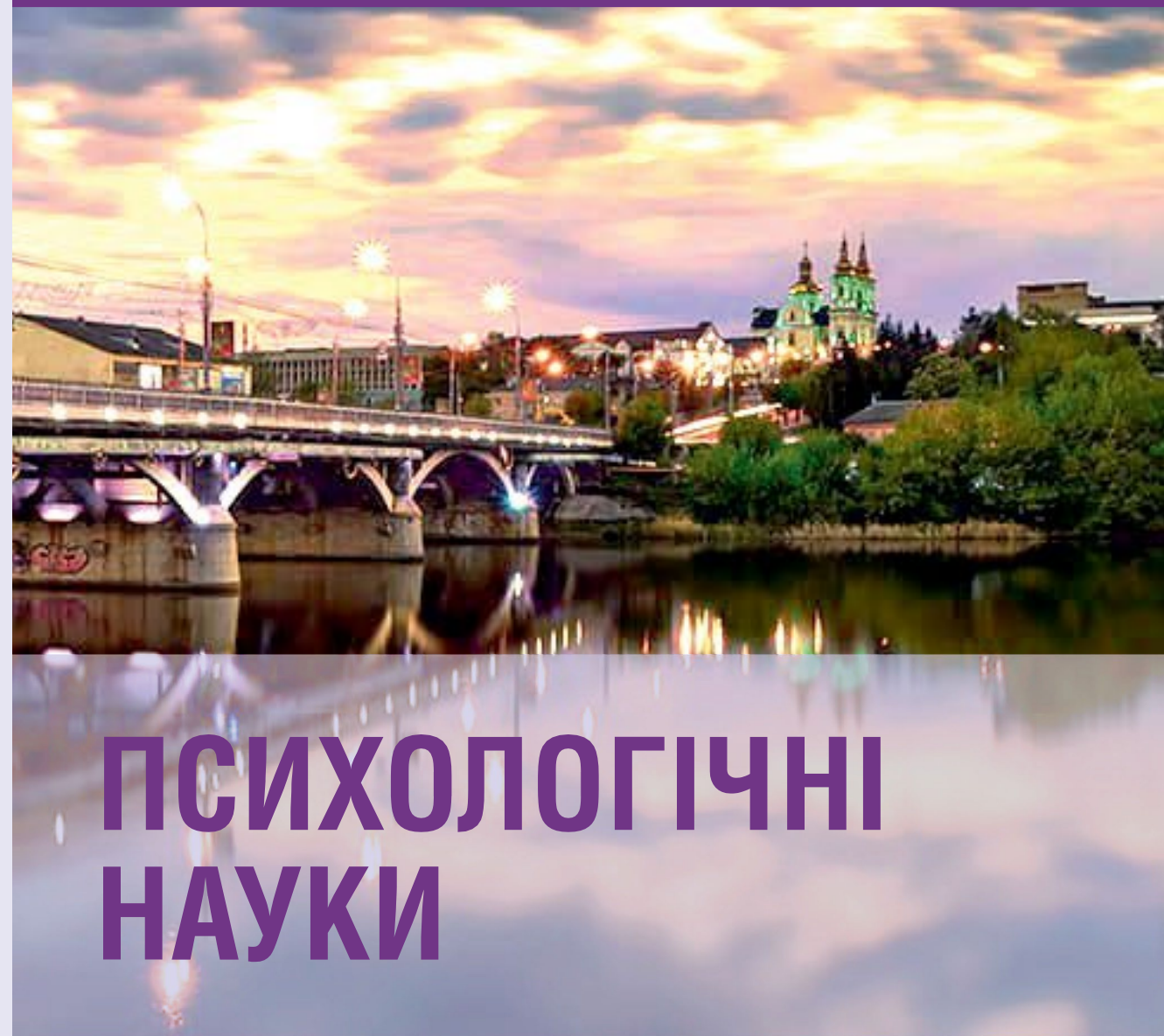




ISBN

# ВІСНИК

ДОНЕЦЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА



ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

ВІСНИК ДОНЕЦЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

## ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

2(5), 2024



НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПСИХОЛОГІЇ

Виходить 2 рази на рік

2(7), 2025

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

## **ВІСНИК**

**ДОНЕЦЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА**

Серія

## **ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ**

Випуск 2(7) (2025)

Вінниця  
2025

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet Вченою радою Донецького національного університету імені Василя Стуса, протокол № 4 від 11.12.2025 року

### РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

**Головний редактор: Вікторія Оверчук** – доктор економічних наук, кандидат психологічних наук, професор, в. о. директора навчально-наукового інституту психології Донецького національного університету імені Василя Стуса (м. Вінниця, Україна)

**Голова редакційної колегії: Людмила Матохнюк** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної та соціальної психології Донецького національного університету імені Василя Стуса (м. Вінниця, Україна)

**Наталія Афанасьєва** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри соціальної економіки Харківського національного економічного університету ім. Семена Кузнеця (м. Харків, Україна)

**Софія Березка** – кандидат психологічних наук, доцент, Консультант Кар'єрного та Консультативного центру університету Масарика (м. Брно, Чеська Республіка)

**Катерина Васюк** – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної та соціальної психології Донецького національного університету імені Василя Стуса (м. Вінниця, Україна)

**Оксана Вдовиченко** – доктор психологічних наук, професор, Декан соціально-гуманітарного факультету Університету Ушинського Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (м. Одеса, Україна)

**Ольга Ковальова** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Мелітопольського державного педагогічного університету ім. Б. Хмельницького (м. Запоріжжя, Україна)

**Анатолій Кононенко** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної та соціальної психології Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара (м. Дніпро, Україна)

**Оксана Кононенко** – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова (м. Одеса, Україна)

**Наталія Лапшова** – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та соціальної психології Донецького національного університету імені Василя Стуса (м. Вінниця, Україна)

**Альфредас Лаурінавічус** – доцент Інституту психології Вільнюського університету (м. Вільнюс, Литва)

**Оксана Лящ** – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології та соціальної роботи Вінницького державного педагогічного університету ім. М. Коцюбинського (м. Вінниця, Україна)

**В 53 Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія «Психологічні науки» / Гол. ред. проф. Вікторія Оверчук. Вінниця : Вид-во ДонНУ ім. Василя Стуса, 2025. Випуск 2(7). 181 с.**

Засновник і видавець: Донецький національний університет імені Василя Стуса  
Періодичність випусків збірника – двічі на рік

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації серія  
КВ № 25067–15007Р від 10.12.2021 р.

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення Unicheck  
Автори статей несуть всю повноту відповідальності за зміст статей, достовірність даних, фактів, цитат,  
рівень незалежності отриманих результатів

Адреса редакції:  
вул. Академіка Янгеля, 4, Вінниця, Україна, 21007  
e-mail: v.overchuk@donnu.edu.ua  
<https://psy-donnu.net>

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE VASYL' STUS  
DONETSK NATIONAL UNIVERSITY

**BULLETIN**  
OF THE VASIL' STUS DONETSK NATIONAL  
UNIVERSITY

Series

**PSYCHOLOGICAL SCIENCES**

Issue 2(7) (2025)

Vinnytsia  
2025

Recommended for publication and distribution via the Internet by the Academic Council of Vasyl' Stus Donetsk National University, Minutes No. 4 of 11.12.2025

#### EDITORIAL BOARD

**Editor-in-Chief: Victoriia Overchuk** – Doctor of Economics, Candidate of Psychological Sciences, Professor, Act. D. of the Educational and Scientific Institute of Psychology, Vasyl' Stus Donetsk National University (Vinnytsia, Ukraine)

**Chair of the Editorial Board: Liudmyla Matokhniuk** – Doctor of psychological sciences, Professor, Professor of the Department of General and Social Psychology, Vasyl' Stus Donetsk National University (Vinnytsia, Ukraine)

**Nataliia Afanasieva** – doctor of psychological sciences, professor, professor of the department of social economy of Semyon Kuznets Kharkiv National University of Economics (Kharkiv, Ukraine)

**Sofia Berezka** – PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor Psychologist at the Career and Counseling Center of Masaryk University (Brno, Czech Republic)

**Kateryna Vasyuk** – PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor of the Department of General and Social Psychology, Vasyl' Stus Donetsk National University (Vinnytsia, Ukraine)

**Oksana Vdovychenko** – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Theory and Methods of Practical Psychology, South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky (Odesa, Ukraine)

**Olha Kovaleva** – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Psychology at Bohdan Khmelnytskyi Melitopol State Pedagogical University (Zaporizhzhia, Ukraine)

**Anatolii Kononenko** – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of General and Social Psychology, Oles Honchar Dnipro National University (Dnipro, Ukraine)

**Oksana Kononenko** - Doctor of Psychology, Professor, Head of the Department of Social Psychology of the Odesa Mechnikov National University (Odesa, Ukraine)

**Nataliia Lapshova** - PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of General and Social Psychology at Vasyl' Stus Donetsk National University (Vinnytsia, Ukraine)

**Alfred Laurinavicius** – Associate professor at the Institute of Psychology, Vilnius University (Vilnius, Lithuania)

**Oksana Liashch** – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Psychology and Social Work, Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University (Vinnytsia, Ukraine)

**B 53 Bulletin of Vasyl' Stus Donetsk National University. Series «Psychological sciences» / Editor-in-chief Prof. Viktoriia Overchuk. Vinnytsia: Vasyl' Stus Donetsk National University, 2025. Issue 2(7). 181 p.**

Founder and publisher: Vasyl' Stus Donetsk National University  
Publication frequency: This journal publishes two issues per year

Certificate of state registration of the printed media, series KB No. 25067-15007P, dated 10.12.2021  
Articles are checked for plagiarism using Unicheck softwar.

The authors are responsible to ensure the content of the articles, the accuracy of data, facts, quotations, and the level of independence of the obtained results

Editorial address:  
4 Akademika Yangela St., Vinnytsia, Ukraine, 21007  
e-mail: v.overchuk@donnu.edu.ua  
<https://psy-donnu.net>

## ЗМІСТ

<b>ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЛАНУВАННЯ МАЙБУТНЬОГО УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	4
<i>Шель Н.В.</i>	
<b>ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В ОСВІТІ</b> ФІЛОСОФСЬКО-РЕЛІГІЙНІ УЯВЛЕННЯ ПРО ДУШУ ТА ЗАРОДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗНАННЯ В КУЛЬТУРАХ СТАРОДАВНЬОГО СХОДУ.....	17
<i>Матохнюк Л.О., Кучер І.М.</i>	
<b>ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ</b> ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СІМЕЙ ПРАВООХОРОНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: УКРАЇНСЬКИЙ ТА МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД.....	42
<i>Гельбак А.М.</i>	
<b>ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ</b> РЕЗИЛІЄНТНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ЯКОСТІ ЖИТТЯ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	63
<i>Оверчук В.А.</i>	
<b>ЛЮДИНА І СУСПІЛЬСТВО: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ</b> ТИП ПРИВ'ЯЗАНОСТІ В КОНТЕКСТІ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ	90
<i>Васюк К.М., Заяць П.О.</i>	
<b>СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ</b> RELATIONSHIP DEVELOPMENT INTERVENTION ЯК РОЗВИТКОВА СІМЕЙНО-ОРІЄНТОВАНА МОДЕЛЬ	

ДОПОМОГИ ДІТЯМ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ..... 106

*Маляр О.І., Логутіна Н.В.*

### **КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ**

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ..... 124

*Сидоренко Ж.В., Притуляк Д.А.*

### **ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

ОСОБЛИВОСТІ ГЕНДЕРНИХ СТРЕОТИПІВ У СУЧАСНОЇ МОЛОДІ..... 137

*Короцінська Ю.А., Білоус А.Є.*

### **СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВ'Я**

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ВИСНАЖЕННЯ ВЕТЕРАНІВ ТА ЧЛЕНІВ ЇХ РОДИН 158

*Соловей-Лагода О. А., Проніна О. В.,*

### **ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ**

## **CONTENT**

### **PSYCHOLOGY OF THE DEVELOPMENT OF MODERN HUMANS**

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF FUTURE PLANNING AMONG UKRAINIANS IN A CLIMATE OF UNCERTAINTY DURING WAR..... 4

*Natalia Shel*

### **PROBLEMS OF LEARNING PSYCHOLOGY AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN EDUCATION**

PHILOSOPHICAL-RELIGIOUS CONCEPTS ABOUT THE SOUL AND THE ORIGIN OF PSYCHOLOGICAL KNOWLEDGE IN CULTURES OF THE ANCIENT EAST 17

*Liudmyla Matokhniuk, Iryna Kucher*

### **PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR PROFESSIONAL ACTIVITY**

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE FAMILIES OF  
LAW DEFENDERS IN THE CONDITIONS OF WAR:  
UKRAINIAN AND INTERNATIONAL EXPERIENCE... 42  
*Anzhela Gelbak*

**PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PROFESSIONAL  
ACTIVIT**

RESILIENCE AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE  
FOR QUALITY OF LIFE AMONG HIGHER  
EDUCATION STAFF..... 63  
*Viktoriiia Overchuk*

**MAN AND SOCIETY: PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF  
INTERACTION**

ATTACHMENT TYPE IN THE CONTEXT OF  
ROMANTIC RELATIONSHIPS IN YOUTH..... 90  
*Kateryna Vasiuk, Polina Zayats'*

**CURRENT RESEARCH IN THE FIELD OF SPECIAL  
PSYCHOLOGY**

RELATIONSHIP DEVELOPMENT INTERVENTION AS  
A DEVELOPMENTAL FAMILY-CENTERED MODEL  
OF ASSISTANCE TO CHILDREN WITH SPECIAL  
EDUCATIONAL NEEDS..... 106  
*Olena Maliar, Nataliya Logutina*

**PSYCHOLOGICAL PROBLEMS OF MODERN FAMILY  
AND MARRIAGE**

**CRISIS PSYCHOLOGY**

**PROBLEMS OF GENDER PSYCHOLOGY**

PECULIARITIES OF PSYCHO-EMOTIONAL  
EXHAUSTION OF VETERANS AND THEIR FAMILY  
MEMBERS..... 124  
*Oksana Solovei-Lagoda, Olga Pronina*

**INFORMATION ABOUT THE AUTHORS**

### ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЛАНУВАННЯ МАЙБУТНЬОГО УКРАЇНЦІВ В УМОВАХ СИТУАЦІЇ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ПІД ЧАС ВІЙНИ

**Шель Наталія Василівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та соціальної психології,  
Донецький національний університет  
імені Василя Стуса.  
ORCID:0000-0001-5965-5288.

*Анотація.* Стаття присвячена актуальній темі для сучасного суспільства - вплив ситуації невизначеності під час війни на психоемоційний стан громадян України. Зроблено теоретичний аналіз сучасних досліджень проблеми ситуації невизначеності під час війни. Охарактеризовано основні ознаки ситуації невизначеності: новизну, суперечливість, складність; велика кількість можливостей, виборів і рішень; непередбачуваність, невідомість, відсутність причинно-наслідкових закономірностей; неконтрольованість, неможливість категоризувати ситуацію через відсутність інформації. Розглянуто різні визначення ситуації невизначеності як перехідну форму; відкрите завдання із багатьма варіантами вирішення, незавершеність процесу сприйняття. Описано емоційні та поведінкові реакції людини на ситуації невизначеності: від апатії до імпульсивних та хаотичних дій, високого нервового напруження (відчуття безсилля, безвиході, тривожності) до переживання позитивних емоцій (зниження рівня внутрішньої напруги, задоволення від навіть незначних успіхів, радість) тощо. Запропоновано шляхи для подолання ситуації невизначеності через планування свого майбутнього життя. Визначено, що

для планування майбутнього життя в ситуації невизначеності важливими є такі кроки: усвідомлення меж власної компетентності (на що ми можемо впливати), поділ великих планів на маленькі та досяжні цілі, прийняття рішення, планування відповідно до своїх принципів, смислів, цінностей; розвиток толерантності до невизначеності. Охарактеризовано толерантність до невизначеності як здатність особи витримувати нервову напругу у складних, чітко неструктурованих обставинах.

**Ключові слова:** ситуація невизначеності, толерантність до невизначеності, планування майбутнього під час війни, тривожність, апатія, імпульсивні дії.

**Постановка проблеми.** Війна унеможлиблює планування не тільки на рівні окремої людини, але і на рівні всіх українців. Сьогодні важко будувати плани на п'ять, а то й десять років вперед. Як можна ставити цілі, коли українці живуть в умовах постійних повітряних тривог, ракетної небезпеки, загрози втрати житла, а думки займає хвилювання про себе і близьких. Та навіть в умовах невідомості українці продовжують жити, працювати, виховувати дітей та вірити в перемогу. Тому без планів, навіть дуже короткотривалих, не обійтися. Планування в

умовах нестабільності — це не відмова від цілей, а стратегія виживання та зміцнення. Уміння адаптувати свої плани та визначати пріоритети допомагають досягти внутрішньої стійкості та крок за кроком просуватися до кращого майбутнього навіть у часи невизначеності та складних умовах війни.

**Аналіз попередніх публікацій.** Проблемі невизначеності присвячено чимало робіт українських науковців (Л.Бурлачук, А. Гусєв, С. Максименко, Є. Носенко, П. Лушин, М. Шаповал, С.Хілько, Н. Перегончук та ін.) та зарубіжних авторів (С.

Баднер, Р. Бріслін, Н. Нортон, Е. Френкель-Брунsvік, Р. Халлман, та ін.).

“Ситуація невизначеності” у психологічній літературі трактується по різному: як відкрите завдання, в якому той, хто приймає рішення, не знає всієї сукупності діючих чинників і повинен сформулювати декілька гіпотез, перш ніж оцінити їх ефективність (Клименко І) [3]; незавершеність процесу сприйняття або пізнання будь-чого, що проявляється у ситуаціях, коли людина зіштовхується із суперечністю інформації, яка надходить ззовні (Курова А) [5]; як перехідні стани, що спонукають людину переживати позитивні емоції в нових неструктурованих, неоднозначних ситуаціях, сприймаючи їх не як загрозу, а як такі, що кидають виклик (Лушин П.) [6]. Також немало досліджень присвячено і характеристиці ознак ситуацій невизначеності,

чинників, що призводять до її появи, спектру емоційних та репертуару поведінкових реакцій, що їх супроводжують тощо (А. Гусев, С. Хілько, Н. Перегончук). Ці психологи та багато інших внесли значний внесок у розуміння того, як людина реагує на невизначеність, але вони не досліджували специфіки та особливостей переживання планування майбутнього особистістю в ситуації невизначеності під час війни в Україні.

**Мета** полягає у дослідженні особливостей планування майбутнього життя українців в умовах невизначеності під час війни та запропонувати шляхи її подолання.

**Виклад основного матеріалу.** Військовий конфлікт створює непередбачувані та стресові умови, які не можуть не впливати на планування майбутнього. Стрес та тривога, які супроводжують ситуації війни, впливає на раціональне мислення, прийняття рішення та

спосіб життя загалом. Особистість може стати схильною до перебільшення ризиків, появи стану “завмирання” внаслідок страху перед можливими небезпеками, відкладеного життя, коли люди реалізацію своїх планів ставлять на “паузу” в очікуванні кращого часу після війни.

Ще однією особливістю війни на думку Кременчуцькою М. К. є поява моральних дилем та конфліктів на внутрішньо-особистісному рівні. Вибір між власними цілями та загальнолюдськими цінностями може стати особливо складним завданням. Важливо мати міцний моральний компас і віддавати перевагу рішенням, які відповідають власним переконанням і водночас дозволяють зберегти гідність та людяність [4].

Сьогодні українці перебувають у стані «хронічної невизначеності». Перехід у стан перспективного часу,

коли сучасне спрямоване у майбутнє, щоразу відсувається подібно горизонту, який віддаляється.

За сучасними дослідження стан невизначеності, спричинений здебільшого поєднанням двох чинників: потребою увалити рішення і браком потрібної інформації. Мислення в умовах дефіциту інформації – це ланцюг послідовних гіпотез, які підтверджуються або спростовуються реальністю. Виникнення невизначеності супроводжується появою страху. Страх – це насамперед неможливість ухвалення рішення в ситуаціях певної складності, у доленосних ситуаціях війни [4].

Воєнний стан створює для особистості особливий тип невизначеності, який відрізняється від звичайних життєвих труднощів своєю масштабністю, тривалістю та екзистенційною

глибиною. Якщо в повсякденному житті невизначеність часто пов'язана з окремими рішеннями чи ситуаціями, то під час війни вона пронизує майже всі сфери існування: безпеку, економічне становище, освіту, професійні перспективи, сімейні стосунки, плани на майбутнє. Людина може не знати, де вона житиме через місяць, чи буде в безпеці її родина, чи вдасться зберегти роботу, чи стане можливим повернення до звичного способу життя. Через це психіка постійно перебуває в напруженні та стані виживання [1, с.3].

Особливістю невизначених ситуацій, на думку Асмолової Т. під час воєнного стану - швидка зміна ситуації, а люди часто стикаються з необхідністю швидко пристосовуватися до змін: змінювати місце проживання, формат роботи чи навчання, перебудовувати побут, вирішувати питання безпеки, шукати нові

джерела доходу, освоювати незвичні ролі та обов'язки.

До основних характеристик невизначених ситуацій дослідники відносять: новизну, суперечливість, складність; велика кількість можливостей, виборів і рішень; непередбачуваність – неможливість прогнозування розвитку, невідомість ймовірності події, відсутність причинно-наслідкових закономірностей; неконтрольованість – суб'єктивну неможливість керувати розвитком подій та протистояти несподіванкам, передбачити наслідки, неможливість категоризувати ситуацію через відсутність інформації [7, с. 42].

Якщо людина не переносить невизначеність, вона може завмирати, відкладати рішення, уникати будь-яких кроків через страх помилитися або, навпаки, діє хаотично й імпульсивно, тільки б

позбутися внутрішнього напруження.

Саме тому особливого значення набуває толерантність до невизначеності як здатність витримувати внутрішню напругу та допомагає у збереженні психологічної цілісності особистості. Війна часто руйнує не лише зовнішні плани, а й внутрішню картину світу: під сумнів ставляться уявлення про безпеку, справедливість, контроль, стабільність, передбачуваність майбутнього. Людина може втрачати відчуття ґрунту під ногами, переживати екзистенційне потрясіння, кризи сенсу, сумніви у власних силах. У такій ситуації толерантність до невизначеності допомагає прийняти той факт, що деякі відповіді не можуть бути отримані негайно, а частина життєвих орієнтирів потребує переосмислення [2, с.7]. Толерантність до невизначеності не означає пасивного примирення з

небезпекою чи байдужості до втрат. Це не відмова від прагнення до безпеки, ясності та стабільності, а здатність функціонувати тоді, коли вони недосяжні в повному обсязі. У контексті воєнного стану така якість проявляється в умінні відрізнити реальні загрози від надмірної тривожної уяви, обмежувати інформаційне перевантаження, зосереджуватися на колі доступного впливу, підтримувати режим дня настільки, наскільки це можливо, і не вимагати від себе абсолютної психологічної непохитності.

Таким чином, аналіз проблеми ситуацій невизначеності під час війни показав, що вона спричинена здебільшого безпековими факторами, швидкою зміною ситуації, неможливістю прогнозувати наслідки, а тому позначається на психоемоційному стані громадян, супроводжується високим рівнем нервового

напруження, відчуттям втрати контролю над життям, апатією, хаотичними та імпульсивними реакціями. В ситуаціях війни особистість може також зазнати значних викликів у зв'язку з нестабільністю та несподіванками.

Необхідність адаптації до швидких змін і невизначеності може вимагати від особистості великої гнучкості та вміння швидко перебудовувати стратегії. Важливо розуміти та контролювати власні емоції для об'єктивного аналізу ситуації та прийняття обґрунтованих рішень.

З огляду на вище сказане, можна запропонувати рекомендації щодо планування майбутнього в ситуації невизначеності під час війни.

Першим кроком до планування майбутнього є усвідомлення того, на що можна вплинути, а що не в межах вашої компетенції та відповідальності,

проаналізувати, що зробити для досягнення цілей в тих умовах і з тими можливостями, які є на даний момент. Розуміння того, що людина не все може контролювати, робить її сильнішою. Усвідомлення того, що є події, на які ми не впливаємо, дозволяє не хвилюватися з цього приводу. Тому, не варто намагатися все прорахувати. Зараз, у ситуації війни на території України це просто не можливо. У своїх планах на день важливо залишати резервний час на різні форс-мажори (час для моральної підготовки до труднощів).

Наступний крок, це *поділити великий план на маленькі та досяжні цілі*. Навіть незначні кроки дають відчуття руху вперед, хоча і повільний, але це точно краще, ніж не рухатися взагалі. Визначення щоденних цілей позитивно впливає на психологічний стан, оскільки надає відчуття структури і мети.

Досягнення навіть невеликих цілей підвищує самооцінку та впевненість у власних силах. Це також сприяє зниженню рівня стресу і тривоги, оскільки людина відчуває контроль над своїм життям і бачить прогрес. Крім того, визначення цілей допомагає зосередитися на важливих завданнях, підвищує мотивацію і сприяє розвитку самодисципліни, що загалом покращує психологічне благополуччя. Це важке завдання, але не неможливе. Варто розуміти, що знаходити мотивацію під час війни може бути викликом, і це може тривати певний час, і це нормально, проте планування дає опору та структурує життя в незрозумілих обставинах та хаосі.

Крім того, варто пам'ятати, планувати життя – це деякою мірою *робити вибір*, що завжди важко. Важко, бо коли людина окремі перспективи каже

"так", це означає, що, автоматично, чомусь іншому вона каже "ні". Відмовлятися не дуже хочеться, так як хочеться усе та одразу. Тому важливо бути не надто жадібними у своїх бажаннях і розуміти, що немає правильного чи неправильного вибору, є лише зроблений вибір і його наслідки.

Важко будувати довгострокові плани на перспективу у ситуації з багатьма невідомими, але можна жити відповідно до своїх *принципів, цінностей, смислів*. Саме вони можуть визначати важливі речі і давати відповіді на запитання: Що робити? Коли? Де? Для чого? Такими цінностями можуть бути люди і стосунки з ними, коли все життя підпорядковане добробуту цих людей.

Звичайно у ситуації невизначеності дуже важко без наявності такої якості особистості як *толерантність до невизначеності*. Люди

відрізняються у своїй здатності бути толерантними до життєвих ситуацій невизначеності і спроможності адаптивно їх проживати. Цю здібність варто розвивати. Інколи вона несподівано з'являється в критичних умовах, коли просто немає іншого виходу і треба надзвичайно швидко реагувати, кардинально змінюючи свої життєві наміри. Важливо вчитися толерувати невизначеність. Адже люди сприймають її як загрозу. А дослідження показують протилежне: коли люди змінюють своє ставлення до невизначеності, сприймають її як виклик до своїх можливостей, то в них зменшується рівень тривоги та їм стає легше приймати рішення і ставити цілі.

Ну і на останок, як підсумок, варто звернути увагу, ще на один аспект, що багато людей вважають, що зараз планувати неможливо, через невпевненість у

завтрашньому дні, проте і в мирний час передбачити майбутнє - складно. Тому й треба вчитися смакувати життя тут і зараз. Бо шлях може бути довгим і не обов'язково успішним. А от час, який ми витратили на досягнення цілі, вже не повернеш. Потрібно жити тут і тепер, бо плануючи люди відчуває контроль над своїм життям, кожна досягнута ціль - це маленька перемога, яка підвищує мотивацію, знижує рівень тривоги та повертає бажання творити, здійснювати мрії тощо.

**Висновки та перспективи подальших розвідок.** Отже, війна має руйнівний вплив на всі сфери нашого життя. Тривалість бойових дій та швидко змінна безпекова ситуація, навіть у відносно тихих та спокійних містечках, впливають на психоемоційний стан громадян. Значна частина людей досі перебуває в умовах невизначеності, що чинить додатковий тиск на

їх самопочуття та здоров'я. Невпевненість у тому, що буде завтра переслідує громадян незалежно від того, де вони перебувають. Ситуація невизначеності, наче паралізує життя людей та не дає можливості планувати своє майбутнє навіть у короткостроковій перспективі. У таких умовах, більшість людей відчувають, страх, апатію, безпорадність. У тому важливо важливим завданням психологічної підтримки населення під час війни є формування

навичок емоційної саморегуляції, реалістичного мислення, гнучкого планування, розвиток толерантності до невизначеності, опори на цінності та усвідомлення меж власного контролю.

### **Перспектива**

**подальших розвідок** вбачаємо у розробці цілеспрямованих програм психологічної підтримки цивільного населення в умовах невизначеного майбутнього.

### **Список літератури**

1. Асмолова Т. Психологічні особливості толерантності до критики як показник емоційного інтелекту особистості. Сучасні парадигми соціально-гуманітарного розвитку: матеріали всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (м. Миколаїв, 18 листопада 2025 р.). Миколаїв: МНАУ, 2025. С. 5-8. URL: <https://surl.li/kcanjb>
2. Асмолова Т. Толерантність як важливий механізм протидії дискримінації. Толерантність як ключова цінність мистецтва жити у мирі: матеріали наук. кругл. столу здобувачів вищої освіти, 19 листопада 2024 р. Миколаїв: МНАУ, 2024. С. 5-8. URL: <https://surl.lu/ctxqag>
3. Клименко І. Толерантність до невизначеності як фактор адаптації курсантів –майбутніх правоохоронців, які навчаються в рамках психологічного супроводу. *Науковий*

вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки. 2017. Випуск 4. Том 2. С. 164–168.

4. Кременчуцька М.К. Пройняття рішень у ситуації невизначеності під час війни <https://surl.lt/pmnebf>

5. Курова А. Ситуація невизначеності у парадигмі сучасних викликів суспільства. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*, 2021. Випуск 4. С. 51–55.

6. Лушин П.В. Невизначеність і типи ставлення до неї: ситуація психологічної допомоги. *Психологічне консультування і психотерапія*. 2016. Т. 1, вип. 5. С. 33–40. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pscp\\_2016\\_1\\_5\\_5](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pscp_2016_1_5_5).

