». 2017. <https://lib.duan.edu.ua/en/resources/personal-e-resources/e-library/11-psykholohiia/2116-teaching-and-learning-in-higher-education-21>

- Уніфікований клінічний протокол «Реакція на важкий стрес та розлад адаптації. Посттравматичний стресовий розлад» : затв. наказом МОЗ України від 23.02.2016 №121. <http://mtd.dec.gov.ua/index.php/uk/reiestr-mtd>.
- Уніфікований клінічний протокол первинної та спеціалізованої медичної допомоги «Гостра стресова реакція. Посттравматичний стресовий розлад. Розлад адаптації» : затв. наказом МОЗ України від 17.07.2024р. № 1265. <http://mtd.dec.gov.ua/index.php/uk/reiestr-mtd>.
- Battles A. R., Bravo A. J., Kelley M. L., White T. D., Braitman A. L., & Hamrick H.C. Moral injury and PTSD as mediators of the associations between morally injurious experiences and mental health and substance use. *Traumatology*, 2018, 24(4), 246-254 <https://doi.org/10.1037/trm0000153>
- Braitman A. L., Battles A. R., Kelley M. L., Hamrick H. C., Cramer R. J., Ehlike S., & Bravo A. J. Psychometric properties of a Modified Moral Injury Questionnaire in a military population. *Traumatology*, 2018, 24(4), 301 <https://doi.org/10.1037/trm0000158>
- O'Connor A. Moral injury. *Therapy today*. 2021. 35–37. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.15782.04162>
- Fleming W. H. Moral Injury and the Absurd: The suffering of moral paradox. *Journal of Religion and Health*, 2021, 60(5), 3012–3033. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01227-4>
- Hammer E. F. *The Clinical Application of Projective Drawings*. Springfield, IL: Charles C Thomas.1958.
- Hodgson T. J., Carey L. B., & Koenig H. G. Moral injury, Australian veterans and the role of chaplains: an exploratory qualitative study. *Journal of Religion and Health*, 2021, 60(5), 3061-3089. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01417-0>
- Koenig H. G., Youssef N. A., & Pearce M. Assessment of moral injury in veterans and activeduty military personnel with PTSD: A review. *Frontiers in Psychiatry*, 2019, 10, 443. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00443>
- Litz B. T., Stein N., Delaney E., Lebowitz L., Nash W. P., Silva C., & Maguen S. Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy. *Clinical Psychology Review*, 2009, 29(8), 695-706. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.07.003>
- Papazoglou K., Chopko B. The Role of Moral Suffering (Moral Distress and Moral Injury) in Police Compassion Fatigue and PTSD: An Unexplored Topic. *J. Frontiers in Psychology*. 2017, 8 <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01999>
- Richardson N. M., Lamson A. L., Smith M., Eagan S. M., Zvonkovic A. M., & Jensen J. Defining moral injury among military populations: A systematic review. *Journal of Traumatic Stress*, 2020, 33(4), 575-586. <https://doi.org/10.1002/jts.22553>
- Terpou B. A., Lloyd C. S., Densmore M., McKinnon M. C., Théberge J., Neufeld R., Jetly R., & Lanius R.A. Moral wounds run deep: exaggerated midbrain functional network connectivity across the default mode network in posttraumatic stress disorder. *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, 2022, 47(1), e56-e66 <https://doi.org/10.1503/jpn.210117>
- Weathers F. W., Litz B. T., Keane T. M., Palmieri P. A., Marx B. P., & Schnurr P. P. The PTSD checklist for DSM-5 (PCL-5) : Standard [Measurement instrument]. Available from <https://www.ptsd.va.gov/> 2013, 10(4), 206. URL: <https://www.ptsd.va.gov/professional/assessment/adult-sr/ptsd-checklist.asp>
- Zasiekina L. Psycholinguistic Representation of Individual Traumatic Memory in the Context of Social and Political Ambiguity. *East European Journal of Psycholinguistics*, 2014, 1(2), 118-125. <https://eejpl.vnu.edu.ua/index.php/eejpl/article/view/200>
- Zasiekina L., Khvorost K., & Zasiekina D. Traumatic Narrative in Psycholinguistic Study Dimension. *PSYCHOLINGUISTICS*, 2018, 23(1), 47-59. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1211097>

N. Akimova (Nataliya Akimova)
 Doctor of Psychological Sciences, Full Professor,
 Professor of the Department of Social and Behavioral Sciences
 Kherson State Agrarian and Economic University,
 Universytetskyi str, 5/2, Kropyvnytskyi, Ukraine
 E-mail: natashashadow8@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-9952-1153>
 Scopus Author ID 57215413363

TRAUMATIC STRESS DISORDER SIGNS DIAGNOSTICS USING A DRAWING

The aim of the study was to analyze the projective potential of pictorial methods in the diagnosis of acute and post-traumatic stress disorders caused by traumatic events. The study uses a theoretical methods system - analysis, synthesis, comparison, generalization, abstraction, concretization, systematization, classification - to determine the main concepts and approaches. Empirical processing of the material was carried out by using observation methods, interviews, documentation analysis, analysis of activity products and a modified projective test "Man in the Rain". The study was agreed with the Commission on Ethics of Scientific Research of the Kherson State Agrarian and Economic University. As a result, more than 100 drawings were collected and analyzed. Based on their study, several features in the depiction of a man in the rain were identified. They are characteristics of the person with mental trauma symptoms. In general, it is emphasized that the diagnosis of PTSD requires a radically new approach and, accordingly, new diagnostic tools. In Ukraine, in conditions of war, the need for group diagnostics of PTSD is growing. Ukrainian need tools that can be used remotely, when it is not possible to wait for the end of the traumatic circumstances; when it is impossible to isolate all the traumatized in safe conditions to provide them with assistance; when mental traumas happen one by one. These methods are desirable to be able to diagnose the degree of traumatic experience and memories, avoiding excessive criticism and rationalization, overcoming repression and denial. One of the options for such diagnostics can be diagnostics using the proposed modification of the "Man in the Rain" technique. The methodology we used has shown significant projective potential, as well as a positive consultative effect in working with traumatized individuals.

Keywords: post-traumatic stress disorder, acute stress disorder, moral trauma, projective method, diagnostics using a drawing, "Man in the Rain" technique

References

- Grineva, N.V. (2014). *Preparing a practicing psychologist for the use of drawing in the diagnostic and correctional process (psychodynamic approach)*. Uman: Vizavi. [in Ukrainian].
- Mykhaylov, B.V. (Ed.). (2019). *Innovations in medical and psychological rehabilitation of combatants and victims of emergencies (clinical guideline)*. Kharkiv-Kyiv: "Ukrprofozdorovnytstva". <https://emed.library.gov.ua/wp-content/uploads/tainacan-items/8476/50589/Innovatsii-umedyko-psychologichniy-reabilitatsii-uchasnykiv-boyovykh-diy-ta-postrazhdalyykh-vnaslidok-nadzvychnyykh-sytuatsiy-klinichna-nastanova.pdf> [in Ukrainian].
- Turynina, O. (2017). *Psychology of traumatic situations*. Kyiv : Personal. <https://lib.duan.edu.ua/en/resources/personal-e-resources/e-library/11-psychologia/2116-teaching-and-learning-in-higher-education-21> [in Ukrainian].
- Unified clinical protocol "Reaction to severe stress and adaptation disorders. Post-traumatic stress disorder". Order 121. Ministry of Health of Ukraine (2016). <http://mtd.dec.gov.ua/index.php/uk/reistr-mtd>. [in Ukrainian].
- Unified clinical protocol for primary and specialized medical care "Acute stress reaction. Post-traumatic stress disorder. Adaptation disorders". Order 1265. Ministry of Health of Ukraine (2024). <http://mtd.dec.gov.ua/index.php/uk/reistr-mtd>. [in Ukrainian].
- "On the approval and implementation of medical and technological documents on the standardization of medical care for PTSD." Order 121. Ministry of Health of Ukraine (2016). <http://mtd.dec.gov.ua/index.php/uk/reistr-mtd>. [in Ukrainian].
- Battles, A. R., Bravo, A. J., Kelley, M. L., White, T. D., Braitman, A. L., & Hamrick, H. C. (2018). Moral injury and PTSD as mediators of the associations between morally injurious experiences and mental health and substance use. *Traumatology*, 24(4), 246-254 <https://doi.org/10.1037/trm0000153>
- Braitman, A. L., Battles, A. R., Kelley, M. L., Hamrick, H. C., Cramer, R. J., Ehlke, S., & Bravo, A. J. (2018). Psychometric properties of a Modified Moral Injury Questionnaire in a military population. *Traumatology*, 24(4), 301 <https://doi.org/10.1037/trm0000158>
- O'Connor, A. (2021). Moral injury. *Therapy today*. March. 35–37. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.15782.04162>
- Fleming, W.H. (2021). Moral Injury and the Absurd: The suffering of moral paradox. *Journal of Religion and Health*. 2021 Oct;60(5):3012-3033. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01227-4>
- Hodgson, T. J., Carey, L. B., & Koenig, H. G. (2021). Moral injury, Australian veterans and the role of chaplains: an exploratory qualitative study. *Journal of Religion and Health*, 60(5), 3061-3089. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01417-0>
- Koenig, H. G., Youssef, N. A., & Pearce, M. (2019). Assessment of moral injury in veterans and active-duty military personnel with PTSD: A review. *Frontiers in Psychiatry*, 10, 443 <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00443>
- Litz, B. T., Stein, N., Delaney, E., Lebowitz, L., Nash, W. P., Silva, C., & Maguen, S. (2009). Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy. *Clinical Psychology Review*, 29(8), 695-706 <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.07.003>
- Papazoglou, Konstantinos, Chopko, Brian (2017). The Role of Moral Suffering (Moral Distress and Moral Injury) in Police Compassion Fatigue and PTSD: An Unexplored Topic. *Frontiers in Psychology*. 8. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01999>
- Richardson, N. M., Lamson, A. L., Smith, M., Eagan, S. M., Zvonkovic, A. M., & Jensen, J. (2020). Defining moral injury among military populations: A systematic review. *Journal of Traumatic Stress*, 33(4), 575-586. <https://doi.org/10.1002/jts.22553>
- Terpou, B. A., Lloyd, C. S., Densmore, M., McKinnon, M. C., Théberge, J., Neufeld, R., Jetly, R., & Lanius, R. A. (2022). Moral wounds run deep: exaggerated midbrain functional network connectivity across the default mode network in posttraumatic stress disorder. *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, 47(1), e56-e66 <https://doi.org/10.1503/jpn.210117>
- Weathers, F. W., Litz, B. T., Keane, T. M., Palmieri, P. A., Marx, B. P., & Schnurr, P. P. (2013). The PTSD checklist for DSM-5 (PCL-5). Scale available from the National Center for PTSD at www.ptsd.va.gov. gov, 10(4), 206
- Zasiekina, L. (2014). Psycholinguistic Representation of Individual Traumatic Memory in the Context of Social and Political Ambiguity. *East European Journal of Psycholinguistics*, 1(2), 118-125. <https://eejpl.vnu.edu.ua/index.php/eejpl/article/view/200>
- Zasiekina, L., Khvorost, K., & Zasiekina, D. (2018). Traumatic Narrative in Psycholinguistic Study Dimension. *PSYCHOLINGUISTICS*, 23(1), 47-59. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1211097>

Конфлікт інтересів: автор заявляє про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів».

Conflict of Interest: The author declares that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 14.09.2025 (The article was received by the editors 14.09.2025)

Стаття рекомендована до друку 01.03.2026 (The article is recommended for printing 01.03.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

УДК: 159.9.072.59:37.012-024.11
DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-12

Я. О. КОРКОС (Коркос Ярослав Александрович)

доктор філософії в галузі психології,
старший викладач кафедри практичної психології,
Київського столичного університету імені Бориса Грінченка
вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, Україна
E-mail: y.korkos@kubg.edu.ua
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5718-4053>

КРИТИЧНИЙ ОГЛЯД ПСИХОМЕТРИЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ПРОЄКТИВНИХ МЕТОДИК НА ПРИКЛАДІ ТЕСТУ ЛЮШЕРА ТА ТЕСТУ СОНДІ

Стаття присвячена критичному аналізу психометричних властивостей двох поширених проєктивних методик – кольорового тесту Люшера та тесту Сонді. Метою дослідження було узагальнення даних щодо їх валідності, надійності та теоретичної обґрунтованості на основі аналізу наукових джерел (Scopus, PubMed, Google Scholar). Результати свідчать, що тест Люшера демонструє низьку конвергентну валідність (відсутність кореляцій з ММРІ, ІРАТ), нестабільну ретестову надійність та відсутність інваріантності вимірювань через залежність кольорових уподобань від культурних, статевих і вікових факторів. Виявлено вплив соціальної бажаності та ефекту Барнума. Тест Сонді має серйозні проблеми зі стимульною валідністю (вибір фото зумовлений візуальними характеристиками, соціальними стереотипами), не підтверджену критеріальну валідність (зв'язок із PCL-R мінімальний), факторну структуру та низьку ретестову надійність, а його теоретичні засади (генотропізм) суперечать сучасним класифікаціям психічних розладів. Обидва інструменти, як і низка інших проєктивних методик, маркуються науковцями як «ймовірно» або «безумовно дискредитованими» через відсутність переконливих доказів психометричної обґрунтованості. Їх використання несе ризики хибної діагностики, помилкових експертних висновків та підриву репутації психологічної науки. Висновок підкреслює, що відповідальність за доведення наукової обґрунтованості лежить на розробниках методик, а для професійного застосування прийнятні лише інструменти з підтвердженими психометричними властивостями.

Ключові слова: проєктивні методи, тест Люшера, тест Сонді, психометрія, валідність, надійність, дискредитовані тести, критичний огляд.

Постановка проблеми. Психологія як наука функціонує шляхом опосередкованого дослідження латентних психічних конструктів, що здійснюється через фіксацію їх проявів у поведінці, мовленнєвій діяльності, емоційних реакціях та інших спостережуваних змінних. Складність предмета дослідження у психології вимагає використання релевантних інструментів оцінки, які відповідають жорстким науковим критеріям, що своєю чергою втілюється у ретельній перевірці валідності, надійності та інтерпретативній адекватності цих інструментів відповідно до сучасних психометричних стандартів.

Крім стандартизованих тестів та опитувальників, практичні психологи широко застосовують проєктивні методики як засіб діагностики глибинних, несвідомих аспектів особистості. Психологічний словник американської психологічної асоціації визначає проєктивну методику (техніку) так: «будь-яка процедура оцінювання, що складається з низки відносно неоднозначних стимулів, призначених для виявлення унікальних, іноді дуже індивідуалізованих відповідей, які відображають особистісні характеристики, когнітивний стиль та інші психологічні особливості респондента» (VandenBos, 2015, с. 844).

Дослідження С. Piotrowski демонструє, що ці інструменти залишаються у психологічній практиці в багатьох країнах. Аналіз 28 опублікованих опитувань психологів за період 1995-2015 років показав, що у половині випадків проєктивні методики входили до 5 найуживаніших інструментів, а такі методики як

чорнильний тест Роршаха, Тематичний аперцептивний тест (ТАТ), малюнкові техніки та тест незавершених речень – до 15 найпоширеніших у 25 із 28 досліджень (Piotrowski, 2015). В іншому дослідженні С. Piotrowski, провівши аналіз 67 досліджень присвячених використанню ТАТ та його дитячої версії (САТ) у навчальних та професійних психологічних програмах виявив, що ці проєктивні методики зберігають присутність у професійній підготовці клінічних психологів і консультантів, а також, меншою мірою, у практичній діяльності. Водночас підкреслюється, що рівень їхньої популярності є неоднорідним, варіюється залежно від професійної спеціалізації та географічного контексту, і демонструє тенденцію до зниження після 2008 року (Piotrowski, 2017).

Хоча європейським трендом є використання здебільшого класичних стандартизованих психометричних тестів та опитувальників, таких як шкала інтелекту Векслера для дітей, Міннесотський багатоаспектний особистісний опитувальник, шкала депресії Бека тощо (Evers et al., 2012), в Україні ситуація дещо відрізняється: окрім стандартизованих психометричних методик, у практиці вітчизняних психологів досі поширене використання різноманітних проєктивних технік (наприклад, «Будинок–Дерево–Людина», «Людина під дощем», тест Люшера тощо). Це зумовлено як історичною традицією використання проєктивних методів на пострадянському просторі, так і обмеженим доступом до адаптованих і валідизованих сучасних психометричних інструментів українською

мовою. Крім того, проєктивні методики часто приваблюють практиків своєю гнучкістю, широтою охоплення психічних явищ, абстрактністю та загальністю формулювань.

Разом з тим, оцінка низки проєктивних методик коливається від незамінних та всеохоплюючих до сумнівних і дискредитованих (Lilienfeld, Lynn, & Lohr, 2003; Norcross et al., 2006). Проєктивні методики критикували як академічні, так і клінічні психологи через характерні проблеми зі стандартизацією, надійністю та відсутністю норм для релевантної генеральної сукупності, при цьому їхня валідність варіюється залежно від конкретної шкали або інтерпретаційної системи (Garb et al., 2002; Lilienfeld, Lynn, & Lohr, 2003).

Компромісну позицію становить погляд, згідно з яким проєктивні методи не є самостійними діагностичними інструментами, але можуть ефективно використовуватися як додатковий компонент у поєднанні зі стандартизованими методами оцінювання (Santillo et al., 2025). Водночас і цей погляд піддається обґрунтованій критиці, оскільки через обмежену валідність проєктивних методик вони фактично не демонструють інкрементальної валідності та, як наслідок, не забезпечують додаткової достовірної інформації, яка не може бути отримана за допомогою клінічного інтерв'ю чи надійних психометричних тестів (Lilienfeld, Wood, & Garb, 2005). Використання проєктивних тестів разом зі стандартизованими опитувальними може знижувати діагностичну точність (Garb, 2003), а самі проєктивні методи хибно виявляти психопатологію у пацієнтів, що не мають ментальних розладів (Wood та ін., 2006).

Використання психометрично неперевіраних, невалідних методик несе значний ризик ухвалення хибних рішень, що можуть мати серйозні наслідки для клієнтів або пацієнтів. Пряма шкода може полягати у постановці хибного діагнозу, що призводить до втрати фінансових і часових ресурсів. Методики з низькою валідністю використовуються без належної критичної оцінки в судових процесах. Попри обмежену психометричну обґрунтованість, такі інструменти можуть впливати на формулювання експертних висновків і, відповідно, на судові рішення (Neal та ін., 2019). Наприклад, у справі «*F v. Hungary*» (2018) тест Роршаха використовувався для оцінки сексуальної орієнтації (Areh та ін., 2021).

Непряма шкода полягає у репутаційних втратах сфери психологічних послуг, посиленні розриву між наукою та практикою і закріпленні культури ігнорування доказів у студентів та практичних психологів (Lilienfeld, Lynn, & Lohr, 2003), особливо зважаючи на те, що деякі з проєктивних методів містять у назві слово «тест» і не виконують мінімальні психометричні вимоги для цього іменування (Stemplewska-Żakowicz & Paluchowski, 2013).

Мета дослідження: здійснити критичний аналіз та узагальнення психометричних властивостей тесту Люшера та тесту Сонді, зокрема їхньої емпіричної валідності, надійності та теоретичної обґрунтованості.

Методи

Для підготовки огляду було використано публікації, індексовані у провідних наукометричних та науково-інформаційних базах даних. Основний пошук наукових

статей, присвячених тесту Сонді та тесту Люшера, проводився у базі даних Scopus – репрезентативному джерелі рецензованих публікацій з психології та суміжних дисциплін. Додатково, для виявлення джерел, які могли бути відсутніми у Scopus, проводився цільовий пошук на таких платформах як PubMed, Google Scholar та Research4Life з подальшою перевіркою релевантності відібраних робіт.

Результати

Теоретичне підґрунтя проєктивних методів.

Вперше *проекція* як механізм захисту зустрічається у науковому доробку S. Freud, переважно у зв'язі з невротами, який не акцентував та не деталізував її зміст, тому проєкція зустрічається фрагментарно у деяких його працях. Зокрема, в «Тотем і табу» S. Freud пише: «Проекція внутрішніх сприйнятів назовні є примітивним механізмом, якому, наприклад, підвладні наші сенсорні сприйняття, і який тому зазвичай відіграє дуже велику роль у визначенні форми нашого зовнішнього світу» (Freud, 1950, с. 63). Концептуалізація та розвиток ідеї проєкції та інших захисних механізмів відбулась у наукових роботах А. Freud. Систематизуючи захисні механізми та їх вплив на повсякденне життя, науковця зазначає: «Механізм проєкції руйнує наші стосунки, коли ми проєкуємо власні ревнощі та приписуємо іншим людям наші агресивні вчинки» (Freud, 1954, с. 133).

У класичній психоаналітичній теорії S. Freud проєкція розглядається як несвідомий захисний механізм, що дозволяє індивіду уникати усвідомлення власних неприйнятних рис, приписуючи їх іншим. Проте емпіричні дослідження не підтверджують таке трактування, проєкція відбувається переважно щодо тих рис, які особа вже певною мірою усвідомлює, а приписування негативних характеристик іншим не знижує рівень стресу (Holmes, 1978). Хоча загальна тенденція до приписування власних рис іншим особам підтверджується, вона стосується як позитивних, так і негативних якостей і не обов'язково виконує функцію психологічного захисту. В огляді емпіричних досліджень захисних механізмів R. Baumeister, K. Dale та K. Sommer дійшли висновку, що концепція проєкції потребує концептуального переосмислення: дані вказують на необхідність відмови від її класичного розуміння на користь інтерпретацій, що враховують когнітивні процеси, зокрема доступність пригнічених думок як фактор, що впливає на сприйняття інших (Baumeister та ін., 1998).

На відміну від класичного фрейдівського трактування проєкції як захисного механізму, сучасні проєктивні методики спираються на *проективну гіпотезу* L. Frank. Згідно з цим припущенням, взаємодія людини з неструктурованим, неоднозначним стимульним матеріалом здатна виявляти неусвідомлені та приховані (зокрема соціально небажані) потреби, мотиви й внутрішні конфлікти. L. Frank визначав особистість як: «процес або діяльність індивіда, який організовує досвід та емоційно реагує на ситуації» (Frank, 1939, с. 392). У цьому контексті проєктивні методики повинні досліджувати, яким чином індивід структурує власний досвід, відображаючи його крізь внутрішню систему сприйняття; що менш структурований та більш неоднозначний стимул, то інтенсивніше проявляються

індивідуальні проєктивні патерни (Frank, 1939). Водночас проєкція в ізольованій формі не реалізується, оскільки характер відповідей респондентів детермінується не лише індивідуальними особливостями, але й специфічними властивостями стимульного матеріалу, зокрема його колірною гамою, формою та іншими перцептивними параметрами (Negri & Ongis, 2021).

Кольоровий тест Люшера

Методика розроблена швейцарським психологом М. Luscher у 1940-х роках, який припускав наявність еволюційно сформованого зв'язку між психофізіологічними станами та кольоровими вподобаннями людини, що є універсальними й існують незалежно від раси, статі чи соціального середовища. Згідно з поглядами М. Luscher, формування сприймання кольору зумовлювалось передусім повсякденною діяльністю людини впродовж її еволюційного розвитку: «На початку життя людини визначалося двома факторами, що були поза її контролем: ніч і день, темрява і світло... ніч означала пасивність, спокій і загальне уповільнення метаболічної та гормональної активності; день – можливість дії, підвищення метаболізму і посилене виділення гормонів, що забезпечувало енергію та мотивацію. Кольори, пов'язані з цими двома середовищами – це темно-синій нічного неба і яскраво-жовтий денного світла» (Luscher, 1970, с. 11).

Тест Люшера побудований на ранжуванні кольорів від найбільш приємного до найменш й існує у двох основних формах: повна версія, що передбачає використання 73 кольорових карток та коротка, яка обмежується вісьмома кольорами (4 основних та 4 додаткових). Саме коротка версія отримала своє широке розповсюдження після публікації його англійської книжки «The Luscher color test» у 1970 р., що стимулювало науковців активно незалежно досліджувати гіпотези М. Luscher та його однойменний тест.

Валідність. Емпіричні дані ставлять під сумнів валідність тесту Люшера та теоретичні положення, на яких базується методика. Одне з перших досліджень перевіряло теоретичний взаємозв'язок між кольорами та емоційними реакціями, а також конструктну валідність шкали тривожності. Результати частково підтвердили гіпотези щодо впливу жовтого та синього кольорів, проте очікувана асоціація червоного з негативними емоціями не була підтверджена, а шкала тривожності Люшера не продемонструвала кореляції зі стандартизованою шкалою тривоги IPAT (French & Alexander, 1972).