7. Перегончук Н.В. Ситуація невизначеності перехідного періоду розвитку суспільства як психологічна умова формування професійної компетентності майбутнього психолога. *ScienceRise*. 2016. № 3(1). С. 41-45. URL: <https://surl.li/oeusku>

## PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF FUTURE PLANNING AMONG UKRAINIANS IN A CLIMATE OF UNCERTAINTY DURING WAR

Natalia Shel

***Abstract.** This article addresses a topic of great relevance to contemporary society: the impact of wartime uncertainty on the psychological and emotional well-being of Ukrainian citizens. It presents a theoretical analysis of current research on the issue of wartime uncertainty. The main characteristics of a situation of uncertainty are described: novelty, contradiction, complexity; a large number of possibilities, choices, and decisions; unpredictability, uncertainty, and the absence of cause-and-effect patterns; uncontrollability, and the inability to categorize the situation due to a lack of information. Various definitions of a*

*situation of uncertainty are examined as a transitional form; an open-ended problem with many possible solutions; and the incompleteness of the perception process. The article describes human emotional and behavioral reactions to situations of uncertainty: ranging from apathy to impulsive and chaotic actions, high nervous tension (feelings of helplessness, hopelessness, anxiety) to the experience of positive emotions (reduction in internal tension, satisfaction from even minor successes, joy), and so on. Ways to overcome situations of uncertainty through planning one's future life are proposed. It is determined that the following steps are important for planning one's future life in a situation of uncertainty: recognizing the limits of one's own competence (what we can influence), breaking down large plans into small and achievable goals, making decisions, planning in accordance with one's principles, meanings, and values; developing tolerance for uncertainty. Tolerance for uncertainty is defined as an individual's ability to cope with stress in complex, unstructured situations.*

**Keywords:** *situations of uncertainty, tolerance for uncertainty, planning for the future during wartime, anxiety, apathy, impulsive behavior.*

## References

1. Asmolova T. (2025) Psykholohichni osoblyvosti tolerantnosti do krytyky yak pokaznyk emotsiinoho intelektu osobystosti. [Psychological Characteristics of Tolerance to Criticism as an Indicator of Emotional Intelligence]. Suchasni paradyhmy sotsialno-humanitarnoho rozvytku: *materialy vseukrainskoi naukovo-praktychnoi internet-konferentsii (m. Mykolaiv, 18 lystopada 2025 r.)*. Mykolaiv: MNAU, 2025. S. 5-8. URL: <https://surl.li/uxsjpm> [in Ukrainian].

2. Asmolova T. (2024) Tolerantnist yak vazhlyvyi mekhanizm protydii dyskryminatsii. Tolerantnist yak kliuchova tsinnist mystetstva zhyty u myri: [Tolerance as an Important

Mechanism for Countering Discrimination. Tolerance as a Key Value of the Art of Living in Peace] *materialy nauk. kruhl. stolu zdobuvachiv vyshchoi osvity, 19 lystopada 2024 r.* Mykolaiv: MNAU, 2024. S. 5-8. URL: <https://surl.li/oiumzb> [in Ukrainian].

3.Klymenko I. (2017) Tolerantnist do nevyznachenosti yak faktor adaptatsii kursantiv –maibutnikh pravookhorontsiv, yaki navchaiutsia v ramkakh psykholohichnoho suprovodu. [Tolerance for uncertainty as a factor in the adaptation of cadets—future law enforcement officers—who are studying within the framework of psychological support.] *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu.* Psykholohichni nauky. 2017. Vypusk 4. Tom 2. S. 164–168.[in Ukrainian].

4.Kremenchutska M.K. Proyiniattia rishen u sytuatsii nevyznachenosti pid chas viiny [Decision-making in situations of uncertainty during wartime ] <https://surl.li/dpelon> [in Ukrainian].

5.Kurova A. (2021) Sytuatsiia nevyznachenosti u paradyhmi suchasnykh vyklykiv suspilstva. [The Situation of Uncertainty in the Paradigm of Contemporary Societal Challenges.] *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriiia «Psykholohiia»,* Vypusk 4.S. 51–55.

6.Lushyn P.V. (2016) Nevyznachenist i typy stavlennia do nei: sytuatsiia psykholohichnoi dopomohy. [Uncertainty and Types of Attitudes Toward It: The Context of Psychological Assistance. ] *Psykholohichne konsultuvannia i psykhoterapiia.* 2016. T. 1, vyp. 5. S. 33–40. URL: <https://surl.li/gaygjk> . [in Ukrainian].

7.Perehonchuk N.V. (2016) Sytuatsiia nevyznachenosti perekhidnoho periodu rozvytku suspilstva yak psykholohichna umova formuvannia profesiinoi kompetentnosti maibutnoho psykholoha. [The Uncertainty of the Transitional Period in Society’s Development as a Psychological Condition for the Formation of Professional Competence in Future Psychologists] *ScienceRise.*2016. № 3(1). S. 41-45. URL: <https://surl.li/pnqzci> [in Ukrainian].

## ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В ОСВІТІ

УДК 159.9(091) (5) DOI: 10.31558/2786-8745.2025.2(7).2

### ФІЛОСОФСЬКО-РЕЛІГІЙНІ УЯВЛЕННЯ ПРО ДУШУ ТА ЗАРОДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗНАННЯ В КУЛЬТУРАХ СТАРОДАВНЬОГО СХОДУ

**Матохнюк Людмила Олександрівна**

доктор психологічних наук, професор,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6316-2352>

**Кучер Ірина Михайлівна,**

асистент кафедри загальної та

соціальної психології

Донецький національний університет

імені Василя Стуса

***Анотація.** У статті простежено еволюцію уявлень про психічну реальність від міфологічних інтуїцій до філософських систем і подальшого становлення експериментальної психології 1879 року у Вундта. Показано, що мова й метафоричне мислення стали першим інструментом опису внутрішніх станів, а поява письма забезпечила накопичення й систематизацію знань. Розкрито цивілізаційні моделі душі: у Давньому Єгипті – багатокомпонентна структура (Ка, Ба, Шуїт, Рен, Ах) і ритуальна регуляція життя й смерті; у Месопотамії – віра в божественну детермінацію подій, розвиток спостереження та тлумачення знаків; в Індії – багаторівнева душа, карма й реінкарнація, йога та буддистська медитативно-етична практика; у Китаї – соціально-етична оптика конфуціанства з акцентом на вихованні й гармонії людини та суспільства. Обґрунтовано три етапи розвитку психологічного знання: міфологічний, філософський і науково-експериментальний. Уявлення про психічну реальність еволюціонували від*

*міфологічних інтуїцій до філософських систем і далі – до експериментальної психології. Витоки уявлень про психіку закорінені в мовно-метафоричних моделях переживання, що дозволили ранній людині осмислити душу як життєву силу, внутрішній стан і духовного «двійника». Поява письма стала цивілізаційним рубежем, який забезпечив упорядкування, нагромадження й передачу знань, створивши основу для формування складних концепцій внутрішнього світу в культурах Єгипту, Месопотамії, Індії та Китаю. Ці цивілізації виробили різні, але комплементарні бачення душі – від багатокomпонентної духовної структури й ритуальної регуляції буття до розвинених практик самопостереження, морального вдосконалення та духовної дисципліни. Наукове становлення психології у 1879 році у Вундта закріпило експериментальний і емпіричний підхід, однак його інтелектуальні та культурні передумови – мова, символіка, ритуал, письмова традиція й соціальні норми – формувалися протягом тисячоліть. Принцип історизму дозволяє усвідомити безперервність розвитку поглядів на психіку та показує, що сучасні уявлення про свідомість і психічні процеси мають глибокі соціокультурні витоки, які зумовили багатоміриність і багатство сучасної психологічної думки.*

**Ключові слова:** *душа, психіка, психічна реальність, уявлення, цивілізація, мова, міфологічний світогляд, соціокультурний контекст, внутрішній світ людини, моральне вдосконалення.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.**

Проблематика найдавніших уявлень про душу посідає ключове місце у контексті

історико-психологічних досліджень, оскільки саме ранні форми пояснення психічних явищ відображають початок становлення людського пізнання та духовності. Вивчення архаїчних духовно-міфологічних

моделей світу дає можливість простежити витоки формування первинних понять про психічну реальність, структуру внутрішнього світу людини, природу свідомості, уявлень про життєву силу та її трансформації.

Сучасні наукові завдання у галузі психології, філософської антропології, когнітивної науки та культурології вимагають поглибленого аналізу історичних форм пояснення свідомості з метою реконструкції еволюції психічного досвіду людства. Практичне значення розроблення цієї тематики ґрунтується на потребі розуміння архетипових та символічних структур мислення, які продовжують впливати на світоглядні установки, соціальні практики, релігійно-духовні системи та культурні традиції сучасного суспільства.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій, у**

**яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор.** Питання найдавніших уявлень про душу досліджувалося у працях провідних антропологів, філософів та психологів. Класичний підхід до розуміння анімізму сформував Е. Тайлор [5], який розглядав віру в душу як початкову форму релігії. Його ідеї були розвинуті Дж. Фрезером [6], що простежив магічно-міфологічні корені уявлень про духовну субстанцію, тоді як М. Еліаде [2] підкреслював універсальність сакральних архетипів і ритуальної структури духовного досвіду людства.

Психоаналітична традиція внесла своє тлумачення: З. Фройд [7] пов'язував архаїчні вірування із несвідомими інстинктами та табу, а К. Г. Юнг [9] – із колективним несвідомим та архетипічними образами. У межах когнітивної науки П.

Блум [10] показує, що схильність до дуалізму й уявлення про душу закладені у ранніх когнітивних механізмах людини.

Українські дослідники також приділяють значну увагу духовним витокам світогляду. М. Попович [4] та С. Кримський [3] аналізували онтологічні підстави духовності, символізму та міфологічної свідомості, а В. Горський [1] розглядав генезу філософських поглядів на людину та її внутрішню субстанцію.

Особливої уваги заслуговує внесок Анатолія Фурмана [8], який підкреслює, що архаїчні уявлення про душу є не лише історичним феноменом, а й первинною формою ноологічного самовизначення людини. На його думку, саме через символічно-міфологічні моделі давня людина здійснювала першу рефлексію над внутрішнім світом, закладаючи основи

екзистенціального та духовно-психологічного виміру людського буття. Фурман наголошує, що такі уявлення формували когнітивно-ціннісні структури, які стали фундаментом для подальшого становлення психологічної культури та наукового знання про душу.

**Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття.** Попри значний науковий інтерес до питання генези уявлень про душу, низка аспектів залишається недостатньо висвітленою у сучасному історико-психологічному дискурсі. Зокрема, потребує подальшого аналізу внутрішня логіка становлення духовно-психічних уявлень від первісного анімізму до більш структурованих концептів душі у ранніх цивілізаціях Давнього Єгипту, Месопотамії, Індії та Китаю. Недостатньо дослідженими залишаються питання трансформації

архаїчних вірувань у перші спроби раціонального осмислення психічної реальності, зокрема перехід від міфологічно-символічних моделей до філософсько-антропологічних пояснень.

Особливої уваги потребує аналіз того, як архаїчні моделі душі були інтегровані у культурні практики, обрядовість, етичні норми та зародки моральної саморегуляції людини. Малодослідженим залишається зв'язок між первісними уявленнями про душу та формуванням механізмів внутрішнього контролю, самосвідомості, поняття провини і відповідальності, що є фундаментом психологічного знання. Водночас у наявній літературі недостатньо висвітлено роль когнітивних і емоційних процесів у формуванні вірувань про душевну субстанцію як універсальну життєву силу.

**Формулювання цілей статті (постановка**

**завдання).** Метою статті є здійснення комплексного історико-психологічного аналізу філософсько-релігійних уявлень про душу та витоків психологічного знання в культурах Стародавнього Сходу, з акцентом на світоглядних і наукових традиціях Месопотамії, Стародавнього Єгипту, Індії та Китаю. Дослідження покликане розкрити особливості формування уявлень про психічну реальність, духовну природу людини, структуру та функції душі у міфологічних, релігійно-філософських і ранньонаукових системах зазначених цивілізацій, а також простежити закономірності переходу від сакральних концептів до перших систематизованих психологічних ідей і практик самопізнання.

**Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.** Уявлення про психічну реальність

формувалися впродовж тривалого історичного шляху і відображали загальний рівень розвитку культури, науки та суспільної свідомості. Саме історія еволюції цих уявлень становить предмет історії психології як науки. Наше завдання – проаналізувати виникнення та розвиток знань про психіку, простежити, як змінювалися погляди на природу душі, свідомості та психічних процесів у різні історичні епохи. Ключовим методологічним орієнтиром тут виступає **принцип історизму**, що передбачає розгляд психологічних концепцій у контексті відповідних соціокультурних умов.

Традиційно фіксованою точкою відліку наукової психології вважається **1879 рік**, коли професор Лейпцизького університету **Вільгельм Вундт** заснував першу у світі лабораторію експериментальної психології, пізніше перетворену на

психологічний інститут. Саме цей момент наукова спільнота прийняла як умовну дату народження психології як самостійної науки, що використовує експеримент, систематичне спостереження та об'єктивні методи дослідження психічних явищ. Втім, до цього історичного рубежу людство пройшло довгий шлях у пізнанні внутрішнього світу людини. Протягом понад двох тисячоліть уявлення про душу і психіку розроблялися в межах **філософії**, що й зумовлює назву попереднього періоду – *філософський етап розвитку психологічної думки*. Саме філософи античності, середньовіччя та доби Відродження формували перші систематизовані теоретичні погляди на природу свідомості, пізнання, поведінки та емоцій. Ще раніше, задовго до появи філософських систем, існували **архаїчні, міфологічні та донаукові**

**уявлення про душу** – найдавніші форми пояснення психічної реальності. На цьому етапі душа розумілася як життєва сила, подих, тінь, двійник людини; вона була нерозривно пов'язана з природними явищами, магічними ритуалами, культом предків та духовними практиками виживання. Цей період умовно можна назвати **нульовим рівнем розвитку психологічного знання**, що заклав вихідні інтуїції та символічні моделі майбутнього наукового розуміння психіки.

Отже, становлення знань про психічну реальність – це послідовний процес переходу від міфологічного і релігійного світобачення до філософської рефлексії, а згодом – до науково-експериментального дослідження. Саме ці етапи й визначають логіку вивчення історії психології та дозволяють усвідомити глибинні витоки сучасних

уявлень про природу психіки та свідомості.

Однак задовго до виникнення експериментальної науки існували певні уявлення про душу, її властивості, якості та психічні процеси. Упродовж понад двох тисячоліть ці уявлення формувалися і розвивалися переважно в межах філософських систем, що зумовило назву відповідного історичного періоду – **філософський етап розвитку психологічної думки**.

Ще раніше, до появи перших філософських концепцій, існували **донаукові (міфологічні) уявлення про душу**, які виникали в контексті ранніх форм світогляду, міфів, ритуально-магічних практик та культової традиції. Саме з цього найдавнішого шару уявлень про внутрішній світ людини бере початок історія психологічних поглядів.

Наукова психологія як самостійна дисципліна постала значно пізніше – із

заснуванням у 1879 році В. Вундтом першої лабораторії експериментальної психології у Лейпцизькому університеті. Відтоді психологічне знання набуло **експериментального, емпірично обґрунтованого характеру**, що започаткувало новий – науковий – етап розвитку психології.

Таким чином, у розвитку уявлень про психіку виділяють три ключові етапи:

**1. Міфологічний етап** (до VI ст. до н. е.) – архаїчні та міфологічні уявлення про душу, дух, життєву силу, тінь, подих.

**2. Філософський етап** (VI ст. до н. е. – 1879 р.) – формування систематизованих концепцій психіки у межах філософії.

**3. Науковий етап** (з 1879 р. – до сучасності) – розвиток психології як самостійної експериментальної науки.

**Поняття “душа” як первісна психологічна гіпотеза людства.** Термін «душа» потребує спеціального роз’яснення, оскільки саме його можна розглядати як першу своєрідну «наукову гіпотезу» давньої людини щодо природи психічного. Досліджуючи історію психології, ми неминуче звертаємось до питання, як виникло це поняття і чому воно стало необхідним для пояснення внутрішнього світу та поведінки людини.

**Душа** (грец. *ψυχή*, лат. *anima*) – багатовимірне поняття філософії та релігії, що позначає нематеріальну (або тонкоматеріальну) сутність людини, її життєвий принцип, носія індивідуальності, волі й внутрішніх переживань.

Мова як джерело перших уявлень про психічну реальність

Ключовим твердженням є те, що первісні уявлення про душу виникають паралельно із появою мови. Саме мова, як універсальна знакова

система, стала головним інструментом не лише комунікації, а й пізнання, мислення та саморегуляції. Завдяки мовним засобам людина отримала можливість позначати предмети і явища навколишнього світу, осмислювати власні дії та внутрішні стани, накопичувати й передавати досвід, а також формувати первинні концепти, у тому числі й ті, що стосуються психічної реальності. Мова забезпечила не лише зовнішню комунікативну функцію, але й внутрішню когнітивно-регулятивну, яка нерідко залишається поза увагою студентів, хоча саме вона є ключовою для розуміння зародження психологічного знання.

На ранніх етапах розвитку людської свідомості абстрактне

мислення ще не було розвинене, тому внутрішні стани відображалися та передавалися за допомогою чуттєво-конкретних образів. Метафоричне мислення стало першим способом осмислення невидимих психічних процесів: тіло і тілесні відчуття виступали моделлю для інтерпретації досвіду, пов'язаного з емоціями, переживаннями та внутрішніми імпульсами. Саме тому первісна людина описувала душевний біль через образ вогню, смуток – через падіння або втрату опори, радість – через світло чи відчуття легкості. Такі сенсорно забарвлені асоціації дозволяли закріплювати суб'єктивний досвід у мові й робили його доступним для передавання наступним поколінням. Наприклад:

Слово	Первісний сенсорний образ	Психічний зміст
<i>Горе</i> – «горіти»	пекуче відчуття	сильний душевний біль
<i>Розпач</i> – «падати»	втрата опори	безсилля, відчай

Слово	Первісний сенсорний образ	Психічний зміст
<i>Захоплення</i> – «хапати повітря»	зміна дихання	емоційне потрясіння
<i>Просвітлення</i> – «світло»	світло, видимість	ясність, гармонія, інсайт

Таким чином, психічне ще не відокремлювалося від фізичного; **тілесні відчуття були мовою душі.**

**Уявлення найдавніших людей про душу.** Уявлення про душу сформувалися внаслідок осмислення людиною власних переживань та спостереження за явищами навколишнього світу. Давня людина намагалася пояснити та впорядкувати внутрішній досвід, і тому поняття душі стало своєрідним універсальним пояснювальним принципом. Воно було “триєдиним”: той самий феномен міг описуватися одночасно як сила, як переживання та як духовний двійник людини. Жодних суперечностей у цьому стародавній мислителі

не вбачали – образи виконували функцію мисленневих моделей, через які людина передавала приховані сенси та значення.

Передусім душа розумілася як **життєва сила, енергія**, що забезпечує можливість діяти, мислити, рухатися та взаємодіяти з іншими. Вважалося, що ця сила може змінюватися – зменшуватися під впливом втоми, хвороби, невдач чи лиха і відновлюватися через сон, відпочинок, зв’язок із природою або ж спеціальні обряди. Частину цієї сили людина могла успадкувати від предків, а також примножувати її за допомогою амулетів, талісманів та оберегів. Саме з цього уявлення виростає культ предків, який

відігравав важливу роль у збереженні сили роду та підтримці людини протягом життя. Навіть сьогодні ми зустрічаємо залишки цих вірувань: люди носять особливі прикраси “на удачу”, оберігають символічні предмети, звертаються до “життєвої енергії”, удачі, харизми, “сили духу”.

Другий вимір давнього уявлення про душу пов'язаний із переживанням зв'язку людини зі світом і власним тілом. Душа осмислювалася як те, що людина відчуває в діях і станах, особливо у ритуальних та емоційно насичених ситуаціях. Внутрішні переживання сприймалися через тілесні сигнали: прискорене серцебиття – як хвилювання чи страх, важкість у грудях – як печаль, відчуття “легкості” – як радість. Таким чином, тіло було безпосереднім інструментом пізнання душевних станів. Щоб зберегти гармонію між

тілом і душею, застосовували спеціальні дії – ритуали, очищення, символічні практики. Це був спосіб “утримати душу на місці” та забезпечити рівновагу внутрішнього світу.

Третій аспект – душа як “двійник” людини, невидиме відображення її сутності. Вважалося, що цей двійник може залишати тіло під час сну чи непритомності і остаточно покидає його в момент смерті. Саме він визначав життєвий шлях людини, її природні якості, риси характеру, харизму, здатність впливати на інших. Душа-двійник сприймалася як “схема” чи “креслення”, за яким формується тіло: дитина росте і “заповнює форму”, що існує спочатку у невидимому духовному вимірі. Таким чином пояснювали життя, смерть і становлення особистості. Сон означав тимчасовий вихід душі-двійника, непритомність – її часткову втрату контакту з тілом,

смерть – остаточне відходження. Усе, що порушувало цілісність тіла і духу, сприймалося як “збій” у присутності або силу цього двійника.

Отже, найдавніші уявлення про душу були багатовимірними: душа – це сила, що надає життя і здатність діяти; це внутрішнє переживання станів і зв’язок із тілом; це духовний образ-двійник, який визначає індивідуальність людини та її життєвий шлях. Таке комплексне уявлення стало першою формою психологічного мислення і поклало початок тривалій історії розвитку поглядів на психіку.

***Уявлення про душу в цивілізації Давнього Єгипту.*** Наступний етап розвитку уявлень про душу пов’язаний із становленням цивілізації. Саме з появою ранніх цивілізацій та формуванням суспільних інститутів починається якісно новий період у розвитку людського світогляду. Перехід від

первіснообщинного ладу до організованих соціальних структур супроводжувався розвитком землеробства, переходом від кочового до осілого способу життя, виникненням ремесел і спеціалізованих видів праці. Однак вирішальне значення для історії психологічної думки мав винахід писемності, який надав людству можливість фіксувати знання, накопичувати їх і передавати наступним поколінням. Завдяки цьому відбувалося прогресивне нагромадження, осмислення та систематизація уявлень про людину, її внутрішній світ і місце у космосі.

Цивілізація (від лат. *civilis* – громадський, суспільний, державний) визначається як історична форма людської спільноти, яка протягом певного періоду характеризується стійкою суспільно-політичною організацією, розвитком економічних відносин, культурними традиціями, спільними

духовними цінностями, нормами поведінки та певною ментальністю. Поява державності, розгалуженої системи управління, релігійних інституцій і письмових джерел змінила спосіб накопичення досвіду та його збереження. У рамках соціально впорядкованого життя формувалися перші спроби раціонального пояснення внутрішніх станів і поведінки людини, що підготувало ґрунт для подальшого розвитку філософських і протонаукових концепцій.

Характерними ознаками становлення цивілізації були організація суспільного життя та розвиток соціальних інститутів, поява землеробства як основи осілого способу існування, удосконалення ремесел і спеціалізація праці. Писемність стала не лише технічним засобом комунікації, а й засобом концептуалізації досвіду, структурованого мислення та формування колективної

пам'яті. Вона забезпечила можливість фіксувати знання, їх накопичувати, систематизувати та передавати у незмінному вигляді. Саме в цей період починаються перші узагальнені спроби осмислення уявлень про душу, її природу, функції та взаємодію зі світом, що зумовлює поступовий перехід від міфологічної картини світу до зародження філософського мислення.

У цьому контексті особливе місце належить цивілізації Давнього Єгипту – одній з найдавніших культур, які виробили складну систему уявлень про душу, її структуру, функції та потойбічне існування. Її світоглядні моделі стали основою подальших уявлень про духовну природу людини й справили значний вплив на розвиток історико-психологічної думки.

Розглядаючи еволюцію уявлень про душу, особливе місце

посідає цивілізація Давнього Єгипту. Саме тут вперше відбулося не лише накопичення, а й цілеспрямована систематизація знань завдяки розвитку релігійних практик, появі організованої жерцької касты, удосконаленню писемності та формуванню складної ритуальної культури. Єгипетські жерці виконували роль перших хранителів та інтерпретаторів знань про людину, її психічні й духовні властивості. Писемні пам'ятки на папірусах, що дивовижно добре збереглися завдяки сухому клімату, стали матеріальним свідченням ранньої психологічної рефлексії. Особливо важливу функцію відігравали поховальні тексти, які вкладали разом із муміями й які містили уявлення про душу, її природу, посмертне існування та шлях у потойбічному світі.

Єгипетська концепція душі суттєво відрізнялася

від більш ранніх архаїчних уявлень, де душа розумілася як єдина життєва сила. Давні єгиптяни розробили складну модель душевної організації, передбачивши існування кількох душевних сутностей, кожна з яких виконувала специфічні функції. Таким чином, замість єдиного життєвого начала, властивого первісному світогляду, формується багатокomпонентна структура душі, що відображала намагання пояснити різні аспекти людського існування – від емоційних станів і тілесних проявів до морально-вольових якостей, інтуїції та духовної природи.

Найважливішою була ідея множинності душ. Єгиптяни вважали, що кожна людина має щонайменше п'ять різних душевних утворень, кількість яких могла зростати залежно від соціального статусу та життєвих функцій індивіда. Одним із ключових

елементів була Ка — життєва сила, внутрішній двійник людини, що забезпечував її захист та внутрішню цілісність. У потойбіччі саме Ка ставала центральним осередком існування. Інша душа – Ба – виконувала функцію внутрішнього розумного голосу, своєрідного внутрішнього співрозмовника, який підказував рішення та наділяв людину здатністю до розуміння. Шуїт – “тінь” – символізувала захисну ауру і джерело життєвої енергії, дарованої богами. Рен, або ім’я, слугувало ідентифікатором особистості, пов’язувало людину з родом, традицією та божественним порядком і потребувало ретельного захисту. П’ята сутність – Ах – уособлювала духовну силу, пов’язану з досягненнями людини; після смерті вона підносилася на небо, перетворюючись на зірку.

Суттєвим аспектом єгипетської психології було й ставлення до смерті.

Єгиптяни сприймали земне життя як підготовку до існування у потойбіччі. Саме тому особливе місце займала “Книга мертвих” — своєрідний духовний і практичний путівник, що містив інструкції для душі щодо того, як пройти випробування й досягти благополучного післясмертного буття. Муміфікація, ритуальні практики, культ предків і складна система ритуалів були покликані зберегти не лише тіло, а й душевну структуру людини, забезпечивши гармонію між видимим і невидимим, матеріальним і духовним світом.

Давньоєгипетські уявлення про душу становлять важливий етап у розвитку історико-психологічної думки. Єгиптяни вперше здійснили спробу диференціювати внутрішні аспекти людського існування, окреслити зв’язок між індивідуальністю, соціальною роллю та духовною сутністю,

забезпечивши концептуальний місток між архаїчним мисленням і філософськими системами пізніших цивілізацій. Їхній внесок полягає не лише у багатому символічному спадку, а й у закладенні підвалин для подальшого розвитку уявлень про структуру особистості, внутрішній досвід та природу духовного життя людини.

***Уявлення про душу в цивілізації Месопотамії (Міжріччя).*** Цивілізація Месопотамії, або Міжріччя (Дворіччя), була однією з перших великих цивілізацій людства, що сформувалася у долині річок Тигр і Євфрат на території сучасного Близького Сходу приблизно у середині IV тисячоліття до н. е. Саме тут виникли найдавніші міста-держави, а також перші адміністративні та політичні структури, які забезпечували організацію суспільного життя. У різні історичні періоди на цій території існували потужні державні утворення:

Шумер, Аккад, Вавилонія та Ассирія. Цивілізація Месопотамії дала людству цілу низку фундаментальних відкриттів: систему клинописного письма, перші писані закони, колесо, а також розвинену систему землеробства й іригаційні споруди.

На відміну від ізольованого географічними бар'єрами Давнього Єгипту, Месопотамія була справжнім перехрестям культур і народів, що зумовило постійний обмін знаннями, віруваннями та уявленнями. Тому уявлення про душу формувалися поступово і передавалися від одного етносу до іншого — від шумерів до вавилонян та ассирійців, зазнаючи трансформацій під впливом різних культурних та релігійних традицій.

Головною світоглядною ідеєю мешканців Месопотамії було переконання у тому, що жодна подія не

відбувається випадково: усе визначається волею богів. Відповідно, кожна подія мала свій передвісник або знак, який необхідно було знайти, правильно витлумачити та врахувати. Це переконання сформувало розвинену систему спостереження за природними та соціальними явищами з метою прогнозування майбутнього. Саме в Месопотамії виникли перші систематизовані підходи до передбачення подій, які згодом дістали назву лженаукових практик: астрологія (читання знаків на небі), ворожіння (передбачення за різними ознаками), хіромантія (визначення долі за лініями на долоні). Важливо підкреслити, що для давніх мешканців ці системи не були містикою – це був спосіб орієнтації у складному й непередбачуваному світі, рання форма спроб зрозуміти причинно-наслідкові зв'язки.

Уявлення про душу у Месопотамії були нерозривно поєднані з релігійними уявленнями та принципом божественного визначення долі. Душа розглядалася як частина загального космічного порядку, підпорядкованого волі богів. Посмертне існування не мало особливої цінності: душа продовжувала існувати у темному світі тіней, позбавленому радості та світла. Саме тому основною цінністю вважалося земне життя – «тут і тепер», а людське щастя пов'язувалося передусім із уважністю, покорою волі богів і здатністю розпізнавати знаки майбутнього.

У цьому контексті слід відзначити важливу психологічну інновацію Месопотамії – зачатки діагностичного мислення. Вважалося, що за зовнішніми ознаками – поведінкою, виразом обличчя, станом тіла – можна передбачати події та розуміти наміри людини. У

певному сенсі жерці того часу виконували функції, які ми сьогодні асоціюємо з психологами: вони спостерігали, інтерпретували, пояснювали внутрішній стан людини через зовнішні прояви.

Таким чином, цивілізація Месопотамії зробила вагомий внесок у становлення ранніх психологічних уявлень: тут сформувалося переконання у закономірності подій, виникли перші системи символічного тлумачення явищ і зародилися способи діагностики внутрішніх станів через зовнішні ознаки. Месопотамська модель душі заклала підґрунтя для подальших культурних концепцій внутрішнього світу людини та стала важливою ланкою у загальній історії психологічної думки.

***Уявлення про душу в цивілізації Стародавньої Індії.*** У цивілізації Стародавньої Індії формуються надзвичайно глибокі й складні уявлення

про душу, які поєднують космологічні, етичні, ритуальні та психологічні уявлення. Давньоіндійська думка розвивалася в межах як релігійно-міфологічних традицій, так і ранніх філософських систем, що поступово переходили до глибоких психологічних моделей внутрішнього світу людини. Вже на ранньому етапі тут виникає ідея багат шаровості душі: передбачалося існування кількох душевних центрів, розташованих у вигляді концентричних сфер. Центральна душа розглядалася як безсмертна, незмінна і вічна, тоді як зовнішні складові пов'язувалися з конкретним життям людини і зникали після смерті фізичного тіла. Саме ця центральна душа, вільна від тілесної оболонки, переходила в нове тіло, що відображало віру у реінкарнацію – ідею перевтілення, згідно з якою кожне наступне життя залежить від поведінки людини у попередньому існуванні.