Аналогічні результати було отримано у дослідженні, що не виявило зв'язку між показниками тривожності за тестом Люшера та іншими психометричними шкалами серед підлітків у місцях позбавлення волі (McAloon & Lester, 1979). Конвергентна валідність тесту Люшера у порівнянні з ММРІ також виявилася низькою, середня відповідність становила лише 1,86 з 5 можливих балів (Holmes et al., 1984). Результат підтверджено іншим вченим, який не виявив кореляції між шкалами Люшера та ММРІ серед пацієнтів із залежностями (Cernovsky, 1986). Аналіз 120 кореляцій між результатами тесту Люшера та «списком особистісних переваг» Едвардса не виявив жодної значущої кореляції, яка б мала прогностичне значення (Stimpson & Stimpson, 1979).

Низка робіт акцентує увагу на впливі соціальної бажаності під час вибору кольору. Виявлено статистично значимий взаємозв'язок між результатами тесту та самозвітними описами особистості, проте цей ефект пояснюється популярністю характеристик жовтого та синього кольорів. Учасники, ймовірно, обирали кольори, які асоціюються з позитивними рисами, а не ті, що справді відображають їхній психічний стан (Ledford & Hoke, 1981). Після контролю соціальної бажаності зв'язок між кольоровими уподобаннями та особистісними характеристиками не підтвердився. Ба більше, учасники, які віддавали перевагу «інтровертним» кольорам, мали вищі показники екстраверсії (Picco & Dzindolet, 1994).

Результати інших дослідників також прямо суперечать базовим припущенням методики. Так, твердження про зв'язок фіолетового кольору з емоційною незрілістю не отримало емпіричного підтвердження (Holmes, Fouty, & Wurtz, 1985), а вибір кольорів значною мірою пояснюється локальними культурними факторами, а не універсальними психофізіологічними механізмами (Kuloglu et al., 2002). Таким чином, більшість незалежних досліджень не підтверджують припущення про еволюційно зумовлену універсальність реакцій на колір.

Надійність. F. Donnelly виявила нестабільність кольорових переваг у повторному тестуванні через 45 днів, особливо для позицій, що мають відображати поточний емоційний стан. Згідно з даними автора, найвищий показник кореляції виявлено для першого вибору ($\tau = 0,6$), найгірший – для четвертого вибору ($\tau = 0,04$). Середнє значення ретестової кореляції ($r = 0,37$), що свідчить про низьку стабільність результатів при повторному вимірюванні й не відповідає мінімально прийнятним стандартам надійності психодіагностичних методик (Donnelly, 1974). Пізніші дослідження підтвердили низький рівень ретестової надійності на рівні середнього значення $r = 0,33$ (Braun & Bonta, 1979).

Методологічні обмеження та вимірювальна інваріантність. Ключовою ідеєю М. Luscher була гіпотеза про крос-культурну й демографічну інваріантність вибору кольору. Проте емпіричні дані її не підтримують повною мірою. У дослідженні С. Holmes і J. Buchanan лише третина учасників обрала однаковий колір у тестовій ситуації та у ситуації вільного вибору. Значна частина – особливо серед жінок – надавала перевагу кольорам, яких узагалі не було в палітрі тесту (Holmes & Buchanan, 1984). Інша дослідницька група на основі аналізу відповідей 582 респондентів щодо улюбленого кольору, виявила, що жінки частіше ніж чоловіки обирали фіолетовий, чорний, жовтий і рожевий, темношкірі – червоний, фіолетовий і жовтий, тоді як білі досліджувані – синій і зелений. Отриманий результат свідчить, що кольорові уподобання є соціально та культурно зумовленими, а не універсальними психофізіологічними реакціями, як припускав М. Luscher (Silver et al., 1988).

Своєю чергою низка інших науковців виявили статистично значимі відмінності у вподобаннях кольорів між жінками та чоловіками, білими та чорношкірими, європейцями та американцями, молодшими та старшими респондентами (Donnelly, 1974; Seefeldt, 1979; Kuloglu et al., 2002). На противагу цим результатам,

Z. Cernovsky, J. Haggarty і P. Kermeen (1998) зафіксували відсутність статистично значущих відмінностей між інuitами та канадськими студентами, що частково може підтверджувати вимірювальну інваріантність. Однак більшість досліджень свідчить, що кольорові уподобання суттєво залежать від культурних, вікових та статевих факторів.

Дослідження С. Holmes, J. Buchanan, D. Dungan і T. Reed (1986) демонструвало наявність вираженого ефекту Барнума у тлумаченнях тесту кольорів Люшера. Автори випадково відібрали інтерпретаційні речення з книги тесту Люшера та представили їх студентам у формі індивідуального опису. Середні оцінки точності опису були стабільно високими (вище 5 за 9-бальною шкалою). Така тенденція свідчить про те, що загальні формулювання тесту Люшера легко сприймаються як індивідуально правдиві, навіть коли їхній зміст сформовано випадково.

Отже, сукупність незалежних емпіричних досліджень вказує, що тест Люшера має низьку конвергентну валідність, нестабільну ретестову надійність та відсутність підтвердженої інваріантності вимірювання. Виявлені розбіжності у виборі кольорів між різними групами респондентів суперечать базовому припущенню про еволюційно зумовлену універсальність кольорових реакцій.

Тест Сонді

Методика розроблена швейцарським психіатром L. Szondi у 1930-х роках. Вона складається з 48 фотографічних зображень, кожне з яких демонструє обличчя пацієнта з психічним розладом. Стимульний матеріал структуровано у шість серій по вісім фотографій, які відповідають чотирьом векторним напрямкам, кожен із двома дихотомічними полюсами (наприклад, кататонія — параноя, епілептоїдність — істероїдність тощо).

Два класичні теоретичні концепти пояснюють механізми роботи тесту. Згідно з поглядами L. Szondi, психічні розлади мають генетичне походження, а вибір фотографій у тесті відображає несвідомі потяги суб'єкта, пов'язані з його власними успадкованими тенденціями до певних психічних станів — генотропізмом (Deri, 1949). Інший підхід запропонувала його послідовниця S. Deri, яка не включає генетичних припущень, притаманних оригінальній моделі. Вона виходила з гіпотези, що індивіди володіють певними особистісними рисами, які корелюють із латентними схильностями до конкретних психопатологій, і під час проходження тесту особа несвідомо ототожнює себе з цими прихованими рисами, приймаючи або відкидаючи їх залежно від індивідуальної відповідності (Klopfert & Borstelmann, 1950).

Методологічні обмеження та стимульна валідність. З огляду на сучасні класифікаційні системи, тест Сонді ґрунтується на уявленнях про психічні розлади, які сьогодні не визнаються емпірично обґрунтованими. Психічні захворювання, описані L. Szondi, у МКХ-11 та DSM-5-TR розглядаються як окремі діагностичні розлади (World Health Organization, 2022; American Psychiatric Association, 2019), що не утворюють дихотомічні пари. Крім того, гомосексуальність, яку L. Szondi трактував як патологічний потяг, не класифікується як психічний розлад: вона була

виключена з Діагностичного і статистичного посібника з психічних розладів у 1973 році, а з Міжнародної класифікації хвороб — у 1992, і сьогодні розглядається як варіант норми згідно з Всесвітньою організацією охорони здоров'я.

Припущення про те, що мікровирази та морфологічні характеристики обличчя можуть слугувати індикаторами психічних розладів, на перший погляд, наближається до фізіогномічних уявлень. Однак розвиток методів машинного навчання дозволяє формувати статистично обґрунтовані моделі для виявлення потенційних психопатологічних маркерів на основі візуальної інформації (Gilaniet al., 2024; Hostalet et al., 2024). Встановлені відмінності залишаються надто незначними для надійного розпізнавання людиною. В окремих дослідженнях виявлено відповідність між візуальним сприйняттям обличчя та станом психічного здоров'я (Ward & Scott, 2018), співвідношення ширини до висоти обличчя та фізичною агресією, психопатією, макіавеллізмом (Noser, 2017) тощо. У зв'язку з наявністю методологічних обмежень і потенційних похибок у дизайні досліджень, сама концепція взаємозв'язку між морфологією обличчя та психологічними характеристиками потребує подальшого емпіричного вивчення.

Для перевірки генетичної гіпотези L. Szondi, згідно з якою вибір фотографій у проєктивному тесті зумовлений дією латентних рецесивних генів, A. Rabin порівнював ступінь узгодженості реакцій у 35 парах близнюків (монозиготні та дизиготні), 25 парах одностатевих сиблінгів і 37 парах незнайомих осіб. Результати засвідчили, що середній рівень узгодженості реакцій в однойцевих близнюків становив лише 46 %, що не перевищувало показників дизиготних близнюків і було лише незначно вищим, ніж у випадкових пар. Статистично значуща різниця спостерігалась лише між групами близнюків і незнайомих осіб, тоді як між однойцевими та дизиготними близнюками її не виявлено. Схожість реакцій у близнюків, імовірно, пояснюється не генетичною ідентичністю, а впливом спільного соціального середовища, рідинної субкультури та культурних стереотипів (Rabin, 1952).

Емпіричні дослідження 1950-х років демонструють, що зображення, які мали б репрезентувати певні психіатричні категорії, насправді викликають реакції, зумовлені соціальними стереотипами, естетичними уподобаннями та контекстуальними асоціаціями. У дослідженні A. Rabin виявлено, що стимульний матеріал у вигляді фотокарток не є рівнозначним, деякі з категорій (манія, параноя та гомосексуальність) значно краще розпізнавались респондентами, що пояснюється наявністю стереотипних візуальних образів у стимульному матеріалі (Rabin, 1950). Подальша емпірична перевірка стимульної однорідності тесту Сонді також зазнавала невдачі та підтвердила висновки попередніх дослідників: наявна значна варіативність та диспропорція у розпізнанні психічних розладів (Steinberg, 1953; Short, 1954).

W. H. Guertin поставив під сумнів базову теоретичну передумову тесту Сонді, що вибір фотографій у тесті відображає сталу конфігурацію несвідомих потягів особистості, а не залежить від конкретних характеристик стимулів. У дослідженні учасники двічі проходили тест

із 24-годинним інтервалом: одні — з тими самими фото, інші — з альтернативними. Вибір повторювався значно частіше лише в першій групі, що свідчить про вплив візуальних характеристик самих зображень, а не лише латентних факторів, які вони мали б репрезентувати, що ставить під сумнів проєктивну природу методу (Guertin, 1950).

Експериментальні дані А. Silverstein вказують на здатність респондентів з базовими знаннями ментальних розладів краще ніж випадково класифікувати психіатричні діагнози за фотографіями, що руйнує заявлений проєктивний механізм психологічного інструмента (Silverstein, 1957). Разом з тим, додатковий психіатричний досвід не покращував результати у розпізнаванні клінічних пацієнтів. Так, психіатри (середній стаж 11,8 років) не перевершили соціальних працівників (стаж 3,8 роки). Після навчання з корекцією помилок соціальні працівники покращили результати, тоді як психіатри — погіршили, що вказує на ригідність їхніх клінічних шаблонів (Steinberg, 1953).

Як показав R. Wallen, категоризація портретів за діагнозами — кататонія та параноя — не корелює зі сприйняттям респондентів. Однак міміка обличчя на фотокартках пояснює суттєві відмінності в уподобаннях. Вибір фотографій обумовлений швидкими соціально-когнітивними реакціями на емоційні вирази, а не психодинамічними процесами, які тест нібито вимірює (Wallen, 1951). У дослідженні J. Hamilton було експериментально продемонстровано, що випадкові візуальні характеристики фотографій у тесті Сонді (стать, одяг, вираз обличчя) впливають на вибір респондентів (Hamilton, 1959).

W. Klopfer та L. Borstelmann проаналізували ступінь узгодженості вербальних асоціацій на фотографії методики з теоретичними конструктами, запропонованими L. Szondi. Науковці застосували два методи: вільні асоціації, у яких респонденти описували свої спонтанні реакції на зображення, та процедуру порівняння, що передбачала класифікацію фотографій за восьми категоріями. Результати дослідження показали, що менше половини зображень викликали асоціації, які узгоджувалися з діагностичними категоріями, встановленими L. Szondi (Klopfer & Borstelmann, 1950).

W. Guertin та A. Rabin виявили, що класичні набори фотографій у тесті Сонді характеризуються неоднорідною привабливістю, через що респонденти змушені віддавати перевагу відносно присмним зображенням навіть серед загалом неприємних стимулів, що спотворює психологічне значення вибору. В експериментальній процедурі, де учасники оцінювали всі 48 фотографій одночасно, відзначаючи як присмні, так і неприємні, було зафіксовано суттєві зміни у виборах — особливо в тих наборах, які загалом мали низький рівень привабливості. Тому W. Guertin та A. Rabin вважають тест Сонді методикою примусового вибору (Guertin & Rabin, 1952).

Аналогічно J. Schubert виявив стимульну гетерогенність: зображення у тесті не є нейтральними, кожне з них має переважно позитивну або негативну оцінку, причому інтенсивність цього стимульного характеру значно варіюється між фотографіями. Хоча сам J. Schubert позитивно оцінює знайдений факт, однак це суперечить ключовій передумові тесту Сонді про

однорідність стимульного матеріалу в межах одного фактору (Schubert, 1954).

Критеріальна валідність. В. Thiry & S. Parete поставили під сумнів здатність тесту Сонді емпірично відображати психопатичні риси, оцінені за шкалою PCL-R. З восьми теоретично релевантних індикаторів лише один — принцип задоволення — показав статистично значущий зв'язок із рівнем психопатії, тоді як решта змінних не продемонстрували суттєвої прогностичної цінності (Thiry & Parete, 2016).

M. Fleishman провів експеримент, у якому 32 учасники без психіатричного діагнозу та 72 учасники з психопатологією, що покладені в основу факторів L. Szondi, двічі проходили оригінальний тест Сонді, а також контрольну версію тесту з випадково підібраними фотографіями. Аналіз частоти появи класичних факторів, їх складових знаків і розширених підзнаків показав, що жоден із синдромів не домінував у відповідній клінічній групі, а розподіл результатів у контрольному тесті був подібним до оригінального. Це вказує на випадковий характер формування «патологічних» профілів і ставить під сумнів дискримінативну валідність тесту (Fleishman, 1954b). У додатковому дослідженні автор також не підтвердив заявлену здатність коефіцієнта напруженості потягів розрізняти клінічні групи (Fleishman, 1954a).

Тест Сонді не надає специфічних ознак для діагностики прояву делінквентної поведінки й не прогнозує її, оскільки результати є занадто загальними: “Ці асоціальні дорослі подібні до семирічних дітей, чие Его легко керується їхнім Ід, чия здатність пригнічувати моторні реакції є слабкою, і які легко звинувачують світ у тому, що їх змусили відмовитися від всеосяжних первісних зв'язків з матір'ю” (Deri, 1954, с. 41). Хоча S. Deri виділяла низку потенційних предикторів делінквентної поведінки, однак лише 2 з 14 отримали емпіричну підтримку, що безперечно вказує на низьку валідність (Coulter, 1959).

Фактори. W. Guertin аналізував навантаження факторів (кількість виборів) тесту Сонді за допомогою порівняння профілів 55 осіб із 68 випадковими профілями (згенерованими за таблицею випадкових чисел) й не виявив жодної статистично значущої різниці (Guertin, 1950). А. Ancelin, Н. Duchêne та М. Schutzenberger з'ясували, що кореляція між фотографіями одного діагнозу була близька до нуля (Ancelin et al., 1950). Аналогічний результат отриманий J. Cohen та L. Feigenbaum, де кореляція між фотографіями у межах кожного фактору переважно відсутня або статистично незначуща (Cohen & Feigenbaum, 1954).

Надійність. D. Cole продемонстрував крайню нестабільність одиночного профілю Сонді. На прикладі 86 студентів коледжу, яких тестували двічі з інтервалом, виявлено, що жоден досліджуваний не мав однакових профілів у двох тестуваннях, а більшість респондентів змінили три-чотири із восьми напрямків факторів. Хоча L. Szondi та S. Deri вважали за необхідне проводити серію з 10 вимірів, однак подібна варіативність результатів між 2 спробами свідчить про нестабільність психометричного інструменту (Cole, 1951). Подібні результати отримані А. Ancelin, Н. Duchêne та М. Schutzenberger, де вчені двічі тестували 400 респондентів

з інтервалом у 24 години й лише 3 особи зберегли профілі, а 17 – змінили повністю за всіма діагностованими факторами (Ancelin et al., 1950).

Глобальні огляди. Одне з перших оглядових досліджень, яке намагалось систематизувати емпіричні докази щодо психометричних властивостей тесту Сонді, виявило, що кожен з її компонентів (стимульна валідність, факторна структура, ретестова стабільність, поведінкова відповідність) не має достатньої наукової підтримки (Guertin & McMahan, 1951). Подальший літературний огляд Н. David (1954), що охопив понад 330 джерел, підтвердив обґрунтованість цих висновків та виявив, що значна кількість наукових публікацій зводилась до теоретичних рефлексій або описів клінічних випадків. Проблеми з ретестовою надійністю, структурною валідністю та інваріантністю вимірювань у поєднанні з залежністю інтерпретацій від суб'єктивного досвіду психолога свідчать не лише про відсутність доказової бази, а й про помиловість теоретичної концепції генотропізма покладеної в основу методики. Ефективність використання тесту Сонді доводиться лише поодинокими клінічними випадками, що є слабкими доказами, які мають очевидні методологічні проблеми (Kaldegg, 1951; Moser, 1954; Krinsky, 1954; Bohm, 1963). Хоча у подальших працях дослідники спрямовували зусилля на переосмислення, модифікацію методики, однак низька психометрична обґрунтованість та відсутність переконливої емпіричної валідації суттєво обмежують можливості її використання як стандартизованого психодіагностичного інструмента (Birouste et al., 1992).

Узагальнений аналіз емпіричних досліджень та критичних оглядів свідчить, що тест Сонді має серйозні психометричні проблеми: його валідність не підтверджена ні на рівні стимулів, ні на рівні відповідності теоретичній моделі, ні в зіставленні з зовнішніми критеріями; результати тестування є нестабільними, профілі — слабо пов'язаними з клінічним діагнозом, а конструктивна структура — невизначеною, що унеможливає його використання як надійного психодіагностичного інструменту. Цей масив даних ставить під сумнів здатність тесту вимірювати обрані психологічні конструкти, а не випадковий статистичний шум.

Обговорення

Тест Сонді та тест Люшера є яскравими прикладами дискредитованих проєктивних методик у психології, однак не єдиними вимірювальними інструментами, що мають значні проблеми з психометричними показниками. Наприклад, у монографії S. Lilienfeld, J. Wood і Н. Garb проведено наймасштабніший критичний аналіз трьох популярних проєктивних методик – тест Роршаха (Комплексна система), ТАТ та тестами малюнка людини. Науковці дійшли висновку, що існує емпірична підтримка валідності лише невеликої кількості індексів, тоді як переважна більшість показників цих методик не мають достатньої наукової обґрунтованості. До того ж виявлено суттєве публікаційне зміщення, що вказує на те, що неопубліковані дослідження показують значно нижчі ефекти, ніж опубліковані. Тому дійсні психометричні показники можуть бути нижчими за виявлені (Lilienfeld та ін., 2000).

C. Lack та S. Thomason проаналізували емпіричні докази щодо використання тесту Роршаха, ТАТ, малюнкових методик та незавершених речень і виявили, що жоден проєктивний інструмент не має достатньої наукової підтримки для діагностики тривожних розладів (Lack & Thomason, 2013). Варто зазначити, що клінічна цінність тесту Роршаха залишається суперечливою: мета-аналіз J. Mihura та ін. (2013, 2015) виявив обмежені докази валідності окремих показників, тоді як дослідження J. Wood, Н. Garb та ін. (2015) й подальші критичні огляди (напр., Tibon-Czopp & Zeligman, 2016) ідентифікують системні методологічні проблеми, зокрема з репрезентативністю нормативних вибірок, культурною упередженістю та обмеженою прогностичною здатністю в умовах клінічної практики.

Іншим прикладом сумнівної проєктивної методики є «Дерево» К. Koch, яка за висновками К. Stemplewska-Żakowicz та J. Paluchowski, є ненадійним з низькою психометричною обґрунтованістю інструментом психологічної діагностики, що не має емпірично підтвердженої валідності, надійності та суперечить критеріям наукової допустимості (зокрема стандартам Daubert та APA). Концептуальна застарілість і стереотипні інтерпретації, а також методологічна обмеженість (суб'єктивна інтерпретація та ризик селекції результатів) підвищують імовірність хибних висновків (Stemplewska-Żakowicz & Paluchowski, 2013).

Загалом, сучасні експертні оцінки свідчать про негативну наукову репутацію проєктивних методів. За результатами Delphi-опитування 101 експерта, деякі проєктивні тести, зокрема кольоровий тест Люшера й тест Сонді, були віднесені до категорії «ймовірно» або «безумовно дискредитованих» через відсутність надійних доказів валідності та стабільності результатів. Разом з тим, окремі проєктивні інструменти як ТАТ або тест Роршаха у стандартизованій інтерпретації, отримали значно нижчі оцінки дискредитації (Norcross et al., 2006). Додаткове Delphi-опитування серед 139 експертів із дитячої та підліткової психології підтверджує скепсис щодо низки проєктивних методів: тест Сонді, тест руки Вагнера, методика чорнильних плям Хольцмана та кілька інших проєктивних технік отримали серед експертів найвищі бали за шкалою дискредитації, що свідчить про відсутність доказової бази та проблеми з валідністю у застосуванні цих методик до дітей і підлітків. Водночас такі методики як тест чорнильних плям Роршаха й ТАТ отримали помірні оцінки, що означає більш стримане ставлення фахівців (Koocher et al., 2014).

Збереження та поширення дискредитованих методик у психологічній практиці зумовлене поєднанням освітніх, когнітивних та культурних чинників. Недостатня ефективність навчання, відсутність чіткого зворотного зв'язку, а також низка когнітивних викривлень (ілюзорна кореляція та підтверджувальне викривлення) сприяють формуванню й підтриманню хибних уявлень про дієвість проєктивних методик. Ситуацію ускладнює ефект Барнума та потреба у швидких і впевнених рішеннях. Відсутність належної наукової освіти та критичного мислення робить практичних психологів вразливими до методів із сумнівною валідністю (Lilienfeld, Lynn, & Lohr, 2003).

Висновки

Проведений огляд досліджень свідчить, що кольоровий тест Люшера та тест Сонді не відповідають сучасним психометричним стандартам і не мають належної емпіричної підтримки щодо валідності, надійності та інваріантності вимірювань. Їх теоретичні засади ґрунтуються на концепціях, значною мірою застарілих і не підтверджених у сучасних дослідженнях, тоді як інтерпретації результатів залежать від суб'єктивного досвіду психолога. Виявлені проблеми зі стимульною валідністю, ретестовою стабільністю та культурною чутливістю ставлять під сумнів можливість використання цих інструментів як надійних методів психологічної діагностики. Систематичні огляди та опитування експертів підтверджують їх статус «ймовірно» або «безумовно дискредитованих» методів. Водночас представлені результати не означають, що всі проєктивні методи є науково необґрунтованими. Їх валідність, надійність та інші психометричні характеристики мають слугувати головним критерієм для оцінки доцільності використання, а тягар доведення наукової обґрунтованості лежить на розробниках методик. Лише ті проєктивні інструменти, які продемонструють переконливі емпіричні підтвердження своїх психометричних властивостей, можуть розглядатися як прийнятні для наукової та практичної діяльності.

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

Список літературних джерел

- Ancelin A. E., Duchêne H., Schutzenberger M. P. Recherches critiques sur la théorie et le test de L. Szondi. *Enfance*, 1950. Vol. 3. № 1. P. 65–73. URL: <https://doi.org/10.3406/enfan.1950.1163>
- APA dictionary of psychology (2nd ed.). / ed. by G. R. VandenBos. Washington : American Psychological Association, 2015. URL: <https://doi.org/10.1037/14646-000> (date of access: 20.08.2025).
- Areh I., Verkamp F., Allan A. Critical review of the use of the Rorschach in European courts. *Psychiatry, psychology and law*, 2021. P. 1–23. URL: <https://doi.org/10.1080/13218719.2021.1894260> (date of access: 20.08.2025).
- Baumeister R. F., Dale K., Sommer K. L. Freudian defense mechanisms and empirical findings in modern social psychology: reaction formation, projection, displacement, undoing, isolation, sublimation, and denial. *Journal of personality*, 1998. Vol. 66. № 6. P. 1081–1124. URL: <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00043> (date of access: 20.08.2025).
- Birouste J. et al. Test de Szondi. Théorie pathoanalytique et méthode clinique. *Bulletin de psychologie*, 1992. Vol. 45. № 406. P. 501–513. URL: <https://doi.org/10.3406/bupsy.1992.14168> (date of access: 20.08.2025).
- Bohm E. Un cas de travestissement masochique vu à travers les tests de Rorschach et de Szondi, suivi d'une comparaison de base des épreuves. *Bulletin de psychologie*, 1963. Vol. 17. № 225. P. 388–405. URL: <https://doi.org/10.3406/bupsy.1963.9158> (date of access: 20.08.2025).
- Braun C. M. J., Bonta J. L. Cross-Cultural validity, reliability, and stimulus characteristics of the luscher color test. *Journal of personality assessment*, 1979. Vol. 43. № 5. P. 459–460. URL: https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4305_3 (date of access: 20.08.2025).
- Cernovsky Z. Color preference and MMPI scores of alcohol and drug addicts. *Journal of clinical psychology*, 1986. Vol. 42. № 4. P. 663–668. URL: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198607\)42:4%3C663::aid-jclp2270420423%3E3.0.co;2-#](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198607)42:4%3C663::aid-jclp2270420423%3E3.0.co;2-#) (date of access: 20.08.2025).
- Cernovsky Z. Z., Haggarty J., Kermeen P. Lüscher color preferences of arctic inuit and of southern Canadians. *Perceptual and motor skills*, 1998. Vol. 86. № 3_suppl. P. 1171–1176. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.1998.86.3c.1171> (date of access: 20.08.2025).
- Cohen J., Feigenbaum L. The assumption of additivity on the szondi test. *Journal of projective techniques*, 1954. Vol. 18. № 1. P. 11–16. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380529> (date of access: 20.08.2025).
- Cole D. The reliability of a single Szondi profile. *Journal of clinical psychology*, 1951. Vol. 7. № 4. P. 383–384. URL: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(195110\)7:4%3C383::aid-jclp2270070418%3E3.0.co;2-v](https://doi.org/10.1002/1097-4679(195110)7:4%3C383::aid-jclp2270070418%3E3.0.co;2-v) (date of access: 20.08.2025).
- Coulter W. M. The szondi test and the prediction of antisocial behavior. *Journal of projective techniques*, 1959. Vol. 23. № 1. P. 24–29. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1959.10380891> (date of access: 20.08.2025).
- David H. P. A szondi test bibliography, 1939–1953. *Journal of projective techniques*, 1954. Vol. 18. № 1. P. 17–32. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380530> (date of access: 20.08.2025).
- Deri S. K. Differential diagnosis of delinquents with the szondi test. *Journal of projective techniques*, 1954. Vol. 18. № 1. P. 33–41. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380531> (date of access: 20.08.2025).
- Diagnostic and statistical manual of mental disorders. 5th ed. Amer Psychiatric Pub Inc, 2022. 1050 p. URL: <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>.
- Donnelly F. A. The luscher color test: reliability and selection preferences by college students. *Psychological reports*, 1974. Vol. 34. № 2. P. 635–638. URL: <https://doi.org/10.2466/pr0.1974.34.2.635> (date of access: 20.08.2025).
- Evers A. et al. Testing practices in the 21st century. *European psychologist*, 2012. Vol. 17. № 4. P. 300–319. URL: <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000102> (date of access: 20.08.2025).
- Fleishman M. The discriminative power of szondi's quotient of tendency tension. *Journal of projective techniques*, 1954. Vol. 18. № 1. P. 42–46. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380532> (date of access: 20.08.2025).
- Fleishman M. The discriminative power of szondi's syndromes. *Journal of consulting psychology*, 1954. Vol. 18. № 2. P. 89–95. URL: <https://doi.org/10.1037/h0054003> (date of access: 20.08.2025).
- Frank L. K. Projective methods for the study of personality. *The journal of psychology*, 1939. Vol. 8. № 2. P. 389–413. URL: <https://doi.org/10.1080/00223980.1939.9917671> (date of access: 20.08.2025).
- French C. A., Alexander A. B. The luscher color test: an investigation of validity and underlying assumptions. *Journal of personality assessment*, 1972. Vol. 36. № 4. P. 361–365. URL: <https://doi.org/10.1080/00223891.1972.10119772> (date of access: 20.08.2025).
- Freud A. The ego and the mechanisms of defence. New York : International Universities Press, 1954. 196 p.
- Freud S. Totem and taboo. Norton & Co., 1950. 201 p.

- Garb H. N. et al. Effective use of projective techniques in clinical practice: let the data help with selection and interpretation. *Professional psychology: research and practice*, 2002. Vol. 33. № 5. P. 454–463. URL: <https://doi.org/10.1037/0735-7028.33.5.454> (date of access: 20.08.2025).
- Garb H. N. Incremental validity and the assessment of psychopathology in adults. *Psychological assessment*, 2003. Vol. 15. № 4. P. 508–520. URL: <https://doi.org/10.1037/1040-3590.15.4.508> (date of access: 20.08.2025).
- Gilanig G. et al. A robust method of bipolar mental illness detection from facial micro expressions using machine learning methods. *Intelligent automation & soft computing*, 2024. P. 1–10. URL: <https://doi.org/10.32604/iasc.2024.041535> (date of access: 20.08.2025).
- Guertin W. H. A consideration of factor loadings on the Szondi test. *Journal of clinical psychology*, 1950. Vol. 6. № 3. P. 262–266. URL: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(195007\)6:3%3C262::aid-jclp2270060309%3E3.0.co;2-w](https://doi.org/10.1002/1097-4679(195007)6:3%3C262::aid-jclp2270060309%3E3.0.co;2-w) (date of access: 20.08.2025).
- Guertin W. H. A test of a basic assumption of the szondi. *Journal of consulting psychology*, 1950. Vol. 14. № 5. P. 404–407. URL: <https://doi.org/10.1037/h0054354> (date of access: 20.08.2025).
- Guertin W. H., McMahan H. G. A survey of szondi research. *American journal of psychiatry*, 1951. Vol. 108. № 3. P. 180–184. URL: <https://doi.org/10.1176/ajp.108.3.180> (date of access: 20.08.2025).
- Guertin W. H., Rabin A. I. The Szondi test as a forced-choice technique. *Journal of clinical psychology*, 1952. Vol. 8. № 2. P. 161–164. URL: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(195204\)8:2%3C161::aid-jclp2270080213%3E3.0.co;2-f](https://doi.org/10.1002/1097-4679(195204)8:2%3C161::aid-jclp2270080213%3E3.0.co;2-f) (date of access: 20.08.2025).
- Hamilton J. T. A study of incidental stimulus values in the Szondi test. *Journal of clinical psychology*, 1959. Vol. 15. № 3. P. 322–324. URL: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(195907\)15:3%3C322::aid-jclp2270150330%3E3.0.co;2-n](https://doi.org/10.1002/1097-4679(195907)15:3%3C322::aid-jclp2270150330%3E3.0.co;2-n) (date of access: 20.08.2025).
- Holmes C. B. et al. Relationship between the luscher color test and the MMPI. *Journal of clinical psychology*, 1984. Vol. 40. № 1. P. 126–128. URL: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198401\)40:1%3C126::aid-jclp2270400123%3E3.0.co;2-a](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198401)40:1%3C126::aid-jclp2270400123%3E3.0.co;2-a) (date of access: 20.08.2025).
- Holmes C. B. et al. The Barnum effect in Luscher color test interpretation. *Journal of clinical psychology*, 1986. Vol. 42. № 1. P. 133–136. URL: [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198601\)42:1%3C133::aid-jclp2270420122%3E3.0.co;2-7](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198601)42:1%3C133::aid-jclp2270420122%3E3.0.co;2-7) (date of access: 20.08.2025).
- Holmes C. B., Buchanan J. A. Comparison of spontaneous color preference and luscher color test choice. *Perceptual and motor skills*, 1984. Vol. 58. № 2. P. 614. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.1984.58.2.614> (date of access: 20.08.2025).
- Holmes C. B., Fouty H. E., Wurtz P. J. Choice of luscher's color violet in a psychiatric sample. *Perceptual and motor skills*, 1985. Vol. 60. № 2. P. 402. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.1985.60.2.402> (date of access: 20.08.2025).
- Holmes D. S. Projection as a defense mechanism. *Psychological bulletin*, 1978. Vol. 85. № 4. P. 677–688. URL: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.85.4.677> (date of access: 20.08.2025).
- Hostalet N. et al. Face-brain correlates as potential sex-specific biomarkers for schizophrenia and bipolar disorder. *Psychiatry research*, 2024. P. 116027. URL: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116027> (date of access: 20.08.2025).
- Kaldegg A. An account of the szondi test. *Journal of mental science*, 1951. Vol. 97. № 408. P. 555–566. URL: <https://doi.org/10.1192/bjp.97.408.555> (date of access: 20.08.2025).
- Klopfer W. G., Borstelmann L. J. The associative valences of the szondi pictures. *Journal of personality*, 1950. Vol. 19. № 2. P. 172–188. URL: <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1950.tb01094.x> (date of access: 20.08.2025).
- Koocher G. P. et al. Discredited assessment and treatment methods used with children and adolescents: a delphi poll/ *Journal of clinical child & adolescent psychology*, 2014. Vol. 44. № 5. P. 722–729. URL: <https://doi.org/10.1080/15374416.2014.895941> (date of access: 20.08.2025).
- Krinsky M. L. The szondi test in a psychological battery: two case studies. *Journal of projective techniques*, 1954. Vol. 18. № 1. P. 47–59. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380533> (date of access: 20.08.2025).
- Kuloğlu M. et al. Color and number preferences of patients with psychiatric disorders in eastern turkey. *Perceptual and motor skills*, 2002. Vol. 94. № 1. P. 207–213. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.2002.94.1.207> (date of access: 20.08.2025).
- Lack C. W., Thomason S. P. Projective personality assessment of anxiety: a critical appraisal. *Handbook of assessing variants and complications in anxiety disorders*. New York, NY, 2013. P. 203–216. URL: https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6452-5_13 (date of access: 20.08.2025).
- Ledford R. S., Hoke W. E. Self-Report as a validity check for the luscher color test. *Perceptual and motor skills*, 1981. Vol. 53. № 2. P. 545–546. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.1981.53.2.545> (date of access: 20.08.2025).
- Lilienfeld S. O. et al. What's wrong with this picture? *Scientific american mind*, 2005. Vol. 16. №1. P. 50–57. URL: <https://doi.org/10.1038/scientificamericanmind0405-50> (date of access: 20.08.2025).
- Lilienfeld S. O., Wood J. M., Garb H. N. The scientific status of projective techniques. *Psychological science in the public interest*, 2000. Vol. 1. № 2. P. 27–66. URL: <https://doi.org/10.1111/1529-1006.002> (date of access: 20.08.2025).
- Lüscher M. The Lüscher color test / trans. from German by I. A. Scott. New York : Random House, 1970. 187 p.
- McAloon M., Lester D. The luscher color test as a measure of anxiety in juvenile delinquents. *Psychological reports*, 1979. Vol. 45. № 1. P. 228. URL: <https://doi.org/10.2466/pr0.1979.45.1.228> (date of access: 20.08.2025).
- Mihura J. L. et al. Standards, accuracy, and questions of bias in rorschach meta-analyses: reply to wood, garb, nezowski, lilienfeld, and duke. *Psychological bulletin*, 2015. Vol. 141. №1. P. 250–260. URL: <https://doi.org/10.1037/a0038445> (date of access: 20.08.2025).
- Mihura J. L. et al. The validity of individual rorschach variables: systematic reviews and meta-analyses of the comprehensive system. *Psychological bulletin*, 2013. Vol. 139. № 3. P. 548–605. URL: <https://doi.org/10.1037/a0029406> (date of access: 20.08.2025).
- Moser U. The determination of the relative strength of masculine-feminine drives by means of the szondi procedure. *Journal of projective techniques*, 1954. Vol. 18. № 1. P. 75–88. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380533> (date of access: 20.08.2025).
- Neal et al. Psychological assessments in legal contexts: are courts keeping “junk science” out of the courtroom? *Psychological science in the public interest*, 2019. Vol. 20. № 3. P. 135–164. URL: <https://doi.org/10.1177/1529100619888860> (date of access: 20.08.2025).
- Negri A., Ongis M. Stimulus features of the object relations technique affecting the linguistic qualities of individuals' narratives. *Journal of psycholinguistic research*, 2021. Vol. 50. № 1.

- P. 65–83. URL: <https://doi.org/10.1007/s10936-021-09764-5> (date of access: 20.08.2025).
- Norcross J. C., Koocher G. P., Garofalo A. Discredited psychological treatments and tests: a Delphi poll. *Professional psychology: research and practice*, 2006. Vol. 37. № 5. P. 515–522. URL: <https://doi.org/10.1037/0735-7028.37.5.515> (date of access: 20.08.2025).
- Noser E. Facial appearance and its association with biopsychosocial parameters in healthy men : thesis. Zurich, 2017. 120 p.
- Paluchowski J., Stemplewska-Żakowicz K. The reliability of projective techniques as tools of psychological assessment. Part 1: why it is unjustified to describe some of them as projective? *Problems of forensic sciences*, 2013. Vol. 93. P. 421–437.
- Picco R. D., Dzindolet M. T. Examining the Lüscher color test. *Perceptual and motor skills*, 1994. Vol. 79. № 3_suppl. P. 1555–1558. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.1994.79.3f.1555> (date of access: 20.08.2025).
- Piotrowski C. Projective techniques usage worldwide: a review of applied settings 1995–2015. *Journal of the Indian academy of applied psychology*, 2015. Vol. 41. № 3. P. 9–19.
- Piotrowski C. Thematic apperception techniques (TAT, CAT) in assessment: a summary review of 67 survey-based studies of training and professional settings. *Journal of projective psychology & mental health*, 2017. Vol. 24. № 1. P. 3–17.
- Rabin A. I. Genetic factors in the selection and rejection of Szondi's pictures: a study of twins. *American journal of orthopsychiatry*, 1952. Vol. 22. № 3. P. 551–556. URL: <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1952.tb03951.x> (date of access: 20.08.2025).
- Rabin A. I. Szondi's pictures: identification of diagnoses. *The journal of abnormal and social psychology*, 1950. Vol. 4. № 2. P. 392–395. URL: <https://doi.org/10.1037/h0056175> (date of access: 20.08.2025).
- Santillo et al. Projective in time: a systematic review on the use of construction projective techniques in the digital era—beyond inkblots. *Children*, 2025. Vol. 12. № 4. P. 406. URL: <https://doi.org/10.3390/children12040406> (date of access: 20.08.2025).
- Schubert J. The stimulus value of the szondi pictures: a theoretical and empirical study. *Journal of projective techniques*, 1954. Vol. 18. № 1. P. 95–106. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380537> (date of access: 20.08.2025).
- Science and pseudoscience in clinical psychology / ed. by S. O. Lilienfeld, S. J. Lynn, J. M. Lohr. 2nd ed. The Guilford Press, 2014. 548 p.
- Seefeldt F. M. The luscher color test: sex differences in color preference. *Perceptual and motor skills*, 1979. Vol. 48. № 3. P. 896–898. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.1979.48.3.896> (date of access: 20.08.2025).
- Short P. L. Experiments on the rationale of the szondi test. *Journal of mental science*, 1954. Vol. 100. № 419. P. 384–392. URL: <https://doi.org/10.1192/bjp.100.419.384> (date of access: 20.08.2025).
- Silver N. C. et al. Sex and racial differences in color and number preferences. *Perceptual and motor skills*, 1988. Vol. 66. № 1. P. 295–299. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.1988.66.1.295> (date of access: 20.08.2025).
- Silverstein A. B. “Diagnosing” Szondi's pictures. *Journal of projective techniques*, 1957. Vol. 21. № 4. P. 396–398. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1957.10380807> (date of access: 20.08.2025).
- Steinberg A. Szondi's pictures: discrimination of diagnoses as a function of psychiatric experience and of internal consistency. *Journal of projective techniques*, 1953. Vol. 17. № 3. P. 340–348. URL: <https://doi.org/10.1080/08853126.1953.10380497> (date of access: 20.08.2025).
- Stemplewska-Żakowicz K., Paluchowski J. The reliability of projective techniques as tools of psychological assessment. Part 2: the tree test. *Problems of forensic sciences*, 2013. Vol. 94. P. 520–534.
- Stimpson D. V., Stimpson M. F. Relation of personality characteristics and color preferences. *Perceptual and motor skills*, 1979. Vol. 49. № 1. P. 60–62. URL: <https://doi.org/10.2466/pms.1979.49.1.60> (date of access: 20.08.2025).
- Thiry B., Parete S. Validité prédictive du test de Szondi dans l'évaluation de la psychopathie. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 2016. Vol. 174. № 6. P. 456–460. URL: <https://doi.org/10.1016/j.amp.2014.12.016> (date of access: 20.08.2025).
- Tibon Czopp S., Zeligman R. The Rorschach comprehensive system (CS) psychometric validity of individual variables. *Journal of personality assessment*, 2016. Vol. 98. № 4. P. 335–342. URL: <https://doi.org/10.1080/00223891.2015.1131162> (date of access: 20.08.2025).
- Wallen R. Factors affecting the choice of certain szondi test pictures. *Journal of consulting psychology*, 1951. Vol. 15. № 3. P. 210–215. URL: <https://doi.org/10.1037/h0057513> (date of access: 20.08.2025).
- Ward R., Scott N. J. Cues to mental health from men's facial appearance. *Journal of research in personality*, 2018. Vol. 75. P. 26–36. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2018.04.007> (date of access: 20.08.2025).
- Wood J. M. et al. A second look at the validity of widely used rorschach indices: comment on mihura, meyer, dumitrascu, and bombel. *Psychological bulletin*, 2015. Vol. 141. № 1. P. 236–249. URL: <https://doi.org/10.1037/a0036005> (date of access: 20.08.2025).
- Wood J. M. et al. The misperception of psychopathology: problems with the norms of the comprehensive system for the rorschach. *Clinical psychology: science and practice*, 2006. Vol. 8. № 3. P. 350–373. URL: <https://doi.org/10.1093/clippsy.8.3.350> (date of access: 20.08.2025).
- World Health Organization. Eleventh revision of the international classification of diseases adopted by the world health assembly (WHA72). World Health Organization, 2019. URL: <https://www.who.int/publications/m/item/eleventh-revision-of-the-international-classification-of-diseases-adoption-wha72>.

Y. KORKOS (Yaroslav Korkos)

PhD in Psychology,

Lecturer of the Department of Practical Psychology,

Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University,

18/2, Shamo Str., Kyiv, Ukraine,

E-mail: y.korkos@kubg.edu.ua

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5718-4053>

CRITICAL REVIEW OF PSYCHOMETRIC PROJECTIVE TECHNIQUES PROPERTIES: THE LÜSCHER COLOR AND THE SZONDI TEST CASES

The article presents a critical analysis of two widely used projective techniques psychometric properties: the Luscher Color Test and the Szondi Test. The study aimed to synthesize data on their validity, reliability, and theoretical foundations through a scientific sources review (Scopus, PubMed, Google Scholar). Results indicate that the Luscher Test demonstrates low convergent validity (no correlations with MMPI, IPAT), unstable test-retest reliability (mean $r \approx 0.33$ – 0.37), and lack of measurement invariance due to cultural, gender, and age influences on color preferences. Effects of social desirability and the Barnum effect were identified. The Szondi Test exhibits significant stimulus validity issues (photo selection driven by visual characteristics/social stereotypes), unconfirmed criterion validity (minimal correlation with PCL-R), undefined factor structure, and low test-retest reliability. Its theoretical basis (genotropism) contradicts modern classifications of mental disorders (DSM-5-TR, ICD-11). Both instruments, alongside other projective techniques (e.g., Koch's Tree Test), are labeled by researchers as "probably" or "certainly discredited" due to insufficient psychometric soundness evidence. Their use risks misdiagnosis, erroneous expert conclusions (including in legal settings), and undermines psychology's scientific credibility. The conclusion emphasizes that developers bear responsibility for demonstrating scientific validity, and only tools with empirically confirmed psychometric properties are suitable for professional application.

Keywords: *projective techniques, Luscher test, Szondi test, psychometrics, validity, reliability, discredited tests, critical review.*

References

- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.; DSM 5 TR). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- Ancelin, A. E., Duchêne, H., & Schutzenberger, M. P. (1950). Recherches critiques sur la théorie et le test de L. Szondi. *Enfance*, 3(1), 65–73. <https://doi.org/10.3406/enfan.1950.1163>
- Areh, I., Verkamp, F., & Allan, A. (2021). Critical review of the use of the Rorschach in European courts. *Psychiatry, Psychology and Law*, 1–23. <https://doi.org/10.1080/13218719.2021.1894260>
- Baumeister, R. F., Dale, K., & Sommer, K. L. (1998). Freudian defense mechanisms and empirical findings in modern social psychology: reaction formation, projection, displacement, undoing, isolation, sublimation, and denial. *Journal of Personality*, 66(6), 1081–1124. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.00043>
- Birouste, J., Garemi, R., Hauc, G., & Henry, M. (1992). Test de Szondi. Théorie pathoanalytique et méthode clinique. *Bulletin De Psychologie*, 45(406), 501–513. <https://doi.org/10.3406/bupsy.1992.14168>
- Bohm, E. (1963). Un cas de travestisme masochique vu à travers les tests de Rorschach et de Szondi, suivi d'une comparaison de base des épreuves. *Bulletin De Psychologie*, 17(225), 388–405. <https://doi.org/10.3406/bupsy.1963.9158>
- Braun, C. M. J., & Bonta, J. L. (1979). Cross-Cultural validity, reliability, and stimulus characteristics of the Luscher color test. *Journal of Personality Assessment*, 43(5), 459–460. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4305_3
- Cernovsky, Z. (1986). Color preference and MMPI scores of alcohol and drug addicts. *Journal of Clinical Psychology*, 42(4), 663–668. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198607\)42:4%3C663::aid-jclp2270420423%3E3.0.co;2-#](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198607)42:4%3C663::aid-jclp2270420423%3E3.0.co;2-#)
- Cernovsky, Z. Z., Haggarty, J., & Kermeen, P. (1998). Luscher color preferences of arctic inuit and of southern Canadians. *Perceptual and Motor Skills*, 86(3), 1171–1176. <https://doi.org/10.2466/pms.1998.86.3c.1171>
- Cohen, J., & Feigenbaum, L. (1954). The assumption of additivity on the Szondi test. *Journal of Projective Techniques*, 18(1), 11–16. <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380529>
- Cole, D. (1951). The reliability of a single Szondi profile. *Journal of Clinical Psychology*, 7(4), 383–384. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(195110\)7:4%3C383::aid-jclp2270070418%3E3.0.co;2-v](https://doi.org/10.1002/1097-4679(195110)7:4%3C383::aid-jclp2270070418%3E3.0.co;2-v)
- Coulter, W. M. (1959). The Szondi test and the prediction of antisocial behavior. *Journal of Projective Techniques*, 23(1), 24–29. <https://doi.org/10.1080/08853126.1959.10380891>
- David, H. P. (1954). A Szondi test bibliography, 1939–1953. *Journal of Projective Techniques*, 18(1), 17–32.
- Deri, S. K. (1954). Differential diagnosis of delinquents with the Szondi test. *Journal of Projective Techniques*, 18(1), 33–41. <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380531>
- Donnelly, F. A. (1974). The Luscher color test: Reliability and selection preferences by college students. *Psychological Reports*, 34(2), 635–638. <https://doi.org/10.2466/pr0.1974.34.2.635>
- Evers, A., Muñoz, J., Bartram, D., Boben, D., Egeland, J., Fernández-Hermida, J. R., Frans, Ö., Gintiliené, G., Hagemester, C., Halama, P., Iliescu, D., Jaworowska, A., Jiménez, P., Manthouli, M., Matesic, K., Schittekatte, M., Sümer, H. C., & Urbánek, T. (2012). Testing practices in the 21st century. *European Psychologist*, 17(4), 300–319. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000102>
- Fleishman, M. (1954a). The discriminative power of Szondi's quotient of tendency tension. *Journal of Projective Techniques*, 18(1), 42–46. <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380532>
- Fleishman, M. (1954b). The discriminative power of Szondi's syndromes. *Journal of Consulting Psychology*, 18(2), 89–95. <https://doi.org/10.1037/h0054003>
- Frank, L. K. (1939). Projective methods for the study of personality. *The Journal of Psychology*, 8(2), 389–413. <https://doi.org/10.1080/00223980.1939.9917671>
- French, C. A., & Alexander, A. B. (1972). The Luscher Color Test: An Investigation of Validity and Underlying Assumptions. *Journal of Personality Assessment*, 36(4), 361–365. <https://doi.org/10.1080/00223891.1972.10119772>
- Freud, A. (1954). *The ego and the mechanisms of defence*. International Universities Press.
- Freud, S. (1950). *Totem and taboo*. Norton & Co.
- Garb, H. N. (2003). Incremental validity and the assessment of psychopathology in adults. *Psychological Assessment*, 15(4), 508–520. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.15.4.508>
- Garb, H. N., Wood, J. M., Lilienfeld, S. O., & Nezworski, M. T. (2002). Effective use of projective techniques in clinical practice: Let the data help with selection and interpretation. *Professional Psychology: Research and Practice*, 33(5), 454–463. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.33.5.454>
- Gilan, G., Cheema, S., Latif, A., Saher, A., Ahsan, M., Ullah, H., & Oommen, D. (2024). A robust method of bipolar mental illness detection from facial micro expressions using machine learning methods. *Intelligent Automation & Soft Computing*, 1–10. <https://doi.org/10.32604/iasc.2024.041535>
- Guertin, W. H. (1950). A consideration of factor loadings on the Szondi test. *Journal of Clinical Psychology*, 6(3), 262–266. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(195007\)6:3%3C262::aid-jclp2270060309%3E3.0.co;2-w](https://doi.org/10.1002/1097-4679(195007)6:3%3C262::aid-jclp2270060309%3E3.0.co;2-w)