Ключовим законом, що визначав долю душі, була карма – універсальний закон морально-психологічної причинності, який об'єднував сферу дії, мислення і намірів. У межах індуїстської традиції карма розумілася як сукупність усіх вчинків, слів і навіть думок людини, які формують її майбутні долі. Добрі дії сприяли вищому народженню, тоді як недобрі, злі чи нечисті наміри призводили до страждань і нижчих форм перертління, аж до можливості народження у тілі тварини. Саме тому значна увага приділялася регуляції поведінки, моральній чистоті та здатності контролювати думки й наміри. Відповідно, усі індійські духовно-філософські системи об'єднувала ідея карми та реінкарнації, а кінцевою метою людського існування вважалося звільнення від кола перероджень – мокша, що досягалася через глибокий духовний розвиток і відмову від

прив'язаності до матеріального світу.

Важливим етапом розвитку психологічних практик в Індії стала поява йоги – системи духовної, інтелектуальної та тілесної самодисципліни, спрямованої на очищення свідомості та досягнення вищих станів буття. Йога передбачала сувору послідовність етапів: моральні заборони (яма), практики очищення (ніяма), укріплення тіла через асани, регуляцію психіки за допомогою пранаями, відключення чуттів через прат'яхару, тренування концентрації (дхарана), медитацію (дх'яна) та стан повного духовного осягнення – самадхі, що символізував повернення душі до вищого космічного начала. Ця система стала фундаментом не лише індійської духовної культури, але й подальших психотехнічних традицій, зокрема буддизму.

Буддизм, заснований Сіддгартхою Гаутамою, який після досягнення

просвітлення став відомий як Будда, розвинув індійські уявлення про психіку та запропонував власний шлях звільнення від страждань. Центральною ідеєю буддизму є твердження, що життя наповнене стражданням, однак його можна подолати, усунувши невігластво щодо істинної природи реальності та самого себе. Практика буддизму базувалася на медитації, етичному самовдосконаленні, розвитку співчуття, дисципліни думки та відмові від егоцентричних бажань. Буддизм не передбачав існування Бога-творця, а зосереджувався на внутрішньому шляху людини, визнаючи її здатність самотійно досягти звільнення, або нірвани. Згодом буддизм поширився далеко за межі Індії, охопивши Китай, Японію, Тибет, Шрі-Ланку та інші регіони Азії й ставши однією з найвпливовіших духовно-філософських систем світу.

Духовна культура Стародавньої Індії заклала основу для цілісного бачення людини, в якому поєдналися етичні принципи, психопрактика, філософське осмислення реальності та глибоке дослідження внутрішніх станів. Центральні ідеї про реінкарнацію, карму та багаторівневу структуру душі сформували одну з найяскравіших і найвпливовіших концепцій у світовій історії психології, залишивши помітний слід у розвитку людської духовності та розуміння природи внутрішнього світу.

Уявлення про душу в цивілізації Стародавнього Китаю формувалися у контексті загального розвитку давньокитайської думки, що розвивалася поза так званим магістральним шляхом становлення психології. Попри це, внесок Китаю став важливим компонентом світової інтелектуальної спадщини, хоча багато ідей стали відомими значно

пізніше. Давньокитайська традиція розглядала людину насамперед як частину суспільства і роду, тому акцент робився не на внутрішній індивідуальності, а на соціалізації, моральному формуванні та гармонізації відносин між людиною і суспільством. Душа сприймалася не як ізольована сутність, а як феномен, нерозривно пов'язаний із сім'єю, общиною, державою і космічним порядком.

Важливого значення набували уявлення про виховання, моральні норми та етичні засади. Конфуцій підкреслював, що суспільство активно формує людину, а сама людина здатна перетворювати соціум через свідомі дії. Моральне самовдосконалення і впорядкування внутрішнього світу виступали ключовими умовами гармонійного життя і правильного функціонування душі. Таким чином, психологічні

й етичні категорії в конфуціанстві не відокремлювалися: опанування етичних норм одночасно розглядалось як шлях до внутрішнього розвитку та духовної рівноваги.

Поява письма, як і в інших великих цивілізаціях – Єгипту, Месопотамії, Індії, – стала підґрунтям для накопичення та систематизації знань про людину, її внутрішній світ і місце у Всесвіті. Письмові джерела дали змогу зберігати світоглядні та психологічні уявлення, передавати їх наступним поколінням і формувати тяглість традиції.

Давньокитайські ідеї щодо душі вплинули на всю подальшу культуру та суспільний розвиток Сходу. Вони стали фундаментом моральних норм, ціннісних орієнтирів і моделей поведінки, які визначають соціальну динаміку сучасних східних держав. У цих культурах і нині відчутна орієнтація на суспільну гармонію,

відповідальність перед родом і колективом, пріоритет морального вдосконалення над індивідуалістичними потребами.

Отже, становлення уявлень про душу у Стародавньому Китаї було нерозривно пов'язане з розвитком писемності, систематизацією знань і формуванням етичних учень, які й сьогодні задають ціннісний вектор суспільного життя на Сході. Ці ідеї демонструють унікальний тип психологічного мислення, де внутрішній світ людини розглядається через призму її соціальної та моральної взаємодії з іншими та зі світом.

**Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.** Уявлення про психічну реальність еволюціонували від міфологічних інтуїцій до філософських систем і далі – до експериментальної психології. Витоки уявлень про психіку закорінені в

мовно-метафоричних моделях переживання, що дозволили ранній людині осмислити душу як життєву силу, внутрішній стан і духовного «двійника». Поява письма стала цивілізаційним рубежем, який забезпечив упорядкування, нагромадження й передачу знань, створивши основу для формування складних концепцій внутрішнього світу в культурах Єгипту, Месопотамії, Індії та Китаю. Ці цивілізації виробили різні, але комплементарні бачення душі – від багатокомпонентної духовної структури й ритуальної регуляції буття до розвинених практик самоспостереження, морального вдосконалення та духовної дисципліни. Наукове становлення психології у 1879 році у Вундта закріпило експериментальний і емпіричний підхід, однак його інтелектуальні та культурні передумови – мова, символіка, ритуал,

письмова традиція й сучасні уявлення про соціальні норми – свідомість і психічні формувалися протягом процесу мають глибокі тисячоліть. Принцип соціокультурні витоки, які історизму дозволяє зумовили багатовимірність усвідомити безперервність і багатство сучасної розвитку поглядів на психологічної думки. психіку та показує, що

### Список літератури

1. Горський В. Історія української філософії. – Київ: Либідь, 2001. – 448 с.
2. Еліаде М. Священне і мирське. – Київ: Дух і Літера, 2001. – 256 с.
3. Кримський С. Б. Архетипи української культури. – Київ: Либідь, 2004. – 240 с.
4. Попович М. Нарис історії культури України. – Київ: АртЕк, 1998. – 728 с.
5. Тайлор Е. Первісна культура. – Київ: Основи, 2002. – 547 с.
6. Фрезер Дж. Золота гілка. – Київ: Юніверс, 2001. – 864 с.
7. Фройд, Зигмунд. *Тотем і табу* / пер. Володимир Чайковський. – Харків: Фоліо, 2019. — 272 с.
8. Фурман А. Цілісно-людинознавча парадигма: ноологічні виміри сучасної психології. – Тернопіль: ТНЕУ, 2017. – 312 с.
9. Юнг К. Г. Архетип і символ. – Київ: Основи, 2013. – 624 с.
10. Bloom P. *Descartes' Baby*. – London: Arrow Books, 2005. – 271 p.

# PHILOSOPHICAL-RELIGIOUS CONCEPTS ABOUT THE SOUL AND THE ORIGIN OF PSYCHOLOGICAL KNOWLEDGE IN CULTURES OF THE ANCIENT EAST

Liudmila Matokhniuk

Iryna Kucher

***Abstract.** The article traces the evolution of ideas about mental reality from mythological intuitions to philosophical systems and the further formation of experimental psychology in 1879 by Wundt. It is shown that language and metaphorical thinking became the first tool for describing internal states, and the emergence of writing ensured the accumulation and systematization of knowledge. Civilizational models of the soul are revealed: in Ancient Egypt - a multicomponent structure (Ka, Ba, Shuit, Ren, Ah) and ritual regulation of life and death; in Mesopotamia - belief in divine determination of events, development of observation and interpretation of signs; in India - a multilevel soul, karma and reincarnation, yoga and Buddhist meditative and ethical practice; in China - the socio-ethical optics of Confucianism with an emphasis on the education and harmony of man and society. Three stages of the development of psychological knowledge are substantiated: mythological, philosophical and scientific-experimental. Concepts of psychic reality have evolved from mythological intuitions to philosophical systems and further to experimental psychology. The origins of concepts of the psyche are rooted in linguistic and metaphorical models of experience that allowed early man to comprehend the soul as a vital force, an inner state and a spiritual "double". The emergence of writing became a civilizational milestone that ensured the ordering, accumulation and transmission of knowledge, creating the basis for the formation of complex concepts of the inner world in the cultures of Egypt, Mesopotamia, India and China. These civilizations developed different but complementary visions of the soul - from a multi-component spiritual structure and ritual regulation of being to developed*

*practices of self-observation, moral improvement and spiritual discipline. The scientific formation of psychology in 1879 by Wundt consolidated an experimental and empirical approach, but its intellectual and cultural prerequisites - language, symbolism, ritual, written tradition and social norms - were formed over millennia. The principle of historicism allows us to realize the continuity of the development of views on the psyche and shows that modern ideas about consciousness and mental processes have deep sociocultural origins, which determined the multidimensionality and richness of modern psychological thought.*

**Keywords:** *soul, psyche, mental reality, representation, civilization, language, mythological worldview, sociocultural context, inner world of man, moral improvement*

### **References:**

1. Horskyi V. Istoriiia ukrainskoi filosofii. – Kyiv: Lybid, 2001. – 448 s.
2. Eliade M. Sviashchenne i myrske. – Kyiv: Dukh i Litera, 2001. – 256 s.
3. Krymskyi S. B. Arkhetypy ukrainskoi kultury. – Kyiv: Lybid, 2004. – 240 s.
4. Popovych M. Narys istorii kultury Ukrainy. – Kyiv: ArtEk, 1998. – 728 s.
5. Tailor E. Pervisna kultura. – Kyiv: Osnovy, 2002. – 547 s.
6. Frezer Dzh. Zolota hilka. – Kyiv: Yunivers, 2001. – 864 s.
7. Froid, Zyhmund. Totem i tabu / per. Volodymyr Chaikovskiy. – Kharkiv: Folio, 2019. — 272 s.
8. Furman A. Tsilisno-liudynoznavcha paradyhma: noolohichni vymiry suchasnoi psykholohii. – Ternopil: TNEU, 2017. – 312 s.
9. Yunh K. H. Arkhetyp i symvol. – Kyiv: Osnovy, 2013. – 624 s.
10. Bloom P. Descartes' Baby. – London: Arrow Books, 2005. – 271 p.

## ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

УДК 159.9:351.74(477):355.1-057.36 DOI: 10.31558/2786-8745.2025.1(6).3

### ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СІМЕЙ ПРАВООХОРОНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: УКРАЇНСЬКИЙ ТА МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД

**Гельбак Анжела Миколаївна,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
завідувач кафедри психології, соціології та педагогіки  
Донецького державного університету внутрішніх справ  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7137-6326>

***Анотація.** У статті розглядаються психологічні потреби сімей співробітників Міністерства внутрішніх справ України в умовах триваючої російсько-української війни. Наголошується, що професійна діяльність правоохоронців характеризується високим рівнем стресу, емоційного та фізичного навантаження, що безпосередньо впливає на психоемоційний стан членів їхніх сімей. Визначено, що існуючі системи психологічної підтримки переважно орієнтовані на самих працівників МВС, тоді як сімейний компонент залишається недостатньо інтегрованим у загальну систему психосоціального забезпечення. Це створює суттєві прогалини у комплексній підтримці та знижує ефективність відновлення психологічної стійкості правоохоронців.*

*Проаналізовано сучасні національні та міжнародні підходи до організації психологічної допомоги, зокрема інноваційні програми МВС України, міжвідомчі ініціативи та європейські проєкти співпраці у сфері психічного здоров'я. Окрему увагу приділено ролі сім'ї як ключового чинника психологічної стабільності та професійної ефективності працівників правоохоронних органів.*

*Висвітлено необхідність переходу до комплексної багаторівневої системи підтримки, що включає індивідуальну, групову та сімейну психологічну допомогу, а також кризове втручання та довготривалий супровід. Обґрунтовано важливість розвитку міжвідомчої взаємодії, залучення міжнародного досвіду та впровадження сучасних психотерапевтичних підходів, зокрема когнітивно-поведінкової терапії та EMDR. Підкреслено доцільність розширення доступу до психологічних послуг для членів сімей працівників МВС як умови підвищення стійкості всієї системи правоохоронних органів.*

***Ключові слова:** психологічна підтримка, сім'ї правоохоронців, МВС України, воєнний стан, психічне здоров'я, психосоціальна допомога, посттравматичний стрес, психотерапія, сімейний стрес, реінтеграція.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** Сучасні умови функціонування правоохоронної системи України в умовах війни супроводжуються надзвичайно високим рівнем професійного та психологічного навантаження на працівників Міністерства внутрішніх справ. Це зумовлює не лише ризики для їхнього психічного здоров'я, а й суттєвий вплив

на емоційний стан їхніх сімей. Водночас існуюча система психологічного забезпечення переважно орієнтована на самих працівників, тоді як сімейний компонент залишається недостатньо врахованим. Це створює розрив між професійною діяльністю правоохоронців і їхнім сімейним середовищем, що негативно впливає на загальну ефективність служби. Вирішення цієї проблеми є важливим як у науковому, так і в практичному аспекті, оскільки безпосередньо

пов'язане з питаннями національної безпеки, психологічної стійкості особового складу та соціальної стабільності.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Проблематика психологічного стану правоохоронців та їхніх сімей розглядається у працях вітчизняних і зарубіжних науковців. Зокрема, дослідження В. Богуславської акцентують увагу на впливі сімейного середовища на професійну діяльність поліцейських в умовах воєнного стану. У міжнародному контексті значний внесок зроблено дослідниками у сфері кримінального правосуддя, які наголошують на необхідності спеціалізованих програм підтримки сімей правоохоронців (зокрема Jarrod Sadulski). Також важливими є напрацювання щодо розвитку психосоціальної допомоги в умовах війни та посттравматичного стресу, а також досвід

впровадження державних і міжнародних програм психологічної підтримки в Україні та країнах НАТО.

### **Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.**

Незважаючи на наявність окремих досліджень і практичних ініціатив, недостатньо розробленими залишаються питання комплексної інтеграції сімейного компонента у систему психологічного забезпечення працівників МВС. Зокрема, потребують подальшого вивчення механізми довготривалої психологічної підтримки сімей, моделі взаємодії між державними та недержавними структурами, а також адаптація міжнародного досвіду до українських умов. Відсутність цілісної багаторівневої системи підтримки сімей правоохоронців залишається суттєвою прогалиною.

**Формулювання цілей статті (постановка завдання).** Метою статті є

дослідження психологічних потреб сімей співробітників МВС України в умовах воєнного стану та обґрунтування сучасних підходів до формування ефективної системи їх психологічної підтримки. Завданням є аналіз національного та міжнародного досвіду, визначення проблемних аспектів існуючої системи та окреслення перспектив її вдосконалення.

**Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.**

Сім'ї працівників МВС зазнають значних емоційних і соціальних труднощів, що зумовлює необхідність розроблення та впровадження спеціалізованих програм психологічної підтримки. За результатами досліджень британських психологів, рівень розлучень серед родин працівників правоохоронних органів може досягати 70 %. Водночас, попри зростання

потреби у збереженні та відновленні психічного здоров'я працівників МВС, більшість оздоровчих і психологічних програм традиційно орієнтувалися переважно на самих правоохоронців, залишаючи поза увагою членів їхніх сімей, які також страждають від наслідків професійного стресу. Такий підхід створює суттєві прогалини у системі підтримки та негативно впливає на ефективність професійної діяльності поліцейських, адже не враховує значення сімейного середовища для їхнього психічного стану та професійної стійкості [1].

У дослідженнях В. Богуславської, присвячених впливу сімейного середовища на професійну діяльність поліцейських в умовах воєнного стану, обґрунтовано наявність численних психологічних наслідків війни, які негативно позначаються на працездатності та ефективності виконання службових обов'язків

правоохоронцями. Встановлено, що одним із чинників такого впливу є висока ймовірність психологічної травматизації членів родин поліцейських та їхній нестабільний психоемоційний стан. Дослідниця наголошує, що покращення психологічного клімату в сім'ях працівників поліції є важливою складовою загальної системи психологічного забезпечення професійної діяльності правоохоронців і має обов'язково здійснюватися в межах психологічного супроводу кожного структурного підрозділу правоохоронних органів [2, с. 47].

На переконання відомого фахівця у сфері кримінального правосуддя та безпеки доктора Jarrod Sadulski, поширення психологічних труднощів серед родин правоохоронців свідчить про необхідність створення спеціалізованих програм підтримки для сімей

поліцейських. Учений наголошує, що такі програми мають бути спрямовані на зменшення негативного впливу професійної діяльності поліцейських на психічне здоров'я їхніх близьких, адже члени сімей часто змушені самотійно адаптуватися до емоційних навантажень, пов'язаних зі службою правоохоронця, що нерідко супроводжується відчуттям тривоги, емоційного виснаження та соціальної ізоляції [3, с. 668].

З метою реагування на актуальні потреби у сфері психічного здоров'я працівників Міністерства внутрішніх справ України та членів їхніх родин було запроваджено низку комплексних програм психологічної підтримки. Зазначені ініціативи спрямовані на надання індивідуалізованої психологічної допомоги в умовах воєнного стану та охоплюють широкий спектр спеціалізованих послуг, покликаних

забезпечити психоемоційне благополуччя правоохоронців і їхніх сімей.

МВС України розробило План психологічної підтримки, орієнтований на військовослужбовців Національної гвардії України, Державної прикордонної служби, поліцейських, працівників цивільного захисту, а також членів їхніх сімей. У межах цього плану передбачено підготовку та залучення психологів – «ментальних тьюторів», які здійснюють психологічний супровід і підтримку. Однією з ключових ініціатив став проєкт «Mental tutor», спрямований на надання психологічної допомоги з урахуванням специфічних проблем, з якими стикаються сім'ї працівників сектору безпеки й оборони України, зокрема психологічних травм, проявів домашнього насильства та негативного впливу воєнних дій на сімейні взаємини.

Для підвищення доступності відповідних послуг було створено єдину інформаційну систему, що забезпечує комплексний та структурований підхід до психологічного, соціального й правового захисту працівників правоохоронних органів та членів їхніх родин.

В умовах зростання психологічних викликів актуальності набуває об'єднання психологів системи МВС у професійну спільноту для взаємної підтримки, обміну досвідом та підвищення ефективності психологічної допомоги. У цьому напрямі реалізується проєкт «Пункт психологічних практик», у межах якого фахівці здійснюють просвітницьку діяльність серед персоналу та обмінюються професійними напрацюваннями.

Основною метою ініціативи є поширення сучасних теоретичних знань і практичних методик серед спеціалістів у сфері ментального здоров'я задля

забезпечення ефективної клінічної роботи з військовослужбовцями, ветеранами та членами їхніх сімей, які постраждали від травматичних наслідків війни. Учасники проєкту опановують сучасні протоколи когнітивно-поведінкової терапії, а також практичні підходи до роботи з ускладненим горюванням, гострими пресуїцидальними станами, порушеннями сну, хронічними захворюваннями та психологічними наслідками фізичних травм і ампутацій.

Особливого значення в сучасній психологічній практиці набуває когнітивно-поведінкова терапія, яка інтегрує елементи психотерапії прийняття та відповідальності. Такий підхід спрямований на формування усвідомленості, розвитку психологічної гнучкості та здатності особистості діяти відповідно до власних життєвих цінностей навіть в

умовах тривалого стресу й психотравмуючих обставин.

Команда психологів також приділяє значну увагу опануванню принципів групової психотерапії для військовослужбовців, ветеранів та членів їхніх родин. Водночас практика психологічної допомоги у цій сфері засвідчує відсутність універсальних методів роботи, оскільки кожен випадок потребує індивідуального підходу, врахування особистісних особливостей та застосування різноманітних психотерапевтичних технік. У зв'язку з цим постійне професійне вдосконалення, набуття нових знань і обмін практичним досвідом між фахівцями є важливими умовами ефективної психологічної роботи та досягнення позитивних результатів.

Особливої актуальності питання розбудови цілісної системи психічного здоров'я населення набуває в умовах

масштабних соціальних і безпекових викликів, спричинених війною в Україні. Военні дії торкнулися практично кожної української родини, вплинувши як на цивільне населення, так і на військовослужбовців, правоохоронців та рятувальників. Саме тому в Україні було започатковано стратегічну державну ініціативу – Всеукраїнську програму психічного здоров'я, реалізовану за підтримки Олени Зеленської. Програма спрямована на формування ефективної, доступної та людиноцентричної системи психологічної допомоги, здатної забезпечити належний рівень підтримки різним категоріям населення [4].

Досвід України в умовах повномасштабної війни засвідчує наявність специфічних викликів у сфері психологічної підтримки військовослужбовців і правоохоронців, а також формування нових підходів

до надання допомоги в умовах тривалого збройного конфлікту. У цьому контексті доцільно розглянути окремі напрями та особливості такої підтримки.

*Адаптація міжнародного досвіду:* Україна намагається активно адаптувати міжнародний досвід до своїх реалій, впроваджуючи елементи програм США та Ізраїлю щодо роботи з бойовим стресом та ПТСР.

*Інтеграція цивільних спеціалістів:* в умовах війни в Україні спостерігається активне залучення цивільних психологів та волонтерів до роботи з військовослужбовцями та правоохоронцями, що створює унікальну модель взаємодії.

Інтеграція цивільних спеціалістів передбачає:

1. Створення міжвідомчих груп психологічної підтримки: – залучення психологів із цивільних ЗВО та клінік;

–співпраця з громадськими організаціями.

2.Програми підготовки волонтерів-психологів:

–короткострокові курси з кризового консультування;

–супервізії досвідчених військових психологів.

3.Онлайн-платформи психологічної допомоги:

–створення цифрових ресурсів для самодопомоги;

–проведення онлайн-консультацій волонтерами [5].

*Психологічна підтримка сімей:* Особлива увага приділяється психологічній підтримці сімей військовослужбовців та правоохоронців, які перебувають у зоні бойових дій. Вона передбачає:

1.Створення груп взаємодопомоги для сімей військовослужбовців:

–регулярні зустрічі під керівництвом психолога;

–обмін досвідом та емоційна підтримка.

2.Програми психоедукації для членів сімей:

–навчання розпізнавання симптомів ПТСР та інших розладів;

–тренінги з комунікації з військовослужбовцями, які повернулися із зони бойових дій.

3.Дитячі психологічні програми:

–арттерапія для дітей військовослужбовців;

–групові заняття з адаптації до відсутності батька/матері [6].

Важливим напрямом сучасної системи психологічної підтримки в Україні є підготовка військовослужбовців і працівників сектору безпеки до реінтеграції у мирне життя. З цією метою ще під час проходження служби впроваджуються програми психологічної підготовки, спрямовані на адаптацію до повернення з зони бойових дій, подолання наслідків тривалого стресу та відновлення соціальних

зв'язків. Розроблення таких програм ґрунтується на врахуванні досвіду тривалого перебування особового складу в умовах війни та необхідності поступового переходу до мирного середовища.

У контексті розвитку міжнародної співпраці у сфері підтримки психічного здоров'я працівників сектору безпеки важливого значення набувають спільні проєкти України та європейських партнерів. Однією з таких ініціатив є проєкт «Блакитне небо для України», започаткований European Union Advisory Mission Ukraine за фінансової та експертної підтримки Уряду Королівства Нідерландів у співпраці з Міністерством внутрішніх справ України.

Метою цієї ініціативи є підвищення ефективності діяльності правоохоронних органів України та зміцнення громадської безпеки шляхом упровадження сучасних практик охорони психічного здоров'я для

поліцейських, які виконують службові обов'язки в умовах підвищеного ризику, постійної небезпеки та значного психологічного навантаження [7].

Голова European Union Advisory Mission Ukraine Rolf Holmboe, обґрунтовуючи важливість реалізації проєкту «Блакитне небо для України», наголошує, що в прифронтових регіонах поліцейські та військовослужбовці Національної гвардії України здійснюють службу діяльність в умовах постійної небезпеки та надмірного психологічного навантаження. Правоохоронці регулярно зазнають загрози артилерійських обстрілів, атак безпілотників і авіаударів, а також змушені працювати з наслідками воєнних злочинів і комунікувати з постраждалими особами, які пережили тяжкі травматичні події. Така

діяльність неминуче спричиняє емоційне виснаження та накопичення вторинної психологічної травматизації серед самих працівників правоохоронних органів.

На думку Рольфа Холмбо, відсутність належної психологічної підтримки може призвести до поглиблення як первинних, так і вторинних психотравм у правоохоронців, що негативно впливатиме не лише на їхній психоемоційний стан, а й на членів їхніх сімей та громадян, яким вони надають допомогу і забезпечують безпеку [8].

У зв'язку з цим проєкт «Блакитне небо для України» спрямований на формування ефективної системи психосоціальної підтримки працівників Національної поліції України, реалізація якої здійснюється за трьома ключовими напрямками.

Першим напрямом реалізації проєкту є професійна підготовка

фахівців. Працівники підрозділів кадрового забезпечення Національної поліції України, зокрема психологи та соціальні працівники, проходять сертифікаційне навчання за сучасними міжнародними програмами психологічної допомоги, серед яких EMDR (десенсибілізація та репроцесуалізація травматичного досвіду за допомогою рухів очей), «7ROSES» («Сім троянд»), а також програми командної, колегіальної та товариської підтримки. Опанування зазначених методик сприятиме формуванню у фахівців практичних навичок роботи зі стресовими станами, посттравматичним стресовим розладом та іншими психологічними проблемами, що є особливо поширеними серед працівників поліції в умовах війни.

Другим напрямом проєкту є розвиток інфраструктури психосоціальної підтримки. Передбачається створення

стаціонарних центрів психологічної допомоги у Львові, Києві, Рівно та Вінниці, а також передача 13 мобільних офісів для роботи на деокупованих і прилеглих територіях. Новостворені центри будуть забезпечені необхідним технічним оснащенням і дадуть змогу розширити доступ поліцейських до психологічної допомоги. Особливе значення матимуть мобільні офіси, у яких особи, постраждалі від обстрілів та інших наслідків бойових дій, зможуть оперативно отримати консультації та психологічну підтримку безпосередньо на місці.

Третій компонент проєкту пов'язаний із залученням міжнародних експертів для прискорення впровадження передових європейських практик у систему підтримки психічного здоров'я Національної поліції України. Така співпраця сприятиме модернізації підходів до психологічного

супроводу правоохоронців та підвищенню ефективності психосоціальної допомоги в умовах воєнного часу.

Важливим методологічним орієнтиром у процесі формування сучасної системи психологічної підтримки військовослужбовців Сил оборони та безпеки України, які повертаються з полону, є досвід Сполучених Штатів Америки, здобутий у межах поетапної системи психологічної допомоги колишнім військовополоненим після завершення Американсько-В'єтнамської війни. Зазначена модель орієнтована на комплексну психоемоційну реабілітацію, а також відновлення соціальної адаптації та професійної спроможності постраждалих осіб.

Ключовими складовими цієї системи є, зокрема, поетапність і тривалість психологічної допомоги, оскільки разові

інтервенції не забезпечують довготривалого ефекту без подальших етапів терапії, ресоціалізації та залучення сімейного оточення. Важливе місце посідає рання декомпресія та первинна психологічна стабілізація, що дозволяє суттєво знизити ризики розвитку хронічного посттравматичного стресового розладу, суїцидальної поведінки та соціальної дезадаптації.

Система також передбачає створення спеціалізованих центрів психологічної допомоги на рівні Міністерства оборони України, Міністерства внутрішніх справ України, територіальних громад та регіонів (аналог Vet Centers), що сприятиме наближенню послуг до ветеранів і їхніх сімей та зменшенню бар'єрів доступу до допомоги. Важливим компонентом є міжвідомча координація між військовою медициною, структурами МВС і МОЗ, а також ветеранськими службами,

волонтерськими, благодійними та громадськими організаціями, яка потребує належного законодавчого та адміністративного врегулювання.

Окрему роль відіграє підготовка фахівців — військових психологів, лікарів і соціальних працівників — на основі адаптованих національних та міжнародних стандартів, зокрема когнітивно-поведінкової терапії (CBT), EMDR та травма-інформованого підходу. Серед інституційних рішень розглядається створення «Інституту психологічної допомоги ветеранам полону» за зразком Clark Air Base, а також розроблення Національного стандарту поетапної психологічної допомоги ветеранам полону.

Додатково важливими є впровадження програми «ветеран–ветерану» як інструменту ресоціалізації, а також посилення інституційної

підтримки сімей через просвітницькі ініціативи, кризове консультування та грантову підтримку ветеранських центрів, що працюють із проблематикою військового полону [9].

Серед ключових характеристик американського підходу до організації системи психологічної та соціальної підтримки можна виокремити такі:

**1. Комплексність** – програми охоплюють увесь спектр потреб осіб, поєднуючи психологічну допомогу з вирішенням соціальних питань, зокрема працевлаштуванням, професійною адаптацією та забезпеченням фінансової стабільності.

**2. Доступність** – система передбачає широкий доступ до послуг завдяки використанню різних каналів надання допомоги, включаючи онлайн-платформи, цифрові сервіси та мобільні застосунки.

**3. Спеціалізація** – ініціативи розробляються з урахуванням специфічних потреб різних категорій отримувачів допомоги, таких як військовослужбовці, поліцейські, ветерани та члени їхніх родин.

**4. Інноваційність** – активно впроваджуються сучасні технологічні рішення та новітні методики психологічної підтримки й лікування, що підвищує ефективність інтервенцій.

**5. Залучення громади** – важливу роль відіграє інтеграція громадських організацій, волонтерських ініціатив і місцевих спільнот у процес надання допомоги та супроводу.

Таким чином, досвід США демонструє доцільність формування багаторівневої системи підтримки, яка враховує різноманітні потреби цільових груп і забезпечує використання різних каналів надання послуг. Подібна модель може бути

адаптована до українських реалій з урахуванням національного контексту та наявних ресурсних можливостей [10].

### **Висновки.**

Проведений аналіз сучасного стану психологічної підтримки сімей співробітників Міністерства внутрішніх справ України в умовах російсько-української війни дозволяє зробити низку узагальнювальних висновків щодо ключових тенденцій, проблем та перспектив розвитку цієї сфери.