- Guertin, W. H. (1950). A test of a basic assumption of the Szondi. *Journal of Consulting Psychology*, 14(5), 404–407. <https://doi.org/10.1037/h0054354>
- Guertin, W. H., & McMahan, H. G. (1951). A survey of Szondi research. *American Journal of Psychiatry*, 108(3), 180–184. <https://doi.org/10.1176/ajp.108.3.180>
- Guertin, W. H., & Rabin, A. I. (1952). The Szondi test as a forced-choice technique. *Journal of Clinical Psychology*, 8(2), 161–164. [http://dx.doi.org/10.1002/1097-4679\(195204\)8:2%3C161::aid-jclp2270080213%3E3.0.co;2-f](http://dx.doi.org/10.1002/1097-4679(195204)8:2%3C161::aid-jclp2270080213%3E3.0.co;2-f)
- Hamilton, J. T. (1959). A study of incidental stimulus values in the Szondi test. *Journal of Clinical Psychology*, 15(3), 322–324. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(195907\)15:3%3C322::aid-jclp2270150330%3E3.0.co;2-n](https://doi.org/10.1002/1097-4679(195907)15:3%3C322::aid-jclp2270150330%3E3.0.co;2-n)
- Holmes C. B., Buchanan J. A., Dungan D. S., Reed T. (1986) The Barnum effect in Luscher color test interpretation. *Journal of Clinical Psychology*, 42, 133–135. [http://dx.doi.org/10.1002/1097-4679\(198601\)42:1%3C133::aid-jclp2270420122%3E3.0.co;2-7](http://dx.doi.org/10.1002/1097-4679(198601)42:1%3C133::aid-jclp2270420122%3E3.0.co;2-7)
- Holmes, C. B., & Buchanan, J. A. (1984). Comparison of spontaneous color preference and Luscher color test choice. *Perceptual and Motor Skills*, 58(2), 614. <http://dx.doi.org/10.2466/pms.1984.58.2.614>
- Holmes, C. B., Fouty, H. E., & Wurtz, P. J. (1985). Choice of Luscher's color violet in a psychiatric sample. *Perceptual and Motor Skills*, 60(2), 402. <http://dx.doi.org/10.2466/pms.1985.60.2.402>
- Holmes, C. B., Wurtz, P. J., Waln, R. F., Dungan, D. S., & Joseph, C. A. (1984). Relationship between the Luscher color test and the MMPI. *Journal of Clinical Psychology*, 40(1), 126–128. [https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198401\)40:1%3C126::aid-jclp2270400123%3E3.0.co;2-a](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198401)40:1%3C126::aid-jclp2270400123%3E3.0.co;2-a)
- Holmes, D. S. (1978). Projection as a defense mechanism. *Psychological Bulletin*, 85(4), 677–688. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.85.4.677>
- Hostalet, N., González, A., Salgado-Pineda, P., González-Colom, R., Canales-Rodríguez, E. J., Aguirre, C., Guerrero-Pedraza, A., Llanos-Torres, M., Salvador, R., Pomarol-Clotet, E., Sevillano, X., Martínez-Abadías, N., & Fatjó-Vilas, M. (2024). Face-brain correlates as potential sex-specific biomarkers for schizophrenia and bipolar disorder. *Psychiatry Research*, 116027. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116027>
- Kaldegg, A. (1951). An account of the Szondi test. *Journal of Mental Science*, 97(408), 555–566. <https://doi.org/10.1192/bjp.97.408.555>
- Klopfer, W. G., & Borstelmann, L. J. (1950). The associative valences of the Szondi pictures. *Journal of Personality*, 19(2), 172–188. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1950.tb01094.x>
- Koocher, G. P., McMann, M. R., Stout, A. O., & Norcross, J. C. (2014). Discredited assessment and treatment methods used with children and adolescents: A Delphi poll. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 44(5), 722–729. <https://doi.org/10.1080/15374416.2014.895941>
- Krimsky, M. L. (1954). The Szondi test in a psychological battery: Two case studies. *Journal of Projective Techniques*, 18(1), 47–59. <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380533>
- Kuloğlu, M., Atmaca, M., Tezcan, A. E., Unal, A., & Gecici, O. (2002). Color and number preferences of patients with psychiatric disorders in eastern turkey. *Perceptual and Motor Skills*, 94(1), 207–213. <https://doi.org/10.2466/pms.2002.94.1.207>
- Lack, C. W., & Thomason, S. P. (2013). Projective personality assessment of anxiety: A critical appraisal. *Handbook of assessing variants and complications in anxiety disorders* (c. 203–216). Springer New York. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-6452-5_13
- Ledford, R. S., & Hoke, W. E. (1981). Self-Report as a validity check for the Lüscher color test. *Perceptual and Motor Skills*, 53(2), 545–546. <https://doi.org/10.2466/pms.1981.53.2.545>
- Lilienfeld, S. O., Wood, J. M., & Garb, H. N. (2000). The scientific status of projective techniques. *Psychological Science in the Public Interest*, 1(2), 27–66. <https://doi.org/10.1111/1529-1006.002>
- Lilienfeld, S. O., Wood, J. M., & Garb, H. N. (2005). What's wrong with this picture? *Scientific American Mind*, 16(1), 50–57. <https://doi.org/10.1038/scientificamericanmind0405-50>
- Lilienfeld, S., Lynn, S., & Lohr, J. (Eds.). (2014). *Science and pseudoscience in clinical psychology*. The Guilford Press.
- Luscher, M. (1970). *The Lüscher color test* (I. A. Scott, Trans.). Random House.
- McAloon, M., & Lester, D. (1979). The Lüscher color test as a measure of anxiety in juvenile delinquents. *Psychological Reports*, 45(1), 228. <http://dx.doi.org/10.2466/pr0.1979.45.1.228>
- Mihura, J. L., Meyer, G. J., Bombel, G., & Dumitrascu, N. (2015). Standards, accuracy, and questions of bias in Rorschach meta-analyses: Reply to Wood, Garb, Nezworski, Lilienfeld, and Duke (2015). *Psychological Bulletin*, 141(1), 250–260. <https://doi.org/10.1037/a0038445>
- Mihura, J. L., Meyer, G. J., Dumitrascu, N., & Bombel, G. (2013). The validity of individual Rorschach variables: Systematic reviews and meta-analyses of the comprehensive system. *Psychological Bulletin*, 139(3), 548–605. <https://doi.org/10.1037/a0029406>
- Moser, U. (1954). The determination of the relative strength of masculine-feminine drives by means of the Szondi procedure. *Journal of Projective Techniques*, 18(1), 75–88. <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380535>
- Neal, T. M. S., Slobogin, C., Saks, M. J., Faigman, D. L., & Geisinger, K. F. (2019). Psychological assessments in legal contexts: Are courts keeping “junk science” out of the courtroom? *Psychological Science in the Public Interest*, 20(3), 135–164. <https://doi.org/10.1177/1529100619888860>
- Negri, A., & Ongis, M. (2021). Stimulus features of the object relations technique affecting the linguistic qualities of individuals' narratives. *Journal of Psycholinguistic Research*, 50(1), 65–83. <https://doi.org/10.1007/s10936-021-09764-5>
- Norcross, J. C., Koocher, G. P., & Garofalo, A. (2006). Discredited psychological treatments and tests: A Delphi poll. *Professional Psychology: Research and Practice*, 37(5), 515–522. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.37.5.515>
- Noser, E. (2017). *Facial appearance and its association with bio-psychosocial parameters in healthy men*. University of Zurich.
- Paluchowski, J. & Stemplewska-Żakowicz, K. (2013). The reliability of projective techniques as tools of psychological assessment. Part 1: Why it is unjustified to describe some of them as projective? *Problems of Forensic Sciences*, 93, 421–437.
- Picco, R. D., & Dzindolet, M. T. (1994). Examining the Lüscher color test. *Perceptual and motor skills*, 79(3), 1555–1558. <https://doi.org/10.2466/pms.1994.79.3f.1555>
- Piotrowski, C. (2015). Projective techniques usage worldwide: A review of applied settings 1995–2015. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 41(3), 9–19.
- Piotrowski, C. (2017). Thematic apperception techniques (TAT, CAT) in assessment: A summary review of 67 survey-based studies of training and professional settings. *Journal of Projective Psychology & Mental Health*, 24(1), 3–17.
- Rabin, A. I. (1950). Szondi's pictures: Identification of diagnoses. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 45(2), 392–395. <https://doi.org/10.1037/h0056175>

- Rabin, A. I. (1952). Genetic factors in the selection and rejection of Szondi's pictures: A study of twins. *American Journal of Orthopsychiatry*, 22(3), 551–556. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1952.tb03951.x>
- Santillo, G., Morra, R. C., Esposito, D., & Romani, M. (2025). Projective in time: A systematic review on the use of construction projective techniques in the digital era—beyond inkblots. *Children*, 12(4), 406. <https://doi.org/10.3390/children12040406>
- Schubert, J. (1954). The stimulus value of the Szondi pictures: A theoretical and empirical study. *Journal of Projective Techniques*, 18(1), 95–106. <https://doi.org/10.1080/08853126.1954.10380537>
- Seefeldt, F. M. (1979). The Lüscher color test: Sex differences in color preference. *Perceptual and Motor Skills*, 48(3), 896–898. <https://doi.org/10.2466/pms.1979.48.3.896>
- Short, P. L. (1954). Experiments on the rationale of the Szondi test. *Journal of Mental Science*, 100(419), 384–392. <https://doi.org/10.1192/bjp.100.419.384>
- Silver, N. C., McCulley, W. L., Chambliss, L. N., Charles, C. M., Smith, A. A., Waddell, W. M., & Winfield, E. B. (1988). Sex and racial differences in color and number preferences. *Perceptual and Motor Skills*, 66(1), 295–299. <https://doi.org/10.2466/pms.1988.66.1.295>
- Silverstein, A. B. (1957). “Diagnosing” Szondi's pictures. *Journal of Projective Techniques*, 21(4), 396–398. <https://doi.org/10.1080/08853126.1957.10380807>
- Steinberg, A. (1953). Szondi's pictures: Discrimination of diagnoses as a function of psychiatric experience and of internal consistency. *Journal of Projective Techniques*, 17(3), 340–348. <https://doi.org/10.1080/08853126.1953.10380497>
- Stemplewska-Zakowicz, K. & Paluchowski, Jacek. (2013). The reliability of projective techniques as tools of psychological assessment. Part 2: The tree test. *Problems of Forensic Sciences*, 94, 520–534.
- Stimpson, D. V., & Stimpson, M. F. (1979). Relation of personality characteristics and color preferences. *Perceptual and Motor Skills*, 49(1), 60–62. <https://doi.org/10.2466/pms.1979.49.1.60>
- Thiry, B., & Parete, S. (2016). Validité prédictive du test de Szondi dans l'évaluation de la psychopathie. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 174(6), 456–460. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2014.12.016>
- Tibon-Czopp, S., & Zeligman, R. (2016). The Rorschach comprehensive system (CS) psychometric validity of individual variables. *Journal of Personality Assessment*, 98(4), 335–342. <https://doi.org/10.1080/00223891.2015.1131162>
- VandenBos, G. R. (Ed.). (2015). *APA dictionary of psychology* (2nd ed.). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14646-000>
- Wallen, R. (1951). Factors affecting the choice of certain Szondi test pictures. *Journal of Consulting Psychology*, 15(3), 210–215. <https://doi.org/10.1037/h0057513>
- Ward, R., & Scott, N. J. (2018). Cues to mental health from men's facial appearance. *Journal of Research in Personality*, 75, 26–36. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2018.04.007>
- Wood, J. M., Garb, H. N., Nezworski, M. T., Lilienfeld, S. O., & Duke, M. C. (2015). A second look at the validity of widely used Rorschach indices: Comment on Mihura, Meyer, Dumitrascu, and Bombel (2013). *Psychological Bulletin*, 141(1), 236–249. <https://doi.org/10.1037/a0036005>
- Wood, J. M., Teresa, P. M., Garb, H. N., & Lilienfeld, S. O. (2006). The misperception of psychopathology: Problems with the norms of the comprehensive system for the Rorschach. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 8(3), 350–373. <https://doi.org/10.1093/clipsy.8.3.350>
- World Health Organization. (2019). *Eleventh revision of the International Classification of Diseases adopted by the World Health Assembly* (WHA72). <https://www.who.int/publications/m/item/eleventh-revision-of-the-international-classification-of-diseases-adoption-wha72>

Конфлікт інтересів: автор заявляє про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The author declares that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 21.08.2025 (The article was received by the editors 21.08.2025)

Стаття рекомендована до друку 18.02.2026 (The article is recommended for printing 18.02.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

УДК 159.9.072.59:159.942.2

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-13

І.В. КРЯЖ (Ірина Володимирівна Кряж)

доктор психологічних наук, доцент,
професор ЗВО кафедри прикладної психології,
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
майдан Свободи 4, Харків, Україна
E-mail: ikryazh@karazin.ua
<https://orcid.org/0000-0002-9616-5891>

І.М. ЛОГВІНЕНКО (Ірина Миколаївна Логвіненко)

магістрантка факультету психології,
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
майдан Свободи 4, Харків, Україна
E-mail: logvinco@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0000-8357-0161>

УКРАЇНОМОВНА АДАПТАЦІЯ ОПИТУВАЛЬНИКА ЕКЗИСТЕНЦІЙНОЇ ТРИВОГИ (EAQ) ДЛЯ ПІДЛІТКІВ

В статті подані результати розробки та перевірки українськомовної адаптації опитувальника екзистенційної тривоги EAQ для підлітків. До вибірки увійшли 141 учень 10-11 класів у віці 14-17 років ($M=15,8$ років, $SD=0,71$), з них 85 дівчат та 56 хлопців. В ході аналізу факторної структури опитувальника встановлено, що зворотні твердження, в яких йдеться про відсутність почуття провини, про покладання на долю, а також про відсутність сумнівів у колишніх смислах, заважають діагностичі екзистенційної тривоги. Запропоновано скорочений опитувальник з 7 пунктів, до якого включено шість тверджень з описом трьох типів проявів екзистенційної тривоги разом з твердженням про віру у сенс життя в цілому. Надано емпіричні підстави для розгляду екзистенційної тривоги як однофакторного конструкту. Підтверджено внутрішню узгодженість ($\omega = 0,76$) скороченої українськомовної версії опитувальника екзистенційної тривоги для підлітків (EAQ-UA). Помірні позитивні кореляції екзистенційної тривоги з показником тривоги за шкалою Бека та з показниками еко-тривоги, а також слабкіші за них негативна кореляція із задоволеністю життям та позитивна кореляція з негативними переживаннями підтверджують конвергентну валідність. Відсутність значущої кореляції з позитивними переживаннями та слабка кореляція з еко-румінаціями свідчать про дискримінантну валідність EAQ-UA.

Ключові слова: екзистенційна тривога, суб'єктивне благополуччя, еко-тривога, конфірмаційний факторний аналіз, психометрична оцінка, підлітковий вік

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Екзистенційна тривога є фундаментальним психологічним феноменом, що виникає внаслідок усвідомлення людиною обмеженості власного існування, свободи вибору, екзистенційної ізоляції та відсутності універсального сенсу життя (Yalom, 1980; Франкл, 2016). Екзистенційна тривога є тим внутрішнім імпульсом, який виникає під час зіткнення людини з життєвими кризами та складними обставинами, тоді як екзистенційні ресурси слугують засобами, що сприяють подоланню цих труднощів. У підлітковому віці цей стан набуває особливої гостроти через інтенсивні фізіологічні, когнітивні та соціальні зміни, що супроводжують формування самосвідомості, ідентичності та світогляду (Erikson, 1968). У цей період підлітки стикаються з новими можливостями та обмеженнями. Усвідомлення власної смертності та кінцевості буття, необхідність прийняття важливих життєвих рішень часто призводять до виникнення екзистенційної тривоги – глибокого почуття занепокоєння, пов'язаного з фундаментальними питаннями людського існування: зі свободою вибору, відповідальністю, смертю та сенсом життя, неминучим досвідом екзистенційної ізоляції та відсутністю єдиного,

об'єктивного сенсу життя. Як зазначає І. Ялом у своїй праці "Екзистенційна психотерапія": "Екзистенційна тривога є наслідком нашого зіткнення з "даностями" існування" (Yalom, 1980). В юності така тривога набуває особливої інтенсивності, що може проявлятися як у конструктивній рефлексії, так і у деструктивних формах, включаючи депресію чи суїцидальні думки (Weems et al., 2004).

Екзистенційна тривога, як фундаментальний психологічний конструкт, відображає емоційні реакції на онтологічні загрози людського існування, такі як смерть, безглуздість та фундаментальна самотність (Tillich, 1952; Glas, 2003). Цей феномен, вперше систематизований у філософсько-теологічних працях Пола Тілліха, набуває особливого значення в контексті сучасної психометрії, де вимірювання екзистенційних переживань сприяє глибшому розумінню психопатології, стресу та кризових станів (Yalom, 1980; Fuchs, 2013). У психологічній літературі екзистенційна тривога диференціюється від нейротичних форм тривоги, оскільки стосується не конкретних загроз, а базових аспектів буття, що робить її релевантною для клінічних, гуманістичних та екзистенціальних підходів до терапії (Cooper, 2003; Bruggen & Glas, 2014).

Як цитувати: Кряж, І.В., Логвіненко, І.М. (2026). Українськомовна адаптація опитувальника екзистенційної тривоги (EAQ) для підлітків. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 111-118. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-13>

In cites: Kryazh, I., Logvinenko, I. (2026). Ukrainian Existential Anxiety Questionnaire (EAQ) adaptation for Adolescents. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 111-118. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-13> (In Ukrainian)

© Кряж, І.В., Логвіненко, І.М., 2026; CC BY 4.0 license

Антропогенні екологічні зміни, такі як кліматичні кризи, руйнація природного оточення, стихійні лиха та їх соціально-економічні наслідки, ставлять під загрозу майбутнє людства, посилюючи екзистенційну тривогу (Weems et al., 2025). Певною групою ризику стає молодь, яка є більш вразливою до глобальних загроз (Cianconi et al., 2023). Дослідження показують, що екологічні стресові фактори, зокрема психотерапевтичні синдроми, спричинені зміною клімату, можуть активізувати екзистенційні страхи, пов'язані з невизначеністю майбутнього та відчуттям безсилля перед глобальними викликами (Cianconi et al., 2023). У цьому контексті підлітки, які переживають період кризи ідентичності, стають особливо чутливими до впливу зовнішніх факторів, таких як геополітична нестабільність, природні катастрофи, війна чи втрата близьких, що поглиблюють їхній психоемоційний дискомфорт та посилюють екзистенційну тривогу. Дослідження підлітків, які пережили стихійне лихо, встановили поширення екзистенційної тривоги та її зв'язок з посттравматичним стресовим розладом та симптомами депресії (Weems et al., 2016).

Для емпіричного вивчення екзистенційної тривоги розроблено низку вимірювальних інструментів, проаналізованих в огляді van Bruggen et al. (2014). Дослідницьким інструментом, який найбільшою мірою відповідає вимогам валідності та надійності й може бути взятий як основа для розробки нових шкал, було визнано Existential Anxiety Questionnaire (EAQ), розроблений Weems et al. (2004) на основі концептуалізації теорії Тіллха (van Bruggen et al., 2014; van Bruggen et al., 2017).

Опитувальник EAQ складається з 13 пунктів і охоплює три основні виміри: тривога смерті та долі, порожнеча та безглуздість, вина та засудження. Така трифакторна структура була підтверджена на кількох вибірках дорослих та вибірці старших підлітків (Weems et al., 2004; Berman et al., 2006). Психометрична перевірка оригінальної версії EAQ показала прийнятну внутрішню узгодженість опитувальника в цілому ($\alpha = 0.71$ та 0.76 для двох вибірок дорослих, 0.71 – у вибірці підлітків) та підтвердила конвергентну валідність через значні кореляції зі шкалами депресії, тривоги та дистресу, а також – у вибірці підлітків – зі шкалами ідентичності (Weems et al., 2004; Scott & Weems, 2013). Хоча надійність кожної з трьох субшкал окремо (тривога смерті та долі, порожнеча та безглуздість, вина та засудження) не була підтверджена, були всі підстави для використання опитувальника як надійного та валідного інструменту вимірювання загального показника екзистенційної тривоги. EAQ став основою для подальших адаптацій, включаючи версії для дітей, молоді та переклади різними мовами, такими як іспанська, китайська, нідерландська, польська та словацька (Weems et al., 2024).

У 2017 EAQ було взято за основу для розробки опитувальника екзистенційних занепокоєнь «The Existential Concerns Questionnaire» (van Bruggen et al., 2017). Автори розширили спектр екзистенційних переживань, додавши нові пункти та охоплюючи п'ять тем: смерть, безглуздість, провинна, соціальна ізоляція, ідентичність. Перевірка факторної структури опитувальника свідчила про домінування загального

виміру, який інтегрує в одному показнику різні аспекти екзистенційної стурбованості.

Незважаючи на широке застосування EAQ у англійських та європейських вибірках, відсутність валідизованих україномовних інструментів обмежує дослідження екзистенційної тривоги в пострадянському культурно-психологічному контексті, де соціальні фактори, такі як колективна травма, геополітична нестабільність та духовні кризи, провокують онтологічні страхи.

Мета емпіричного дослідження: створення та психометрична оцінка україномовної версії опитувальника екзистенційної тривоги для підлітків (EAQ) (Weems et al., 2004; Weems, 2024). Дослідження спрямоване на вивчення факторної структури, надійності та валідності цього інструменту в українському культурному контексті, враховуючи специфіку впливу сучасних екологічних і соціальних викликів на психічне здоров'я молоді.

Методи дослідження

Учасники та процедура. У дослідженні взяли участь 141 респондент віком 14-17 років ($M=15,8$ років, $SD=0,71$; 85 дівчат та 56 хлопців) – учні 10-11 класів комунальних закладів "Харківський ліцей № 66 Харківської міської ради", "Харківський ліцей № 12 Харківської міської ради", "Харківський ліцей № 23 Харківської міської ради". Учасникам дослідження було запропоновано заповнити Google Form, яка складалась з соціально-демографічної частини та питань психодіагностичних методик. Від всіх респондентів була отримана інформована згода на участь в опитуванні та на подальше використання наданих відповідей.

Інструменти дослідження.

"Опитувальник екзистенційної тривоги" (Existential Anxiety Questionnaire — EAQ) в модифікації для дітей та підлітків, запропонований Laurie Petch та Enrique Varela (Weems, 2024). Адаптація українською мовою здійснювалася відповідно до загальноприйнятої процедури подвійного перекладу: спочатку було здійснено прямий переклад з англійської мови, після чого — зворотний переклад, результати якого були узгоджені з експертами-психологами з урахуванням культурного та семантичного контексту. Після цього здійснено експертне редагування та апробацію на вибірці респондентів підліткового віку.

Англійський опитувальник складається з 13 пунктів, на які юні респонденти відповідають, згідно версії E. Varela, за трибальною шкалою: 1 бал — зовсім ні; 2 бали — трохи; 3 бали — дуже (у вихідному опитувальнику для дорослих використовувалася бінарна шкала відповідей: «так» або «ні») (Weems, 2024). Твердження поділяються на прямі (наприклад, «Я часто думаю про старіння і смерть») та зворотні («Мене не хвилює те, що зі мною буде»), всього 6 прямих та 7 зворотних (додатки 1 та 2). Даний інструмент розроблено з метою діагностики індивідуальних переживань, пов'язаних з фундаментальними екзистенційними темами — зокрема страхом смерті, почуттям провини, проблемою сенсу життя.

Для перевірки конвергентної та дивергентної валідності «Опитувальника екзистенційної тривоги» 60 підліткам додатково було запропоновано відповісти на питання ще чотирьох опитувальників, що вимірюють суб'єктивне благополуччя та різні аспекти тривоги:

Шкала позитивних і негативних переживань (SPANE) в україномовній адаптації (Олефір, Боснюк, & Малофейкіна, 2021) – складається з 12 прикметників, з яких 6 описують позитивні переживання (наприклад, «добре») та 6 – негативні (наприклад, «погано»). Показник внутрішньої надійності ω Макдональда склав 0,85 для позитивних та 0,79 для негативних переживань.

Шкала задоволеності життям Е.Дінера в україномовній адаптації (Олефір, Боснюк, 2024) – складається з 5 тверджень (наприклад, «Переважно моє життя близьке до мого ідеалу»). ω Макдональда склав 0,77.

Шкала екологічної тривоги Т.Хогг в україномовній адаптації HEAS-UA (Кряж, Баранов, 2025) складається з 13 пунктів, які оцінюють чотири виміри еко-тривоги: афективні симптоми (приклад: «Неможливість зупинити або контролювати занепокоєння»), $\omega = 0,84$; румінація (приклад: «Нездатність перестати думати про шкоду для навколишнього середовища»), $\omega = 0,86$; поведінкові симптоми (приклад: «Труднощі зі сном»), $\omega = 0,64$; тривога щодо власного впливу (приклад: «Відчуття тривоги щодо впливу Вашої особистої поведінки на Землю»), $\omega = 0,74$.

Шкала тривоги Бека (Beck Anxiety Inventory, BAI) в україномовній адаптації (УКІПТ) для попередньої оцінки ступеня вираженості тривожних розладів містить перелік 21 симптому тривоги (приклад: «Відчуття оніміння або поколювання в тілі»), $\omega = 0,87$.

Розглядаючи екзистенційну тривогу як емоційну відповідь на онтологічні загрози людського існування, ми очікували близькі до високих кореляції з тривогою за шкалою Бека та афективними й поведінковими проявами екотривоги, помірні кореляції із задоволеністю життям (негативний зв'язок) та негативними переживаннями. Разом з тим, враховуючи онтологічну сутність екзистенційної тривоги, ми припускали, що кореляції з позитивними переживаннями та нав'язливими думками екологічного змісту будуть низькими.

Статистичний аналіз був проведений у програмному середовищі JASP (версія 0.19.2). Був здійснений конфірмаційний факторний аналіз з естиматором ULSMW (метод діагонально незважених мінімальних квадратів), який не вимагає нормального розподілу (гіпотеза про багатовимірну нормальність розподілу не підтвердилася: асиметрія Мардіа = 558,1, р

< .001) і є оптимальним для порядкових даних з кількістю градацій, меншою за 5, отриманих на невеликих вибірках (Sellbom, Tellegen, 2019; Bagheri, Saadati, 2021). Аналізу піддавалася матриця даних, в якій всі відповіді респондентів, надані для зворотних пунктів, були інвертовані. Були протестовані моделі для шкали екзистенційної тривоги: трифакторна, однофакторна для всіх пунктів шкали, однофакторна модифікована (скорочена). При оцінці моделей враховувалися індекси відповідності: CFI і TLI (якщо > 0,9 – модель вважалася прийнятною), RMSEA і SRMR (модель прийнятна, якщо ці показники < 0,08) (Brown, 2006). Для визначення надійності використано показники внутрішньої узгодженості ω Макдональда та α Кронбаха. Також для кращого розуміння латентної структури отриманих даних було застосовано експлораторний факторний аналіз (кількість факторів визначалася методом паралельного аналізу). Для перевірки конвергентної валідності, враховуючі відхилення від нормального розподілу більшості показників, були розраховані коефіцієнти кореляції Спірмена. Розподіл даних аналізувався з використанням критерія Шапіро-Уїлка.

Результати дослідження

Результати конфірмаційного факторного аналізу вказували на невідповідність трифакторних та однофакторної моделей емпіричним даним (табл.1). Аналіз факторних навантажень показав, що в однофакторній моделі чотири пункти (2, 4, 7, 9) отримали навантаження близьке до нуля або децю нижче за нуль, а ще три (10, 12, 13) – нижче за 0,4. Всі ці пункти були зворотними – тобто описували відсутність екзистенційної тривоги. (формулювання всіх пунктів надані у додатках 1 та 2). Подібні результати простежувалися для трифакторних моделей – з трьома корельованими факторами та з трьома факторами як проявом фактору другого порядку. З фактору тривоги щодо долі та смерті випадали пункти 2, 10, 12, з фактору тривоги щодо порожнечі та відсутності сенсу – пункт 7, з фактору тривоги, пов'язаної з почуттям провини та морального осудом, – пункти 4 та 9. З усіх зворотних пунктів лише один пункт 13 «Я знаю, що в житті є сенс» отримав факторне навантаження, вище за 0,4 (0,45). В моделі з трьома корельованими факторами всі три фактори мали тісні взаємозв'язки – в діапазоні 0,69-0,71.

Таблиця 1. Індекси придатності однофакторної та трифакторної моделей / **Table 1.** Fit indices for one-factor and three-factor models

№	Модель / Model	CFI	TLI	RMSEA	RMSEA 90% CI	SRMR
1	Однофакторна / One-factor	0,637	0,564	0,110	0,091 0,130	0,136
2	Трифакторна з корельованими факторами та трифакторна з фактором другого порядку / Three-factor with correlated factors and three-factor with a second-order factor	0,737	0,647	0,111	0,087 0,136	0,124

Експлораторний факторний аналіз, базований на методі головних компонент, дав двофакторне рішення: один фактор був завданий всіма прямими пунктами та зворотним пунктом 13 «Я знаю, що в житті є сенс» (діапазон факторних навантажень 0,33 для пункту 13 – 0,73 для пункту 5 «Я часто хвилююся, тому що відчуваю себе винним (винною)»), другий – зворотними пунктами без пункту 13 (з діапазоном факторних навантажень 0,41 – 0,56, окрім дуже низького

навантаження 0,27 для пункту 4, в якому йдеться про відсутність почуття провини). Кореляція між факторами була дуже слабкою: 0,13.

Паралельний аналіз, проведений різними методами факторного аналізу, давав трифакторне рішення, при якому самий слабкий (пояснював біля 5% загальної дисперсії), але окремий, фактор був утворений пунктами 3 та 13, що стосуються питання сенсу життя, та пунктом 1 – хвилюванням щодо смерті. Два інші фактори

об'єднували прямі пункти (біля 20% дисперсії) та зворотні пункти (біля 10% дисперсії). Окремо проведений аналіз кореляцій між пунктами опитувальника показав, що зворотні пункти слабо корелюють між собою, однак майже не мають статистично значущих кореляцій з прямими пунктами. Виключенням є пункт 13, який не корелює з іншими

зворотними пунктами, але має значущі кореляції з прямими пунктами.

Враховуючи результати попереднього аналізу, було перевірено скорочену однофакторну модель, до якої увійшли всі прямі пункти опитувальника та пункт 13 про сенс життя (табл.2). За всіма показниками ця модель на прийнятному рівні узгоджується з емпіричними даними.

Таблиця 2. Індекси придатності скороченої однофакторної моделі та її модифікації / **Table 2.** Fit indices of the reduced one-factor model and its modification

№	Модель / Model	CFI	TLI	RMSEA	RMSEA 90% CI	SRMR
1	Однофакторна скорочена / One-factor reduced	0,967	0,936	0,076	0,022 – 0,122	0,072
2	Однофакторна скорочена з коваріацією двох залишків / One-factor reduced with covariance of two residuals	0,986	0,978	0,044	0 – 0,1	0,057

Введення у скорочену однофакторну модель лише однієї модифікації – коваріації залишків пунктів 5 та 6 (рис.), значно покращує її якість – всі показники вказують на гарну відповідність моделі даним. Обидва пункти відносяться до домену «почуття провини та моральний осуд». Факторні навантаження пунктів такого скороченого опитувальника варіюють від 0,39 до 0,86. Внутрішня узгодженість є задовільною: $\omega = 0,76$; $\alpha = 0,74$. Розподіл показників екзистенційної тривоги,

розраховані як середні значення для сьомі пунктів скороченого опитувальника, за критерієм Шапіро-Уїлка відрізняється від нормального ($p = 0,004$), однак асиметрія не перевищує помилки асиметрії (0,17 та 0,20 відповідно), а експес залишається в межах двох помилок (-0,62 та 0,41 відповідно). Середній показник екзистенційної тривоги для досліджуваної вибірки склав 1,75 (в діапазоні від 1 до 3) зі стандартним відхиленням 0,44.

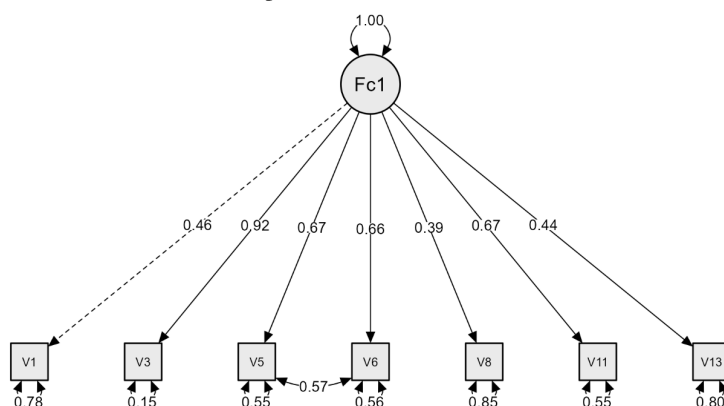


Рисунок. Однофакторна скорочена модель з коваріацією залишків пп. 5 та 6 / **Figure.** One-factor reduced model with covariance of residuals of items 5 and 6

Результати перевірки конвергентної валідності скороченого опитувальника надані у табл.3. Екзистенційна тривога на помірному рівні позитивно корелює з показниками тривоги за шкалою Бека та з афективними й поведінковими проявами екоотривоги. Більш слабкі, однак також помірні кореляції встановлені

для двох показників суб'єктивного благополуччя – негативна кореляція із задоволеністю життя та позитивна кореляція з негативними переживаннями. Слабкими є кореляції з позитивними переживаннями (негативний зв'язок) та румінацією / застрганням на екологічних проблемах (позитивний зв'язок).

Таблиця 3. Показники кореляції екзистенційної тривоги з іншими шкалами / **Table 3.** Correlation of existential anxiety with other scales

Шкала / Scale	Spearman's r	p-value
Позитивні переживання / Positive experiences	-0,25	0,056
Негативні переживання / Negative experiences	0,42	< ,001
Задоволеність життям / Life satisfaction	-0,47	< ,001
Екоотривога: афективні симптоми / Ecoanxiety: affective symptoms	0,54	< ,001
Екоотривога: румінація / Ecoanxiety: rumination	0,28	0,031
Екоотривога: поведінкові симптоми / Ecoanxiety: behavioral symptoms	0,56	< ,001
Екоотривога: власний вплив / Ecoanxiety: self-impact	0,39	0,002
Шкала тривоги Бека / Beck Anxiety Scale	0,60	< ,001

Обговорення

Метою даної роботи була розробка україномовної адаптації для підлітків опитувальника екзистенційної тривоги (Weems, 2024). Розробники вихідного опитувальника, який включає пункти з описом трьох типів екзистенційних переживань, вважали, що його структура є ієрархічною й може бути описана через три фактори з фактором другого порядку (Weems et al., 2004; Weems, 2004). У своїй аргументації автори зверталися до концепції Тіллаха, яку було взято за основу при розробці опитувальника. Згідно цієї концепції, екзистенційна тривога, хоча й охоплює три домени, є цілісним феноменом. Емпірична перевірка, проведена розробниками опитувальника на даних різних вибірок, показала, що ієрархічна модель набагато краще описує дані, ніж однофакторна модель (Weems et al., 2004; Weems et al., 2006). Однак показники ієрархічної моделі також не були задовільними та вказували на недостатню узгодженість з даними ($CFI = 0,88$ та $GFI = 0,92$ для вибірки дорослих, $CFI = 0,88$, $TLI = 0,89$, $RMSEA = 0,07$ для вибірки підлітків), що автори пояснювали бінарним типом відповідей.

Результати нашого дослідження підтверджують гіршу якість однофакторної моделі у порівнянні з трифакторними, однак вони також вказують на неузгодженість з даними як однофакторної, так й трифакторних моделей. Наші показники узгодженості близькі до тих, які були встановлені Weems et al. (2006) для трифакторної моделі з некорельованими факторами ($CFI = 0,52$, $TLI = 0,49$, $RMSEA = 0,15$).

Слід звернути увагу на те, що отримані нами низькі індекси обумовлені «десинхронізацією» в оцінюванні респондентами прямих та зворотних пунктів. Лише міра згоди з тим, що життя має сенс, корелювала з оцінкою проявів екзистенційної тривоги у себе. Всі інші прояви «екзистенційної рівноваги» не були пов'язані з екзистенційними занепокоєннями. Тобто, опозицію екзистенційній тривозі складає лише визнання, що життя має сенс. Ані відсутність почуття провини, ані покладання на долю, ані відсутність сумнівів у колишніх смислах не заважають екзистенційній тривозі. На це вказували результати конфірмаційного та експлораторного факторного аналізу, це було підтверджено аналізом інтеркореляцій пунктів опитувальника. Тому для вимірювання екзистенційної тривоги у підлітків ми зупинилися лише на прямих пунктах, в яких описуються прояви екзистенційної тривоги, приєднавши до них, як зворотний пункт, впевненість у сенсі життя в цілому.

Така скорочена версія опитувальника має однофакторну структуру, що було підтримано результатами конфірмаційного факторного аналізу. На одновимірність конструкту екзистенційної тривоги вказують також van Bruggen et al., (2017). Було підтверджено надійність нашої скороченої адаптації опитувальника, який за внутрішньою узгодженістю не поступаєсть їй навіть перевищує значення, встановлені для опитувальника з більшою кількістю пунктів (Weems, 2024).

Значні позитивні кореляції екзистенційної тривоги з показником тривоги по шкалі Бека та з показниками еко-тривоги, а також слабкіші за них негативна кореляція із задоволеністю життям та позитивна кореляція з

негативними переживаннями підтверджують конвергентну валідність. Відсутність значущої кореляції з позитивними переживаннями та слабка кореляція з еко-румінаціями свідчать про дискримінантну валідність скороченої версії опитувальника екзистенційної тривоги.

Результати психометричної перевірки дають підстави для використання скороченої україномовної версії опитувальника екзистенційної тривоги у дослідженнях ментального здоров'я, психологічного благополуччя, особистісного розвитку підлітків. Отримані показники дають орієнтири, які можуть допомогти у психологічній практиці. Разом з тим, оскільки кінцева модель є результатом переосмислення вихідних моделей в ході аналізу даних, бажана додаткова перевірка структури та надійності скороченої версії опитувальника на іншій вибірці.

Висновки

Український переклад адаптованого для підлітків опитувальника екзистенційної тривоги EAQ перевірено на вибірці, до якої увійшли 141 підліток. Встановлено, що зворотні твердження опитувальника, в яких йдеться про відсутність почуття провини, про покладання на долю, а також про відсутність сумнівів у колишніх смислах, не сприяють, а заважають діагностичній екзистенційній тривозі. Запропоновано скорочений опитувальник, до якого включено п'ять тверджень з описом трьох типів проявів екзистенційної тривоги разом з твердженням про віру у сенс життя в цілому. Надано емпіричні підстави для розгляду екзистенційної тривоги як однофакторного конструкту. Підтверджено внутрішню узгодженість, конвергентну та дивергентну валідність скороченої україномовної версії опитувальника екзистенційної тривоги для підлітків.

Україномовний скорочений опитувальник екзистенційної тривоги у підлітків (EAQ-UA) (додаток 1) може бути рекомендований для досліджень ментального здоров'я, психологічного благополуччя, особистісного розвитку підлітків, а також у практичній роботі психолога.

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

Список літературних джерел

- Кряж І., Баранов В. Психометрична перевірка україномовної версії шкали еко-тривоги Т. Хогт (HEAS-UA). *Інсайд: психологічні виміри суспільства*. 2025. № 13. С. 117–141. DOI: <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-13-6>
- Олефір В., Боснюк В. Адаптація українськомовної версії шкали задоволеності життям Е. Дінера. *Наука і освіта*. 2024. № 2. С. 64–72. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-9>
- Олефір В.О., Боснюк В.Ф., Малофейкіна К.О. Валідизація і вимірювальна інваріантність української версії шкали позитивних і негативних переживань (SPANE). *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2021. № 71. С. 34–42. DOI: <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2021-71-04>
- УКІПТ. Шкала тривожності Бека (Beck Anxiety Inventory, BAI; українська адаптована версія) [Публікація PDF-формату Шкала-Тривоги-Бека.pdf]. URL: <https://i-cbt.org.ua/wp->

- content/uploads/2017/11/%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0-%D0%A2%D1%80%D0%B8%D0%B2%D0%BE%D0%B3%D0%B8-%D0%91%D0%B5%D0%BA%D0%B0.pdf?utm_source=c_hatgpt.com
- Франка В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків, 2016. 160 с.
- Berman S. L., Weems C. F., Stickle T. R. (2006). Existential anxiety in adolescents: Prevalence, structure, association with psychological symptoms and identity. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 303-310. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9032-y>
- Cianconi P., Hanife B., Grillo F., Betro S., Lesmana C.B.J., Janiri L. Eco-emotions and Psychoterratic Syndromes: Reshaping Mental Health Assessment Under Climate Change. *The Yale Journal of Biology and Medicine*, 2023. 96(2). 211–226. URL: <https://doi.org/10.59249/earx2427>
- Cooper M. (2003). *Existential Therapies*. London: Sage. 288 p. URL: <https://dokumen.pub/existential-therapies-reprnbsped-0761973206-0761973214-9780761973201-9780761973218.html>
- Erikson E. H. *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company. 1968. 336 p.
- Fuchs T. Existential vulnerability: Toward a psychopathology of limit situations. *Psychopathology*, 2013. 46(5). 301–308. DOI: <https://doi.org/10.1159/000351838>
- Glas G. Anxiety: Animal reactions and the embodiment of meaning. In B. Fulford, K. Morris, J. Z. Sadler, & G. Stanghellini (Eds.), *Nature and narrative: An introduction to the new philosophy of psychiatry* 2003. P.269–282. URL: https://www.researchgate.net/publication/28647810_Anxiety_-_animal_reactions_and_the_embodiment_of_meaning
- Tillich P. *The courage to be*. New Haven; London: Yale University Press. 1952. 188 p. URL: <https://antilogicalism.com/wp-content/uploads/2017/07/the-courage-to-be.pdf>
- van Bruggen V., ten Klooster P., Westerhof G., Vos J., de Kleine E., Bohlmeijer E., Glas G. The Existential Concerns Questionnaire (ECQ)—Development and Initial Validation of a New Existential Anxiety Scale in a Nonclinical and Clinical Sample. *Journal of Clinical Psychology*, 2017. 73. 1692–1703. <https://doi.org/10.1002/jclp.22474>
- van Bruggen V., Vos J., Westerhof G., Bohlmeijer E., Glas G. Systematic review of existential anxiety instruments. *Journal of Humanistic Psychology*, 2015. 55. 173–201. <https://doi.org/10.1177/0022167814542048>
- Weems C. F. Existential Anxiety Questionnaire (EAQ) Development and Scoring Information. 2004. https://www.researchgate.net/publication/317068471_Existential_Anxiety_Questionnaire_EAQ_Development_and_Scoring_Information
- Weems C.F. *The Existential Anxiety Questionnaire (EAQ) User Guide: Original Scale Scoring, Reliability and Validity, Child-Youth Report, Spanish, Chinese, Dutch, Polish, Slovak Translations*. Author content. 2024. DOI: 10.13140/RG.2.2.34448.62726 https://www.researchgate.net/publication/380999443_The_Existential_Anxiety_Questionnaire_EAQ_User_Guide_Original_Scale_Scoring_Reliability_and_VValidity_Child-Youth_Report_Spanish_Chinese_Dutch_Polish_Slovak_Translations
- Weems C. F., Costa N. M., Dehon C., Berman S. L. Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical analysis. *Anxiety, Stress, & Coping*, 2004. 17. 383-399. <https://doi.org/10.1080/10615800412331318616>
- Weems C.F., Poleacovsch C., Feinstein S., Nartey M. Existential anxiety, psychological flexibility, and deep resilience to climate crises. *Front Psychol*. 2025. 16:1628080. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1628080> <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12590975/>
- Weems C.F., Russell J.D., Neill E.L., Berman S.L., Scott B.G. Existential Anxiety Among Adolescents Exposed to Disaster: Linkages Among Level of Exposure, PTSD, and Depression Symptoms. *J Trauma Stress*. 2016. 29(5):466-473. <https://doi.org/10.1002/jts.22128>
- Yalom, I. D. *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books. 1980. 416 p.
- I. KRYAZH (Iryna Kryazh)
Doctor of Psychological Sciences, Professor,
Department of Applied Psychology,
V.N. Karaz'in Kharkiv National University
Maydan Svobody 4, Kharkiv, Ukraine
E-mail: ikryazh@karazin.ua
<https://orcid.org/0000-0002-9616-5891>
- I. LOGVINENKO (Iryna Logvinenko)
Master's student, Faculty of Psychology,
V.N. Karaz'in Kharkiv National University
Maydan Svobody 4, Kharkiv, Ukraine
E-mail: logvinenko@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0000-8357-0161>

UKRAINIAN EXISTENTIAL ANXIETY QUESTIONNAIRE (EAQ) ADAPTATION FOR ADOLESCENTS

This article presents the results of developing and validating a Ukrainian-language adaptation of the existential anxiety questionnaire (EAQ) for adolescents. The sample included 141 students in grades 10-11, aged 14-17 (M = 15.8 years, SD = 0.71, 85 girls and 56 boys). An analysis of the questionnaire factor structure revealed that inverse statements, which refer to the absence of guilt, trust in fate, and doubts about previous life meanings, interfere with the diagnosis of existential anxiety. A shortened 7-item questionnaire is proposed, which includes six statements describing three types of existential anxiety manifestations, along with a statement about belief in the meaning of life in general. Empirical grounds for considering existential anxiety as a single-factor construct are provided. The internal consistency ($\omega = 0.76$) of the abbreviated Ukrainian-language version of the Existential Anxiety Questionnaire for Adolescents (EAQ-UA) was confirmed. Existential anxiety moderate positive correlations with the Beck Anxiety Inventory and eco-anxiety scores, as well as a weaker negative correlation with life satisfaction and a positive correlation with negative experiences, support convergent validity. The absence of a significant correlation with positive experiences and a weak correlation with rumination support the discriminant validity of the abbreviated version of the EAQ-UA.

Keywords: *existential anxiety, subjective well-being, eco-anxiety, confirmatory factor analysis, psychometric assessment, adolescence*

References

- Kryazh, I., & Baranov, V. (2025). Psychometric Evaluation of the Ukrainian Version of the Hogg Eco-Anxiety Scale (HEAS-UA). *Insight: the psychological dimensions of society*, 13, 117–141. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-13-6> [in Ukrainian].