1. Встановлено, що психологічні потреби сімей правоохоронців набули системного та гостро вираженого характеру. Тривала дія воєнного стану, високий рівень професійного стресу, ризику для життя та здоров'я співробітників МВС безпосередньо трансформуються у значні емоційні, соціальні та психологічні навантаження для їхніх родин. Це формує нову реальність, у якій сім'я

стає не лише соціальною опорою, а й групою підвищеного ризику психологічної дезадаптації.

2. Виявлено суттєвий дисбаланс у розвитку системи психологічної підтримки: тривалий час основна увага приділялася переважно самим працівникам правоохоронних органів, тоді як сімейне середовище залишалося недостатньо інтегрованим у систему психологічного забезпечення. Така ситуація обмежує ефективність загальної моделі підтримки, оскільки ігнорує взаємозв'язок між професійним стресом правоохоронця та психоемоційним станом його родини.

3. Сучасна практика доводить, що ефективна система психологічної допомоги має бути комплексною та багаторівневою. Вона повинна включати не лише індивідуальне консультування, а й групові форми роботи, сімейну

психотерапію, кризове втручання, психоедукацію та довготривалий супровід. Особливої ваги набуває інтеграція сім'ї у загальну систему психологічного забезпечення діяльності правоохоронців.

4. Позитивною тенденцією є активне впровадження державних та міжнародних ініціатив у сфері психічного здоров'я, зокрема програм психологічної підтримки МВС, проєкту «Mental tutor», а також міжвідомчих і міжнародних проєктів, спрямованих на розвиток психосоціальної допомоги. Це свідчить про поступовий перехід від фрагментарної допомоги до системної політики у сфері ментального здоров'я.

5. Важливим є впровадження інноваційних підходів і методик, зокрема когнітивно-поведінкової терапії, EMDR, програм травма-інформованої допомоги та групової психотерапії. Їх інтеграція у практику психологічного супроводу дозволяє

підвищити ефективність роботи з наслідками бойового стресу та психологічної травматизації.

6. Міжнародний досвід, зокрема модель США, демонструє ефективність багаторівневої системи підтримки, яка поєднує психологічну, соціальну, професійну та економічну складові. Важливими елементами такої моделі є доступність послуг, спеціалізація програм, інноваційність підходів та активне залучення громадського сектору. Адаптація цих принципів до українських реалій є перспективним напрямом подальшого розвитку національної системи психологічної допомоги.

7. Особливого значення набуває міжнародна співпраця, яка сприяє впровадженню європейських стандартів психосоціальної підтримки та розвитку інституційної спроможності українських правоохоронних органів.

Проекти на кшталт «Блакитне небо для України» підтверджують ефективність поєднання міжнародного досвіду з національними потребами.

Загалом, система психологічної підтримки сімей працівників МВС України перебуває на етапі активного становлення та трансформації. Її подальший розвиток потребує інституціоналізації, розширення міжвідомчої координації, стабільного фінансування та системного включення сімейного компонента у всі рівні психологічного супроводу. Лише за умови комплексного підходу

можливо забезпечити стійкість як самих правоохоронців, так і їхніх родин, що є ключовим чинником ефективного функціонування сектору безпеки держави в умовах тривалого воєнного конфлікту.

Перспективними напрямками подальших досліджень є розроблення моделі багаторівневої психологічної допомоги сім'ям правоохоронців, удосконалення механізмів державного управління у сфері психічного здоров'я, а також адаптація міжнародного досвіду до українських умов воєнного та поствоєнного періоду.

### Список літератури

1. Гельбак А.М., Мухіна Г.В. Аналіз актуальних потреб сімей працівників МВС України у сфері психологічної підтримки. *Правовий часопис Донбасу*. 2025. № 1. С.98-103.
2. Богуславська В.В. Предметне поле психологічного дослідження впливу сім'ї на особливості професійної діяльності поліцейських в умовах воєнного стану. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. Серія: Психологія. Том 34 (73). 2023. № 3. С. 47–53.
3. Chopko V.A. Mindfulness and post-traumatic development among law enforcement officers: the mediating role

of emotion regulation. *Journal of Loss and Trauma*. 2018. No.23 (8). P.666–678.

4. Міністерство внутрішніх справ України. Офіційний сайт. URL: [Psychological support of employees of the Ministry of Internal Affairs is significantly strengthened](#)

5. Богуславський В.В. Волонтерський рух у сфері психологічної допомоги учасникам бойових дій: український досвід. *Психологія і суспільство*. 2021. №2(84). С.109–121.

6. Данілова Ю.В., Кравченко К.О., Мірошніченко О.М. Психологічний супровід сімей військовослужбовців в умовах війни. *Проблеми сучасної психології*. 2023. №1(23). С.5–57.

7. Блакитне небо для України: буклет. URL: <https://www.euam-ukraine.eu/wp-content/uploads/2025/01/BHU-both-lang-ELECTRONIC.pdf>

8. EUAM Ukraine. Офіційний сайт. URL: <https://www.euam-ukraine.eu/ua/news/how-blue-haven-for-ukraine-blakitne-nebo-dlya-ukrayini-will-help-police-officers-and-communities/>

9. Васильковський О.Т., Бублик А.О. Поетапна та довготривала система психологічної допомоги військовослужбовцям армії США після їх повернення з полону. Досвід для України. Соціально-психологічне забезпечення діяльності сил безпеки та оборони України. Харків, 2025. С.74–77.

10. Психологічна підтримка працівників МВС перед звільненням зі служби, виходом на пенсію, переходом від військової служби до цивільного життя : науково-практичні рекомендації / за заг. ред. А.В.Костюка. Київ : Алерта, 2024. 202с.

## PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PROFESSIONAL ACTIVITY

### PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE FAMILIES OF LAW DEFENDERS IN THE CONDITIONS OF WAR: UKRAINIAN AND INTERNATIONAL EXPERIENCE

Anzhela Gelbak

***Abstract.** The article examines the psychological needs of families of employees of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine in the conditions of the ongoing Russian-Ukrainian war. It is emphasized that the professional activity of law enforcement officers is characterized by a high level of stress, emotional and physical stress, which directly affects the psycho-emotional state of their family members. It was determined that the existing systems of psychological support are mainly focused on the employees of the Ministry of Internal Affairs, while the family component remains insufficiently integrated into the general system of psychosocial support. This creates significant gaps in comprehensive support and reduces the effectiveness of restoring the psychological stability of law enforcement officers.*

*Modern national and international approaches to the organization of psychological care are analyzed, in particular innovative programs of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, interdepartmental initiatives and European projects of cooperation in the field of mental health. Particular attention is paid to the role of the family as a key factor in the psychological stability and professional efficiency of law enforcement officers.*

*The need to transition to a comprehensive multi-level support system, including individual, group and family psychological assistance, as well as crisis intervention and long-term support, is highlighted. The importance of the development of interdepartmental interaction, the involvement of international experience and the introduction of modern psychotherapeutic approaches, in particular cognitive-behavioral therapy and*

*EMDR, is substantiated. The expediency of expanding access to psychological services for family members of Ministry of Internal Affairs employees as a condition for increasing the stability of the entire system of law enforcement agencies is emphasized.*

**Keywords:** *psychological support, families of law enforcement officers, the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, martial law, mental health, psychosocial assistance, post-traumatic stress, psychotherapy, family stress, reintegration.*

## References

1. Gelbak, A. M., & Mukhina, H. V. (2025). Analiz aktualnykh potreb simey pratsivnykiv MVS Ukrainy u sferi psykholohichnoi pidtrymky [Analysis of current needs of families of employees of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine in the field of psychological support]. *Pravovyi chasopys Donbasu* [Legal Journal of Donbas], (1), 98–103 [in Ukrainian].

2. Bohuslavskaya, V. V. (2023). Predmetne pole psykholohichnoho doslidzhennia vplyvu simy na osoblyvosti profesiynoi diialnosti politseiskykh v umovakh voiennoho stanu [The subject field of psychological research on the influence of family on the professional activity of police officers under martial law]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia* [Scientific Notes of V. I. Vernadsky Taurida National University. Psychology Series], 34(73), 47–53 [in Ukrainian].

3. Chopko, B. A. (2018). Mindfulness and post-traumatic development among law enforcement officers: The mediating role of emotion regulation. *Journal of Loss and Trauma*, 23(8), 666–678 [in English].

4. Ministry of Internal Affairs of Ukraine. (n.d.). Psychological support of employees of the Ministry of Internal Affairs is significantly strengthened. Retrieved from <https://www.mvs.gov.ua> [in English].

5. Bohuslavskiy, V. V. (2021). Volonterskyi rukh u sferi psykholohichnoi dopomohy uchasnykam boiovykh dii: ukrainskyi

dosvid [Volunteer movement in psychological assistance to combatants: Ukrainian experience]. *Psykhologhiia i suspilstvo* [Psychology and Society], (2(84)), 109–121 [in Ukrainian].

6. Danilova, Yu. V., Kravchenko, K. O., & Miroshnychenko, O. M. (2023). Psykhologichnyi suprovid simej viiskovosluzhbovtziv v umovakh viiny [Psychological support of military families in wartime conditions]. *Problemy suchasnoi psykhologii* [Problems of Modern Psychology], (1(23)), 5–57 [in Ukrainian].

7. European Union Advisory Mission Ukraine. (2025). *Blue Haven for Ukraine brochure*. Retrieved from <https://surl.li/oebnpo> [in English].

8. EUAM Ukraine. (n.d.). How Blue Haven for Ukraine (Blakytne Nebo dlia Ukrainy) will help police officers and communities. Retrieved from <https://surl.li/nzxrpp> [in English].

9. Vasylovskyyi, O. T., & Bublyk, A. O. (2025). Poetapna ta dovhostrokovava systema psykhologichnoi dopomohy viiskovosluzhbovtziv armii SShA pislia yikh povernennia z polonu. Dosvid dlia Ukrainy [Step-by-step and long-term psychological assistance system for US military personnel after captivity: Experience for Ukraine]. In *Sotsialno-psykhologichne zabezpechennia diialnosti syl bezpeky ta oborony Ukrainy* (pp. 74–77) [in Ukrainian].

10. Kostiuk, A. V. (Ed.). (2024). *Psykhologichna pidtrymka pratsivnykiv MVS pered zvilnenniam zi sluzhby, vykhodom na pensiiu, perekhodom vid viiskovoi sluzhby do tsyvilnoho zhyttia: naukovo-praktychni rekomendatsii* [Psychological support of MIA employees before dismissal, retirement, and transition to civilian life: Scientific and practical recommendations]. Kyiv: Alerta [in Ukrainian].

## ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

УДК 159.9:378.4DOI: 10.31558/2786-8745.2025.2(7).4

### RESILIENCE AS A PSYCHOLOGICAL RESOURCE FOR QUALITY OF LIFE AMONG HIGHER EDUCATION STAFF

**Overchuk Viktoriia Anatoliivna**

Doctor of Sciences, Professor

Director of the Educational and Scientific

Institute of Psychology

Vasyl` Stus Donetsk National University

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>

***Abstract.** The article presents an empirical analysis of quality of life and resilience among employees of Vasyl` Stus Donetsk National University. The study aimed to describe the domain structure of quality of life and to examine the association between resilience and quality of life under conditions of considerable professional, educational, organizational and social pressure. Data were collected through the REDCap platform using the World Health Organization Quality of Life Brief Questionnaire and the 10-item Connor–Davidson Resilience Scale. The statistical analysis included 146 complete questionnaires completed by university employees; student questionnaires were not included in the analytical dataset. The highest mean score was found in the social relationships domain ( $M = 62.16$ ), and the lowest in the environment domain ( $M = 57.54$ ). The mean resilience score was  $M = 26.03$  out of 40. Resilience showed statistically significant positive associations with all quality-of-life domains, most strongly with the psychological domain ( $\rho = 0.581$ ;  $p < 0.001$ ) and with the auxiliary integrated quality-of-life index ( $\rho = 0.572$ ;  $p < 0.001$ ). Regression analysis showed that resilience remained significantly associated with quality of life after controlling for age, sex and affiliation with the educational support staff category.*

*The findings indicate that resilience is an important personal resource for university employees; however, the cross-sectional design does not support causal conclusions and does not allow resilience to be interpreted as a resource that compensates for deficiencies in the external conditions of the educational and organizational environment.*

**Keywords:** *quality of life, resilience, World Health Organization Quality of Life Brief Questionnaire, Connor–Davidson Resilience Scale, university employees, higher education staff, psychological audit, higher education.*

### **Problem Statement.**

The psychological well-being of higher education staff has become particularly important amid the prolonged war, forced changes in work formats, multitasking and increased emotional pressure. For a university, employees' quality of life is not only an individual indicator of well-being. It is also a resource that supports organizational resilience, professional effectiveness and the continuity of the educational process.

Quality of life should be understood as a multidimensional construct that includes physical well-being, psychological state, social relationships and characteristics of the environment. Resilience, in

turn, reflects a person's ability to adapt to stress, recover from difficulties and remain functional in situations of uncertainty. In the university context, these indicators are related, but they are not interchangeable: individual resilience may support quality of life, yet it does not remove the need for a safe, predictable and supportive work environment.

This article therefore focuses not on burnout as a final negative outcome, but on earlier and more resource-oriented indicators: employees' quality of life and resilience. Such an approach makes it possible to move from merely identifying exhaustion to understanding the conditions under which

university staff preserve or lose psychological stability.

### **Analysis of Recent Research and Publications.**

The theoretical basis of the study rests on three interconnected areas: multidimensional assessment of quality of life, resilience as a resource for adaptation, and the professional and organizational context of higher education staff working under wartime conditions. This framework helps avoid reducing the problem either to individual “stress resistance” alone or to external organizational difficulties alone.

In contemporary psychology and related fields, quality of life is viewed as a subjective, culturally and contextually shaped assessment of one’s own life situation, health, opportunities, social ties, safety and the extent to which life corresponds to personal expectations. The World Health Organization Quality of Life Brief Questionnaire follows this logic by distinguishing physical,

psychological, social and environmental domains [1]. For Ukrainian research, it is important to consider the availability of the Ukrainian version of this instrument and its testing in the national university context [2; 3].

Studies of quality of life in universities have more often focused on students [4; 5], which leaves a noticeable gap regarding higher education staff. For university employees, quality of life includes not only individual satisfaction but also physical health, psychological balance, social support, perceived safety, financial security, opportunities for rest, clarity of information and manageable workload. For this reason, the environmental domain of the questionnaire is especially important when analyzing university personnel.

Resilience is described in psychological literature as the ability to preserve or restore functioning under stress, uncertainty and loss. The original Connor–Davidson Resilience Scale

was developed to measure individual capacity to cope with difficulties [6], while the 10-item version is suitable for screening and large-scale studies [7]. Its Ukrainian-language version has been adapted and validated, which allows it to be used in Ukrainian samples as a concise indicator of psychological resilience [8].

In higher education, employees' resilience should be seen as a dynamic resource associated with self-regulation, professional identity, the meaning of work, social support, quality of communication and access to institutional assistance. Studies of students' academic resilience show its association with emotional intelligence and perceived stress [9]. For university staff, however, this construct has an additional professional dimension: employees must maintain the educational process, perform administrative and research tasks, interact with students and colleagues, and at the same time cope with the

personal consequences of wartime stress.

The wartime context makes both constructs even more significant. Research on the reactions of students from different countries to the war in Ukraine has documented emotional tension, anxiety about military and macroeconomic consequences, and the activation of various coping strategies [10]. For Ukrainian universities, the war is not a distant information event but a condition of everyday functioning. In this situation, education itself may provide structure, connection, support and emotional stabilization [11; 12].

Ukrainian studies of student well-being during the full-scale war are important for the present study as evidence of the broader psychological burden experienced within the university environment [13–19]. At the same time, higher education staff remain less visible in empirical research, although the capacity of a university to sustain teaching,

research, administration and student support depends directly on employees' psychological stability, work capacity and quality of life.

In this article, university employees are understood as respondents belonging to one or several professional categories of Vasyl' Stus Donetsk National University staff: academic staff, research staff, administrative personnel, technical personnel and educational support staff. For them, the war means not only personal stress but also additional professional demands: sustaining the educational process, adapting to digital work formats, working amid danger, loss of resources, displacement and uncertainty. Research on the impact of war on Ukrainian universities has recorded losses in funding, student enrollment, staff stability and academic productivity, especially in institutions connected with severely affected regions [20–23].

International evidence from war-affected

populations suggests that resilience may mitigate the relationship between wartime stress, anxiety and depressive symptoms, but its effect depends on social and existential resources [24; 25]. Therefore, a high level of resilience should not be interpreted as a reason to place responsibility for well-being solely on the employee. The most relevant studies of higher education staff also show that prevention of exhaustion requires a combination of social support, development of self-regulation skills and changes in the work environment [26–28]. This gap justifies an empirical psychological audit of employees at Vasyl' Stus Donetsk National University.

### **Previously**

**Unresolved Aspects of the Problem.** Despite the growing body of research on well-being in higher education, the quality of life of university employees remains insufficiently examined, especially in the Ukrainian wartime context. Most available studies focus

on students, while staff are often described indirectly, as part of the institutional environment rather than as a separate professional group with their own risks and resources.

Another unresolved issue is the relationship between individual resilience and external conditions of work. Resilience may support psychological functioning, but it cannot replace safety, rest, fair workload distribution, clear communication and institutional support. For this reason, it is important to study resilience together with separate domains of quality of life rather than treat it as an isolated personal trait.

The present study addresses this gap by analyzing both resilience and quality-of-life domains among employees of one university that functions under the pressure of war and organizational uncertainty.

#### **Aim of the Article.**

The aim of the article is to empirically analyze quality of life and resilience among

employees of Vasyl' Stus Donetsk National University and to determine the statistical relationship between resilience and the domains of quality of life.

The objectives of the study are as follows: 1) to describe employees' quality of life across the domains of the World Health Organization Quality of Life Brief Questionnaire; 2) to assess resilience using the 10-item Connor–Davidson scale; 3) to examine statistical associations between resilience and quality of life; 4) to compare the auxiliary integrated quality-of-life index across groups of employees with different levels of resilience; 5) to formulate practical recommendations for psychological support of university staff.

Based on the theoretical review, the following research assumptions were formulated: resilience is positively associated with all quality-of-life domains; the strongest association is expected

between resilience and the psychological domain; employees with higher resilience have a higher auxiliary integrated quality-of-life index; after controlling for age, sex and affiliation with the largest professional category, resilience remains significantly associated with quality of life.

**Main Research Material.** The study was conducted as a psychological audit of employees of Vasyl` Stus Donetsk National University. Data were collected through the REDCap platform, which provides standardized collection, storage and export of research data [29; 30]. Invitations were sent via the university corporate email system to employees from different professional categories. The invitation briefly explained the aim of the audit, the voluntary nature of participation, confidentiality of responses and included a link to the online form. Respondents provided informed consent before completing the

questionnaires. This recruitment procedure was consistent with the purpose of an internal university audit, although it also involved a risk of self-selection.

The analytical dataset consisted of complete questionnaires from employees who gave informed consent, completed the quality-of-life and resilience blocks, had valid values for the quality-of-life domains and the total resilience score, and indicated at least one professional category of university staff. The final analytical sample included  $N = 146$  respondents. Professional affiliation was recorded as a multiple-choice variable: one person could belong to more than one category, so the categories were not interpreted as mutually exclusive groups.

Quality of life was measured using the World Health Organization Quality of Life Brief Questionnaire [1–3]. Four domains were used in the article and transformed to a 0–100 scale:

physical health, psychological health, social relationships and environment. In addition, an auxiliary integrated quality-of-life index was calculated as the arithmetic mean of the four domains. This index was used for compact group comparison and regression analysis of the general association. It does not replace domain-level interpretation, is not an official global score of the instrument and is not treated as an independent psychometric scale. Resilience was assessed using the 10-item Connor–Davidson scale with a total score ranging from 0 to 40 [6–8].

The internal consistency of the scales in the sample was acceptable to high: Cronbach’s alpha was 0.900 for the full quality-of-life questionnaire items, 0.790 for the four domains and 0.841 for the resilience scale.

The statistical protocol included preparation of the analytical dataset, descriptive statistics, assessment of internal consistency,

distribution checks, correlation analysis, group comparison and regression testing of the stability of the association between resilience and quality of life. For quantitative indicators, the article reports the number of observations, arithmetic mean, standard deviation, 95% confidence interval, median, quartiles, and minimum and maximum values. For categorical variables, absolute and relative frequencies are presented.

Normality of distribution was preliminarily assessed using the Shapiro–Wilk test. Since some indicators did not meet the assumption of normality, the key associations between resilience and the quality-of-life domains were examined using Spearman rank correlation. Resilience groups were formed according to the empirical quartiles of the scale in this sample: low resilience – values of 22 or lower; medium resilience – values from 23 to 29; high resilience – values of 30 or

higher. Differences in the auxiliary integrated quality-of-life index across the three groups were tested using the Kruskal–Wallis test with the effect size  $\epsilon^2$ . Separate conclusions about pairwise differences were not made because post hoc comparisons were not used as an independent basis for interpretation.

For the regression analysis, the dependent variable was the auxiliary integrated quality-of-life index. The main predictor was the total resilience score; the control variables were age, sex and affiliation with the educational support staff category. Sex was coded as a dichotomous variable, and educational support staff status was coded as affiliation or non-affiliation. This category was included because it was the largest group in the sample and may reflect a specific organizational workload.

Other professional categories were not entered simultaneously because of their smaller size, multiple-choice status and the risk of unstable coefficients. The regression model was used as an additional test of statistical association, not as a tool for individual prediction; therefore, interpretation was limited to the direction, size and statistical significance of coefficients. The level of statistical significance was set at  $p < 0.05$ .

In the full analytical sample, women predominated: 118 respondents (80.82%); men accounted for 27 respondents (18.49%). Age was described for 141 respondents with valid age data:  $M = 34.86$ ,  $SD = 14.68$ , median = 33.00, interquartile range = 20.00–48.00, range = 18–69 years. Professional categories are presented as characteristics of employees’ participation in university work.

Table 1. Respondents’ professional categories

Category	n	% of N
----------	---	--------

Educational support staff	63	43.15
Academic staff	49	33.56
Research staff	6	4.11
Laboratory / technical personnel	15	10.27
Administrative personnel	27	18.49
Other	6	4.11

Note. Professional status was recorded as a multiple-choice variable; therefore, percentages may exceed 100%. All categories in the table refer to university employees involved in

educational, research, administrative, technical or support work.

The results first describe the main indicators of quality of life and resilience.

Table 2. Descriptive statistics for the main indicators

<b>Ind.</b>	<b>n</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>	<b>Me</b>	<b>Min–Max</b>
Phys.	146	60.37	14.81	64.30	14.30–89.30
Psych.	146	61.08	15.36	62.50	12.50–87.50
Soc.	146	62.16	18.73	66.70	8.30–100.00
Env.	146	57.54	14.76	59.40	9.40–87.50
QoL	146	60.29	12.53	61.85	18.15–85.65
Res.	146	26.03	6.16	26.00	6.00–40.00

Note. Phys. – physical domain; Psych. – psychological domain; Soc. – social relationships; Env. – environment domain; QoL –

auxiliary integrated quality-of-life index; Res. – total score on the 10-item Connor–Davidson scale.

The quality-of-life domains were located in the middle range. The highest mean score was observed for social relationships (M = 62.16), which may indicate that supportive interpersonal ties among employees have been preserved. The lowest score was observed for the environment domain (M = 57.54), which includes financial resources, safety, opportunities for rest, access to information and living conditions. This profile suggests that social resources are relatively better preserved

than the external conditions needed for recovery.

The mean resilience score was M = 26.03 out of 40, with a median of 26.00. This value tends toward the middle-to-upper part of the scale, but it should be interpreted cautiously because there is no specific normative threshold for this professional group. The variability of the score (SD = 6.16) indicates the presence of respondents with a substantially lower level of psychological resilience.

Table 3. Spearman correlations between resilience and quality of life

<b>Quality-of-life indicator</b>	<b>n</b>	<b>Spearman rho</b>	<b>p</b>
Physical	146	0.475	<0.001
Psychological	146	0.581	<0.001
Social	146	0.374	<0.001
Environment	146	0.401	<0.001
QoL index	146	0.572	<0.001

Correlation analysis confirmed significant associations between resilience and all quality-of-life domains. The strongest statistically positive

association was found with the psychological domain ( $\rho = 0.581$ ;  $p < 0.001$ ) and with the auxiliary integrated quality-of-life index ( $\rho = 0.572$ ;  $p < 0.001$ ). Since the index is only a research composite, substantive interpretation should rely

primarily on separate domains. The associations indicate that a higher capacity for adaptation and recovery is accompanied by better self-assessments of quality of life, but they do not support causal conclusions.

Table 4. Auxiliary integrated quality-of-life index across resilience groups

<b>Group</b>	<b>n</b>	<b>M resilienc e</b>	<b>M quality of life</b>	<b>SD</b>	<b>Median</b>
Low ( $\leq 22$ )	35	18.06	48.73	12.32	51.45
Medium (23–29)	74	26.08	61.62	10.59	62.12
High ( $\geq 30$ )	37	33.49	68.55	7.58	68.80

Comparison of the three groups showed statistically significant differences in the auxiliary integrated quality-of-life index depending on resilience level:  $H = 47.02$ ,  $p < 0.001$ , epsilon-squared = 0.315. In the low-resilience group, the mean quality-of-life index was 48.73, whereas in the high-resilience group it was 68.55. A difference of almost

20 points on a 0–100 scale is practically meaningful for psychological support of university employees, but it should not be interpreted as a normative cut-off or as evidence of a causal effect. Descriptive indicators show a consistent increase in quality of life from the low-resilience group to the high-resilience group.

Table 5. Linear regression model for the auxiliary integrated quality-of-life index

<b>Predictor</b>	<b>B</b>	<b>95% CI B</b>	<b><math>\beta</math></b>	<b>p</b>
Resilience	1.25	0.97–1.53	0.611	<0.001
Age	-0.01	-0.20–0.17	-0.016	0.883
Sex	-1.18	-5.71–3.35	-0.094	0.606
Educational support staff	2.88	-2.55–8.31	0.229	0.296

Note. In the sex row, men were compared with women. The intercept is not reported because it has no substantive meaning for the interpretation of this research model and should be added only after verification against the original statistical output.

The model explained 37.20% of the variance in the auxiliary integrated quality-of-life index ( $R^2 = 0.372$ ;  $N = 141$ ). Resilience remained the only statistically significant variable after controlling for age, sex and affiliation with the educational support staff category: each additional point on the resilience scale corresponded to an average 1.25-point increase in the integrated quality-of-life

index. The model has an auxiliary analytical purpose and was used to test the stability of the association, not to predict individual outcomes. The findings are therefore interpreted cautiously, without causal claims and without extending them beyond the studied sample.

The obtained results are consistent with the assumption that resilience functions as a resource within the psychological well-being of university employees. Higher resilience scores were statistically associated not only with the psychological domain but also with physical well-being, social relationships and perception

of the environment. The strongest association with the psychological domain is theoretically expected, since resilience directly concerns adaptation, emotional regulation, the ability to endure difficult experiences and the capacity to remain functional under stress [6–9; 24]. At the same time, the cross-sectional design does not allow the direction of this relationship to be established. Higher resilience may support quality of life, but better living conditions, stronger social support and lower workload may also be associated with higher resilience.

The lowest mean score in the environment domain shows that employees' quality of life is limited not only by individual characteristics but also by external resources. If social relationships remain a relatively strong buffer, then conditions for recovery, financial security, opportunities for rest and a sense of safety require separate attention. The relatively high social domain

may reflect horizontal support and corporate cohesion, but it may also be linked to the self-selection of more engaged employees. This result should be verified in further studies.

The difference in quality of life between groups with low, medium and high resilience has practical relevance. Participants with low resilience had a substantially lower auxiliary integrated quality-of-life index. This allows resilience to be considered a possible screening indicator of potential psychological risk, but not a reason to place responsibility for well-being solely on the individual. Low resilience may signal the need for support, workload reduction and a more predictable environment.

For Vasyl` Stus Donetsk National University, the results may serve as an evidence base for planning programs of psychological support for staff: self-regulation training, peer support groups, consultation pathways, recovery policies after peak workloads, flexible

communication rules and measures aimed at improving the environmental domain of quality of life.

The practical implications of the study can be summarized in several directions.

1. Introduce regular confidential monitoring of quality of life and resilience among university employees as early indicators of psychological risk. A reasonable frequency is at least once per academic year and additionally after periods of peak workload. Results should be analyzed only in aggregated form and must not be used for personnel evaluation.

2. Define responsibility for monitoring and response. Data collection should be conducted by an authorized research or psychological team, while the administration should receive only aggregated reports that do not allow identification of respondents.

3. Develop short modular resilience programs consisting of four to six meetings. Such programs may include emotional regulation, cognitive reframing, planning of recovery, micro-break techniques, self-help during peak workloads and maintaining boundaries between work and personal time.

4. Strengthen the environmental domain of quality of life through organizational decisions: clear communication channels, realistic deadlines, advance notice of urgent tasks, the right to disconnect from work messages outside working hours, substitution procedures during illness or overload, and accessible information about psychological support pathways.

5. Use social relationships as a preserved resource by developing peer support formats, mentoring for new employees, small mutual-support groups, supervision meetings for

employees with high emotional load and communities of practice between departments.

6. For groups with low resilience, provide supportive rather than stigmatizing routes: individual consultations, psychoeducation, adaptation support, temporary workload review where possible and a clear referral algorithm in cases of high psychological risk.

**Conclusions and Prospects for Further Research.** Employees of Vasyl' Stus Donetsk National University demonstrated a middle-range quality-of-life profile. The highest score was observed in the social relationships domain, while the lowest score was observed in the environment domain.

The mean resilience score in the sample was  $M = 26.03$  out of 40 and tended toward the middle-to-upper part of the scale. However, its level interpretation should remain cautious because there is no normative threshold for this professional group.

Resilience was statistically significantly associated with all domains of quality of life. The strongest associations were found with the psychological domain and with the auxiliary integrated quality-of-life index.

Groups with different levels of resilience differed significantly in the auxiliary integrated quality-of-life index. High resilience was associated with an average index almost 20 points higher than low resilience. This result should be understood as an association, not as evidence of a causal effect.

To improve the well-being of university employees, individual resilience-building programs should be combined with organizational changes aimed at improving recovery conditions, safety, workload balance and support.

The study has several limitations. Its cross-sectional design does not allow causal conclusions. The data are based on self-report and may be influenced by social desirability. The sample is not

probabilistic, and recruitment through corporate email creates a risk of self-selection: more motivated or psychologically engaged employees may have been more likely to respond. Professional categories were recorded as multiple-choice, which limits direct comparison between groups. The division into resilience groups was based on empirical quartiles in this sample and should be treated as research-based rather than normative. The auxiliary

integrated quality-of-life index is an analytical composite and does not replace domain-level interpretation. The regression model was used as an additional tool for checking association, not as a predictive model. Future research should use longitudinal designs, qualitative interviews, analysis of organizational factors and verification of the stability of findings in different subgroups of university employees.

## References

1. The WHOQOL Group. Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *Psychological Medicine*. 1998. Vol. 28, No. 3. P. 551–558. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0033291798006667>
2. World Health Organization. WHOQOL-BREF: Ukrainian version. URL: <https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-bref>
3. Voloshchenko Yu. Quality of life among young people: testing the adaptation of the Ukrainian version of the WHOQOL-BREF among first-year students of Borys Grinchenko Kyiv University. *Sport Science and Human Health*. 2023. No. 2(10). P. 48–67. DOI: <https://doi.org/10.28925/2664-2069.2023.24> [in Ukrainian].
4. Achangwa C., Lee T.-J., Park J., Lee M.-S. Quality of Life and Associated Factors of International Students in South

Korea: A Cross-Sectional Study Using the WHOQOL-BREF Instrument. *Healthcare*. 2022. Vol. 10, No. 7. Article 1262. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare10071262>

5. Mahin M. I., Rahman M. S., Rahman S. M., Ilias F. B., Hasan M. M., Akter M., et al. Factors impacting university students' quality of life. *PLOS ONE*. 2025. Vol. 20, No. 8. e0329851. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0329851>

6. Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson Resilience Scale. *Depression and Anxiety*. 2003. Vol. 18, No. 2. P. 76–82. DOI: <https://doi.org/10.1002/da.10113>

7. Campbell-Sills L., Stein M. B. Psychometric analysis and refinement of the Connor–Davidson Resilience Scale: validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*. 2007. Vol. 20, No. 6. P. 1019–1028. DOI: <https://doi.org/10.1002/jts.20271>

8. Shkolina N. V., Shapoval I. I., Orlova I. V., Kedyk I. O., Stanislavchuk M. A. Adaptation and validation of the Ukrainian-language version of the Connor–Davidson Resilience Scale-10: testing in patients with ankylosing spondylitis. *Ukrainian Rheumatology Journal*. 2020. No. 2(80). P. 66–72. DOI: <https://doi.org/10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236> [in Ukrainian].

9. Abdelrahman H., Al Qadire M., Ballout S., Rababa M., Kwaning E. N., Zehry H. Academic Resilience and its Relationship With Emotional Intelligence and Stress Among University Students: A Three-Country Survey. *Brain and Behavior*. 2025. Vol. 15, No. 4. e70497. DOI: <https://doi.org/10.1002/brb3.70497>

10. Raccanello D., Burro R., Aristovnik A., Ravšelj D., Umek L., Vicentini G., et al. Coping and emotions of global higher education students to the Ukraine war worldwide. *Scientific Reports*. 2024. Vol. 14. Article 8561. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41598-024-59009-3>

11. Lavrysh Y., Watanabe M., Lytovchenko I., Lukianenko V., Synekop O., Chugai O. Education as emotional support: coping, connection and resilience among Ukrainian students in wartime. *Teaching in Higher Education*. 2026. Vol. 31, No. 3. P. 386–407. DOI: <https://doi.org/10.1080/13562517.2026.2614962>

12. Błaszczuk M., Kovalisko N., Pieńkowski P., Pachkovskyy Y., Ryniejska-Kiełdanowicz M. Coping with adversity: mechanisms of resilience in Ukrainian universities during the Russian-Ukrainian War – a perspective from Lviv University students. *Higher Education*. 2025. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10734-025-01506-z>

13. Reznik A., Pavlova I., Pavlenko V., Kurapov A., Drozdov A., Korchakova N., et al. Mental health and well-being among Ukrainian female university students: The impact of war over 3 years. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*. 2025. Vol. 12. e149. DOI: <https://doi.org/10.1017/gmh.2025.10112>

14. Yamchuk T. The resilience of the student community in wartime. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series “Pedagogy and Psychology”*. 2025. Vol. 11, No. 1. P. 19–31. DOI: <https://doi.org/10.52534/msu-pp1.2025.19>

15. Khomenko Ye. H. Psychological well-being of student youth in wartime. *Habitus*. 2023. Issue 51. P. 121–125. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.20> [in Ukrainian].

16. Zhyhailo N., Sholubka T. Formation of psychological resilience among higher education students during the war. *Visnyk of Lviv University. Series Psychological Sciences*. 2022. Issue 14. P. 3–14. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2022.14.1> [in Ukrainian].

17. Yalanska S. P., Yefymenko A. R. Resilience of higher education students under conditions of full-scale war. *Scientific Notes. Series: Psychology*. 2025. No. 1. P. 175–181.

DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2025-1-23> [in Ukrainian].

18. Burovytska A. I. Features of student resilience during study in wartime. *Scientific Notes. Series: Psychology*. 2024. No. 2. P. 17–23. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-2> [in Ukrainian].

19. Kushneryk M., Perepeliuk T. Resources of students' psychological adaptation to wartime conditions. *Bulletin of the National Defence University of Ukraine*. 2025. No. 3(85). P. 125–131. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-85-3-125-131> [in Ukrainian].

20. Brintseva O. The Impact of War on Ukrainian Universities: A Difference-in-Differences Analysis and Post-War Recovery Strategies. *Higher Education Quarterly*. 2026. Vol. 80, No. 2. DOI: <https://doi.org/10.1111/hequ.70113>

21. Pustovoichenko D., Matkivskyi M., Petrovska K., Kornieva I., Solomakha O. Education and Resilience in the Context of War: Challenges and Solutions in Ukraine. *Futurity Education*. 2024. Vol. 4, No. 4. P. 240–256. DOI: <https://doi.org/10.57125/FED.2024.12.25.16>

22. Kupenko O., Kostenko A., Kalchenko L., Pehota O., Kubatko O. Resilience and vulnerability of a person in a community in the context of military events. *Problems and Perspectives in Management*. 2023. Vol. 21, No. 1. P. 154–168. DOI: [https://doi.org/10.21511/ppm.21\(1\).2023.14](https://doi.org/10.21511/ppm.21(1).2023.14)

23. Reznikova O., Korniiievskyi O. Resilience of the Ukrainian society in wartime: components and influencing factors. *Eastern Journal of European Studies*. 2024. Vol. 15, No. 1. P. 113–133. DOI: <https://doi.org/10.47743/ejes-2024-0105>

24. Russo-Netzer P., Tarrasch R., Saar-Ashkenazy R., Guez J. Meaning and resilience in war-affected populations during crisis. *Frontiers in Psychiatry*. 2025. Vol. 16. Article 1678205. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1678205>

25. Abuejheisheh A. J., et al. Anxiety, depression, stress, and resilience among undergraduate nursing students at Al-Quds University: the impact of war started on October 7 in Palestine. *BMC Nursing*. 2024. Vol. 23. Article 784. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02442-6>
26. Rahman M. A., Das P., Lam L., et al. Health and wellbeing of staff working at higher education institutions globally during the post-COVID-19 pandemic period: evidence from a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2024. Vol. 24. Article 1848. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19365-1>
27. Koster M., McHenry K. Areas of work-life that contribute to burnout among higher education health science faculty and perception of institutional support. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. 2023. Vol. 18, No. 1. Article 2235129. DOI: <https://doi.org/10.1080/17482631.2023.2235129>
28. Cao B., Che Hassan N., Omar M. K. Interventions to reduce burnout among university lecturers: A systematic literature review. *Behavioral Sciences*. 2025. Vol. 15, No. 5. Article 649. DOI: <https://doi.org/10.3390/bs15050649>
29. Harris P. A., Taylor R., Thielke R., Payne J., Gonzalez N., Conde J. G. Research electronic data capture – a metadata-driven methodology and workflow process for providing translational research informatics support. *Journal of Biomedical Informatics*. 2009. Vol. 42, No. 2. P. 377–381. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbi.2008.08.010>
30. Harris P. A., Taylor R., Minor B. L., Elliott V., Fernandez M., O’Neal L., et al. The REDCap consortium: building an international community of software platform partners. *Journal of Biomedical Informatics*. 2019. Vol. 95. Article 103208. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbi.2019.103208>

**РЕЗИЛІЄНТНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ  
РЕСУРС ЯКОСТІ ЖИТТЯ ПРАЦІВНИКІВ ЗАКЛАДУ  
ВИЩОЇ ОСВІТИ**

**Оверчук Вікторія Анатоліївна**

доктор наук, професор  
директор навчально-наукового інституту  
психології Донецький національний  
університет імені Василя Стуса

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>

*Анотація.* У статті подано результати емпіричного аналізу якості життя та резилієнтності працівників Донецького національного університету імені Василя Стуса. Мета дослідження полягала в тому, щоб описати доменну структуру якості життя працівників університету та з'ясувати, як вона пов'язана з резилієнтністю в умовах високого професійного, організаційного й соціального навантаження. До аналізу включено 146 повних анкет працівників університету; студентські анкети до цього масиву не входили. Якість життя оцінювалася за чотирма доменами: фізичним, психологічним, соціальним і середовищним. Резилієнтність вимірювалася за 10-пунктовою шкалою Коннора–Девідсона. Найвищий середній показник зафіксовано у домені соціальних відносин, найнижчий – у домені навколишнього середовища. Резилієнтність мала статистично значущі позитивні зв'язки з усіма доменами якості життя, найсильніше – з психологічним доменом і допоміжним інтегральним індексом якості життя. Регресійний аналіз показав, що резилієнтність залишається значущо пов'язаною з якістю життя після контролю віку, статі та належності до категорії навчально-допоміжного персоналу. Зроблено висновок, що резилієнтність є важливим особистісним

ресурсом працівників університету, однак її не можна розглядати як заміну безпечних, передбачуваних і підтримувальних умов освітньо-організаційного середовища.

**Ключові слова:** якість життя, резилієнтність, працівники університету, персонал закладу вищої освіти, психологічний аудит, психологічне благополуччя, вища освіта.

### Список літератури

1. Abdelrahman H., Al Qadire M., Ballout S., Rababa M., Kwaning E. N., Zehry H. Academic resilience and its relationship with emotional intelligence and stress among university students: A three-country survey. *Brain and Behavior*. 2025. Vol. 15, No. 4. Article e70497. DOI: <https://doi.org/10.1002/brb3.70497>
2. Abuejheisheh A. J. et al. Anxiety, depression, stress, and resilience among undergraduate nursing students at Al-Quds University: The impact of war started on October 7 in Palestine. *BMC Nursing*. 2024. Vol. 23. Article 784. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02442-6>
3. Achangwa C., Lee T.-J., Park J., Lee M.-S. Quality of life and associated factors of international students in South Korea: A cross-sectional study using the WHOQOL-BREF instrument. *Healthcare*. 2022. Vol. 10, No. 7. Article 1262. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare10071262>
4. Błaszczuk M., Kovalisko N., Pieńkowski P., Pachkovskyy Y., Ryniejska-Kiełdanowicz M. Coping with adversity: Mechanisms of resilience in Ukrainian universities during the Russian-Ukrainian War – A perspective from Lviv University students. *Higher Education*. 2025. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10734-025-01506-z>
5. Brintseva O. The impact of war on Ukrainian universities: A difference-in-differences analysis and post-war recovery strategies. *Higher Education Quarterly*. 2026. Vol. 80, No. 2. DOI: <https://doi.org/10.1111/hequ.70113>

6. Буровицька А. І. Особливості резильєнтності студентів під час навчання в умовах воєнного часу. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 2. С. 17–23. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-2>

7. Campbell-Sills L., Stein M. B. Psychometric analysis and refinement of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress*. 2007. Vol. 20, No. 6. P. 1019–1028. DOI: <https://doi.org/10.1002/jts.20271>

8. Cao B., Che Hassan N., Omar M. K. Interventions to reduce burnout among university lecturers: A systematic literature review. *Behavioral Sciences*. 2025. Vol. 15, No. 5. Article 649. DOI: <https://doi.org/10.3390/bs15050649>

9. Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson Resilience Scale. *Depression and Anxiety*. 2003. Vol. 18, No. 2. P. 76–82. DOI: <https://doi.org/10.1002/da.10113>

10. Harris P. A., Taylor R., Minor B. L., Elliott V., Fernandez M., O’Neal L. et al. The REDCap consortium: Building an international community of software platform partners. *Journal of Biomedical Informatics*. 2019. Vol. 95. Article 103208. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbi.2019.103208>

11. Harris P. A., Taylor R., Thielke R., Payne J., Gonzalez N., Conde J. G. Research electronic data capture (REDCap): A metadata-driven methodology and workflow process for providing translational research informatics support. *Journal of Biomedical Informatics*. 2009. Vol. 42, No. 2. P. 377–381. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jbi.2008.08.010>

12. Хоменко Є. Г. Психологічне благополуччя студентської молоді у військовий час. *Habitus*. 2023. Вип. 51. С. 121–125. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.20>

13. Koster M., McHenry K. Areas of work-life that contribute to burnout among higher education health science faculty and perception of institutional support. *International*

*Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. 2023. Vol. 18, No. 1. Article 2235129. DOI: <https://doi.org/10.1080/17482631.2023.2235129>

14. Купенко О., Костенко А., Калченко Л., Пехота О., Кубатко О. Resilience and vulnerability of a person in a community in the context of military events. *Problems and Perspectives in Management*. 2023. Vol. 21, No. 1. P. 154–168. DOI: [https://doi.org/10.21511/ppm.21\(1\).2023.14](https://doi.org/10.21511/ppm.21(1).2023.14)

15. Кушнерик М., Перепелюк Т. Ресурси психологічної адаптації студентів до умов війни. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. № 3(85). С. 125–131. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-85-3-125-131>

16. Lavrysh Y., Watanabe M., Lytovchenko I., Lukianenko V., Synekop O., Chugai O. Education as emotional support: Coping, connection and resilience among Ukrainian students in wartime. *Teaching in Higher Education*. 2026. Vol. 31, No. 3. P. 386–407. DOI: <https://doi.org/10.1080/13562517.2026.2614962>

17. Mahin M. I., Rahman M. S., Rahman S. M., Ilias F. B., Hasan M. M., Akter M. et al. Factors impacting university students' quality of life. *PLOS ONE*. 2025. Vol. 20, No. 8. Article e0329851. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0329851>

18. Pustovoichenko D., Matkivskyi M., Petrovska K., Kornieva I., Solomakha O. Education and resilience in the context of war: Challenges and solutions in Ukraine. *Futurity Education*. 2024. Vol. 4, No. 4. P. 240–256. DOI: <https://doi.org/10.57125/FED.2024.12.25.16>

19. Raccanello D., Burro R., Aristovnik A., Ravšelj D., Umek L., Vicentini G. et al. Coping and emotions of global higher education students to the Ukraine war worldwide. *Scientific Reports*. 2024. Vol. 14. Article 8561. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41598-024-59009-3>

20. Rahman M. A., Das P., Lam L. et al. Health and wellbeing of staff working at higher education institutions globally during the post-COVID-19 pandemic period: Evidence from a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2024. Vol. 24. Article 1848. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19365-1>

21. Reznik A., Pavlova I., Pavlenko V., Kurapov A., Drozdov A., Korchakova N. et al. Mental health and well-being among Ukrainian female university students: The impact of war over 3 years. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*. 2025. Vol. 12. Article e149. DOI: <https://doi.org/10.1017/gmh.2025.10112>

22. Reznikova O., Korniiievskiyi O. Resilience of the Ukrainian society in wartime: Components and influencing factors. *Eastern Journal of European Studies*. 2024. Vol. 15, No. 1. P. 113–133. DOI: <https://doi.org/10.47743/ejes-2024-0105>

23. Russo-Netzer P., Tarrasch R., Saar-Ashkenazy R., Guez J. Meaning and resilience in war-affected populations during crisis. *Frontiers in Psychiatry*. 2025. Vol. 16. Article 1678205. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1678205>

24. Школіна Н. В., Шаповал І. І., Орлова І. В., Кедик І. О., Станіславчук М. А. Адаптація та валідація української версії шкали стресостійкості Коннора–Девідсона-10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт. *Український ревматологічний журнал*. 2020. № 2(80). С. 66–72. DOI: <https://doi.org/10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236>

25. The WHOQOL Group. Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF quality of life assessment. *Psychological Medicine*. 1998. Vol. 28, No. 3. P. 551–558. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0033291798006667>

26. Волощенко Ю. Якість життя молодих людей: перевірка адаптації української версії короткого опитувальника якості життя (WHOQOL-BREFukr) серед

студентів першого курсу Київського університету імені Бориса Грінченка. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2023. № 2(10). С. 48–67. DOI: <https://doi.org/10.28925/2664-2069.2023.24>

27. World Health Organization. WHOQOL-BREF: Ukrainian version. URL: <https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-bref>

28. Яланська С. П., Єфіменко А. Р. Резильєнтність здобувачів вищої освіти в умовах повномасштабної війни. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2025. № 1. С. 175–181. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2025-1-23>

29. Yamchuk T. The resilience of the student community in wartime. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology"*. 2025. Vol. 11, No. 1. P. 19–31. DOI: <https://doi.org/10.52534/msu-pp1.2025.19>

30. Жигайло Н., Шолубка Т. Формування психологічної стійкості студентів ЗВО під час війни. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2022. Вип. 14. С. 3–14. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2022.14.1>

**Funding.** The study received no external funding.

**Conflict of interest.** The author declares no conflict of interest.

**Author contributions.** The author is solely responsible for the conceptualization, methodology, data analysis, interpretation of results, writing, revision and approval of the final manuscript.

**Use of AI tools.** No AI tools were used to generate empirical data, perform statistical analyses or formulate scientific conclusions.

**Фінансування.** Дослідження не отримувало зовнішнього фінансування.

**Конфлікт інтересів.** Авторка заявляє про відсутність конфлікту інтересів.

**Внесок автора.** Авторка одноосібно відповідає за концептуалізацію дослідження, методологію, аналіз даних,

інтерпретацію результатів, написання, доопрацювання та затвердження остаточної версії рукопису.

**Використання інструментів ШІ.** Інструменти ШІ не використовувалися для отримання емпіричних даних, проведення статистичного аналізу або формулювання наукових висновків.

## **ЛЮДИНА І СУСПІЛЬСТВО: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ**

**УДК 159.9.72.236 DOI: 10.31558/2786-8745.2025.2(7).5**

### **ТИП ПРИВ'ЯЗАНOSTІ В КОНТЕКСТІ РОМАНТИЧНИХ СТОСУНКІВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

**Васюк Катерина Миколаївна,**

к.психол.н, доцент  
доцент кафедри кризової та клінічної психології  
Донецький національний університет імені Василя Стуса

**Заяць Поліна Олександрівна,**

здобувачка спеціальності 053 «Психологія»  
Донецький національний університет імені Василя Стуса

***Анотація.** У статті розглядається актуальна тема дослідження типів прив'язаності у юнацькому віці і їх зв'язку із показниками співзалежності. Розглянуті класичні і сучасні підходи до визначення поняття «прив'язаність», проаналізовані різні типології прив'язаності та чинники, які впливають на її прояв. Досліджено вплив типів прив'язаності та особливостей романтичних стосунків у юнацькому віці, зокрема схильності до співзалежності. Теоретично проаналізовано основні підходи до розуміння прив'язаності та співзалежності, їх роль у формуванні міжособистісної взаємодії. Емпіричне дослідження проведено на вибірці з 107*

осіб віком від 14 до 19 років із використанням комплексу психодіагностичних методик, зокрема тестів на визначення типу прив'язаності та рівня співзалежності. Статистично було доведено, що типи прив'язаності представлені у вибірці молоді нерівномірно, зокрема, домінує надзалучений тип. Виявлені взаємозв'язки між типом прив'язаності і рівнем співзалежності, найвищий з яких був визначений у боязливого типу. Аналіз отриманих результатів свідчить про наявність чіткої диференціації рівня співзалежності між групами з різними типами прив'язаності. Найнижчі значення середніх рангів спостерігаються у респондентів з надійним типом прив'язаності, що підтверджує їхню здатність до збереження автономії у міжособистісних стосунках та відсутність виражених співзалежних тенденцій. У результаті дослідження встановлено, що тип прив'язаності є значущим чинником, який впливає на рівень співзалежності у романтичних стосунках. Виявлено, що найвищий рівень співзалежності характерний для осіб із тривожним та унікаючими типами прив'язаності, тоді як найнижчий - для осіб із надійним типом. Таким чином, гіпотеза про залежність рівня співзалежності від типу прив'язаності підтверджується. Отримані результати можуть бути використані у практиці психологічного консультування та розробці програм формування здорових міжособистісних стосунків у молоді.

**Ключові слова:** романтичні стосунки, юнацький вік, співзалежність, емоційна залежність, міжособистісні стосунки, прив'язаність.

#### **Актуальність.**

Проблема формування романтичних стосунків у юнацькому віці є однією з важливих у сучасній психологічній науці,

оскільки саме в цей період відбувається активне становлення емоційно-ціннісної сфери особистості, формування уявлень про близькість,

довіру, прихильність та партнерську взаємодію. Юнацький вік характеризується інтенсивним розвитком міжособистісних зв'язків, пошуком власної ідентичності, а також набуттям досвіду романтичної взаємодії, що значною мірою впливає на подальше формування моделей поведінки у близьких стосунках у дорослому житті.

Важливим психологічним чинником, який визначає особливості побудови романтичних взаємин, є тип прив'язаності. Теорія прив'язаності, започаткована Джоном Боулбі та розвинена Мері Ейнсворт, пояснює, що ранній досвід взаємодії з батьками або іншими значущими дорослими формує внутрішні робочі моделі стосунків, які надалі впливають на спосіб встановлення емоційної близькості, рівень довіри до партнера, характер прояву залежності чи автономії.

Подальші дослідження (К. Бартолом'ю, Ф. Шейвер, С. Хазан та ін.) довели, що сформований тип прив'язаності безпосередньо відображається у романтичних стосунках, зумовлюючи різні стилі поведінки партнерів, їхню емоційну стабільність, рівень тривожності та здатність до підтримання психологічно здорової близькості.

Особливого значення у контексті дослідження романтичних взаємин набуває феномен співзалежності. Співзалежність розглядається як специфічна форма міжособистісної взаємодії, за якої одна або обидві сторони стосунків надмірно емоційно залежать від партнера, підпорядковують власні потреби його потребам, втрачають особистісну автономію та відчувають труднощі у встановленні психологічних меж. У юнацькому віці схильність

до співзалежності може проявлятися через підвищену потребу в схваленні партнера, страх втрати стосунків, надмірну жертвовність або залежність від емоційного стану іншої людини. Подібні прояви часто пов'язані з тривожними типами прив'язаності, які формуються внаслідок особливостей раннього досвіду взаємодії з батьками.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Науковий інтерес до цієї проблематики підтверджується роботами зарубіжних та вітчизняних дослідників, серед яких Дж. Боулбі, М. Ейнсворт, С. Хазан, Ф. Шейвер, К. Бартолом'ю, П. Шейвер, а також українські психологи, які вивчають особливості міжособистісних стосунків і формування прив'язаності у молоді. Однак питання взаємозв'язку типів прив'язаності з проявами співзалежності саме у романтичних стосунках

юнацького віку потребує подальшого комплексного дослідження.

Поняття прив'язаності було введено у науковий обіг англійським психоаналітиком і дослідником дитячого розвитку Джоном Боулбі (John Bowlby), який розробив теорію прив'язаності як концепцію пояснення емоційного зв'язку між дитиною та її значущими дорослими. На думку дослідника, прив'язаність є еволюційно сформованим механізмом, який забезпечує виживання дитини через прагнення до близькості з фігурою турботи, найчастіше матір'ю.

Подальший розвиток теорії прив'язаності пов'язаний із дослідженнями американської психологині Мері Ейнсворт (Mary Ainsworth), яка здійснила емпіричне вивчення формування прив'язаності у ранньому дитинстві. Вона розробила відому

експериментальну процедуру під назвою «Незнайома ситуація» (Strange Situation), що дозволила визначити різні типи прив'язаності у дітей. У результаті дослідження було виділено кілька основних типів прив'язаності, які відображають особливості емоційної взаємодії дитини з матір'ю або іншою значущою особою. Значний внесок у розвиток теорії прив'язаності зробили також американські психологи Кім Бартолом'ю (Kim Bartholomew) та Леонард Горовіц (Leonard Horowitz), які запропонували чотирикомпонентну модель прив'язаності дорослих.

Окрім зарубіжних дослідників, проблема прив'язаності активно вивчається і в українській психологічній науці. Зокрема, значну увагу дослідженню міжособистісних взаємин приділяли такі вчені, як С. Максименко, М. Савчин, Т. Титаренко, І. Бех, О.

Хохліна та інші. Українські науковці підкреслюють, що характер ранніх емоційних зв'язків відіграє важливу роль у становленні особистості, формуванні її самооцінки, системи цінностей та здатності до побудови гармонійних міжособистісних стосунків.

Формування системи прив'язаності відбувається під впливом багатьох чинників, серед яких важливу роль відіграють стиль батьківського виховання, емоційна чутливість батьків, стабільність сімейного середовища та індивідуальні особливості дитини. У разі позитивного досвіду взаємодії формується безпечна прив'язаність, що сприяє розвитку емоційної стабільності та здатності до побудови гармонійних стосунків. Натомість негативний досвід може призводити до формування різних форм небезпечної прив'язаності, які у майбутньому можуть

ускладнювати міжособистісні взаємини.

**Мета дослідження:** визначити вплив типом прив'язаності на схильністю до співзалежності у романтичних стосунках у юнацькому віці.

**Виклад основного матеріалу.** У ході емпіричного дослідження було проведено тестування учнів 10-11 класів Вінницького ліцею №7, 3 та студентів Донецького національного університету 1 курсу. В опитуванні взяли участь 107 респондентів віком від 14 до 25 років з яких 74% це респонденти жіночої статі, а 22% чоловічої 2% респонденти не зазначили свою стать Також для більш кращого розуміння поведінки респондентів було поставлене питання про досвід романтичних взаємин. З нього ми можемо побачити, що 48% респондентів не мали

досвіду близьких стосунків, у той час як 26% безпосередньо знаходяться у стосунках, а решта 26% мали досвід романтичних взаємин, проте зараз не знаходяться у стосунках.

Для виявлення домінуючих типів прив'язаності у школярів було використано такий опитувальник, як методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності», також для визначення більш детального формування типу прив'язаності були використані такі методики, як «Тест на визначення якості прив'язаності» та Опитувальник «Досвід близьких стосунків». Для визначення рівня співзалежності у респондентів були обрані такі методики, як Тест Уайнхольда та Шкала співзалежності Спана-Фішера SF CDS.

Проаналізувавши результати методики

“Самооцінка генералізованого типу прив'язаності”, можна помітити, що більшість 40% респондентів обирають домінуючий тип прив'язаності С - відсторонено-уникаючий, 30% респондентів обрали, як свій тип прив'язаності А - надійний або безпечний тип прив'язаності 18% обрали тип прив'язаності В – надзалучений, а решта 12% обрали, як свій тип прив'язаності варіант D - «боязливий», або «обережний» .

Уникаючий тип прив'язаності характеризується позитивним ставленням до себе та негативним або скептичним ставленням до інших людей, що призводить до схильності тримати емоційну дистанцію, уникати глибокої близькості та надавати перевагу автономії. Зовні такі особи можуть видаватися незалежними та самодостатніми, однак за

цим фасадом нерідко приховуються придушені потреби у близькості та прив'язаності, які не знайшли безпечного виразу в ранньому дитинстві. Як показали результати емпіричного дослідження, уникаючий тип прив'язаності пов'язаний із середніми показниками співзалежності, що свідчить про наявність латентних форм емоційної залежності, які не виявляються у прямому прагненні до злиття, але можуть проявлятися у специфічних поведінкових патернах - наприклад, у постійному контролі власних емоцій або у залежності від стосунків як підтвердження власної цінності через відмову від них.

Особи з надійним типом прив'язаності демонструють найнижчий рівень співзалежності та найвищу здатність до побудови стабільних, збалансованих романтичних стосунків. Надійна прив'язаність

формується у ситуаціях, коли батьки або інші значущі дорослі стабільно, чуйно і послідовно реагують на потреби дитини, забезпечуючи їй відчуття безпеки та прийняття. Внаслідок цього у людини формується позитивне ставлення як до себе, так і до інших, що є психологічним підґрунтям для довіри, емоційної близькості та поваги до автономії партнера.

Нарешті, особам з надійним типом прив'язаності рекомендується зберігати баланс між близькістю та автономією, не допускаючи того, щоб потреба партнера у злитті або надмірна вимогливість розмивали власні особистісні межі. Надійна прив'язаність є цінним ресурсом і для себе, і для партнера, але лише за умови збереження власної психологічної цілісності та здатності дбати про власні потреби.

За результатами опитувальника «Досвід

близьких стосунків» Респондентів було поділено на дві шкали людей що мають більш домінуючий рівень тривожності у взаєминах має 55% респондентів, в той час, як до уникнення схильні 45% відсотків. для типу С - унікаючого, цілком прогнозовано доманіє у 54% схильність до уникнення близькості. Також результати характерні і для типу В - де тривожність у стосунках переважає в 70% випадків, та у типі D - де тривожність також переважає у 54%. Цікаво розглянути випадок з типом А - надійний, де тривожність також переважає на у 56% це може бути пов'язаним з тим, що молодь у юнацькому віці навіть ті, хто має надійний стиль, у цей період часто демонструють вищу емоційну вразливість.

За результатами методики на визначення якості прив'язаності було виокремлено наступні результати. У таблиці 1 предствлено, що тип

безпеки є домінуючим і складає 34%, Амбівалентність занепокоєння (суперечливий тип) складає 24%, в той час, як тип прив'язаності уникнення та амбівалентності заглиблення у себе по 21%. Отже, результати тесту свідчать, що переважає безпечний тип прив'язаності (34%), що вказує на наявність у більшості досліджуваних

довірливих і стабільних стосунків з оточенням. Водночас амбівалентні та унікаючі типи (разом близько 45%) демонструють, що частина респондентів має емоційну нестабільність або схильність до дистанціювання у близьких взаєминах, що може відобразити індивідуальні відмінності у способах побудови міжособистісних зв'язків.