- Olefir, V., & Bosniuk, V. (2024). Adaptation of Ukrainian version of the Satisfaction With Life Scale by E. Diner. *Science and education*, 2, 64-72. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-9> [in Ukrainian].
- Olefir, V., Bosniuk, V., & Malofeikina, K. (2021). Validation and measurement invariance of the Ukrainian version of the Scale of Positive and Negative Experiences (SPANE). *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (71), 34-42. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2021-71-04> [in Ukrainian].
- Ukrainian Institute of Cognitive Behavioral Therapy. (2017). Beck Anxiety Inventory (BAI): Ukrainian adapted version [PDF]. <https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/Шкала-Тривоги-Бека.pdf> [in Ukrainian].
- Frankl, V. (2016). *Ein Psycholog erlebt das Konzentrationslager. Man's Search for Meaning*. Kharkiv. [in Ukrainian].
- Berman, S. L., Weems, C. F., & Stickle, T. R. (2006). Existential anxiety in adolescents: Prevalence, structure, association with psychological symptoms and identity. *Journal of Youth and Adolescence*, 35, 303-310. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9032-y>
- Cianconi, P., Hanife, B., Grillo, F., Betro, S., Lesmana, C.B.J., & Janiri, L. (2023). Eco-emotions and Psychoterratic Syndromes: Reshaping Mental Health Assessment Under Climate Change. *The Yale Journal of Biology and Medicine*, 96(2), 211-226. URL: <https://doi.org/10.59249/earx2427>
- Cooper, M. (2003). *Existential Therapies*. London: Sage. URL: <https://dokumen.pub/existential-therapies-reprnbsped-0761973206-0761973214-9780761973201-9780761973218.html>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Fuchs, T. (2013). Existential vulnerability: Toward a psychopathology of limit situations. *Psychopathology*, 46(5), 301-308. DOI: <https://doi.org/10.1159/000351838>
- Glas, G. (2003). Anxiety: Animal reactions and the embodiment of meaning. In B. Fulford, K. Morris, J. Z. Sadler, & G. Stanghellini (Eds.), *Nature and narrative: An introduction to the new philosophy of psychiatry*. URL: https://www.researchgate.net/publication/28647810_Anxiety_-_animal_reactions_and_the_embodiment_of_meaning
- Tillich, P. (1952). *The courage to be*. New Haven; London: Yale University Press. 188 p. URL: <https://antilogicalism.com/wp-content/uploads/2017/07/the-courage-to-be.pdf>
- van Bruggen, V., ten Klooster, P., Westerhof, G., Vos, J., de Kleine, E., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2017). The Existential Concerns Questionnaire (ECQ)—Development and Initial Validation of a New Existential Anxiety Scale in a Nonclinical and Clinical Sample. *Journal of Clinical Psychology*, 73, 1692-1703. <https://doi.org/10.1002/jclp.22474>
- van Bruggen, V., Vos, J., Westerhof, G., Bohlmeijer, E., & Glas, G. (2015). Systematic review of existential anxiety instruments. *Journal of Humanistic Psychology*, 55, 173-201. <https://doi.org/10.1177/0022167814542048>
- Weems, C. F. (2004). Existential Anxiety Questionnaire (EAQ) Development and Scoring Information. https://www.researchgate.net/publication/317068471_Existential_Anxiety_Questionnaire_EAQ_Development_and_Scoring_Information
- Weems, C.F. (2024). *The Existential Anxiety Questionnaire (EAQ) User Guide: Original Scale Scoring, Reliability and Validity, Child-Youth Report, Spanish, Chinese, Dutch, Polish, Slovak Translations*. Author content. DOI: 10.13140/RG.2.2.34448.62726 https://www.researchgate.net/publication/380999443_The_Existential_Anxiety_Questionnaire_EAQ_User_Guide_Original_Scale_Scoring_Reliability_and_Validity_Child-Youth_Report_Spanish_Chinese_Dutch_Polish_Slovak_Translations
- Weems, C. F., Costa, N. M., Dehon, C., & Berman, S. L. (2004). Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical analysis. *Anxiety, Stress, & Coping*, 17, 383-399. <https://doi.org/10.1080/10615800412331318616>
- Weems, C.F., Poleacovsch, C., Feinstein, S., Nartey, M. (2025). Existential anxiety, psychological flexibility, and deep resilience to climate crises. *Front Psychol*. 16:1628080. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1628080>
- <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12590975/>
- Weems, C.F., Russell, J.D., Neill, E.L., Berman, S.L., Scott, B.G. (2016). Existential Anxiety Among Adolescents Exposed to Disaster: Linkages Among Level of Exposure, PTSD, and Depression Symptoms. *J Trauma Stress*. 29(5):466-473. <https://doi.org/10.1002/jts.22128>
- Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. New York: Basic Books.

Додаток 1.

Опитувальник екзистенційної тривоги для підлітків (ЕТП).

Інструкція: Нижче надані твердження, які описують різні почуття стосовно життя. Будь ласка, оберіть для кожного висловлювання той варіант відповіді, який найкраще описує ваші почуття. Використовуйте шкалу від 1 до 3, де:

- 1 – зовсім ні
2 – трохи
3 – дуже

Пункти, які увійшли до опитувальника ЕТП	№ у EAQ
1. Я часто думаю про старіння і смерть. Думка про подібні речі змушує мене хвилюватися.	1
2. Я часто хвилююся, що ні в чому не має сенсу.	3
3. Я часто хвилююся, тому що відчуваю себе винним (винною).	5
4. Я часто хвилююся, тому що відчуваю, що зробив (зробила) не все, що має робити хороша людина.	6
5. Я часто думаю, що речі, які колись були важливі для мене, більше не мають сенсу.	8
6. Я часто думаю про те, що буде зі мною і чим буду займатися у своєму житті. Думки про такі речі змушують мене хвилюватися.	11
7. Я знаю, що в житті є сенс.	13

Прямі пункти: 1-6, зворотний пункт: 7 (відповіді інвертуються).

Додаток 2.

Пункти, які були виключені з опитувальника ЕТП (надані з номерами цих пунктів у EAQ):

2. Мене не хвилює те, що зі мною буде. Я не хвилююся про те, що буду робити в своєму житті. Я приймаю все, що станеться.

4. Я не турбуюсь через свою провину. Я й не думаю про це.
7. Я ніколи не думаю, що те, у що я раніше вірив, більше не має сенсу.
9. Я ніколи не хвилююся через те, що не зробив усього, що мала б зробити хороша людина.
10. Я не турбуюся про старіння чи смерть. Я готовий (готова) до всього, що станеться.
12. Мене не хвилює те, що зі мною станеться або що я буду робити в житті. Я впевнений (впевнена), що все вирішиться

Конфлікт інтересів: автори засвідчують, що, незважаючи на те, що один із авторів статті є членом редакційної колегії цього журналу, процес рецензування, прийняття рішення щодо публікації та редагування проводилися незалежно, без його участі чи впливу. Будь-які потенційні конфлікти інтересів були повністю усунені шляхом зовнішнього контролю процесу.

Conflict of Interest: The authors certifies that, although one of the authors of the article is a member of the editorial board of this journal, the peer review, publication decision, and editorial processes were conducted independently, without their participation or influence. Any potential conflicts of interest were fully mitigated through external oversight of the process.

Стаття надійшла до редакції 18.10.2025 (The article was received by the editors 18.10.2025)

Стаття рекомендована до друку 18.02.2026 (The article is recommended for printing 18.02.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

УДК 159.9.072:159.942.5
DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-14

О.В. МИЛОСЛАВСЬКА (Олена Володимирівна Милославська),

кандидат психологічних наук, доцентка

кафедра прикладної психології,

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

e-mail: emyloslavska@karazin.ua

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

К. С. ФУРСОВА (Катерина Сергіївна Фурсова),

аспірантка кафедри прикладної психології,

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

e-mail: kateryna.fursova15@gmail.com

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-7326-2667>

АДАПТАЦІЯ УКРАЇНОМОВНОЇ ВЕРСІЇ ШКАЛИ МОРАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ

У статті наведено результати адаптації україномовної версії Шкали морального інтелекту (Ф. Альсміхін). Моральний інтелект визначено, як спроможність індивіда проектувати універсальні етичні канони на власну систему цінностей, життєві цілі та поведінкові акти. На розвиток морального інтелекту суттєво впливають емоційна стабільність, сумнісність і відкритість людини. Визначено, що оригінальна 6-факторна структура методики не підтвердилася на українській вибірці, що може бути пов'язано з тим, що для нашого соціокультурного та ментального середовища внутрішні критерії моральності зазнають значної прагматизації. Процес адаптації супроводжувався редукцією пунктів з низьким рівнем значущості та високою унікальністю, що сприяло підвищенню структурної цілісності інструменту. В україномовну версію Шкали морального інтелекту увійшло три шкали («Просоціальна спрямованість», «Міжкультурна толерантність та повага» «Саморегуляція») та інтегральний показник морального інтелекту. В україномовній версії передбачається десять пунктів проти тридцяти в оригінальній. Показники внутрішньої узгодженості та конвергентної валідності факторів опитувальника виявилися достатніми. Нова модель показала відмінну дискримінантну валідність, що підтверджується низьким рівнем латентних інтеркореляцій між субшкалами. Загальні показники відповідності структури емпіричним даним вказали на високу структурну валідність опитувальника, що дозволяє розглядати Шкалу морального інтелекту як перспективний, надійний та лаконічний психодіагностичний інструмент в межах вітчизняного дослідницького простору.

Ключові слова: моральний інтелект, адаптація методики, конвергентна валідність, дискримінантна валідність, надійність, методики для діагностики

Постановка проблеми. В сучасному трансформаційному суспільстві, яке знаходиться в умовах воєнних викликів, актуалізується необхідність поглибленого вивчення морально-етичних детермінант поведінки особистості. У цьому контексті особливого значення набуває концепт морального інтелекту як інтегративної здатності людини приймати етично виражені рішення, керуватися принципами справедливості, емпатії та відповідальності у складних соціальних ситуаціях.

Попри наявність зарубіжних теоретичних моделей і психодіагностичного інструментарію вимірювання морального інтелекту, їх використання в українському науковому просторі залишається обмеженим. Це пов'язано як із недостатньою кількістю адаптованих методик, так і з необхідністю врахування культурно-ціннісних особливостей української вибірки, що може суттєво впливати на інтерпретацію результатів.

Таким чином, існує потреба в адаптації та психометричній перевірці зарубіжних інструментів вимірювання морального інтелекту, що дозволить забезпечити їх валідність і надійність у вітчизняному контексті, а також розширити можливості для досліджень моральних і етичних особистісних особливостей та пов'язаних з ними компонентів з урахуванням специфіки українського менталітету.

У зарубіжній психології моральний інтелект розглядається як багатовимірне утворення, що включає когнітивні, емоційні та поведінкові компоненти морального функціонування особистості. Водночас емпіричне вивчення цього феномену значною мірою залежить від наявності валідного та надійного психодіагностичного інструментарію. Як було зазначено, зарубіжні методики оцінки морального інтелекту потребують культурної та мовної адаптації для їх коректного використання в українському соціокультурному контексті, що й обумовлює актуальність нашої статті, яка присвячена висвітленню результатів адаптації методики - (далі оригінальна назва та автор англійської методики).

Таким чином **метою** нашої статті є адаптація зарубіжної методики діагностики морального інтелекту «Шкала морального інтелекту» Ф. Альсміхін до використання в українському психодіагностичному просторі, здійснення її перекладу та експертної оцінки змістовної валідності, а також перевірка психометричних характеристик надійності на вибірці українських респондентів.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Згідно з концепцією американської дослідниці Дж. Босс, моральний інтелект є багатоаспектним утворенням, що гармонійно об'єднує раціональне мислення та емоційну

Як цитувати: Милославська, О.В., Фурсова, К.С. (2026). Адаптація україномовної версії шкали морального інтелекту. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 119-124. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-14>

In cites: Myloslavska, O., Fursova, K. (2026). The moral intelligence scale. Ukrainian language version adaptation. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 119-124. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-14> (in Ukrainian)

© Милославська, О.В., Фурсова, К.С., 2026; CC BY 4.0 license

чутливість. Авторка виокремлює три базові складники цієї структури: когнітивний, емоційний та біхевіоральний (поведінковий). Сутнісна основа морального інтелекту виявляється через самоповагу, повагу до оточення, рефлексію й прийняття системи ціннісних орієнтирів, а також розвинену емпатію, яка є фундаментальною для етичної комунікації та розуміння переживань інших людей (Boss, 1994).

У розрізі компонентної структури Дж. Босс класифікує елементи морального інтелекту таким чином: когнітивна сфера охоплює формування моральних суджень та усвідомлення наслідків власної діяльності; емоційна сфера містить інтерналізацію моральних цінностей, прояви емпатії та загальну моральну чутливість; поведінкова сфера реалізується через безпосереднє ухвалення етичних рішень та спрямування дій на благо інших (Boss, 1994).

Моральний інтелект постає як комплексний багатоаспектний феномен. Він поєднує в собі раціональну сферу (зокрема, етичну рефлексію та детермінацію морального змісту ситуацій) з афективною (емпатійність, емоційний відгук на результати власних дій). Процес формування цього конструкту зумовлений впливом соціокультурних стандартів, освітнього простору, а також особливостями середовища організації, у якому безпосередньо діє індивід (Bentahila, et al., 2021).

Я. Пономаренко розглядає моральний інтелект як комплексну властивість, яка синтезує в собі етичне мислення, емоційно-ціннісне сприйняття та саморегуляцію поведінки. Цей феномен визначає спроможність людини рефлексувати над власними ціннісними орієнтирами, узгоджувати їх із фаховою діяльністю та керуватися етичними нормами під час криз. На розвиток морального інтелекту суттєво впливають емоційна стабільність, сумнісність і відкритість людини (Пономаренко, 2025; Пономаренко & Євдокімова, 2025).

Функціональний потенціал морального інтелекту полягає у забезпеченні здатності індивіда до ідентифікації та диференціації етичних і моральних дилем. Цей конструкт виступає внутрішнім ціннісно-смісловим орієнтиром, крізь призму якого здійснюється рефлексивний аналіз і оцінка як власної поведінки, так і вчинків оточення. Моральний інтелект є регулятором просоціальної поведінки: він трансформує абстрактні гуманістичні принципи у конкретні, відповідальні та етично вивірені рішення (Милославська та ін., 2025)

Ф. Альсміхін трактує моральний інтелект як спроможність індивіда проєктувати універсальні етичні канони на власну систему цінностей, життєві цілі та поведінкові акти. У межах цієї концепції акцент зміщується з суто декларативного знання етичних норм («що є добрим») на праксеологічний аспект - уміння трансформувати ці знання у реальні практичні дії (Alsmeehen, 2024).

Вибірка. У дослідженні взяли участь 302 особи різного віку та статі. Опитування здійснювалося за допомогою Google Forms із отриманням інформованої згоди досліджуваних на участь та обробку отриманих результатів.

Методи статистичної обробки. З метою перевірки факторної структури опитувальника було застосовано конфірмаційний та експлораторний факторний аналіз. В ході визначення внутрішньої узгодженості факторів опитувальника використовувався коефіцієнт ω -Макдональда. Обробка даних здійснювалася за допомогою JASP.

Результати емпіричного дослідження. Оригінальна «Шкала морального інтелекту» Ф. Альсміхін складається з 30 пунктів, кожен з яких авторка пропонує оцінити за шкалою від 1 (абсолютно не згоден) до 5 (абсолютно згоден). Шкала передбачає вимірювання шести фундаментальних вимірів: саморегуляція, справедливість, емпатія, повага, толерантність, совість та інтегральний показник морального інтелекту (Alsmeehen, 2024). Розробка оригінальної шкали базувалася на попередніх дослідженнях, зокрема на працях Х. Мохавеґі та ін. та М. Нобахара та ін. (Mohagheghi et al., 2021; Nobahar et al., 2022).

На першому етапі адаптації методик було перекладено українською мовою (прямий та зворотний переклад) із залученням двох перекладачів. Текст методики було збережено ідентичним до змісту англійського оригіналу, проте при цьому використовувались традиційні для української мови терміни і висловлювання. У процесі перекладу особлива увага приділялась збереженню психологічного змісту запропонованих тверджень.

В ході перевірки факторної структури «Шкали морального інтелекту», запропонованої авторкою, психометричні характеристики виявилися незадовільними (таблиця 1, рис. 1). Отже, оригінальна структура методики не підтвердилася на українській вибірці.

Таблиця 1. Індекси придатності оригінальної факторної моделі/ Table 1. Fit indices of the original factor model

Показник/ Indicator	Значення/ Value
χ^2/ df	791,70/390
p	< 0,001
CFI	0,682
TLI	0,646
RMSEA	0,067
RMSEA 90% CI	0,074
SRMR	0,087

Детальний аналіз факторних навантажень виявив структурні порушення. Зокрема, субшкала Factor 4 продемонструвала повну відсутність статистично значущих зв'язків між індикаторами ($p > .05$ для всіх

пунктів, крім маркерного). Крім того, окремі твердження інших факторів (sam5, sp5, e4) виявилися нерелевантними своїм конструктам ($p > .50$).

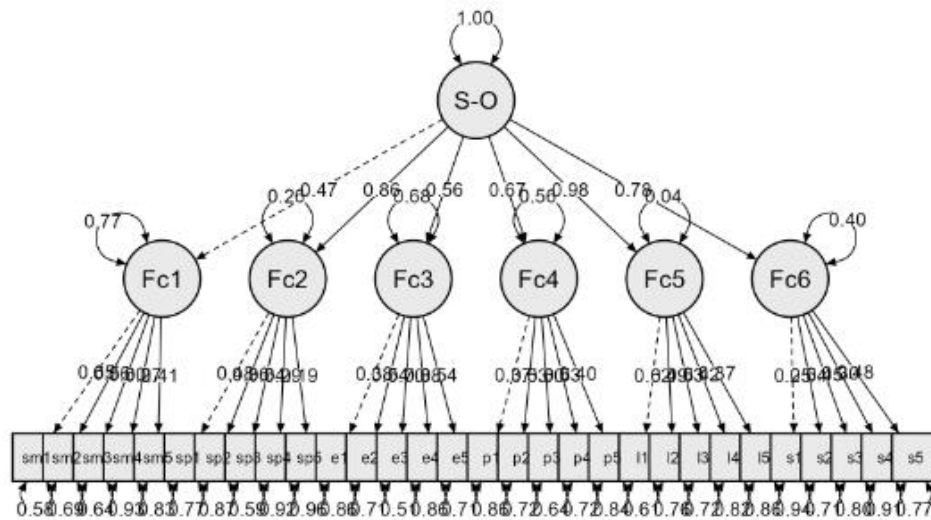


Рисунок 1. Факторна структура вихідної моделі/ Figure 1. Factor structure of the original model

Враховуючи виявлені структурні невідповідності та відсутність статистичної значущості навантажень для низки індикаторів, було прийнято рішення про перехід від підтверджувального до пошукового етапу аналізу. З метою виявлення латентної структури, що реально властива українській версії методики, було застосовано експлораторний факторний аналіз.

Результати експлораторного факторного аналізу засвідчили доцільність перегляду структури методики. Згідно з отриманою матрицею навантажень, було виділено трифакторну модель, яка суттєво відрізняється від оригінальної.

У процесі аналізу було виявлено 20 пунктів, які не продемонстрували значущих навантажень на жоден із

виділених факторів. Ці пункти було виключено з подальшого аналізу як такі, що не мають діагностичної цінності для української версії шкали.

В ході перевірки модифікованої факторної структури опитувальника, психометричні характеристики вказали на високу придатність моделі (таблиця 2, рис. 2).

Найбільш статистично спроможною виявилася трифакторна модель методики із інтегральним показником. Виключення пунктів з високим рівнем унікальності дозволило досягти високих показників відповідності: $\chi^2/df = 1.68$ (80.62/48); CFI = 0.936; TLI = 0.912; RMSEA = 0.054).

Таблиця 2. Індекси придатності модифікованої факторної моделі/ Table 2. Fit indices of the modified factor model

Показник/ Indicator	Значення/ Value
χ^2/ df	55,86/32
p	0,006
CFI	0,944
TLI	0,922
RMSEA	0,057
RMSEA 90% CI	0,031-0,081
SRMR	0,068

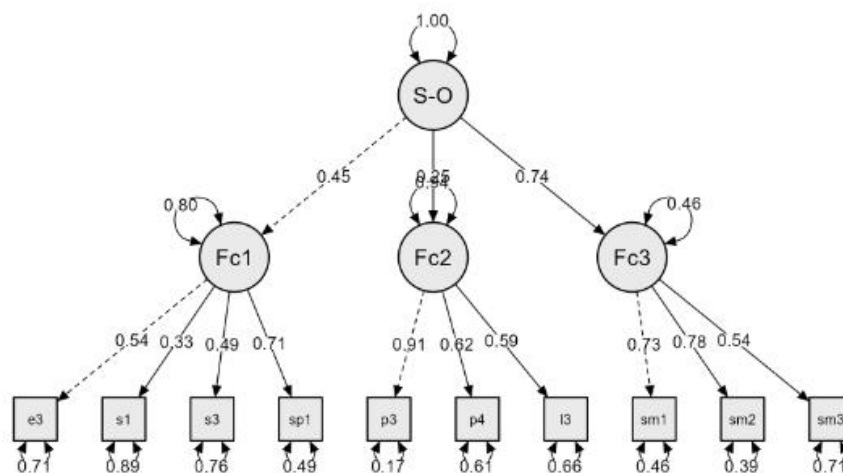


Рисунок 2. Факторна структура модифікованої моделі/ Figure 2. Factor structure of the modified model

Перевірка внутрішньої надійності факторів за допомогою коефіцієнта ω -Макдональда (таблиця 3) показала неоднорідні результати. Високу надійність продемонстрували шкали Фактор 2 ($\omega = 0,862$) та «Саморегуляція» ($\omega = 0,830$). Задовільну надійність продемонстрував інтегральний показник ($\omega = 0,750$). Шкала Фактор 1 має нижчі показники (0,679), що може бути зумовлено культурною специфікою сприйняття окремих тверджень та процесом редукції пунктів під час адаптації.

Аналіз конвергентної валідності засвідчив, що більшість пунктів мають значущі факторні навантаження на відповідні латентні змінні (переважно $> 0,50$), що підкріплюється високими індексами згоди.

Більшість пунктів мають статистично значущі навантаження на свої латентні фактори:

- фактор 1 «Просоціальна спрямованість» (навантаження від 0,33 до 0,71): навантаження пункту s1 (0,33) є депо низьким, проте інші пункти (e3 – 0,54; sp1 – 0,71) демонструють задовільний рівень;

- фактор 2 «Міжкультурна толерантність та повага» (навантаження від 0,59 до 0,91): демонструє високу конвергентну валідність, особливо завдяки пункту p3 (0,91);

- фактор 3 «Саморегуляція» (навантаження від 0,54 до 0,78): всі індикатори мають стійкі та високі навантаження.

Таблиця 3. Результати перевірки внутрішньої надійності/ **Table 3.** Results of internal reliability testing

Фактор/ Factor	ω -Макдональда/ ω -Macdonald
Просоціальна спрямованість/ Prosocial orientation	0,679
Міжкультурна толерантність та повага/ Intercultural tolerance and respect	0,862
Саморегуляція/ Self-regulation	0,830
Інтегральний показник/ Integral indicator	0,750

Високі значення CFI (0,944) та GFI (0,953) підтверджують, що обрані пункти адекватно представляють латентну структуру моделі. Дискримінантна валідність підтверджується низькими показниками латентних кореляцій (таблиця 4) між

факторами ($r \leq 0,33$). Це вказує на те, що виділені субшкали є концептуально розмежованими та вимірюють унікальні компоненти досліджуваного конструкту, що виключає проблему мультиколінеарності та необхідність об'єднання факторів.

Таблиця 4. Перевірка дискримінантних властивостей шкали/ **Table 4.** Checking the discriminant properties of the scale

	Просоціальна спрямованість/ Prosocial orientation	Міжкультурна толерантність та повага/ Intercultural tolerance and respect	Саморегуляція/ Self-regulation
Просоціальна спрямованість/ Prosocial orientation	1.000		
Міжкультурна толерантність та повага/ Intercultural tolerance and respect	0.119	1.000	
Саморегуляція/ Self-regulation	0.269	0.140	1.000

Обговорення результатів. Беручи до уваги отримані результати, очевидно, що використання оригінальної факторної структури опитувальника, запропонованої його авторкою, є недоцільним в умовах дослідження українських вибірок. Як було встановлено, більшість питань таких субшкал, як «Совість», «Справедливість» та «Відкритість», а також усі обернені пункти зі специфічним негативним формулюванням, негативно позначаються на репрезентації проаналізованого теоретичного конструкту. Ми припускаємо, що це може бути пов'язано з тим, що для нашого соціокультурного та ментального середовища, яке перебуває в стані тривалої трансформації та хронічного суспільного стресу, внутрішні критерії моральності зазнають значної прагматизації. Українські респонденти демонструють більш компактне, інтегроване та концентроване розуміння моральних норм. Питання, пов'язані з винесенням суджень про інших, перериванням розмов або пошуком винних у власних помилках, виявилися психометричним «шумом», оскільки в нашому суспільстві вони маркуються швидше як ознаки комунікативної культури чи психологічного захисту, а не суто морального дефіциту.

Таким чином, в україномовну версію Шкали морального інтелекту увійшло три шкали («Просоціальна спрямованість», «Міжкультурна толерантність та повага» «Саморегуляція») та

інтегральний показник морального інтелекту. Це робить Шкалу морального інтелекту більш валідною, а процедуру її застосування – економічнішою з точки зору часу, що витрачається на збір відповідей (в україномовній версії передбачається лише десять пунктів проти тридцяти в оригінальній).

Показники внутрішньої узгодженості та конвергентної валідності факторів опитувальника виявилися достатніми. В даному випадку ми відштовхуємося від того, що моральна сфера особистості в сучасному динамічному світі є надзвичайно гнучким та суб'єктивно забарвленим конструктом. Розуміння базових етичних категорій (таких як совість чи справедливість) має індивідуалізований характер, що природно знижує статистичну однорідність відповідей респондентів. Отже, на тлі цього отримані показники внутрішньої узгодженості допустимо вважати абсолютно прийнятними: з одного боку, результати вказують на високу автономність та унікальність прояву моральних якостей у досліджуваних, з іншого - зусилля, спрямовані на шгучне досягнення найвищих показників узгодженості шляхом розширення шкали, можуть виявитися невиправданими через ризик зниження загальної відповідності моделі (CFA) та перевантаження методики малоінформативними твердженнями.

Як було встановлено за допомогою конфірмаційного факторного аналізу, нова модель

показала відмінну дискримінантну валідність, що підтверджується низьким рівнем латентних інтеркореляцій між субшкалами. Виявлені слабкі зв'язки цілком можливо пояснювати різною психологічною природою виділених компонентів: якщо «Саморегуляція» базується на вольових процесах та психоемоційному контролі, то «Міжкультурна толерантність та повага» є продуктом світоглядних та когнітивних установок особистості, а «Просоціальна спрямованість» відображає глибинну емоційно-ціннісну сферу людини.