Таблиця 1. Відсоткові результати тест на визначення якості прив'язаності

<b>Відсоткові результати тест на визначення якості прив'язаності</b>	
Безпека	34%
Амбівалентність занепокоєння	24%
Уникнення	21%
Амбівалентність заглиблення у себе	21%

Обраховуючи результати за методикою Шкала співзалежності Уайнхольда було виявлено наступні результати: Респонденти з

домінуючим типом D - боязливий, мають найбільш виражану схильність до співзалежності, яка складає 62% , далі тип В -

тривожний, що цілком очікувано також має одне з найбільш значень 57% і що означає, що респонденти цього типу схильні до співзалежності у взаєминах. Тип А - надійний, теж очікувано, немає такої сильної схильності до співзалежності, як тип D та В. Цікаво розглянути тип С - унікаючий, де схильність до співзалежності проявилася у 51% респондентів, що дає нам підстави припускати, що уникнення від романтичних стосунків, є певним захисним механізмом у взаєминах, аби не стати співзалежним у романтичних стосунках. Результати для типів В, D, А залишаються в однакових діапазонах і мають подібні дані до схильності співзалежності. Проте є відмінності у типі С - унікаючий, що може бути пов'язаним з методиками у шкалі Спанна-Фішерановій ми використовували іншу систему оцінки (16–96),

тоді як попередня мала вужчий діапазон (20–80). Також варто врахувати, що коли інструмент вимірювання фокусується на емоційній залежності та страху втрати, люди з унікаючим типом не показують високих балів, бо свідомо можуть заперечують такі почуття.

Для групування респондентів за типами прив'язаності було використана методика «Самооцінка генералізованого типу прив'язаності» вибір саме цієї методики, як базового інструменту для групування респондентів зумовлений його здатністю чітко диференціювати типи прив'язаності, що необхідно для подальшого статистичного аналізу. Саме ця методика дозволила сформувати незалежні групи для застосування критерію Краскела–Уоліса.

Опитувальник «Досвід близьких стосунків» та «Самооцінка

генералізованого типу прив'язаності» виконували допоміжну функцію, дозволяючи уточнити характеристики прив'язаності та перевірити узгодженість результатів.

З метою статистичного аналізу отриманих даних було використано непараметричний критерій Краскела–Уоліса. Вибір саме цього критерію зумовлений тим, що розподіл даних не відповідає нормальному, а також наявністю більше ніж двох незалежних груп, сформованих за типами прив'язаності. Критерій Краскела–Уоліса дозволяє визначити, чи існують статистично значущі відмінності між кількома групами за рівнем досліджуваного показника.

Для перевірки гіпотези про існування відмінностей рівня співзалежності між групами з різними типами прив'язаності було проведено аналіз за

критерієм Краскела–Уоліса.

На першому етапі було здійснено ранжування всіх отриманих показників рівня співзалежності за методикою Уайнхольда. Кожному значенню було присвоєно відповідний ранг у загальній вибірці від найменшого до найбільшого. Після цього було обчислено середні ранги для кожної групи, що дозволяє оцінити відносний рівень співзалежності в межах кожного типу прив'язаності. Див Таблиця 2.5 Як видно з представлених даних, середні ранги суттєво відрізняються між групами. Найнижчий середній ранг зафіксовано у групі з надійним типом прив'язаності, що свідчить про найнижчий рівень співзалежності серед цих респондентів. Натомість найвищі рангові показники характерні для осіб з тривожним та унікаючими типами прив'язаності.

Таблиця 2. Середні ранги рівня співзалежності (методика Уайнхольда)

Середні ранги рівня співзалежності (методика Уайнхольда)	
Тип прив'язаності	Середній ранг
Надійний	32,4
Тривожний	71,2
Унікаючий	58,6

$N=18,73$  при рівні значущості  $p < 0,01$ . Отримане значення перевищує критичний рівень для трьох незалежних вибірок, що дозволяє стверджувати про наявність статистично значущих відмінностей між групами. Таким чином, гіпотеза про залежність рівня співзалежності від типу прив'язаності підтверджується.

Аналогічно до попереднього етапу дослідження, респонденти були розподілені на групи відповідно до типу прив'язаності, визначеного за «Тестом на визначення якості прив'язаності». Для кожної групи було обчислено середні ранги показників співзалежності на основі результатів шкали Спана–Фішера.

Таблиця 3. Середні ранги показників співзалежності за шкалою Спана–Фішера залежно від типу прив'язаності

Тип прив'язаності	Середній ранг
Надійний	34,1
Тривожний	68,5
Унікаючий	55,3

Значення критерію склало:  $H = 16,92$  при рівні значущості  $p < 0,01$ .

Аналіз отриманих результатів свідчить про наявність чіткої диференціації рівня співзалежності між групами з різними типами прив'язаності. Найнижчі значення середніх рангів спостерігаються у респондентів з надійним типом прив'язаності, що підтверджує їхню здатність до збереження автономії у міжособистісних стосунках та відсутність виражених співзалежних тенденцій.

У групі з тривожним типом прив'язаності зафіксовано значно вищі показники співзалежності. Це вказує на те, що для таких осіб характерна підвищена емоційна залученість у стосунки, залежність від схвалення партнера та схильність до самопожертви.

Порівняльний аналіз результатів, отриманих за двома різними методиками вимірювання співзалежності, дозволяє

констатувати їхню узгодженість. В обох випадках спостерігається однакова тенденція: найнижчий рівень співзалежності характерний для надійного типу прив'язаності, тоді як найвищий - для тривожного типів.

Інтерпретація отриманих результатів дозволяє зробити висновок про те, що співзалежність у юнацькому віці має складну структуру та формується під впливом ранніх моделей прив'язаності. Високі показники співзалежності у тривожного типу свідчать про наявність внутрішньої невпевненості, нестабільності емоційної сфери та труднощів у побудові гармонійних стосунків. Водночас низький рівень співзалежності у осіб з надійним типом прив'язаності підтверджує їхню здатність до формування здорових міжособистісних зв'язків, що базуються на взаємній довірі, повазі та автономії.

Таким чином, результати аналізу за шкалою Спана–Фішера не лише підтверджують попередні висновки, але й дозволяють глибше зрозуміти механізми формування співзалежності у юнацькому віці, що має важливе значення для подальших наукових досліджень та практичної психологічної роботи.

Інтерпретація отриманих результатів дозволяє зробити висновок про те, що тривожний тип прив'язаності пов'язаний з підвищеною емоційною залежністю, страхом втрати партнера та потребою у постійному підтвердженні значущості, що сприяє розвитку співзалежності. Натомість надійний тип прив'язаності забезпечує формування здорових

моделей міжособистісної взаємодії, що характеризуються довірою, автономією та здатністю до емоційної регуляції, що знижує ймовірність розвитку співзалежних стосунків. **Висновки.**

Таким чином, результати емпіричного дослідження повністю підтверджують висунуту гіпотезу про наявність взаємозв'язку між типом прив'язаності та рівнем співзалежності у юнацькому віці. Встановлені закономірності мають важливе значення для розуміння психологічних механізмів формування романтичних стосунків та можуть бути використані у практиці психологічного консультування і психокорекції.

### Список літератури

1. Андрух П. Г. Відносини сімейної співзалежності як мішень психосоціальної реабілітації осіб із наркоманіями. *Вісник проблем біології і медицини*. 2011. Вип. 2. Т. 3. С. 56-58.
2. Галушко С. М. Прив'язаність як науковий психологічний термін та особистісна характеристика

Проблеми сучасної психології. 2019. № 2. С. 21–28. URL: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/.pspz\\_2019\\_2\\_5.pdf](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/.pspz_2019_2_5.pdf) (дата звернення: 1.03.2026).

3. Гріньова О. М. Психологічні проблеми кохання в юнацькому віці Fundamental and Applied Researches in Practice of Leading Scientific Schools. 2015. Т. 4, № 1. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/13348> (дата звернення: 1.03.2026)

4. Чала Ю. М., Шахрайчук А. М. Психодіагностика : навч. посіб. Харків : НТУ «ХП», 2018. 246 с

5. Bowlby J. A Secure Base. John Bowlby. London, 2005. 224 p. (Routledge). (Behavioral Sciences; ed. 1).1

6. . Shaver P. The adult attachment interview and self-report of romantic attachment. P. Shaver, J. Belsky, K. Brennan. Personal Relationships. 2000. Vol. 7. P. 25–43.

## ATTACHMENT TYPE IN THE CONTEXT OF ROMANTIC RELATIONSHIPS IN YOUTH

**Kateryna Vasiuk  
Polina Zayats'**

***Abstract.** The article deals with the current topic of research on types of attachment in youth and their relationship with indicators of codependency. Classical and modern approaches to defining the concept of "attachment" are considered, various typologies of attachment and factors influencing its manifestation are analyzed. The influence of types of attachment and characteristics of romantic relationships in youth, in particular the tendency to codependency, was studied. The main approaches to understanding attachment and codependence, their role in the formation of interpersonal interaction are theoretically analyzed. The empirical study was conducted on a sample of 107 people aged 14 to 19 using a complex of psychodiagnostic techniques, including tests to determine the type of attachment and the level of codependency. It was statistically proven that the types of*

*attachment are represented unevenly in the youth sample, in particular, the over-involved type dominates. Interrelationships between the type of attachment and the level of codependency were revealed, the highest of which was determined in the fearful type. The analysis of the obtained results indicates the existence of a clear differentiation of the level of codependence between groups with different types of attachment. The lowest values of average ranks are observed in respondents with a reliable type of attachment, which confirms their ability to maintain autonomy in interpersonal relationships and the absence of pronounced codependent tendencies. As a result of the study, it was established that the type of attachment is a significant factor that affects the level of codependency in romantic relationships. It was found that the highest level of codependency is typical for individuals with anxious and avoidant types of attachment, while the lowest is for individuals with a secure type. Thus, the hypothesis about the dependence of the level of codependence on the type of attachment is confirmed. The obtained results can be used in the practice of psychological counseling and the development of programs for the formation of healthy interpersonal relationships among young people.*

**Key words:** *romantic relationships, youth, codependence, emotional dependence, interpersonal relationships, attachment.*

### **References**

1. Andruk P. H. Vidnosyny simeinoi spivzalezhnosti yak mishen psykhosotsialnoi reabilitatsii osib iz narkomaniiamy. Visnyk problem biolohii i medytsyny. 2011. Vyp. 2. T. 3. S. 56-58.
2. Halushko S. M. Pryv'iazanist yak naukovyi psykholohichniy termin ta osobystisna kharakterystyka Problemy suchasnoi psykholohii. 2019. № 2. S. 21–28. URL: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/...pspz\\_2019\\_2\\_5.pdf](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/...pspz_2019_2_5.pdf) (data zvernennia: 1.03.2026).
3. Hrinova O. M. Psykholohichni problemy kokhannia v yunatskomu vitsi Fundamental and Applied Researches in Practice

of Leading Scientific Schools. 2015. T. 4, № 1. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/13348> (data zvernennia: 1.03.2026)

4. Chala Yu. M., Shakhraichuk A. M. *Psykhodiagnostyka : navch. posib.* Kharkiv : NTU «KhPI», 2018. 246 s

5. Bowlby J. *A Secure Base.* John Bowlby. London, 2005. 224 p. (Routledge). (Behavioral Sciences; ed. 1).1

6. . Shaver P. The adult attachment interview and self-report of romantic attachment. P. Shaver, J. Belsky, K. Brennan. *Personal Relationships.* 2000. Vol. 7. P. 25–43

## СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ.

UDC 159.922.7-056.36:37.018.1 DOI: 10.31558/2786-8745.2025.2(7).6

### RELATIONSHIP DEVELOPMENT INTERVENTION AS A DEVELOPMENTAL FAMILY-CENTERED MODEL OF ASSISTANCE TO CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

**Olena Maliar  
Nataliya Logutina**

***Abstract.** The article provides a theoretical analysis of the Relationship Development Intervention (RDI) approach as a modern developmental family-centered model of support for children with special educational needs. The main theoretical foundations of the approach are outlined, formed at the intersection of attachment theory, neuropsychology, intersubjectivity research, and interpersonal neurobiology. The concept of dynamic intelligence is analyzed as the basis for the development of social thinking, behavioral flexibility, and adaptive abilities in children. The importance of guided interaction between adults and children in the formation of joint attention, emotional*

*co-regulation, and social understanding is substantiated. The role of the family as the primary developmental environment is highlighted, and the significance of parent coaching within the RDI system is defined. Special attention is given to the professional role of the psychologist, who within this approach acts not only as a corrective specialist but also as a consultant and facilitator of family interaction. Recent research in early intervention and family-centered support is analyzed, confirming the effectiveness of naturalistic models for developing children's social interaction. It is determined that the RDI approach focuses not on teaching isolated behavioral skills but on developing fundamental mechanisms of social cognition through live interaction in natural life situations. Prospects for further research related to expanding the evidence base of the approach and its integration into psychological support systems for children with special educational needs are outlined.*

**Keywords:** *Relationship Development Intervention, children with special educational needs, family-centered approach, early intervention, social thinking, parent coaching, psychological support.*

**Problem Statement.**

Modern psychology is gradually moving away from a narrow corrective approach focused primarily on eliminating individual behavioral difficulties toward a comprehensive understanding of the development of children with special educational needs. Today, the focus is not only on the formation of specific

skills but also on creating conditions for harmonious personality development, the growth of social thinking, emotional competence, and the ability to flexibly adapt to real-life situations. This approach is particularly important when working with children who experience difficulties in social interaction, emotion recognition and

understanding, joint attention, and cognitive flexibility.

Despite the proven effectiveness of traditional behavioral methods in teaching specific skills, they often have limitations in transferring these abilities to everyday life. A child may demonstrate desired behavior in therapeutic settings but experience difficulties applying these skills in natural social environments. This creates a need for approaches that consider the natural course of development and the decisive role of interpersonal interaction as the foundation of learning.

In response to these challenges, the Relationship Development Intervention (RDI) approach was developed, aimed at fostering the fundamental mechanisms of social functioning, including dynamic intelligence, co-regulation, and understanding of social context. Within this model, the role of the psychologist also changes: they act not only as a corrective specialist but as a facilitator of

relationship development, a consultant, and a partner to the family in the long-term developmental process of the child.

### **Analysis of recent research and publications.**

Modern international research shows growing attention to family-centered and developmental approaches in supporting children with special educational needs. Steven Gutstein and Rachelle Sheely have substantiated the importance of parental involvement in developing a child's social thinking and dynamic intelligence within the RDI approach. Neuropsychological studies by Geraldine Dawson, Sally Rogers, Connie Kasari, and Ami Klin confirm the role of early intervention, social attention, and natural interactions in the development of children with ASD. The ideas of Daniel Siegel and Stephen Porges further strengthen this foundation by explaining the importance of co-regulation, safety, and interpersonal

relationships for brain and emotional development.

Despite the active use of the Relationship Development Intervention (RDI) approach in early intervention systems and psychological support for children with special educational needs, a number of aspects remain insufficiently studied. In particular, the scientific literature provides limited empirical research on the effectiveness of RDI in different sociocultural contexts, insufficiently examines the professional role of the psychologist as a facilitator of family-oriented support, and lacks data on the long-term impact of the approach on the development of children's social thinking and emotional regulation. Special attention should also be given to the integration of RDI into interdisciplinary support systems, the adaptation of the approach for different categories of children with special educational needs, and its implementation within the

national psychological and educational framework.

**The purpose of the article** is to theoretically substantiate the Relationship Development Intervention approach as a developmental family-centered model of psychological support for children with special educational needs and to determine its significance for contemporary family psychological support practice.

**Presentation of the main material of the study.** The Relationship Development Intervention approach was formed at the intersection of clinical psychology, neuropsychology and attachment theory. Its authors are American researchers Steven Gutstein and Rachelle Sheely, who viewed autism not only as a behavioral or speech deficit, but as a disorder of the development of social thinking and the ability to dynamic interaction. The central concept of the approach is dynamic intelligence, which is defined

as a person's ability to adapt to change, act in conditions of uncertainty, take into account the context and build relationships based on shared experience. According to S. Gutstein, it is this type of intelligence that underlies everyday social functioning, including cooperation, friendship, empathy, planning, flexible thinking and decision-making [5].

An important theoretical basis for the approach was John Bowlby's attachment theory, according to which early experience of interaction with a reliable adult forms the basic mechanisms of security, exploration of the surrounding world and emotional regulation [2]. Within the framework of RDI, these provisions are transformed into the concept of guided participation, where an adult acts as a guide for the child in a complex social environment.

At the same time, significant attention is paid not only to support, but also to the gradual introduction of the

child into situations of moderate uncertainty, which contribute to the development of adaptability. A significant contribution to the formation of the theoretical foundations of the approach was made by the research of early intersubjectivity by Colwyn Trevarthen. The scientist proved that already at an early age a child is capable of interpersonal coordination, joint attention and emotional synchronization [16]. In children with autism spectrum disorders, these processes often develop differently, which affects the formation of social cognition. In this context, RDI is aimed at restoring or compensating for early mechanisms of social interaction through structured everyday contacts. The contribution of Daniel Stern, who described the phenomenon of affect attunement, is also significant [15]. Within RDI, this idea is used as the basis for learning, where the child learns the meaning of situations through shared experience and emotional agreement with an

adult, rather than through direct instructions. The neuropsychological basis of the approach is related to the works of Daniel Siegel and Stephen Porges [11; 14]. Interpersonal neurobiology and polyvagal theory explain the mechanisms of activation of the brain's social interaction systems through safe contact. That is why RDI pays significant attention to the pace of interaction, rhythm, nonverbal communication, and co-regulation processes [11].

A special place is occupied by Simon Baron-Cohen's research in the field of social cognition and theory of mind. The scientist proved that people with autism often have difficulty interpreting the intentions and emotions of

others [1]. In this regard, RDI is focused not on teaching ready-made social rules, but on the formation of basic mechanisms for understanding another person through the experience of interaction. The current development of the Relationship Development Intervention approach is taking place in the context of research on the social brain, neurodevelopment, and parent coaching. A significant contribution to the development and dissemination of the approach was made by Rachel Sheely, who continues to research family-oriented intervention models and train RDI consultants [5].



# MANAGING MOMENTS

Lessons from Relationship Development Intervention (RDI)

January 2024

Mon	<b>Tip: Be mindful of movement.</b> Lesson from RDI: Use the RCR (Regulation, Challenge, Reorganization) cycle to organize learning.
Tue	<b>Tip: Try theater arts tools.</b> Lesson from RDI: Introduce variations as Just Noticeable Differences (JNDS).
Wed	<b>Tip: Work with your hands.</b> Lesson from RDI: Practice the four patterns of interactions.
Thurs	<b>Tip: Use visual and tactile tools.</b> Lesson from RDI: Increase the use of nonverbal communication. Lessons from RDI.
Fri	<b>Tip: Enrich family interactions.</b> <b>Activity: Family Folding Fun</b> Lesson from RDI: Practice experience-sharing communication.
Sat	<b>Tip: Grow systems and processes.</b> Lesson from RDI: Assign a clear role to your child.
Sun	<b>Tip: See what is taking shape.</b> Notice what is happening. Share enjoyable moments with your child.

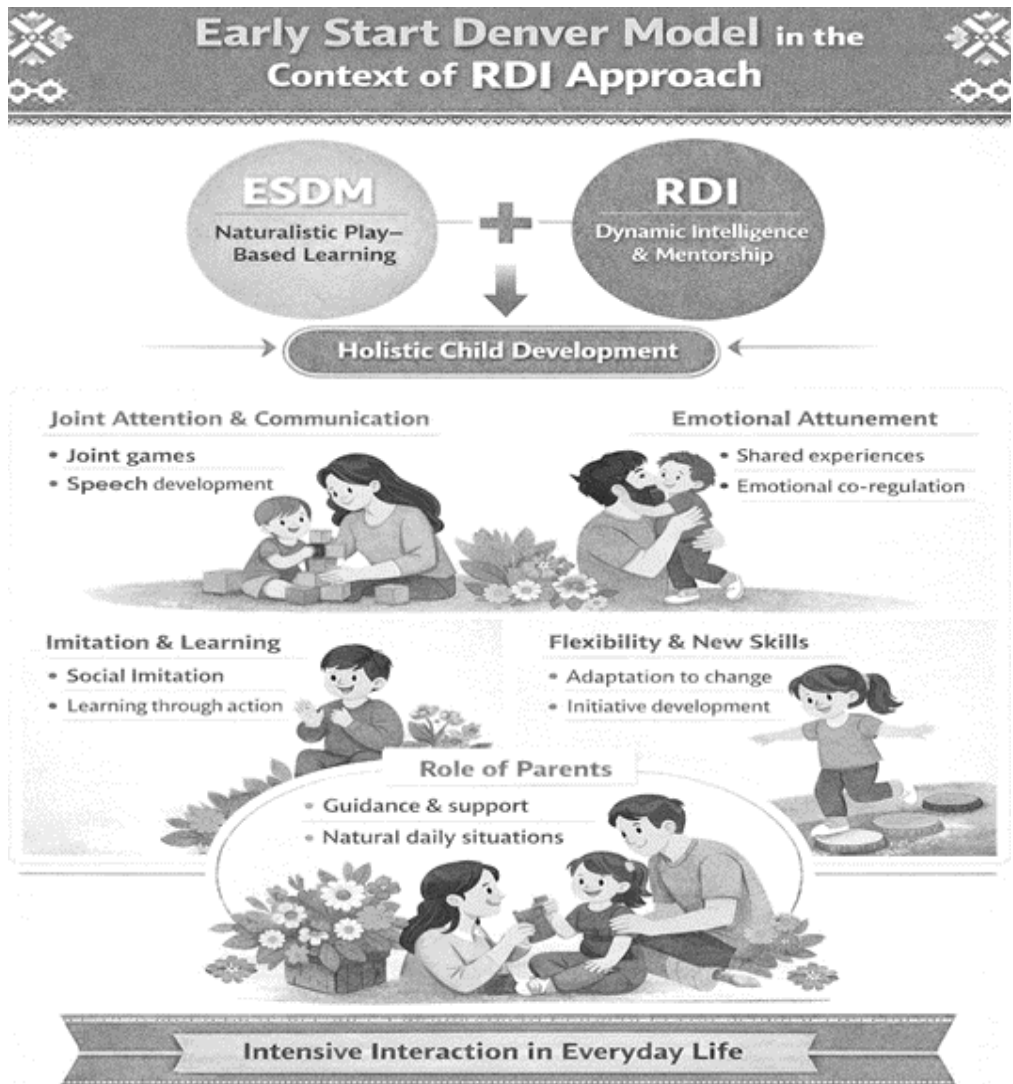
*Pic. 1.* Seven Tips and RDI [8].

Current research emphasizes the importance of long-term parental involvement as a key factor in generalizing social change. Within evidence-based psychology, research on parental mediation

interventions is of particular importance. Geraldine Dawson's work demonstrates the effectiveness of early nature-oriented interventions, where parents play a leading role. Similar results are confirmed by the research of

Sally Rogers, co-developer of the Early Start Denver Model, which emphasizes the importance of emotionally rich interaction in a natural environment [3;4]. In addition, Ami Klin's research

indicates the peculiarities of social information processing in children with autism, which justifies the need for intensive experience of live interaction, which is the basis of the RDI approach [7].



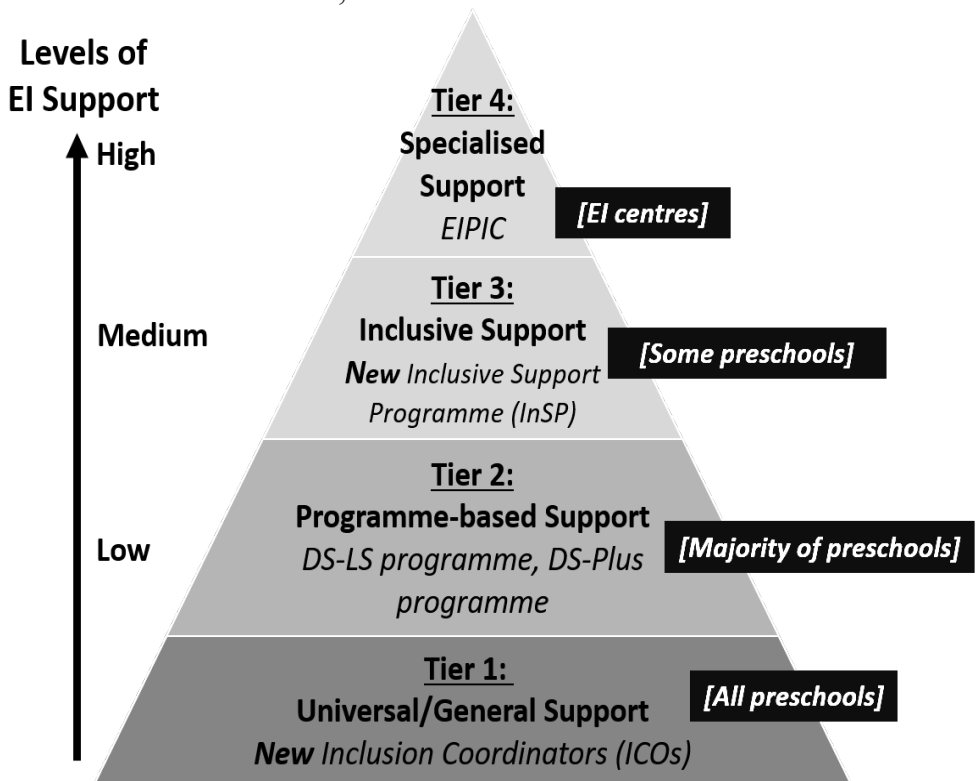
**Pic. 2. Early Start Denver Model in the context of the RDI approach.** (Created by GPT - chart based on the theoretical material of the article).

Thus, modern research in the field of early intervention, neuropsychology and family-oriented care forms the scientific basis for the application of the RDI approach. It acts as an integrative development model that combines the principles of attachment theory, sociocultural psychology and neuroscience. The specificity of the approach is to shift the emphasis from training individual behavioral reactions to the formation of basic mechanisms of social thinking through guided interaction of a child with an adult in natural life situations. The issue of parent coaching is actively studied by Connie Kasari, who emphasizes the effectiveness of teaching parents methods of supporting joint attention and social interaction [6]. These results are consistent with the key principles of RDI, where the family is considered the main

environment for the development of a child. In this regard, the professional role of a specialist is also changing. Within the framework of Relationship Development Intervention, the psychologist acts not only as a therapist for the child, but also as a consultant and coach for the parents. He performs a psychoeducational function, helping parents understand the neuropsychological features of the child's development, the importance of joint attention, co-regulation and mentoring interaction. An important tool for work is the analysis of video recordings of everyday situations, which allows determining the microdynamics of interaction, in particular pauses, pace, non-verbal signals and moments of joint attention. Another important area is coaching the mentoring position of parents and their emotional support. The psychologist teaches adults to

create optimal difficulties, regulate the complexity of interaction and maintain the child's motivation through a shared experience of success. At the same time, the

specialist helps to prevent parental burnout and form realistic expectations regarding the pace of the child's development [13].



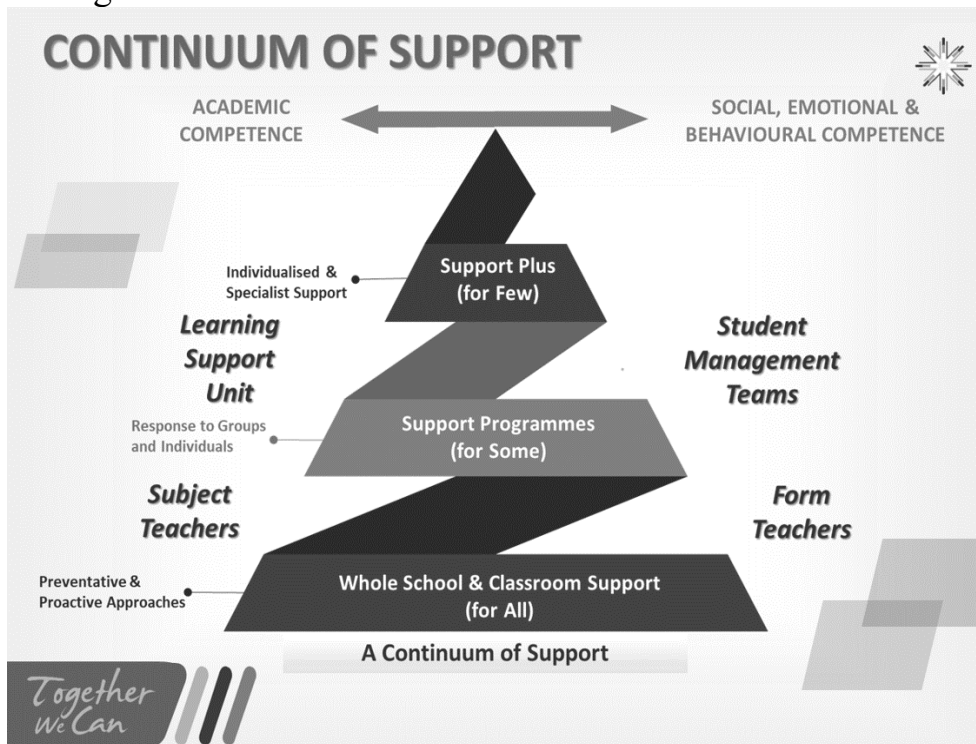
**Pic. 3.** New Initiatives to Enhance Inclusion and Support for Children with Developmental Needs [10].

At the same time, it should be noted that empirical research on the role of a psychologist in RDI is still insufficient, so the description

of the specialist's functions is largely based on practical recommendations and professional standards.

**Conclusions and prospects for further and future research.** As a conclusion, we may state that the Relationship Development Intervention approach can be considered as a promising model for developing the social functioning of children with special educational needs, consistent with contemporary views on the role of interaction and environment in psychological development. Its value lies in shifting the focus from

training isolated behavioral skills to fostering the fundamental mechanisms of social cognition that enable children to adapt to changing life situations. This approach contributes not only to the development of social thinking but also to emotional resilience, behavioral flexibility, and the ability to engage in shared activities, which are the problems of future scientific theoretical and practical psychological investigations.



**Pic. 4.** Literacy, Numeracy and Behavioural Programme [9].

The family-centered nature of RDI is of particular importance, as parents become active participants in the child's developmental process. Involving the family in support creates consistency of developmental influences, increases the stability of positive changes, and contributes to improving the family climate. Thus, psychological support extends beyond the specialist's office and becomes part of the family's everyday life, enhancing the overall effectiveness of the intervention.

At the same time, the professional role of the psychologist within this model requires further scientific exploration, particularly regarding specialist training, evaluation of parent coaching outcomes, and the long-term effects of the approach. Expanding the empirical evidence base and integrating RDI into psychological support systems for children with special educational needs may become an important direction for the development of contemporary psychological practice and interdisciplinary research.

#### **BIBLIOGRAPHY:**

1. Baron-Cohen S. *The Essential Difference: The Truth About the Male and Female Brain*. London: Allen Lane, 2003.
2. Bowlby J. *Attachment and Loss*. Vol. 3: *Loss: Sadness and Depression* [Text] New York : Basic Books, 1980. 472 p.
3. Dawson G., Jones E. J. H., Merkle K., et al. Early behavioral intervention is associated with normalized brain activity in young children with autism. *Journal of the American*

- Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 2012. Vol. 51(11). P. 1150–1159. DOI: 10.1016/j.jaac.2012.08.018
4. Dawson G., Rogers S. J., Munson J., Smith M., Winter J., Greenson J., Donaldson A., Varley J. Randomized, Controlled Trial of an Intervention for Toddlers With Autism: The Early Start Denver Model. *Pediatrics*. 2010. Vol. 125, № 1. P. e17–e23. DOI: 10.1542/peds.2009-0958.
  5. Gutstein S. The RDI book: Forging new pathways for autism, Asperger's and PDD with the Relationship Development Intervention Program. Houston : Connections Center Publishing, 2009. 373 p.
  6. Kasari C., Gulsrud A. C., Wong C., Kwon S., Locke J. Randomized Controlled Caregiver Mediated Joint Engagement Intervention for Toddlers With Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 2010. Vol. 40, № 9. P. 1045–1056. DOI: 10.1007/s10803-010-0955-5.
  7. Klin A., Jones W. Altered face scanning and impaired recognition of biological motion in a 15-month-old infant with autism. *Developmental Science*. 2008. Vol. 11, № 1. P. 40–46. DOI: 10.1111/j.1467-7687.2007.00608.x.
  8. Lessons from Relationship Development Intervention URL: <https://medium.com/managing-moments/practice-the-four-patterns-of-interactions-2cbd13df6b71>
  9. Literacy, Numeracy and Behavioural Programme URL: <https://www.spectra.edu.sg/why-spectra/exceptional-learning-behavioural-support/>
  10. New Initiatives to Enhance Inclusion and Support for Children with Developmental Needs URL: <https://www.msf.gov.sg/media-room/article/New-Initiatives-to-Enhance-Inclusion-and-Support-for-Children-with-Developmental-Needs>

11. Porges S. W. Polyvagal safety: Attachment, communication, self-regulation. New York : W. W. Norton & Company, 2021. 320 p.
12. Rogers S. J., Dawson G. Early Start Denver Model for young children with autism: Promoting language, learning, and engagement. New York : Guilford Press, 2025, 457 p.
13. Shire S. Y., Gulsrud A., Kasari C. Increasing Responsive Parent–Child Interactions and Joint Engagement: Comparing the Influence of Parent-Mediated Intervention and Parent Psychoeducation. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. 2016. Vol. 46, № 5. P. 1737–1747. DOI: 10.1007/s10803-016-2702-z.
14. Siegel D. J. The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are. 3rd ed. New York : Guilford Press, 2020. 674p.
15. Stern D. N. Forms of vitality: Exploring dynamic experience in psychology, the arts, psychotherapy, and development. Oxford University Press. 2010. DOI: <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780199586066.001.0001>
16. Trevarthen C., & Aitken K. J. Infant intersubjectivity: Research, theory, and clinical applications. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2001, 42(1), P. 3–4. DOI: <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00701>

#### **REFERENCES:**

1. Baron-Cohen, S. (2003). *The Essential Difference: The Truth About the Male and Female Brain*. London: Allen Lane. [in English].
2. Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss. Vol. 3: Loss: Sadness and Depression* [Text] New York : Basic Books, 472 p. [in English].

3. Dawson, G., Jones, E. J. H., Merkle, K., et al. (2012). Early behavioral intervention is associated with normalized brain activity in young children with autism. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. Vol. 51(11). P. 1150–1159. DOI: 10.1016/j.jaac.2012.08.018 [in English].
4. Dawson, G., Rogers, S. J., Munson, J., Smith, M., Winter, J., Greenson, J., Donaldson, A., Varley, J. (2010). Randomized, Controlled Trial of an Intervention for Toddlers With Autism: The Early Start Denver Model. *Pediatrics*. Vol. 125, № 1. P. e17–e23. DOI: 10.1542/peds.2009-0958. [in English].
5. Gutstein, S. (2009). The RDI book: Forging new pathways for autism, Asperger's and PDD with the Relationship Development Intervention Program. Houston : Connections Center Publishing. 373 p. [in English].
6. Kasari, C., Gulsrud, A. C., Wong, C., Kwon, S., Locke, J. (2010). Randomized Controlled Caregiver Mediated Joint Engagement Intervention for Toddlers With Autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. Vol. 40, № 9. P. 1045–1056. DOI: 10.1007/s10803-010-0955-5. [in English].
7. Klin, A., Jones, W. (2008). Altered face scanning and impaired recognition of biological motion in a 15-month-old infant with autism. *Developmental Science*. Vol. 11, № 1. P. 40–46. DOI: 10.1111/j.1467-7687.2007.00608.x. [in English].
8. Lessons from Relationship Development Intervention. URL: <https://medium.com/managing-moments/practice-the-four-patterns-of-interactions-2cbd13df6b71> [in English].

9. Literacy, Numeracy and Behavioural Programme. URL: <https://www.spectra.edu.sg/why-spectra/exceptional-learning-behavioural-support/> [in English].
10. New Initiatives to Enhance Inclusion and Support for Children with Developmental Needs. URL: <https://www.msf.gov.sg/media-room/article/New-Initiatives-to-Enhance-Inclusion-and-Support-for-Children-with-Developmental-Needs> [in English].
11. Porges, S. W. (2021). Polyvagal safety: Attachment, communication, self-regulation. New York : W. W. Norton & Company. 320 p. [in English].
12. Rogers, S. J., Dawson, G. (2025). Early Start Denver Model for young children with autism: Promoting language, learning, and engagement. New York : Guilford Press. 457 p. [in English].
13. Shire, S. Y., Gulsrud, A., Kasari, C. (2016). Increasing Responsive Parent–Child Interactions and Joint Engagement: Comparing the Influence of Parent-Mediated Intervention and Parent Psychoeducation. *Journal of Autism and Developmental Disorders*. Vol. 46, № 5. P. 1737–1747. DOI: 10.1007/s10803-016-2702-z. [in English].
14. Siegel, D. J. (2020). The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are. 3rd ed. New York : Guilford Press. 674p. [in English].
15. Stern, D. N. (2010). Forms of vitality: Exploring dynamic experience in psychology, the arts, psychotherapy, and development. Oxford University Press. DOI: <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780199586066.001.0001> [in English].
16. Trevarthen, C., & Aitken, K. J. (2001). Infant intersubjectivity: Research, theory, and clinical applications. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 42(1), P. 3–4.

DOI: <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00701>  
English].

[in

## **RELATIONSHIP DEVELOPMENT INTERVENTION ЯК РОЗВИТКОВА СІМЕЙНО-ОРІЄНТОВАНА МОДЕЛЬ ДОПОМОГИ ДІТЯМ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ**

**Маляр Олена Іванівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри педагогічних наук,  
початкової та корекційної освіти,  
комунальний заклад вищої освіти

«Вінницька академія безперервної освіти»

ORCIDID: <https://orcid.org/0000-0001-5924-4120>

**Логутіна Наталія Володимирівна,**

кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри іноземних мов  
професійного спрямування,

Донецького національного університету  
імені Василя Стуса

ORCIDID: <https://orcid.org/0000-0003-1029-5247>

**Анотація.** У статті здійснено теоретичний аналіз підходу *Relationship Development Intervention (RDI)* як сучасної розв'язкової сімейно-орієнтованої моделі допомоги дітям з особливими освітніми потребами. Висвітлено основні теоретичні засади підходу, що сформувалися на перетині теорії прив'язаності, нейропсихології, досліджень інтерсуб'єктивності та міжособистісної нейробіології. Проаналізовано концепцію динамічного інтелекту, як основу розвитку соціального мислення, гнучкості поведінки та здатності до адаптації у дітей. Обґрунтовано значення наставницької взаємодії дорослого і дитини у процесі формування спільної уваги, емоційної ко-регуляції та

соціального розуміння. Розкрито роль сім'ї як провідного середовища розвитку дитини та визначено значення батьківського коучингу у системі RDI. Особливу увагу приділено професійній ролі психолога, який у межах підходу виступає не лише корекційним фахівцем, а консультантом і фасилітатором сімейної взаємодії. Проаналізовано сучасні дослідження у сфері раннього втручання та сімейно-орієнтованої допомоги, які підтверджують ефективність природничо-орієнтованих моделей розвитку соціальної взаємодії дітей. Визначено, що підхід RDI спрямований не на формування окремих поведінкових навичок, а на розвиток фундаментальних механізмів соціального пізнання через живу взаємодію у природних життєвих ситуаціях. Окреслено перспективи подальших досліджень, пов'язаних із розширенням доказової бази підходу та його інтеграцією у систему психологічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами.

**Ключові слова:** *Relationship Development Intervention, діти з особливими освітніми потребами, сімейно-орієнтований підхід, раннє втручання, соціальне мислення, батьківський коучинг, психологічний супровід.*

**ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ  
ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ В УКРАЇНІ**

**Сидоренко Жанна Вячеславівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,

ORCID.ORG 0000-0003-2251-8233

**Притуляк Дарина Андріївна**

*Анотація* В статті розглянуто психологічні особливості проявів стресостійкості підлітків як вразливої категорії населення в умовах війни в Україні.

Для проведення емпіричного дослідження була сформована емпірична вибірка, що становила 50 осіб, віком від 13 до 17 років, до якої увійшли 52% хлопців та 48% дівчат. Для досягнення дослідницької мети підібрано комплекс діагностичних методик: Шкала стресостійкості Коннора-Девідсона (CD-RISC-10) для оцінки здатності людини долати стресові ситуації та відновлюватися після них; Методика визначення рівня тривожності Ч. Спілбергера-Ю. Ханіна (STAI), адаптована для використання в українській психодіагностиці; Шкала сприйнятого стресу PSS-10, розроблена С. Коеном, Т. Камарком та Р. Мермелштейном та Опитувальник стратегій подолання стресових ситуацій SACS С. Хобфолла, призначений для діагностики копінг-стратегій, які використовує людина у стресових ситуаціях.

Було встановлено, що більшість підлітків (82%) демонструє середній рівень стресостійкості, середнє значення якого є нижчим за нормативний показник мирного часу.

Виявлено критично високі показники тривожності: 86% підлітків мають високий рівень ситуативної та 88% високий рівень особистісної тривожності, проте респондент не має низького рівня тривожності, що значно перевищує нормативні показники мирного часу.

*Серед копінг-стратегій опитаних домінують асоціальні дії. Це свідчить про схильність підлітків використовувати маніпулятивні та егоцентричні стратегії поведінки у стресових ситуаціях. Кореляційний аналіз підтвердив негативний зв'язок стресостійкості з тривожністю і позитивний зв'язок з пошуком соціальної підтримки.*

*Крім того, за допомогою кореляційного аналізу між показниками стресостійкості та копінг-стратегіями SACS було встановлено, що найсильніший зв'язок спостерігається між стресостійкістю та асоціальними діями, імпульсивними та асертивними діями, що свідчить про те, що стресостійкі підлітки загалом активніші у використанні різноманітних копінг-стратегій, проте їхні шляхи подолання стресових станів не завжди є конструктивними.*

***Ключові слова:** стрес. стресостійкість, підлітки, копінг-стратегії*

**Постановка проблеми.**  
Повномасштабне вторгнення Росії в Україну, що розпочалося у лютому 2022 року, створило безпрецедентні умови хронічного психологічного навантаження для українців, серед яких підлітки демонструють значну вразливість до стресу унаслідок проходження вікової кризи та особливостей нейропсихологічного розвитку [5]. Дія постійних бойових загроз, вимушене

переміщення, руйнування звичного соціального середовища, переривання навчального процесу та травматизація значущих дорослих поєднуються із природними психологічними кризами підліткового розвитку, суттєво підвищуючи ризик дезадаптації. Разом із тим, значна кількість підлітків демонструє здатність зберігати психологічне функціонування навіть в умовах тривалого стресу, що актуалізує питання про вивчення проявів

стресостійкості у цієї вікової категорії та умов, що сприяють її формуванню.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій**  
Загальнотеоретичні засади вивчення стресу, стресостійкості та резильєнтності заклали Г. Сельє, Р. Лазарус, С. Фолкман, Е. Вернер, Р. Сміт, С. С. Лутар і М. Унгар. Так, транзактна модель стресу Р. Лазаруса і С. Фолкман акцентувала увагу на здатності особистості до суб'єктивної когнітивної оцінки стресової ситуації [6]. С. С. Лутар і М. Унгар обґрунтували мультисистемний характер стресостійкості та її залежність від взаємодії між особистістю і середовищем [7].

О. М. Кокун розглядає стресостійкість у контексті споріднених понять «життєстійкості» та «резильєнтності», і підкреслює, що всі три конструкти описують здатність людини не лише

витримувати негаразди, але й відновлюватися після них і продовжувати особистісний розвиток [1]. Психологічну стійкість особистості в умовах соціальних криз аналізувала О. А. Чиханцова [3], захисні фактори стресостійкості у дітей і підлітків вивчав Н. Гармезі, закладаючи основи для подальших досліджень цієї теми. С. Богданов досліджував ресурси підтримки підлітків в умовах збройного конфлікту на сході України [4].

Разом із тим, попри значний масив накопичених знань, у науковій літературі залишається недостатньо вивченим питання про психологічні прояви стресостійкості підлітків, специфіку їхніх взаємозв'язків із різними формами копінг-стратегій, в умовах повномасштабного збройного конфлікту, з урахуванням специфіки українського контексту та реалій сьогодення, що і

зумовлює актуальність цього дослідження.

**Мета:** емпірично вивчити психологічні прояви стресостійкості підлітків в умовах воєнного часу.

Дослідження проводилося протягом лютого-квітня 2026 року за допомогою онлайн-анкетування через платформу Google Forms. Вибір онлайн-формату зумовлений необхідністю охоплення підлітків, які перебувають у різних умовах проживання, зокрема тих, хто виїхав за кордон або переміщений усередині країни. Загальна вибірка становила 50 підлітків віком від 13 до 17 років. Усі респонденти надали інформовану згоду на участь у дослідженні, для неповнолітніх додатково отримано згоду батьків або законних представників.

За статтю вибірка була збалансованою, до неї увійшли 26 хлопців (52%) та 24 дівчини (48%).

Особливу увагу було приділено розподілу

вибірки за статусом проживання під час війни, оскільки цей чинник може суттєво впливати на більшість респондентів, а саме 52% осіб проживають в Україні в безпечній зоні. Внутрішньо переміщених осіб серед опитаних було 24%. За кордоном перебувають 20% респондентів, 4% проживають поруч із зоною бойових дій.

Для досягнення мети дослідження було використано комплекс із чотирьох психодіагностичних методик, які дозволяють оцінити різні аспекти стресостійкості: Шкала стресостійкості Коннора-Девідсона (CD-RISC-10) для оцінки здатності людини долати стресові ситуації та відновлюватися після них; Методика визначення рівня тривожності Ч. Спілбергера-Ю. Ханіна (STAI), адаптованою для використання в українській психодіагностиці; Шкала сприйнятого стресу PSS-10,

що була розроблена С. Коеном, Т. Камарком та Р. Мермелштейном та Опитувальник стратегій подолання стресових ситуацій SACS С. Хобфолла, призначений для діагностики копінг-стратегій, які використовує людина у стресових ситуаціях. Для встановлення взаємозв'язків між досліджуваними змінними застосовано кореляційний аналіз за методом  $r$  Пірсона.

Результати діагностики стресостійкості підлітків за шкалою Коннора-Девідсона свідчать, що переважна більшість підлітків (82%), демонструє середній рівень стресостійкості, що згідно отриманим даним становить 21,60. Низький рівень виявлено у 14% і лише 4% респондентів мають високий рівень стресостійкості. Це свідчить про те, що навіть, перебуваючи в зоні, віддаленій від бойових дій, більшість підлітків проявляють труднощі з

подоланням стресового навантаження.

Середній бал 21,60 є нижчим за нормативний показник мирного часу, який для підлітків становить 24-26 балів за даними Л. Кемпбелл-Сірса та М. Штейн [2]. Така різниця в 3-5 балів може свідчити про системне зниження адаптаційних ресурсів підлітків внаслідок хронічного впливу воєнних стресорів. Група з низьким рівнем стресостійкості є особливо вразливою і потребує першочергової психологічної допомоги, оскільки ці підлітки мають найменший ресурс для подолання стресових ситуацій.

Цілоком очікуваними виявились високі показники тривожності у досліджуваних підлітків. За даними описових статистик середній бал ситуативної тривожності становить 50,74, а особистісної тривожності 50,92, що відповідає високому рівню за обома субшкалами. Стандартне відхилення для

СТ (5,32) дещо вище, ніж для ОТ (4,71), що свідчить про більшу варіативність ситуативної тривожності, яка залежить від поточних обставин.

Найбільш тривожним результатом є повна відсутність підлітків з низьким рівнем тривожності у вибірці, що є нетиповим для підліткового віку. Високий рівень ситуативної тривожності виявлено у 86%, середній лише у 14% опитуваних. Для особистісної тривожності картина ще гостріша, адже високий рівень притаманний 88%, середній у 12% респондентів. Ці показники значно перевищують норму мирного часу, коли типовий середній бал за методикою STAI для підлітків становить 35-45 балів.

Відсутність підлітків з низьким рівнем тривожності є критичним індикатором масового впливу воєнних стресорів на емоційний стан молоді.

Проаналізуємо результати за шкалою

сприйнятого стресу PSS-10. Отже, середній бал сприйнятого стресу становить 21,04, що відповідає середньому рівню. Абсолютна більшість підлітків, а саме 88% демонструє середній рівень сприйнятого стресу. Високий рівень виявлено у 8% опитуваних, ці підлітки переживають критичне перевантаження та потребують негайної допомоги. Низький рівень лише у 4% осіб.

Середній бал 21,04 суттєво перевищує нормативний показник мирного часу, що підтверджує підвищене суб'єктивне переживання стресу, зумовлене впливом воєнних подій. Помірне стандартне відхилення (4,04) вказує на відносну однорідність вибірки за цим показником, тобто більшість підлітків перебуває у стані стійкого помірною стресу незалежно від статусу проживання.

Перейдемо до розгляду результатів

опитування за  
опитувальником SACS C.  
Хобфолла.

Профіль копінг-стратегій підлітків та їх вираженість у відсотках від максимального балу наведено на рисунку 1.

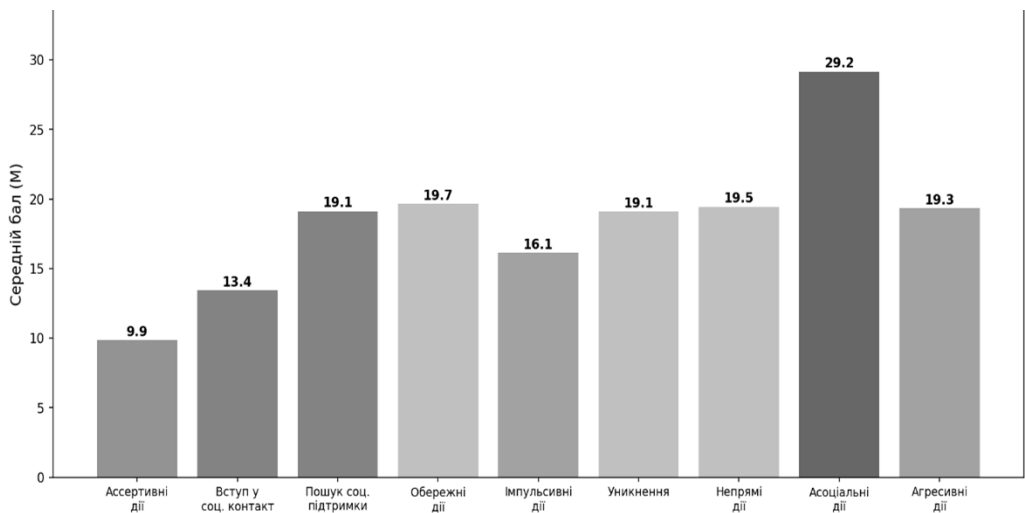


Рисунок 1. Середні значення копінг-стратегій підлітків

Ми бачимо, що серед копінг-стратегій підлітків найвищий середній показник мають асоціальні дії ( $M = 29,16$ ,  $Me = 29,0$ ), що становить 65% від максимуму шкали. Це свідчить про схильність підлітків використовувати маніпулятивні та егоцентричні стратегії поведінки у стресових ситуаціях.

Далі за вираженістю йдуть обережні дії ( $M =$

$19,66$ , 66% від максимуму), непрямі дії ( $M = 19,46$ , 65%), агресивні дії ( $M = 19,34$ , 64%), пошук соціальної підтримки ( $M = 19,12$ , 64%) та уникнення ( $M = 19,10$ , 64%). Ці стратегії мають подібний рівень вираженості, що свідчить про їх рівномірне використання. Імпульсивні дії мають дещо нижчий показник ( $M = 16,12$ , 64%). Вступ у соціальний контакт знаходиться на рівні 67%

від максимуму (M = 13,44 при максимумі 20).

Найнижчий показник мають асертивні дії (M = 9,86, Me = 10,0), що становить лише 66% від максимуму шкали. Це означає, що підлітки рідко використовують конструктивне відстоювання власних інтересів та прав. Водночас відносно високий показник пошуку соціальної підтримки (M = 19,12) є позитивним захисним чинником, який свідчить про збереження у підлітків потреби в емоційній підтримці з боку близьких людей.

Прояви стресостійкості та тривожності мають специфічне поєднання, що характеризує психологічний профіль підлітків воєнного часу: вони відчувають сильну тривогу, яка стала стійкою рисою, проте їхній сприйнятий стрес залишається на помірному рівні завдяки певній нормалізації постійного фону тривоги. Водночас стресостійкість характеризується як посередня, що обмежує можливості повноцінної адаптації.

*Таблиця 1.*

**Кореляційна матриця основних показників**

<b>Змінна</b>	<b>СТ</b>	<b>ОТ</b>	<b>PSS</b>	<b>CD-RISC</b>	<b>Соц.п ідтр.</b>
Ситуат. тривожн.	1,000	0,257	0,425**	-0,332*	- 0,447* *
Особист. тривожн.	0,257	1,000	0,309*	-0,345*	-0,351*
Сприйнятий стрес	0,425**	0,309*	1,000	-0,154	-0,234
Стресостійкість	-0,332*	-0,345*	-0,154	1,000	0,436* *

Пошук соц. підтр.	-0,447**	-0,351*	-0,234	0,436**	1,000
-------------------------	----------	---------	--------	---------	-------

*Примітка. \* p < 0,05; \*\* p < 0,01;*

Аналіз таблиці 1 дозволяє виявити низку статистично значущих взаємозв'язків.

Стресостійкість за шкалою CD-RISC-10 має статистично значущий негативний зв'язок із ситуативною тривожністю ( $r = -0,332, p < 0,05$ ) та з особистісною тривожністю ( $r = -0,345, p < 0,05$ ). Це підтверджує, що підлітки з вищим рівнем стресостійкості демонструють нижчі показники тривожності, і навпаки, більш тривожні підлітки мають нижчу стресостійкість.

Зв'язок стресостійкості зі сприйнятим стресом виявився негативним, проте статистично незначущим ( $r = -0,154, p > 0,05$ ). Це може бути зумовлено тим, що в умовах хронічного воєнного стресу навіть підлітки з відносно високою стресостійкістю

переживають значний суб'єктивний стрес, оскільки інтенсивність зовнішніх стресорів перевищує адаптаційні можливості будь-якої людини.

Виявлено статистично значущий позитивний зв'язок між стресостійкістю та пошуком соціальної підтримки ( $r = 0,436, p < 0,01$ ). Це є одним з найважливіших результатів дослідження, оскільки підтверджує, що здатність звертатися по допомогу до інших людей є ключовим компонентом стресостійкості підлітків.

Ситуативна тривожність демонструє значущий позитивний зв'язок зі сприйнятим стресом ( $r = 0,425, p < 0,01$ ) та значущий негативний зв'язок з пошуком соціальної підтримки ( $r = -0,447, p < 0,01$ ). Ці дані свідчать, що тривожніші

підлітки переживають інтенсивніший стрес і водночас менш схильні звертатися по допомогу.

Водночас, за допомогою кореляційного аналізу стресостійкості з усіма копінг-стратегіями SACS було встановлено, що найсильніший зв'язок спостерігається між стресостійкістю та асоціальними діями ( $r = 0,556$ ,  $p < 0,01$ ), імпульсивними діями ( $r = 0,526$ ,  $p < 0,01$ ) та асертивними діями ( $r = 0,521$ ,  $p < 0,01$ ), що свідчить про те, що стресостійкі підлітки загалом активніші у використанні різноманітних копінг-стратегій, проте вони схильні обирати не конструктивні шляхи для підвищення здатності долати стресові стани.

**Висновки.** На основі проведеного емпіричного дослідження встановлено, що більшість підлітків (82%) демонструє середній рівень стресостійкості, середнє значення якого є

нижчим за нормативний показник мирного часу.

Виявлено критично високі показники тривожності: 86% підлітків мають високий рівень ситуативної та 88% високий рівень особистісної тривожності, в той час, як жоден респондент не має низького рівня тривожності, що значно перевищує нормативні показники мирного часу.

Серед копінг-стратегій опитаних домінують асоціальні дії, тоді як асертивні стратегії мають найнижчий показник, що свідчить про переважання захисних стратегій над конструктивними.

Кореляційний аналіз підтвердив негативний зв'язок стресостійкості з тривожністю і позитивний зв'язок з пошуком соціальної підтримки.

**Перспективами досліджень** вважаємо вивчення впливу індивідуально-типологічних властивостей підлітків на характер

формування захисних механізмів та копінг-стратегій в мовах війни.

### Список літератури

1. Кокун О. М. Життєстійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика: монографія. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 214 с.
2. Пристінська М. С., Кравчук С. Л. Асертивність як чинник стресостійкості особистості. Проблеми сучасної психології. 2022. Вип. 58. С. 145–162.
3. Чиханцова О. А. Психологічна стійкість особистості в умовах екстремальних соціальних викликів: емпіричне дослідження у контексті сучасної кризи. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2025. Вип. 3. С. 38–43.
4. Bogdanov S., Girnyk A., Chernobrovkina V. et al. Developing a Culturally Relevant Measure of Resilience for War-Affected Adolescents in Eastern Ukraine. *Journal on Education in Emergencies*. 2022. Vol. 8, no. 1. P. 1–39.
5. Chambers A. *Resilience in Adolescence*. New York : Springer, 2019. 284 p.
6. Lazarus R. S., Folkman S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer, 1984. 445 p.
7. Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *The British Journal of Social Work*, 38(2), 218–235.

**PSYCHOLOGICAL MANIFESTATIONS OF STRESS  
RESILIENCE AMONG ADOLESCENTS IN THE  
CONTEXT OF THE WAR IN UKRAINE**

**Zhanna Sydorenko  
Daryna Prytulyak**

***Abstract:** This article examines the psychological characteristics of stress resilience among adolescents as a vulnerable demographic group in the context of the war in Ukraine.*

*For the empirical study, a sample of 50 individuals aged between 13 and 17 was selected, comprising 52% boys and 48% girls. To achieve the research objective, a set of diagnostic methods was selected: the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10) to assess an individual's ability to cope with stressful situations and recover from them; The Spielberger-Hanin Anxiety Scale (STAI), adapted for use in Ukrainian psychodiagnostics; The Perceived Stress Scale (PSS-10), developed by S. Cohen, T. Kamark and R. Mermeelstein, and S. Hobfoll's Stress Coping Strategies Questionnaire (SACS), designed to diagnose the coping strategies a person uses in stressful situations.*

*It was found that the majority of adolescents (82%) demonstrate an average level of stress resilience, the mean value of which is lower than the peacetime norm.*

*Critically high levels of anxiety were identified: 86% of adolescents have a high level of situational anxiety and 88% have a high level of state anxiety; however, none of the respondents have a low level of anxiety, which significantly exceeds peacetime normative indicators.*

*Among the coping strategies of the respondents, antisocial behaviours predominate. This indicates a tendency among adolescents to employ manipulative and egocentric behavioural strategies in stressful situations. Correlation analysis confirmed a*

*negative association between stress resilience and anxiety, and a positive association with seeking social support.*

*Furthermore, using correlation analysis between stress resilience indicators and SACS coping strategies, it was found that the strongest link is observed between stress resilience and antisocial behaviour, impulsive and assertive behaviours, suggesting that stress-resilient adolescents are generally more active in using various coping strategies, yet their approaches to managing stressful situations are not always constructive.*

**Keywords:** *stress, stress resilience, adolescents, coping strategies*

### References

1. Kokun O. M. Zhyttiistiikist i rezylientnist liudyny v suchasnomu sviti: teoriia, doslidzhennia, praktyka : monohrafiia. Kyiv : Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 2025. 214 s.
2. Prystinska M. S., Kravchuk S. L. Assertyvnist yak chynnyk stresostiikosti osobystosti. Problemy suchasnoi psykholohii. 2022. Vyp. 58. S. 145–162.
3. Chykhantsova O. A. Psykholohichna stiikist osobystosti v umovakh ekstremalnykh sotsialnykh vyklykiv: empirychnе doslidzhennia u konteksti suchasnoi kryzy. Naukovi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriia: Psykholohiia. 2025. Vyp. 3. S. 38–43.
4. Bogdanov S., Girnyk A., Chernobrovkina V. et al. Developing a Culturally Relevant Measure of Resilience for War-Affected Adolescents in Eastern Ukraine. Journal on Education in Emergencies. 2022. Vol. 8, no. 1. P. 1–39.
5. Chambers A. Resilience in Adolescence. New York : Springer, 2019. 284 p.
6. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer, 1984. 445 p.
7. Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. The British Journal of Social Work, 38(2), 218–235.

## ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

УДК: 159.9 DOI: 10.31558/2786-8745.2025.2(7).8  
ОСОБЛИВОСТІ ГЕНДЕРНИХ СТРЕОТИПІВ У  
СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

**Короцінська Юлія Анатоліївна,**  
старший викладач кафедри загальної та  
соціальної психології, Донецький  
національний університет імені Василя Стуса  
ORCID ID: 0000-0002-7273-3962

**Білоус Аліна Євгенівна,**  
здобувач вищої освіти СО Бакалавр,  
спеціальність 053 Психологія  
Донецький національний університет  
імені Василя Стуса

***Анотація.** У статті розглянуто проблему гендерних стереотипів у сучасної молоді як важливий соціально-психологічний феномен, що впливає на формування особистості, міжособистісні взаємини та систему соціальних ролей. Актуальність дослідження зумовлена трансформацією традиційних уявлень про маскуліність і фемінність у сучасному суспільстві, змінами соціокультурного середовища, впливом цифровізації, процесів демократизації та переосмисленням гендерних норм молодим поколінням. Проаналізовано основні наукові підходи до розуміння понять «гендер», «гендерні ролі» та «гендерні стереотипи». Здійснено теоретичний аналіз вітчизняних і зарубіжних досліджень, присвячених проблемі гендерної соціалізації молоді.*

*Представлено результати емпіричного дослідження особливостей прояву гендерних стереотипів у студентської молоді. У дослідженні використано методика діагностики*

психологічної статі С. Бем (BSRI), шкалу гендерних установок AWS, методу дослідження гендерних стереотипів І. Клециної та авторську анкету. Встановлено, що серед більшості респондентів переважає андрогінний тип гендерної ідентичності, який характеризується поєднанням маскулітних і фемінних рис. Виявлено, що дівчата частіше демонструють егалітарні погляди та підтримують рівноправний розподіл соціальних ролей, тоді як юнаки більшою мірою орієнтуються на традиційні гендерні установки. Дослідження засвідчило тенденцію до поступового послаблення традиційних гендерних стереотипів у молодіжному середовищі та формування більш гнучких уявлень щодо ролі чоловіка і жінки у сучасному суспільстві.