Нарешті, загальні показники відповідності структури емпіричним даним ($CFI = 0,944$; $TLI = 0,922$; $GFI = 0,953$; $RMSEA = 0,057$) вказали на високу структурну валідність опитувальника, що дозволяє розглядати скорочену Шкалу морального інтелекту як перспективний, надійний та лаконічний психодіагностичний інструмент в межах вітчизняного дослідницького простору.

Висновки. У ході роботи було встановлено, що оригінальна 6-факторна структура не демонструє задовільної відповідності емпіричним даним української вибірки, що зумовило необхідність перегляду моделі. Застосування експлораторного та конфірмаційного факторного аналізу дозволило виділити оптимізовану трифакторну структуру із інтегративним показником, яка продемонструвала високу статистичну спроможність. Процес адаптації супроводжувався редукцією пунктів з низьким рівнем значущості та високою унікальністю, що сприяло підвищенню структурної цілісності інструменту. Перевірка валідності підтвердила високу дискримінантну автономність виділених субшкал, що вказує на їхню здатність диференційовано вимірювати окремі аспекти досліджуваного феномену. Показники внутрішньої надійності для основних факторів відповідають міжнародним стандартам психометрики. Таким чином, адаптована версія методики у складі трьох субшкал є валідним та надійним інструментом, релевантним для використання в українському соціокультурному контексті.

Перспективою подальших досліджень є використання методики «Шкала морального інтелекту» для емпіричного вивчення моральних, емоційно-регуляторних і міжкультурних якостей особистості, що визначають здатність людини дотримуватися етичних норм, проявляти гуманістичні цінності та будувати конструктивну взаємодію з оточенням у різних категоріях населення в умовах війни та повоєнного відновлення.

Декларація про використання штучного інтелекту. В роботі над цією статтею було використано інструменти штучного інтелекту для перевірки

правопису та вдосконалення стилю тексту. Задум, зміст та наукові результати є авторськими. Текст був перевірений та відредагований автором.

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

Список використаних джерел

- Милославська О.В., Гуляєва О. В., Фурсова К. С. Моральний інтелект в системі цінностей і життєвих смислів особистості студента. *Наукові перспективи. Серія «Психологія»*. 2025. №11 (65). С. 2498-2510. DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-2\(56\)-1683-1692](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-2(56)-1683-1692)
- Пономаренко Я. С. Пілотажні результати апробації українського опитувальника «Моральний інтелект – українська адаптація (MI-UA)». *Адміністративно-правове, соціологічне та психологічне забезпечення діяльності Національної поліції України* : зб. матеріалів наук.-практ. конф. (м. Вінниця, 14 листоп. 2025 р.) : у 2 ч. / МВС України; Харків. нац. ун-т внутр. справ ; Нац. акад. прав. наук України. Вінниця : ХНУВС, 2025. Ч. II. С. 223-227. URI <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/2479>
- Пономаренко Я., Євдокімова О. Моральний інтелект: концепт, парадигма та психометричні виклики в секторі безпеки й оборони. *Юридична психологія*. 2025. № 2 (37). С. 33–41. DOI: <https://doi.org/10.33270/03253702.4>
- Alsmeehen F. Predicting Moral Intelligence: An Examination of the Influence of the Five Major Personality Factors among Students at the World Islamic Sciences and Education University. *Journal of Social Studies Education Research*. 2024. Vol. 15, no. 3. P. 317–347.
- Bentahila L., Fontaine R., Pennequin V. Universality and cultural diversity in Moral reasoning and judgment. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.764360>
- Boss J.A. The effect of community service work on the moral development of college ethics students. *Journal of Moral Education*. 1994. Is. 23, Vol. 2. P. 183–198.
- Mohagheghi H., Farhadi M., Rashid K., Beiranvand A. Predicting moral behavior based on moral intelligence and personality traits: The mediating role of the structure self transcendence. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2021. №23(4). P. 273–284.
- Nobahar, M., Yarahmadi, S., Raiesdana, N., Delshad, E., Shahidi, H., Fatemeh, E., Brahimi-zadeh, F. Predicting moral intelligence in nursing students and its relationships with self-compassion, and cultural competence: a cross-sectional study. *BMC Nursing*. 2022. №21(1). P. 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12912-022-01111-w>

O. MYLOSLAVSKA (Olena Myloslavska),
PhD in Psychology, Associate Professor,
Associate Professor of the Department of Applied Psychology,
V. N. Karaz'in Kharkiv National University
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0351-8182>
e-mail: myloslavskai@gmail.com
K. FURSOVA (Kateryna Fursova),
Postgraduate Student,
V. N. Karaz'in Kharkiv National University
e-mail: kateryna.fursova15@gmail.com
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0000-7326-2667>

THE MORAL INTELLIGENCE SCALE. UKRAINIAN LANGUAGE VERSION ADAPTATION

This article presents the results of the adaptation of the Ukrainian-language version adaptation of the Moral Intelligence Scale (F. Alsmeehen). Moral intelligence is defined as an individual's ability to apply universal ethical principles to their own value system, life goals, and behavioral

actions. The development of moral intelligence is significantly influenced by a person's emotional stability, conscientiousness, and openness. It was found that instrument original 6-factor structure was not confirmed in the Ukrainian sample, which may be due to the fact that, in our sociocultural and mental environment, internal moralities undergo significant pragmatization criteria. The adaptation process involved the removal of items with low significance and high uniqueness, which contributed to enhancing an instrument structural integrity. The Ukrainian-language version of the Moral Intelligence Scale includes three scales ("Prosocial Orientation," "Intercultural Tolerance and Respect," "Self-Regulation") and a moral intelligence integrated measure. The Ukrainian-language version contains ten items, compared to thirty in the original. The indices of internal consistency and convergent validity questionnaire's factors were found to be sufficient. The new model demonstrated excellent discriminant validity, as evidenced by the low level of latent intercorrelations among the subscales. Overall structure's indicators fit with the empirical data pointed to the questionnaire's high structural validity, allowing the Moral Intelligence Scale to be considered a promising, reliable, and concise psychodiagnostic tool within the domestic research landscape.

Keywords: moral intelligence, methodology adaptation, convergent validity, discriminant validity, reliability, diagnostic methods.

References

- Miloslavskaya, O. V., Hulyaeva, O. V., & Fursova, K. S. (2025). [Moral intelligence in the system of values and life meanings of a student's personality. *Naukovi Perspektyvy. Seriya «Psycholohiia»*, (11), 2498–2510 [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-2\(56\)-1683-1692](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-2(56)-1683-1692) [in Ukrainian].
- Ponomarenko, Ya., & Yevdokimova, O. (2025). Moral intelligence: Concept, paradigm and psychometric challenges in the security and defense sector. *Yurydychna Psycholohiia*, (2), 33–41. URI <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/2479> [in Ukrainian].
- Ponomarenko, Ya. S. (2025). Pilot results of approbation of the Ukrainian-language questionnaire "Moral Intelligence - Ukrainian Adaptation (MI-UA)". In *Administrativno-pravove, sotsiologichne ta psykholohichne zabezpechennia diialnosti Natsionalnoi politzii Ukrainy* (Part II, pp. 223–227). KhNUVS URI <https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/2479> [in Ukrainian].
- Alsmeehen, F. (2024). Predicting moral intelligence: An examination of the influence of the five major personality factors among students at the World Islamic Sciences and Education University. *Journal of Social Studies Education Research*, 15(3), 317–347.
- Bentahila, L., Fontaine, R., & Pennequin, V. (2021). Universality and cultural diversity in moral reasoning and judgment. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.764360>
- Boss, J. A. (1994). The effect of community service work on the moral development of college ethics students. *Journal of Moral Education*, 23(2), 183–198.
- Mohagheghi, H., Farhadi, M., Rashid, K., & Beiranvand, A. (2021). Predicting moral behavior based on moral intelligence and personality traits: The mediating role of the structure self transcendence. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 23(4), 273–284. SID. <https://sid.ir/paper/1015066/en>
- Nobahar, M., Yarahmadi, S., Raiesdana, N., Delshad, E., Shahidi, H., Fatemeh, E., & Brahinzadeh, F. (2022). Predicting moral intelligence in nursing students and its relationships with self-compassion, and cultural competence: A cross-sectional study. *BMC Nursing*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12912-022-01111-w>

Додаток

«Шкала морального інтелекту»

Інструкція: Будь ласка, оцініть запропоновані твердження за шкалою від 1 (абсолютно не згоден) до 5 (абсолютно згоден).

1. Я співчуваю іншим.
2. Я відчуваю провину за свою неправильну поведінку.
3. У мене є чіткі моральні принципи.
4. Мені подобається, коли інші ставляться до мене так, як я ставлюся до них.
5. Я відкрито ставлюся до різних культур.
6. Мені легко приймати людей з різних культур.
7. Я поважаю традиції, відмінні від моєї культури.
8. Я легко можу контролювати себе.
9. Я контролюю себе, коли заляюся.
10. Я контролюю свою поведінку в складних ситуаціях.

Шкала «Просоціальна спрямованість»: сума балів за пунктами 1, 2, 3, 4.

Просоціальна спрямованість - це орієнтація особистості на позитивну взаємодію з іншими людьми, дотримання моральних норм, готовність допомагати, співпереживати та діяти справедливо. Просоціальна спрямованість є системою особистісних якостей, що забезпечують гуманістичне, морально відповідальне та орієнтоване на благополуччя інших ставлення до людей.

Шкала «Міжкультурна толерантність та повага»: сума балів за пунктами 5, 6, 7.

Шкала відображає рівень позитивного та приймального ставлення особистості до культурного різноманіття, готовність до взаємодії з представниками інших культур, повагу до їхніх традицій, цінностей і способу життя. Вона характеризує здатність людини відкрито сприймати культурні відмінності, підтримувати толерантні міжкультурні взаємини та визнавати цінність культурної багатоманітності.

Шкала «Саморегуляція»: сума балів за пунктами 8, 9, 10.

Шкала відображає здатність особистості свідомо контролювати власні емоції, поведінку та реакції в різних життєвих ситуаціях, зокрема в умовах емоційного напруження чи труднощів. Вона характеризує рівень емоційної стриманості, самоконтролю та вміння керувати власними діями відповідно до ситуації.

Інтегральний показник морального інтелекту: сума балів за всіма пунктами.

Інтегральний показник відображає загальний рівень сформованості морально-етичних, емоційно-регулятивних та міжкультурних якостей особистості, які забезпечують здатність людини діяти відповідно до моральних норм, гуманістичних цінностей і принципів конструктивної соціальної взаємодії.

Конфлікт інтересів: автори заявляють про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 11.03.2026 (The article was received by the editors 11.03.2026)

Стаття рекомендована до друку 25.04.2026 (The article is recommended for printing 25.04.2026) Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ І ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

УДК 159.944.4:159.913:070

DOI 10.26565/2225-7756-2026-80-15

О. С. ЯРХО (Ольга Станіславівна Ярхо)

*здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти**кафедра психології та поведінкових наук**Державний торговельно-економічний університет**вул. Кіото, 19, м. Київ, Україна.**e-mail: olga.yarkho@gmail.com**https://orcid.org/0009-0001-0786-929X*

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ПОНЯТТЯ «МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЖУРНАЛІСТА» В КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті обґрунтовується психологічний зміст поняття "психічне здоров'я журналіста" як самостійного наукового конструкту. Актуальність проблеми зумовлена відсутністю формального теоретичного визначення конструкту «ментальне здоров'я журналіста» попри понад два десятиліття емпіричних досліджень. Мета дослідження — обґрунтувати психологічний зміст цього поняття через інтеграцію загальнопсихологічних моделей зі специфікою журналістської діяльності. Методи: систематичний аналіз п'яти загальнопсихологічних моделей (двоконтинумна К. Кейса, шестивимірна К. Ріффа, PERMA, PMH-Scale, ProQOL), зіставлення їхніх пояснювальних спроможностей із характеристиками журналістської праці, верифікація на даних ІМП (2022–2025). Результати показують, що шість характеристик журналістики — хронічний травматичний вплив як професійна вимога, коливання подвійної ролі, громадянсько-екзистенційна дуальність воєнного часу, тягар інформаційної війни, неможливість ротації та організаційна типізація — роблять існуючі моделі необхідними, але недостатніми. Запропоновано оригінальне визначення: психічне здоров'я журналістів — це двовимірний динамічний стан, що діє на чотирьох рівнях — індивідуальному, професійному, організаційному та структурному. Модель інтегрує рамкову модель подвійного континууму Кіза, модель ProQOL Штамма, евіденційні виміри Ріффа та рефлексивний підхід Найдбонової. Верифікація за даними позадовжнього аналізу ІМП (2022–2025) підтверджує здатність моделі враховувати як деструктивні, так і адаптивні тенденції. Перспективи включають емпіричне тестування за допомогою ProQOL, PMH-Scale та CD-RISC на вибірці українських журналістів.

Ключові слова: ментальне здоров'я журналіста, позитивна психологія, професійна якість життя, двоконтинумна модель, збройний конфлікт, медіапсихологія

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми

Психологічний стан осіб, задіяних у виробництві медійного контенту, протягом останніх двох десятиліть перетворився на одну з найактуальніших проблем психології праці та клінічної психології. Піонерське дослідження А. Файнштейна та співавторів (Feinstein, Owen, & Blair, 2002) засвідчило, що рівень поширеності посттравматичного стресового розладу (далі — ПТСР) серед воєнних кореспондентів сягає 28,6 % — показників, порівнянних із комбатантами. Відтоді масив емпіричних даних непинно зростає: систематичний огляд Р. Фланнері (Flannery, 2022), що узагальнив 23 дослідження із залученням 4558 учасників за 2011–2020 рр., підтвердив хронічний характер проблеми. Найновіший огляд С. Ерера Дамас та Х. Валеро-Пастор (Herrera Damas & Valero-Pastor, 2026) на матеріалі 15 емпіричних робіт за 2010–2025 рр. констатує ключову прогалину: жодне з проаналізованих досліджень не пропонує формального теоретичного визначення того, що саме вимірюється під назвою «ментальне здоров'я журналіста».

В українському контексті ця проблема набуває безпрецедентної гостроти. Тривала збройна агресія Росії проти України поставила медійне середовище перед унікальним поєднанням хронічних стресогенних

факторів: хронічної травматичної експозиції, кадрової кризи, фінансової нестабільності та морального тиску інформаційної війни. Результати моніторингів Інституту масової інформації (далі — ІМП) вказують на те, що абсолютна більшість медійників констатують негативну динаміку психоемоційного самопочуття (ІМП, 2024). Водночас лонгітудні дані ІМП за 2022–2025 рр. фіксують не лише деструктивні процеси, а й формування адаптивних механізмів: помітна група респондентів відзначає поступове звикання до воєнних реалій без руйнування професійного потенціалу, причому родинне оточення набуває зростаючої стабілізуючої функції (ІМП, 2025). Ці суперечливі тенденції свідчать про складну двовимірну природу явища, яке потребує окремої концептуалізації.

Наявність великого масиву емпіричних даних за відсутності теоретичного визначення створює парадокс: дослідники оперують конструктом, зміст якого не специфіковано. Аналіз літератури засвідчує, що різні автори використовують терміни «psychological well-being», «emotional well-being», «mental health» як взаємозамінні, не розмежовуючи їхній зміст стосовно журналістики (Herrera Damas & Valero-Pastor, 2026). Це перешкоджає як порівнянню результатів різних досліджень, так і розробці адресних програм підтримки.

Як цитувати: Ярхо, О.С. (2026). Психологічний зміст поняття «ментальне здоров'я журналіста» в контексті професійної діяльності. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (80), 125-131. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-15>

In cites: Yarkho O.S. (2026). Psychological Content of "Journalist Mental Health" Concept in the Professional Activity Context. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, (80), 125-131. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2026-80-15> (in Ukrainian)

© Ярхо, О.С., 2026; CC BY 4.0 license

Мета

Мета дослідження полягає у науковому обґрунтуванні змісту поняття «ментальне здоров'я журналіста» шляхом зіставлення базових психологічних моделей здоров'я з особливостями фахової медійної роботи в умовах збройного конфлікту.

Методи дослідження

Дослідження має теоретичний дизайн і ґрунтується на систематичному аналізі, класифікації та синтезі наукових джерел. Джерельна база охоплює рецензовані статті з баз даних Web of Science та Scopus, монографії, інституційні звіти та валідовані психодіагностичні інструменти.

Критерії відбору джерел: (а) релевантність до концептуалізації ментального здоров'я в загальній або професійній психології; (б) наявність емпіричних даних щодо психологічного стану журналістів; (в) публікація в рецензованих виданнях або визнаних інституційних органах (BOO3, IMI, Dart Centre for Journalism and Trauma); (г) доступність англійською або українською мовами. Джерела мовою країни-агресора виключено.

Аналітична процедура складалася з трьох послідовних етапів. На першому етапі здійснено аналіз п'яти загальнопсихологічних моделей ментального здоров'я: концептуальна рамка BOO3 (WHO, 2022), двоконтинуумна модель К. Кейса (Keyes, 2002, 2005), шестивимірна модель психологічного благополуччя К. Ріффа (Ryff, 1989), модель PERMA М. Селігмана (Seligman, 2011) та одновимірна Шкала позитивного ментального здоров'я (Lukat et al., 2016). Кожна модель оцінювалася за критерієм її спроможності описувати специфічні умови журналістської роботи.

На другому етапі проаналізовано професійно-орієнтовані рамки: модель вимог та ресурсів роботи JD-R (Demerouti, Bakker, Nachreiner, & Schaufeli, 2001) та модель професійної якості життя ProQOL (Stamm, 2010). Модель JD-R обрана як найбільш впливова загальна рамка для розуміння взаємодії робочих стресорів та ресурсів; ProQOL — як єдина модель, що специфічно розрізняє позитивний (задоволеність від співчуття) та негативний (вторинний травматичний стрес, вигорання) виміри професійного функціонування в допомагаючих професіях.

На третьому етапі проведено зіставлення вимог, які журналістська діяльність висуває до психологічного функціонування — зафіксованих у емпіричній літературі — та пояснювальної спроможності існуючих моделей. Це дозволило виявити системні розбіжності (gaps) між загальними моделями та специфікою журналістики, що склали основу для побудови професійно-специфічної концептуалізації.

Для аналізу кількісних та якісних характеристик наявної літератури проведено бібліометричний огляд. За ключовими словами «journalist mental health», «journalist well-being», «journalist PTSD» у базі Scopus ідентифіковано зростаючий тренд публікацій від поодиноких робіт на початку 2000-х до стрімкого зростання у 2020-х рр. Аналіз типів досліджень засвідчив, що більшість робіт мають крос-секційний дизайн із переважною увагою до патологічного виміру (ПТСР, депресія, тривожність), тоді як позитивний вимір (благополуччя, зростання, задоволеність) досліджено значно менше. Цей дисбаланс підтверджує необхідність

побудови інтегративної моделі, яка б враховувала обидва виміри.

Для верифікації концептуальної моделі використано дані лонгітудних опитувань ІМІ (2022–2025), що є найбільш масштабним вітчизняним джерелом інформації про психоемоційний стан медійників у воєнний час. Річні вибірки охоплювали щорічно понад 100 журналістів з усіх регіонів України. Дані ІМІ аналізувалися крізь призму побудованої моделі для перевірки її емпіричної чутливості — здатності пояснити як деструктивні (зростання патологічних показників), так і конструктивні (формування адаптаційних механізмів) тенденції.

Охарактеризуємо аналітичні інструменти — моделі, що склали основу порівняльного аналізу.

Конвергенція загальнопсихологічних моделей та їхні обмеження для журналістики.

П'ять проаналізованих моделей конвергують на фундаментальному принципі: повноцінна оцінка ментального здоров'я потребує врахування як наявності позитивного функціонування, так і відсутності патології. К. Кейс (Keyes, 2002) емпірично продемонстрував це, показавши, що особи у стані «згасання» (languishing) — низького благополуччя без діагностованого розладу — майже у шість разів частіше розвивають велику депресію, ніж особи у стані «розквіту» (flourishing). Його конфірмаційний факторний аналіз (Keyes, 2005) підтвердив, що ментальне здоров'я та ментальна хвороба являють собою окремі, кореляційно пов'язані уніполярні виміри.

К. Ріфф (Ryff, 1989) ідентифікувала шість конститутивних вимірів психологічного благополуччя: самоприйняття, позитивні стосунки з іншими, автономія, володіння середовищем, мету в житті та особистісне зростання. Для журналістики три з цих вимірів мають особливу вагу. Автономія стосується здатності журналіста до незалежного професійного судження під редакційним, політичним та аудиторним тиском. Мета в житті пов'язана зі сенсом, що його людина черпає з місії суспільного інформування. Особистісне зростання резонує із задокументованою здатністю окремих журналістів до посттравматичного зростання навіть в умовах хронічного стресу (Idås, Backholm, & Korhonen, 2019).

Модель PERMA М. Селігмана (Seligman, 2011) — Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, Accomplishment — привносить розуміння, що благополуччя є нередуковним до будь-якої одиничної міри. Шкала позитивного ментального здоров'я PMH-Scale (Lukat, Margraf, Lutz, van der Veld, & Becker, 2016), валідована на понад 10 000 учасниках, операціоналізує позитивне ментальне здоров'я як єдиний надфакторний конструкт. Її адаптація на українській вибірці (Карамушка, Терещенко, & Креденцер, 2022) підтвердила задовільні психометричні властивості та чутливість до воєнних умов.

Утім, попри теоретичну глибину, жодна з цих моделей не враховує відмінних умов, у яких функціонують журналісти. Їхня застосовність передбачає, що травматична експозиція є аномальною та може бути мінімізованою, що професійна діяльність відбувається в межах підтримувального інституційного середовища, і що індивід може періодично виходити зі

стресогенних обставин — жодна з цих передумов не відповідає дійсності для журналістики, зокрема в умовах збройного конфлікту.

Модель ProQOL (Stamm, 2010) поєднує загальні та професійно-орієнтовані рамки, вимірюючи три незалежних субшкали: задоволеність від співчуття (compassion satisfaction), вигорання (burnout) та вторинний травматичний стрес (STS). Принципово важливим є визнання ProQOL того, що професійне благополуччя має нередуковно позитивну складову: медійник, який знаходить сенс у свідченні, може одночасно переживати STS від контакту з графічним контентом. Це співіснування позитивного та негативного вимірів безпосередньо відображає двоконтинуумну логіку К. Кейса (Keyes, 2002).

Результати

Проведений аналіз виявив конвергенцію п'яти загальнопсихологічних моделей на принципі двовимірності, але водночас продемонстрував системну невідповідність жодної з них специфіці журналістської діяльності.

Шість характеристик журналістської праці, що зумовлюють потребу у професійно-специфічній контекстуалізації.

Понад двадцять років емпіричних даних про психологічні наслідки журналістської діяльності дозволяють виокремити шість ознак медійної праці, що принципово змінюють умови, в яких має бути визначено ментальне здоров'я.

Перша ознака — систематичний контакт із травматичним матеріалом є обов'язковою складовою фаху, а не випадковим епізодом. А. Файнштейн, Дж. Оуен та Н. Блер (Feinstein et al., 2002) зафіксували рівень ПТСР 28,6 % серед воєнних кореспондентів. Подальші роботи встановили, що навіть офісні працівники медіа, які контактують із шокуючими зображеннями лише через екрани моніторів, виявляють рівень психологічного дистресу, що перевищує клінічний поріг (Osman, Dvorkin, Inbar, Page-Gould, & Feinstein, 2021). Стандартні моделі професійного здоров'я виходять із припущення, що травматичну експозицію можна зменшити; у журналістиці усунення стресора означало б усунення самої професії.

По-друге, професія вимагає маятникового переключення між емпатійним залученням та аналітичним дистанціюванням.

По-третє, в умовах воєнної України журналісти займають подвійну позицію — професійних спостерігачів та громадян країни, що обороняється. На відміну від іноземних кореспондентів, які ротуються, українські медійники не можуть покинути середовище, про яке повідомляють. За даними ІМІ (2025), надії на швидке завершення війни суттєво знизилися між 2022 та 2025 роками, а провідною психологічною установкою стала прагматична витривалість.

Четверта ознака — навантаження інформаційного протистояння генерує специфічний когнітивно-моральний тиск, не притаманний жодній іншій допомагаючій професії.

П'ята ознака — відсутність можливості чергування (ротатії) ліквідує протективний механізм, який є базовим для армійської, рятувальної та гуманітарної діяльності.

По-шосте, організаційна культура мовчання пригнічує пошук допомоги: за даними ІМІ (2024), більшість медійників визнають потребу в психотерапії, проте організаційні бар'єри та професійна стигма суттєво обмежують фактичне звернення. К. Бакхольм та К. Б'йорквіст (Backholm & Björkqvist, 2010), вивчаючи 503 фінських журналістів, додатково продемонстрували, що особиста травматична історія взаємодіє з професійною експозицією, посилюючи ризик ПТСР.

Побудова визначення: двовимірність як базова властивість.

Зіставлення проаналізованих моделей приводить до базового висновку: ментальне здоров'я медійника має двовимірну архітектуру, що включає як позитивний, так і негативний вимір, які кореляційно пов'язані, але не тотожні. Негативний вимір охоплює вторинний травматичний стрес (Figley, 1995), вікарну травматизацію — кумулятивне руйнування когнітивних схем безпеки, довіри та контролю (McCann & Pearlman, 1990), вигорання, моральну травму та клінічні розлади. Позитивний вимір включає задоволеність від співчуття, посттравматичне зростання, професійний сенс та рефлексивну компетентність.

Двовимірність має емпіричну підтримку. Т. Ідос, К. Бакхольм та Й. Корхонен (Idås et al., 2019), обстеживши 375 норвезьких журналістів після теракту на Утойї, встановили, що соціальна підтримка одночасно знижує симптоматику ПТСР та сприяє посттравматичному зростанню. Р. Сміт, С. Древо та Е. Ньюмен (Smith, Drevo, & Newman, 2018) засвідчили, що унікаюча поведінка є провідним чинником розвитку ПТСР серед медійників, що опосередковано підтверджує захисну роль адаптивного копію. Дослідження Н. Сілі (Seely, 2019) серед 254 репортерів зі Сполучених Штатів виявило пропорційну залежність між частотою висвітлення травматичних подій та вираженістю посттравматичної симптоматики.

Рефлексивне опрацювання медійної травми як специфічний механізм.

У межах позитивного виміру діє механізм, специфічний саме для журналістики: рефлексивне опрацювання опосередкованої травми. Спираючись на медіапсихологічний підхід А. Найдьонової (Найдьонова, 2013), цей механізм описує спроможність журналіста до свідомого, критичного осмислення впливу професійної медійної роботи на власний психоемоційний стан. На відміну від безпосереднього зіткнення з травмою, медійна травматизація передбачає послідовний цикл відбору, контекстуалізації, текстуалізації та поширення травматичного контенту — складну когнітивну петлю, яку загальні моделі стресу не описують. С. С. Арефнія (Arefnia, 2025), обстеживши групу українських внутрішньо переміщених жінок, з'ясувала, що саме резильєнтність найсильніше прогнозує рівень суб'єктивного благополуччя ($\beta = 0,693$; $R^2 = 0,70$), а цей зв'язок стає ще потужнішим за підвищеного стресу — знахідка, що має безпосереднє значення для медійників у воєнних умовах.

Механізм рефлексивного опрацювання потребує детальнішого аналізу в контексті моделі двох типів когнітивної переробки, запропонованої Р. Тедескі та А. Калхаун. Автоматична (інтрузивна) переробка — це некерований потік думок та образів, пов'язаних із

травматичним досвідом, який є ознакою гострої фази реагування. Навмисна (deliberate) переробка — свідомий аналіз досвіду, пошук сенсу, інтеграція нового розуміння в картину світу. Для журналіста перехід від автоматичної до навмисної переробки ускладнений тим, що професійна діяльність вимагає постійного повернення до травматичного матеріалу: редактор не може «закрити» тему, яка викликала інтрузії, бо наступного дня з'являться нові фотографії, відео та свідчення з аналогічним емоційним навантаженням. Це створює специфічний «рефлексивний парадокс»: свідоме осмислення потребує дистанції від стресора, тоді як професія систематично цю дистанцію усуває.

А. А. Файнштейн та співавтори (Feinstein, Osmann, & Patel, 2018), узагальнивши матеріали обстеження 684 медійників, зібрані впродовж 18-річного періоду, виявили залежність тяжкості ПТСР-проявів від інтенсивності та тривалості контакту зі стресором, причому жінки та менш освічені медійники демонструють вищий рівень симптомів. Водночас у переважної частини респондентів на жодному з етапів обстеження не діагностовано виражених клінічних проявів, що опосередковано вказує на дію протективних чинників — серед яких рефлексивна переробка є одним із ключових.

Авторське визначення та чотирирівнева структура конструкту.

На підставі здійсненого аналізу пропонується таке визначення: ментальне здоров'я журналіста — це динамічний стан, що характеризується спроможністю фахівця підтримувати позитивне функціонування та протидіяти психологічній шкоді за умов хронічного контакту з травматичним контентом. Конструкт функціонує на чотирьох ієрархічно організованих рівнях.

Індивідуальний рівень охоплює відсутність патологічних станів та присутність ресурсів позитивного функціонування: емоційної саморегуляції, стресостійкості, потенціалу посттравматичного зростання та переживання задоволення від виконання місії свідчення.

На професійному рівні — збережену працездатність в умовах хронічного стресу та дедлайнового тиску; здатність до рефлексивної переробки як прямої, так і вікарної травми; цифрове благополуччя; етичне функціонування в умовах моральної дилеми.

На організаційному рівні — сприйнятий рівень інституційної підтримки, підтримання балансу «робота — особисте життя», колегіальні мережі підтримки та доступ до фахової психологічної допомоги.

Структурний рівень відображає макросоціальне оточення: стан медійної свободи, суспільні очікування щодо емоційності журналіста та — у вітчизняному контексті — реалії функціонування медіа в умовах триваючого збройного протистояння.

Верифікація на українських даних.

Лонгітудні дані ІМП (2022–2025) надають можливість первинної перевірки запропонованої моделі. На індивідуальному рівні дані фіксують високу поширеність патологічних станів — ПТСР-симптоматики, депресії, хронічного стресу (ІМП, 2024), що підтверджує релевантність негативного виміру конструкту. Паралельно дані про збільшення кількості

звернень до фахівців із ментального здоров'я — від поодиноких випадків у перші місяці вторгнення до близько половини учасників опитування у 2024 р. — засвідчують активізацію адаптивних ресурсів позитивного виміру.

На організаційному рівні дані ІМП фіксують одночасно деструктивні (закриття сотень медіа, мобілізація колег) та конструктивні (зростання обізнаності щодо психологічної підтримки) процеси. На структурному рівні зафіксовано трифазну траєкторію: гостра мобілізація (2022) — виснаження зі зверненням по допомогу (2023–2024) — прагматична адаптація (2025). Загалом, за даними ІМП (2025), значна частка медійників обирає установку пристосування без ілюзій, але й без відчаю, а сім'я залишається головним стабілізуючим фактором, зміцнюючись від першого року війни. Ця динаміка адекватно описується запропонованою чотирирівневою моделлю, чого не здатні забезпечити жодна з існуючих загальних моделей.

Доцільно деталізувати процедуру порівняльного аналізу моделей. Для кожної з п'яти загальнопсихологічних моделей було сформульовано шість критеріїв оцінки відповідності: (1) здатність описувати хронічну травматичну експозицію як нормативну складову; (2) наявність механізму для одночасного функціонування позитивного та негативного вимірів; (3) врахування організаційного контексту; (4) чутливість до культурних та макросоціальних умов; (5) наявність валідованого інструменту вимірювання; (6) придатність для лонгітудного відстеження. Жодна з проаналізованих моделей не задовольняє усі шість критеріїв: двоконтинуумна модель К. Кейса відповідає критеріям (2) та (5), але не (1), (3), (4); ProQOL Б. Стемм — критеріям (1), (2) та (5), але не (3) та (4); шестивимірна модель К. Ріфф — критеріям (4) та (6), але не (1) та (2). Ця систематична невідповідність утворює «зону специфічності», яка потребує побудови нового конструкту.

Окремо проаналізовано питання операціоналізації. Для емпіричної перевірки запропонованої моделі необхідна комбінована психодіагностична батарея, що охоплювала б усі чотири рівні конструкту. На індивідуальному рівні оптимальним поєднанням є ProQOL версії 5 (Stamm, 2010) для оцінки професійно-специфічного балансу «задоволеність — втома» та Шкала позитивного ментального здоров'я PMH-Scale (Lukat et al., 2016; українська адаптація Карамушка та ін., 2022) для оцінки загального позитивного функціонування. Шкала резильєнтності CD-RISC (Connor & Davidson, 2003) вимірювала б резильєнтність як інтегративний механізм, що з'єднує позитивний та негативний виміри. На професійному та організаційному рівнях потрібні адаптовані або нові інструменти для оцінки цифрового благополуччя, інституційної підтримки та моральної травми. Структурний рівень потребує якісних або змішаних методів дослідження.

Обговорення

Отримані результати дозволяють стверджувати, що ментальне здоров'я журналіста не може бути адекватно описане через жодну з існуючих загальних моделей без

суттєвих модифікацій. Двоконтинуумна модель К. Кейса забезпечує необхідну метаструктуру незалежних позитивного та негативного вимірів, проте не враховує, що у журналістичі негативний вимір є не аномалією, а нормативною складовою роботи. Модель ProQOL Б. Стемм найточніше описує цю специфіку через концепт задоволеності від співчуття, проте не включає організаційного та структурного рівнів.

Наукова новизна запропонованої концептуалізації полягає у трьох аспектах. По-перше, вперше сформульовано визначення ментального здоров'я журналіста як окремого наукового конструкту, що інтегрує позитивний та негативний виміри. По-друге, ідентифіковано рефлексивне опрацювання медійної травми як специфічний для журналістики когнітивний механізм, якого не описують загальні моделі. По-третє, виокремлено структурний рівень конструкту, що відображає макросоціальні умови фахової діяльності — вимір, який не має аналогів в існуючих моделях професійного здоров'я.

Практична цінність результатів полягає в тому, що чотирирівнева модель генерує конкретні рекомендації для операціоналізації. На індивідуальному рівні комбінована батарея ProQOL версії 5 та PMH-Scale дозволила б охопити обидва виміри. Шкала CD-RISC К. Коннора та Дж. Девідсона (Connor & Davidson, 2003) оцінювала б резильєнтність як інтегративний механізм. На професійному та організаційному рівнях потрібна адаптація або розробка мір цифрового благополуччя, інституційної підтримки та моральної травми. Систематичний огляд Р. Фланнері (Flannery, 2022) підтверджує, що інтегрованого мультирівневого інструменту наразі не існує.

Обмеження дослідження необхідно визнати. По-перше, запропонована модель є теоретичною і потребує емпіричної верифікації. По-друге, дані IMI, використані для первинної верифікації, мають обмеження: вибірки формуються методом зручності, що обмежує репрезентативність; інструментарій не включає стандартизованих клінічних шкал; лонгітюдний дизайн є когортним (різні респонденти щороку), а не панельним (відстеження одних осіб). По-третє, конструкт потребує крос-культурної валідації: не очевидно, що чотирирівнева модель, побудована переважно на західних джерелах та українських даних, є універсально застосовною. Проте саме ці обмеження визначають напрями подальших досліджень та підтверджують теоретичну потребу в системній концептуалізації.

Висновки

Дослідження засвідчує, що «ментальне здоров'я журналіста» належить до найбільш емпірично вивчених, проте найменш теоретично визначених конструктів у психології праці. Шість специфічних характеристик журналістської діяльності робить загальнопсихологічні моделі необхідними, але недостатніми. Запропоноване визначення — двовимірний динамічний стан на чотирьох рівнях (індивідуальний, професійний, організаційний, структурний) — інтегрує п'ять теоретичних традицій та адекватно описує суперечливу динаміку, зафіксовану в українських лонгітюдних даних. Перспективою є емпірична перевірка моделі на вибірці українських журналістів у межах дисертаційної роботи авторки у ДТЕУ (м. Київ).

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

Список використаних джерел

- Арефнія С. Особливості переживання суб'єктивного благополуччя українських жінок-переселенок та жінок з інших країн. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2025. № 4 (80). С. 380–394. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-80-380-394>.
- Карамушка Л., Терещенко К., Креденцер О. Адаптація інструментів BBC-SWB та PMH-Scale на українській вибірці. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3–4 (27). С. 85–94. <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.8>
- Найдаюнова Л. А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу : підручник. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 244 с.
- Погіршення психологічного стану журналістів — опитування IMI. IMI : вебсайт. 2024. URL: <https://imi.org.ua/monitorings/58-ukrayinskyh-zhurnalistiv-zaznachayut-pro-pogirshennya-psyhologichnogo-stanu-opytvannya-imi-i61799> (дата звернення: 25.03.2026).
- Річне опитування IMI: журналісти у 2025-му — виснажені, але стійкіші й більш адаптовані до війни. IMI : вебсайт. 2026. URL: <https://imi.org.ua/monitorings/richne-opytvannya-imi-zhurnalisty-u-2025-mu-vysnazheni-ale-stijkishi-j-bilsh-adaptovani-do-vijny> (дата звернення: 25.03.2026).
- Backholm K., Björkqvist K. The effects of exposure to crisis on well-being of journalists: a study of crisis-related factors predicting psychological health in a sample of Finnish journalists. *Media, War & Conflict*. 2010. Vol. 3, No. 2. P. 138–151. <https://doi.org/10.1177/1750635210368309>
- Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*. 2003. Vol. 18, No. 2. P. 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Demerouti E., Bakker A. B., Nachreiner F., Schaufeli W. B. The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*. 2001. Vol. 86, No. 3. P. 499–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- Feinstein A., Owen J., Blair N. A hazardous profession: war, journalists, and psychopathology. *American Journal of Psychiatry*. 2002. Vol. 159, No. 9. P. 1570–1575. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.159.9.1570>
- Feinstein A., Osmann J., Patel V. Symptoms of PTSD in frontline journalists: a retrospective examination of 18 years of war and conflict. *Canadian Journal of Psychiatry*. 2018. Vol. 63, No. 9. P. 629–635. <https://doi.org/10.1177/0706743718777396>
- Figley C. R. Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized. Brunner/Mazel, 1995.
- Flannery R. B. News journalists and posttraumatic stress disorder: a review of literature, 2011–2020. *Psychiatric Quarterly*. 2022. Vol. 93, No. 1. P. 151–159. <https://doi.org/10.1007/s1126-021-09920-z>
- Herrera Damas S., Valero-Pastor J. M. Emotional well-being in journalists: Conceptualization, experiences, and strategies in the literature (2010–2025). *Journalism and Media*. 2026. Vol. 7, No. 1. Art. 21. <https://doi.org/10.3390/journalmedia7010021>
- Idås T., Backholm K., Korhonen J. Trauma in the newsroom: social support, post-traumatic stress and post-traumatic growth among journalists working with terror. *European Journal of Psychotraumatology*. 2019. Vol. 10, No. 1. Art. 1620085. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1620085>

- Keyes C. L. M. The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*. 2002. Vol. 43, No. 2. P. 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Keyes C. L. M. Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2005. Vol. 73, No. 3. P. 539–548. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539>
- Lukat J., Margraf J., Lutz R., van der Veld W. M., Becker E. S. Psychometric properties of the Positive Mental Health Scale (PMH-scale). *BMC Psychology*. 2016. Vol. 4. Art. 8. <https://doi.org/10.1186/s40359-016-0111-x>.
- McCann I. L., Pearlman L. A. Vicarious traumatization: a framework for understanding the psychological effects of working with victims. *Journal of Traumatic Stress*. 1990. Vol. 3, No. 1. P. 131–149. <https://doi.org/10.1002/jts.2490030110>.
- Osmann J., Dworkin J., Inbar Y., Page-Gould E., Feinstein A. The emotional well-being of journalists exposed to traumatic events: a mapping review. *Media, War & Conflict*. 2021. Vol. 14, No. 4. P. 476–502. <https://doi.org/10.1177/1750635219895998>.
- Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 57, No. 6. P. 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>.
- Seely N. Journalists and mental health: the psychological toll of covering everyday trauma. *Newspaper Research Journal*. 2019. Vol. 40, No. 2. P. 239–259. <https://doi.org/10.1177/0739532919835612>.
- Seligman M. E. P. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Free Press, 2011.
- Smith R. J., Drevo S., Newman E. Covering traumatic news stories: factors associated with post-traumatic stress disorder among journalists. *Stress and Health*. 2018. Vol. 34, No. 2. P. 218–226. <https://doi.org/10.1002/smi.2775>
- Stamm B. H. The Concise ProQOL Manual. 2nd ed. Pocatello : ProQOL.org, 2010. URL: <https://proqol.org/proqol-manual> (дата звернення: 25.03.2026).
- World Health Organization. World mental health report: Transforming mental health for all. WHO, 2022. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338> (дата звернення: 25.03.2026).

O. YARKHO (Olga Yarkho)
Postgraduate Student (PhD Level),
Department of Psychology and Behavioural Sciences,
State University of Trade and Economics,
19 Kioto Str., Kyiv, Ukraine.
e-mail: olga.yarkho@gmail.com
<https://orcid.org/0009-0001-0786-929X>

PSYCHOLOGICAL CONTENT OF "JOURNALIST MENTAL HEALTH" CONCEPT IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY CONTEXT

The article substantiates the concept psychological content of "a journalist mental health" as an independent scientific construct. The relevance stems from this concept formal definition absence in psychological science, despite more than two decades of empirical research documenting elevated PTSD, depression, and burnout among media professionals. The situation of Ukrainian journalists during Russia's full-scale war has transformed this academic gap into an urgent applied problem: the most extensive wartime dataset globally reveals simultaneous deterioration and adaptation within the same population. The purpose of the study is to integrate general psychological models of mental health with the journalistic activity specifics to construct a profession-specific framework. The methodology encompasses analysis of five general models (WHO, Keyes, Ryff, Seligman, Lukat) and two occupational frameworks (JD-R, ProQOL), followed by comparative analysis with empirically documented features of journalistic work. The results demonstrate that six characteristics of journalism — chronic traumatic exposure as a professional requirement, dual-role oscillation, wartime civic-existential duality, information warfare burden, impossibility of rotation, and organizational silence — render existing models necessary but insufficient. An original definition is proposed: journalist mental health is a two-dimensional dynamic state operating across four levels — individual, professional, organizational, and structural. The model integrates Keyes' dual-continuum framework, Stamm's ProQOL, Ryff's eudaimonic dimensions, and Naidonova's reflexive approach. Verification against IMI longitudinal data (2022–2025) confirms the model's capacity to account for both destructive and adaptive trends. Prospects include empirical testing using ProQOL, PMH-Scale, and CD-RISC on a sample of Ukrainian journalists.

Keywords: *journalist mental health, positive psychology, professional quality of life, dual-continuum model, armed conflict, media psychology*

References

- Arefniia, S. (2025). Peculiarities of experiencing subjective well-being among Ukrainian internally displaced women and women from other countries. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK»*, 4(80), 380–394. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-80-380-394> [in Ukrainian].
- Karamushka, L., Tereshchenko, K., & Kredentser, O. (2022). Adaptation of the BBC-SWB and PMH-Scale instruments on a Ukrainian sample. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia*, 3–4(27), 85–94. <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.8> [in Ukrainian].
- Naidonova, L. A. (2013). *Media psychology: Foundations of the reflexive approach*. Imeks-LTD. [in Ukrainian].
- Institute of Mass Information. (2024). Deterioration of the psychological state of journalists. <https://imi.org.ua/monitorings/58-ukrayinskyh-zhurnalistiv-zaznachayut-pro-pogirshennya-psyhologichnogo-stanu-opytuvannya-imi-i61799> [in Ukrainian].
- Institute of Mass Information. (2025). Annual IMI survey: Journalists in 2025. <https://imi.org.ua/monitorings/richne-opytuvannya-imi-zhurnalisty-u-2025-mu-vysnazheni-ale-stijkishi-j-bilsh-adaptovani-do-vijny> [in Ukrainian].
- Backholm, K., & Björkqvist, K. (2010). The effects of exposure to crisis on well-being of journalists. *Media, War & Conflict*, 3(2), 138–151. <https://doi.org/10.1177/1750635210368309>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale. *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499–512. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499>
- Feinstein, A., Owen, J., & Blair, N. (2002). A hazardous profession: War, journalists, and psychopathology. *American Journal of Psychiatry*, 159(9), 1570–1575. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.159.9.1570>
- Feinstein, A., Osmann, J., & Patel, V. (2018). Symptoms of PTSD in frontline journalists: A retrospective examination of 18 years of war and conflict. *Canadian Journal of Psychiatry*, 63(9), 629–635. <https://doi.org/10.1177/0706743718777396>
- Figley, C. R. (1995). *Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic stress disorder in those who treat the traumatized*. Brunner/Mazel.
- Flannery, R. B. (2022). News journalists and posttraumatic stress disorder: A review of literature, 2011–2020. *Psychiatric Quarterly*, 93(1), 151–159. <https://doi.org/10.1007/s11126-021-09920-z>

-
- Herrera Damas, S., & Valero-Pastor, J. M. (2026). Emotional well-being in journalists. *Journalism and Media*, 7(1), 21. <https://doi.org/10.3390/journalmedia7010021>
- Idås, T., Backholm, K., & Korhonen, J. (2019). Trauma in the newsroom. *European Journal of Psychotraumatology*, 10(1), 1620085. <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1620085>
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum. *Journal of Health and Social Behavior*, 43(2), 207–222. <https://doi.org/10.2307/3090197>
- Keyes, C. L. M. (2005). Mental illness and/or mental health? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(3), 539–548. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.3.539>
- Lukat, J., Margraf, J., Lutz, R., van der Veld, W. M., & Becker, E. S. (2016). Psychometric properties of the Positive Mental Health Scale. *BMC Psychology*, 4, Article 8. <https://doi.org/10.1186/s40359-016-0111-x>
- McCann, I. L., & Pearlman, L. A. (1990). Vicarious traumatization. *Journal of Traumatic Stress*, 3(1), 131–149. <https://doi.org/10.1002/jts.2490030110>
- Osman, J., Dvorkin, J., Inbar, Y., Page-Gould, E., & Feinstein, A. (2021). The emotional well-being of journalists. *Media, War & Conflict*, 14(4), 476–502. <https://doi.org/10.1177/1750635219895998>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Seely, N. (2019). Journalists and mental health. *Newspaper Research Journal*, 40(2), 239–259. <https://doi.org/10.1177/0739532919835612>
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- Smith, R. J., Drevo, S., & Newman, E. (2018). Covering traumatic news stories. *Stress and Health*, 34(2), 218–226. <https://doi.org/10.1002/smi.2775>
- Stamm, B. H. (2010). *The concise ProQOL manual* (2nd ed.). ProQOL.org. <https://proqol.org/proqol-manual>
- World Health Organization. (2022). World mental health report: Transforming mental health for all. WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>

Конфлікт інтересів: автор заявляє про відсутність професійного або інституційного конфлікту інтересів.

Conflict of Interest: The author declares that there is no professional or institutional conflict of interest.

Стаття надійшла до редакції 21.01.2026 (The article was received by the editors 21.01.2026)

Стаття рекомендована до друку 18.03.2026 (The article is recommended for printing 18.03.2026)

Опублікована 28.05.2026 (Published 28.05.2026)

**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 ревізуючими.

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 інтервалу. Поля: зверху — 2 см; знизу — 2 см; ліворуч — 2 см; праворуч — 2 см. Папір – А4.

У тексті статті забороняється використовувати об'єкти WordArt, 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). Назви рисунків та таблиць і показники в кожному з цих елементів 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 для широкого 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.

У вступній частині важливо 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 відповідно до поставлених у роботі завдань. **Важливо! У висновках не повинно бути даних, яких немає у змісті статті!**

8. Розкрити наявність та способи використання штучного інтелекту в Декларації про використання штучного інтелекту.
9. В статтях, в яких було залучено людей до дослідження, прописати "Етичні засади дослідження"
10. Вказати внесок авторів у дослідження.
11. Вказати на відсутність конфлікту інтересів.
12. **Список використаних джерел** оформлюється відповідно до вимог «ДСТУ 8302:2015. Бібліографічне посилання» (за алфавітом: спочатку кирилиця, потім латиниця).
13. **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>)
14. Інформація українською чи англійською мовою (відмінною від мови статті):

*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; решта — зарубіжні, виключно з БД Web of Science чи Scopus. Під час узагальнення 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, які є у WoS чи SCOPUS з проблеми, включаючи надання інформації про кількість джерел за кожним її типом (монографії, статті, тези тощо). Після цього здійснюється якісний аналіз джерел, на основі якого автор виокремлює в тексті статті основні тенденції або напрями пізнання 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; за умов цитування — лише в тексті.

- 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, а також 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. Karazhin Kharkiv National University, Svobody sq., 4, Kharkiv, 61022 Ukraine.

e-mail

[https:// orcid.org/](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 natsionalnogo. universytetu imeni V. N. Karazina. 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 80**

Збірник наукових праць

українською та англійською мовами

Комп’ютерне верстання: Гірник С.А.

Підписано до друку 27.04.2026 р. Формат 60x84/8.
Папір офсетний. Друк цифровий. Ум. друк. арк. 14,11. Обл-вид. арк. 17,64.
Наклад 50 пр. Зам. № 28/26. 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