Отримані результати можуть бути використані у практичній діяльності психологів, педагогів, соціальних працівників, а також у процесі розробки програм гендерної освіти та формування гендерної культури молоді.

**Ключові слова:** гендер, гендерні стереотипи, гендерні ролі, молодь, студентська молодь, гендерна ідентичність, андрогінність, егалітарні установки.

**Постановка проблеми.** Актуальність дослідження гендерних стереотипів у сучасній молоді зумовлена тим, що суперечність між традиційними гендерними установками та сучасними тенденціями рівноправності нерідко стає джерелом внутрішньоособистісних і міжособистісних конфліктів. Збереження стереотипних уявлень може

обмежувати самореалізацію особистості, впливати на формування самооцінки, професійних орієнтацій, комунікативної поведінки та соціальної активності молодих людей. Водночас поширення егалітарних поглядів і тенденція до гендерної гнучкості сприяють розширенню можливостей особистісного розвитку та формуванню партнерських взаємин.

Проблема гендерних стереотипів має не лише теоретичне, а й важливе практичне значення. Дослідження особливостей гендерних уявлень молоді є необхідним для вдосконалення психологічного супроводу освітнього процесу, розробки програм гендерної просвіти, профілактики дискримінаційних проявів та формування гендерної культури в суспільстві. У зв'язку з цим вивчення психологічних особливостей гендерних стереотипів у сучасної молоді є актуальним напрямом сучасної психологічної науки.

У сучасних умовах суспільного розвитку проблема гендерних стереотипів набуває особливої актуальності, оскільки соціальні трансформації, процеси глобалізації, цифровізації та демократизації суттєво впливають на уявлення молоді про чоловічі та жіночі ролі. Традиційні моделі маскулінності та

фемінності поступово змінюються під впливом нових соціальних норм, що зумовлює переосмислення гендерної поведінки, сімейних ролей, професійної самореалізації та міжособистісної взаємодії. Саме молодь є найбільш чутливою до суспільних змін соціальною групою, тому її гендерні установки відображають сучасні тенденції розвитку суспільства.

Проблема гендерних стереотипів є предметом дослідження багатьох вітчизняних і зарубіжних науковців. Теоретичні аспекти гендеру та гендерної соціалізації висвітлено у працях С. Бем, Ш. Берн, Дж. Батлер, І. Кона, Т. Говорун, О. Кікінежді та інших дослідників. Науковці акцентують увагу на впливі гендерних установок на формування особистості, систему міжособистісних відносин, професійні орієнтації та соціальну поведінку молоді. Водночас сучасні соціальні зміни

зумовлюють необхідність подальшого дослідження трансформації гендерних стереотипів у молодіжному середовищі.

**Метою** статті є дослідження психологічних особливостей прояву гендерних стереотипів у сучасної молоді.

Для досягнення мети поставлено такі **завдання**:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до вивчення гендеру та гендерних стереотипів у сучасній психології.

2. Розкрити психологічну структуру й функції гендерних стереотипів та їх вплив на становлення особистості.

3. Проаналізувати гендерні стереотипи та гендерну ідентичність у сучасної молоді.

4. Дослідити ставлення студентів до гендерних ролей.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Теоретичні основи дослідження гендеру та гендерних стереотипів висвітлені у працях

зарубіжних і вітчизняних учених. Значний внесок у розвиток гендерної психології здійснила Сандра Бем, яка запропонувала концепцію психологічної андрогінності та довела, що поєднання маскулінних і фемінних рис сприяє більшій гнучкості поведінки та адаптивності особистості. Дослідниця розглядала гендерні стереотипи як систему соціальних очікувань, що визначають допустимі моделі поведінки чоловіків і жінок.

Важливий внесок у вивчення гендерної соціалізації зробили Шон Берн, Джудіт Батлер та Ігор Кон. У своїх працях вони наголошували, що гендерні ролі формуються під впливом соціального середовища, культури, виховання та засобів масової інформації. Науковці підкреслювали, що гендерні стереотипи мають історичний і соціокультурний характер

та змінюються відповідно до розвитку суспільства.

Серед українських дослідників проблемою гендерних стереотипів займалися Тетяна Говорун, Олена Кікінежді, Л. Штильова та інші науковці. У їхніх дослідженнях розглядаються особливості формування гендерної ідентичності, вплив гендерних установок на міжособистісні взаємини, професійний вибір та соціальну активність молоді. Дослідники відзначають, що сучасне молодіжне середовище характеризується поступовим послабленням традиційних гендерних норм та поширенням егалітарних поглядів.

Дослідження Н. Кураської засвідчили, що в соціальних мережах закріплюються механізми відтворення гендерної нерівності (наприклад, сексистський контент, об'єктивація образів жінок/чоловіків тощо) [6]. Одночасно ЗМІ можуть виступати й прогресивним

чинником – просвітницькі кампанії, гендерно чутливі матеріали здатні руйнувати стереотипи. Проте загальний інформаційний фон усе ще містить багато типових гендерних стереотипів: у рекламі жінок часто показують як берегинь домашнього вогнища або як об'єкт зовнішньої привабливості, тоді як чоловіків – як лідерів, професіоналів, сильних і емоційно стриманих. Такі образи, багаторазово повторюючись, впливають на молодих людей, закріплюючи в їхній свідомості нормативні очікування щодо власної та протилежної статі [7; 8].

Молодь, вступаючи в соціальне життя, потрапляє під вплив існуючих гендерних схем. Гендерна схема – це когнітивна модель, що включає систему уявлень про риси маскулінності й фемінності, гендерні ролі і поведінку, закріплені у суспільних очікуваннях. На думку Л. Заграй, вона

підтримується психологічною потребою людини поводитися соціально прийнятним чином і відчувати свою внутрішню цілісність [3]. Тобто, юнаки і дівчата схильні приймати ті ролі, що схвалюються їхньою культурою, оскільки це дає відчуття належності і самоцінності.

Психологічні механізми відіграють не менш значущу роль у закріпленні стереотипів. По-перше, гендерні стереотипи виконують когнітивну функцію спрощення дійсності: молодій людині легше класифікувати світ за ознакою статі, сформувавши узагальнені образи «типового» чоловіка чи «типової» жінки. Це допомагає швидко орієнтуватися в соціальних ситуаціях, але спрощення часто призводить до спотворень. По-друге, діє мотиваційний аспект: прагнення відповідати очікуванням своєї групи (родини, друзів,

суспільства) стимулює молодих людей поводитися у межах прийнятих ролей. Наприклад, дівчина може свідомо відмовлятися від «нежіночої» професії, щоб заслужити схвалення оточення, а хлопець – уникати прояву емоцій, щоб не виглядати «слабким» в очах суспільства. Наукові огляди підкреслюють, що багато поведінкових відмінностей між статями формується не стільки під впливом біології, скільки внаслідок соціальних ролей і очікувань, які суспільство нав'язує хлопцям та дівчатам [10]. Зокрема, традиційний розподіл ролей (чоловік як «годувальник», жінка як «берегиня дому») істотно посилює гендерні відмінності з часом, змушуючи молодь підлаштовувати свої здібності й амбіції під ці шаблони [9]. Отже, соціальні стереотипи та культурні очікування впливають на психіку молодої людини, інтеріоризуючись у формі

особистих переконань і самостереотипів.

Аналіз наукових джерел свідчить, що більшість сучасних досліджень присвячені вивченню трансформації гендерних ролей, проблем гендерної рівності та впливу соціальних змін на систему гендерних уявлень. Водночас недостатньо дослідженими залишаються психологічні особливості прояву гендерних стереотипів у сучасній молоді в умовах активних суспільних трансформацій, цифровізації та переосмислення традиційних соціальних ролей. Це зумовлює необхідність подальшого дослідження зазначеної проблематики та визначає актуальність даного дослідження.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** З метою дослідження особливостей гендерних стереотипів у сучасній

молоді було проведено емпіричне дослідження серед студентської молоді віком 18–22 років (60 респондентів, серед яких 27 юнаків та 33 дівчини). У дослідженні використано методику діагностики психологічної статі С. Бем (BSRI), шкалу гендерних установок AWS, методику дослідження гендерних стереотипів І. Клециної та авторську анкету.

Для дослідження гендерної типології особистості здобувачів вищої освіти була застосована методика «Індекс маскулінності-фемінності» С. Бем, яка дозволяє кількісно оцінити рівні маскулінності, фемінності та андрогінності особистості, а також визначити індекс IS – показник переваги одного з полюсів гендерної ідентичності. Отримані результати представлені в таблиці 1.

Таблиця 1.

Показники гендерної ідентичності здобувачів вищої освіти (N=60)

Тип гендерної ідентичності	Юнаки (n=27)	Дівчата (n=33)	t-емп.	p-рівень
Маскулінний	3,42 ± 0,53	3,18 ± 0,49	2,10	p < 0,05
Фемінінний	3,26 ± 0,47	3,59 ± 0,51	2,34	p < 0,05
Індекс IS	-0,37 ± 1,12	+0,96 ± 1,05	3,28	p < 0,01

Результати свідчать про статистично значущу перевагу: маскулінності серед юнаків, порівняно з дівчатами; фемінності серед дівчат, порівняно з юнаками; позитивного індексу IS у дівчат, що вказує на схильність до фемінного типу, у той час як у юнаків індекс зміщено у бік маскулінності. Ці показники підтверджують наявність традиційних уявлень про гендерні ролі серед студентської молоді,

коли відповідні риси (лідерство, рішучість – у хлопців; чутливість, емоційність – у дівчат) залишаються домінуючими ознаками гендерної ідентичності.

Для виявлення змістовних компонентів гендерної ідентичності досліджуваних використовувався тест «Шкала гендерної ідентичності» І. Клециної. Отримані результати представлені в таблиці 2.

Таблиця 2

Показники типу гендерної ідентичності здобувачів вищої освіти (N=60)

Тип гендерної ідентичності	Юнаки (n=27)	Дівчата (n=33)	φ-емп.	p-рівень
Маскулінний	31,0	18,2	0,21	p > 0,05
Фемінінний	13,8	24,3	0,19	p > 0,10
Андрогінний	41,4	45,5	0,07	p > 0,70

Недиференційований	13,8	12,0	0,03	$p > 0,90$
--------------------	------	------	------	------------

Статистично значущих відмінностей між показниками юнаків та дівчат не виявлено. Всі показники  $\phi$ -емпіричного значення нижчі критичних і не досягають рівня  $p < 0,05$ . Це свідчить про те, що попри певні відмінності в процентному розподілі типів гендерної ідентичності, вони не є достовірними з точки зору математичної статистики. Андроґінний тип є найбільш поширеним серед обох груп респондентів (41,4% юнаків і 45,5% дівчат), що свідчить про тенденцію до поєднання маскулінних і фемінних якостей у структурі особистості сучасної молоді. Це узгоджується з концепцією психологічної гнучкості, запропонованою С. Бем, і може розглядатися як ознака адаптивності.

Маскулінний тип частіше зустрічається у юнаків (31,0%) порівняно з дівчатами (18,2%), що

відповідає традиційній статеворольовій соціалізації чоловіків. Однак ця відмінність статистично не значуща, що свідчить про зниження жорстких нормативних очікувань до чоловічої ролі. Фемінінний тип переважає у дівчат (24,3% проти 13,8% у хлопців), однак рівень відмінності також не досягає статистичної значущості. Це може свідчити про зміщення уявлень молоді про жіночність як більш відкриту і саморефлексивну ідентичність.

Недиференційований тип виявлений у 13,8% хлопців та 12,0% дівчат, що свідчить про сформованість гендерної структури у більшості респондентів. Такі результати підтверджують дані інших досліджень про низьку частоту цього типу в молодіжному середовищі.

Для вимірювання ступеня традиційності чи

егалітарності поглядів на соціальні ролі жінок і чоловіків була використана методика «Шкала ставлення до гендерних

ролей» (Д. Спенс і Р. Гелмрейх). Отримані результати представлені в таблиці 3.

Таблиця 3

Показники ставлення респондентів до соціальних ролей жінок і чоловіків (N=60)

	Юнаки (n=27)	Дівчата (n=33)	t- емп.	p- рівень
Загальний індекс AWS	3,18 ± 0,47	3,62 ± 0,44	3,56	p < 0,01
Традиційна орієнтація	3,42 ± 0,51	3,09 ± 0,46	2,45	p < 0,05
Егалітарна орієнтація	3,14 ± 0,49	3,67 ± 0,52	3,21	p < 0,01

Результати показали достовірно вищий загальний індекс егалітарності у дівчат порівняно з юнаками, що вказує на більш позитивне ставлення до гендерної рівності у респонденток. Водночас юнаки частіше схиляються до традиційного бачення ролей жінок і чоловіків. Юнаки підтримують традиційні уявлення щодо гендерних ролей, наприклад, обмеження ролі

жінки домогосподаркою, домінування чоловіка в суспільстві тощо. Дівчата схильні визнавати необхідність гендерної рівності у професійній, політичній, сімейній сферах.

Для виявлення гендерних стереотипів у здобувачів вищої освіти застосовувалася авторська анкета, результати за якою представлені в таблицях 4-8.

Таблиця 4

Загальні показники гендерних стереотипів здобувачів вищої освіти (N=60)

Блок анкети	Юнаки (n=27)	Дівчата (n=33)	t- емп.	p- рівень
Блок 1. Уявлення про ролі чоловіка і жінки	3,42 ± 0,52	3,05 ± 0,47	2,58	p < 0,05
Блок 2. Гендерні риси особистості	3,26 ± 0,48	3,11 ± 0,50	1,21	p > 0,20
Блок 3. Сучасні соціальні зміни та гендерна рівність	3,48 ± 0,56	3,79 ± 0,50	2,30	p < 0,05
Блок 4. Гендерні очікування у стосунках	3,33 ± 0,49	3,15 ± 0,44	1,68	p ≈ 0,10
Інтегральний показник традиційності (середнє блоків 1–2)	3,34 ± 0,50	3,08 ± 0,46	2,15	p < 0,05
Інтегральний показник егалітарності (середнє блоків 3–4)	3,40 ± 0,53	3,59 ± 0,47	1,94	p < 0,05

Аналіз результатів анкетування показав наявність гендерних відмінностей у сприйнятті ролей, очікувань і соціальних уявлень у хлопців та дівчат. Із загального порівняння видно, що юнаки частіше демонструють прихильність до традиційних гендерних ролей, тоді як дівчата — до більш егалітарних уявлень.

Узагальнений аналіз результатів анкетування дозволив виокремити інтегральні показники традиційності та егалітарності як ключові маркери гендерних установок студентської молоді. Індекс традиційності виявився істотно вищим у юнаків порівняно з дівчатами (p < 0,05), що свідчить про більшу схильність до

патріархального сприйняття гендерних ролей серед молодих чоловіків. Цей показник є узагальненим вираженням таких уявлень, як очікування домінантної ролі чоловіка в сім'ї, перевага традиційного розподілу обов'язків і невизнання альтернативних

форм гендерної ідентичності. Водночас дівчата продемонстрували вищий рівень егалітарності ( $p < 0,05$ ), що відображає високий ступінь прийняття сучасних норм рівності, толерантності та варіативності гендерних ролей.

Таблиця 5

Показники уявлень про ролі чоловіка і жінки у здобувачів вищої освіти (N=60)

Твердження	Юнаки (n=27)	Дівчата (n=33)	t- емп.	p- рівень
1. Чоловік має бути головним у сім'ї	4,00 ± 0,80	3,33 ± 0,84	2,96	p < 0,01
2. Жінка більше підходить для виховання дітей	3,70 ± 0,77	3,39 ± 0,82	1,52	p > 0,10
3. Кар'єра важливіша для чоловіка, ніж для жінки	3,63 ± 0,90	3,03 ± 0,81	2,62	p < 0,05
4. Домашні справи — це переважно обов'язок жінки	3,44 ± 0,87	3,09 ± 0,75	1,69	p ≈ 0,10
5. Чоловік повинен заробляти більше, ніж жінка	3,32 ± 0,80	2,97 ± 0,78	1,73	p ≈ 0,09

Дослідження засвідчило, що юнаки виявили значно вищий рівень підтримки

традиційних ролей порівняно з дівчатами, що підтверджено статистично достовірним результатом (t

= 2,58,  $p < 0,05$ ). Це означає, що чоловіча частина студентської вибірки загалом більше підтримує патріархальні уявлення про гендерні ролі. Найбільші розбіжності виявлено у відповідях на такі твердження:

«Чоловік має бути головним у сім'ї» — серед юнаків рівень згоди значно

вищий ( $p < 0,01$ ), що вказує на сприйняття чоловічої домінуючої позиції у родинній системі як «нормальної».

«Кар'єра важливіша для чоловіка, ніж для жінки» — частка юнаків, які підтримали це твердження, також була достовірно вищою ( $p < 0,05$ ).

Таблиця 6

Показники оцінки гендерних рис особистості здобувачами вищої освіти (N=60)

Твердження	Юнаки (n=27)	Дівчата (n=33)	t- емп.	p- рівень
1. Чоловікам не личить плакати	3,26 ± 1,03	2,76 ± 1,02	1,93	$p \approx$ 0,06
2. Жінки менш здатні до логічного мислення	2,85 ± 0,89	2,48 ± 0,83	1,68	$p \approx$ 0,10
3. Чоловіки агресивніші та владні	3,41 ± 0,82	3,09 ± 0,74	1,68	$p \approx$ 0,10
4. Жінки не можуть бути хорошими керівниками	2,70 ± 0,88	2,45 ± 0,79	1,11	$p >$ 0,25
5. Ідеально, коли жінка ніжна, а чоловік сильний	4,22 ± 0,68	4,15 ± 0,71	0,42	$p >$ 0,60

У другому блоці авторської анкети, що стосувався гендерно-стереотипних рис

особистості, не було зафіксовано статистично значущих відмінностей між юнаками й дівчатами. Це

може вказувати на формальне зниження гендерної поляризації в уявленнях молоді про «чоловічі» та «жіночі» риси. Проте окремі твердження у цьому блоці виявили тенденції до збереження стереотипів, зокрема: «Чоловікам не личить плакати» — ( $p \approx 0,06$ ), що свідчить про часткову інтерналізацію ідеї емоційної стриманості у чоловіків; «Чоловіки агресивніші та владні» — ( $p \approx 0,10$ ), що підкреслює збереження уявлень про домінантність чоловічої ролі у сприйнятті молоді. Ці результати, хоча й не дістали статистичної значущості, є показовими у світлі досліджень сучасних науковців, які вказують на стійкість глибинних

установок щодо маскулінності.

Отже, хоча отримані результати не вказують на значущу статистичну різницю між групами, якісний аналіз відповідей підтверджує глибоко вкорінені уявлення про «гендерно марковані» риси особистості. Молодь — і особливо юнаки — демонструє схильність до сприйняття традиційної маскулінності як соціальної норми. Таким чином, ці результати узгоджуються з науковими спостереженнями про повільне викорінення гендерних стереотипів у сфері особистісних характеристик, попри загальну тенденцію до лібералізації суспільних уявлень.

Таблиця 7

Показники уявлень здобувачів освіти щодо сучасних соціальних змін та гендерної рівності (N=60)

Твердження	Юнаки (n=27)	Дівчата (n=33)	t- емп.	p- рівень
1. Рівність чоловіків і жінок уже досягнута	3,67 ± 0,83	3,39 ± 0,74	1,47	p > 0,10

2. Жінки мають більше можливостей, ніж чоловіки	3,29 ± 0,77	3,55 ± 0,70	1,35	p > 0,10
3. Гендерна рівність — природна цінність	3,76 ± 0,70	4,18 ± 0,67	2,42	p < 0,05
4. Гендерні квоти потрібні	3,33 ± 0,69	3,67 ± 0,66	1,89	p ≈ 0,06
5. Людина має право обирати гендерну ідентичність	3,36 ± 0,82	3,85 ± 0,73	2,37	p < 0,05

Дослідження показало, що дівчата демонструють вищий рівень прийняття ідеї гендерної рівності, ніж юнаки, і ця різниця є статистично значущою ( $t = 2,30$ ,  $p < 0,05$ ). Це свідчить про глибшу орієнтацію дівчат на цінності егалітаризму та відкритість до сучасних трансформацій гендерної культури. Найвиразніше ця тенденція простежується в таких твердженнях: «Гендерна рівність — природна цінність» ( $p < 0,05$ ), що вказує на сприйняття гендерної рівності як

невід’ємної частини гуманістичних цінностей; «Людина має право обирати гендерну ідентичність» ( $p < 0,05$ ), що демонструє відкритість до плюралізму в особистісній ідентичності. Ці дані є підтвердженням загальносвітових тенденцій, описаних у сучасній науковій літературі, зокрема — активного прийняття егалітарних уявлень жінками молодшого покоління, що пояснюється їх особистим досвідом соціального несприйняття дискримінаційних норм.

Таблиця 8

Показники гендерних очікувань у стосунках у здобувачів освіти (N=60)

Твердження	Юнаки (n=27)	Дівчата (n=33)	t- емп.	p- рівень
1. На побаченні ініціатива має належати чоловікові	3,93 ± 0,78	3,61 ± 0,80	1,55	p > 0,10
2. Якщо жінка першою проявляє симпатію — це неправильно	3,59 ± 0,81	3,24 ± 0,76	1,74	p ≈ 0,09
3. Головне у стосунках — щоб чоловік був сильним і забезпеченим	3,70 ± 0,88	3,42 ± 0,84	1,25	p > 0,20
4. Чоловіки й жінки не зрозуміють одне одного повністю	3,33 ± 0,84	3,09 ± 0,73	1,20	p > 0,20
5. Дружба між чоловіком і жінкою завжди має романтичний підтекст	3,74 ± 0,90	3,24 ± 0,80	2,12	p < 0,05

У цьому блоці анкети виявлено тенденцію до підтримки традиційних гендерних уявлень серед юнаків, хоча різниця між статевими групами не є статистично значущою на критичному рівні. Така незначна, але наявна тенденція може бути свідченням часткової збереженості гендерних стереотипів, особливо у сфері міжособистісних стосунків. Найбільш показовим є твердження:

«Дружба між чоловіком і жінкою завжди має романтичний підтекст» (p < 0,05), яке значно частіше підтримували юнаки, що вказує на стереотипізоване сприйняття гендерної взаємодії, де жінка сприймається передусім як потенційна сексуальна партнерка, а не рівноправна соціальна особистість.

Результати анкетування показали, що значна частина молоді вважає гендерні стереотипи

застарілими, однак окремі традиційні установки продовжують впливати на уявлення про професійну діяльність, сімейні ролі та особливості поведінки чоловіків і жінок. Отримані результати свідчать про поступову трансформацію гендерних установок сучасної молоді та поширення тенденції до гендерної рівності.

#### **Висновки.**

Результати емпіричного дослідження дали змогу виявити основні особливості формування та прояву гендерних стереотипів у сучасному молодіжному середовищі, що відображають трансформаційні процеси українського суспільства. У структурі гендерної ідентичності молоді простежується поєднання традиційних і більш гнучких уявлень про чоловічі та жіночі ролі. Дівчата виявили більшу схильність до поєднання маскуліних і фемінних рис, тоді як юнаки частіше орієнтуються на традиційні

моделі гендерної самопрезентації.

Дослідження показало, що сприйняття соціальних ролей чоловіків і жінок має виражені статеві відмінності. Юнаки частіше підтримують традиційні уявлення про домінуючу роль чоловіка у сімейній, професійній та суспільній сферах, тоді як дівчата демонструють більш егалітарні установки та позитивне ставлення до принципів гендерної рівності. У сфері міжособистісних взаємин зберігається тенденція до гендерної асиметрії, яка проявляється у підтримці частиною респондентів традиційних уявлень про міжстатеву взаємодію та романтичний характер стосунків між чоловіками й жінками.

Отримані результати також засвідчили відмінності у ставленні молоді до сучасних соціальних змін, пов'язаних із гендерною рівністю. Дівчата частіше підтримують ідеї

гендерного плюралізму, право особистості на вільний вибір ідентичності та необхідність подолання стереотипних уявлень. Юнаки виявляють більшу схильність до збереження традиційних гендерних норм і більш стримане ставлення до сучасних трансформацій у гендерній сфері.

Загалом результати дослідження свідчать про наявність помірної гендерної поляризації у світогляді сучасної молоді, що проявляється у більшій традиційності поглядів

юнаків та більшій егалітарності дівчат. Виявлені особливості вказують на те, що молодь є носієм як сучасних прогресивних уявлень про гендер, так і стереотипних моделей, сформованих у процесі соціалізації. Це підтверджує актуальність розробки психологічних і педагогічних програм, спрямованих на формування гендерно зрілої, гнучкої та недискримінаційної особистості студентської молоді.

### Список літератури

1. Волосевич І., Прочуханова О., Стрельник О. Гендерні стереотипи та ролі очима молоді: до і після початку повномасштабної російської агресії. Звіт за результати дослідження. 2022 р. 88 с. <https://surl.li/mgbvuf>
2. Єрмолаєва Т. Гендерні стереотипи у сучасному українському суспільстві. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Педагогіка і психологія.* 2017. № 1. С. 92–96. <https://surl.li/osfibu>
3. Заграй Л. Д. Теорії гендеру: гендерні дослідження у психології: навч. посіб. Івано-Франківськ: Петраш К.Т. 2019. 263 с.
3. Кіосе А.С. Гендерні стереотипи «фемінізму-маскулізму» в соціальних уявленнях студентської молоді. *Сталий розвиток суспільства та держави: сучасні виклики та напрямки розвитку: матер. Всеукр. наук. конф. молодих вчених,*

м. Одеса, 18 листоп. 2022 р. Одеса, 2022. С. 241–243.  
<https://surli.cc/nugslr>

4. Куравська Н., Вітюк Н., Пінчук І. Психологічні особливості гендерної соціалізації студентів ЗВО. *Психологія особистості*. 2022. Т.12, №1. С. 64–72. <https://surli.li/swcxvi>  
Куравська Н. Гендерні стереотипи як джерело гендерної дискримінації та сексизму. *Соціальна психологія*. 2018. № 22. С. 55–61.

5. Літвінова О. Вплив гендерних стереотипів на спосіб життя сучасної молоді. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Т. 7. Вип. 15. С. 182–186.

6. Синякова В. Гендерні стереотипи та цінності сучасного українського суспільства. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія Психологія*. 2016. Вип.2(5). С. 72–74.

7. Чуйко О. М., Куравська Н. В. Гендер і кар'єра: навч. посіб. Івано-Франківськ: Супрун В.П., 2019. 372 с.

8. Ellemers N. Gender Stereotypes. *Annual review of psychology*. Vol. 69. 2017. P. 275-298.

## CHARACTERISTICS OF GENDER STEREOTYPES AMONG TODAY'S YOUTH

**Yuliia Korotsinska**

**Alina Bilous**

***Abstract.** This article examines the issue of gender stereotypes among today's youth as an important sociopsychological phenomenon that influences personality development, interpersonal relationships, and the system of social roles. The relevance of the study stems from the transformation of traditional notions of masculinity and femininity in contemporary society, changes in the sociocultural environment, the impact of digitalization and democratization processes, and the younger generation's rethinking of gender norms.*

*This article analyzes the main academic approaches to understanding the concepts of “gender,” “gender roles,” and “gender stereotypes.” A theoretical analysis of domestic and international studies on the issue of gender socialization among young people is presented.*

*The results of an empirical study on the characteristics of gender stereotypes among college students are presented. The study utilized S. Bem’s Biological Sex Role Inventory (BSRI), the AWS Gender Attitudes Scale, I. Kletcina’s method for studying gender stereotypes, and an original questionnaire. It was found that the androgynous type of gender identity, characterized by a combination of masculine and feminine traits, predominates among the majority of respondents. It was found that girls are more likely to hold egalitarian views and support an equal distribution of social roles, whereas boys tend to adhere more closely to traditional gender norms. The study revealed a trend toward the gradual weakening of traditional gender stereotypes among young people and the formation of more flexible views regarding the roles of men and women in modern society.*

*The findings can be applied in the professional practice of psychologists, educators, and social workers, as well as in the development of gender education programs and the cultivation of a gender-sensitive culture among young people.*

*Keywords: gender, gender stereotypes, gender roles, youth, college students, gender identity, androgyny, egalitarian attitudes.*

**Keywords:** *gender, gender stereotypes, gender roles, youth, college students, gender identity, androgyny, egalitarian attitudes.*

## **References**

1. Volosevych I., Prochukhanova O., Strelnyk O. (2022) *Henderni stereotypy ta roli ochyma molodi: do i pislia pochatku povnomasshtabnoi rosiiskoi ahresii.* [Gender Stereotypes and Roles as Seen by Young People: Before and After the Start of Full-Scale Russian Aggression] *Zvit za rezultaty doslidzhennia.* [Research Report.], 88p.

2. Yermolaieva T. (2017) *Henderni stereotypy u suchasnomu ukrainskomu suspilstvi.*[Gender Stereotypes in Contemporary Ukrainian Society.] *Visnyk Universytetu imeni Alfreda Nobelia. Serii: Pedagogika i psykholohiia.* [Bulletin of Alfred Nobel University. Series: Pedagogy and Psychology.], 1,92-96
3. Zahrai L. D. (2019) *Teorii henderu: henderni doslidzhennia u psykholohii: navch. posib* [Gender Theories: Gender Studies in Psychology: Textbook]. Ivano-Frankivsk, 263.
4. Kiose A.S. (2022) *Henderni stereotypy «feminizmu-maskulizmu» v sotsialnykh uiavlenniakh studentskoi molodi.* [Gender Stereotypes of “Feminism-Masculism” in the Social Perceptions of Student Youth.] *Stalyi rozvytok suspilstva ta derzhavy: suchasni vyklyky ta napriamky rozvytku : mater. Vseukr. nauk. konf. molodykh vchenykh.* [Sustainable Development of Society and the State: Contemporary Challenges and Directions of Development: Proceedings of the All-Ukrainian Scientific Conference of Young Scientists], Odessa, 241–243.
5. Kuravska N., Vitiuk N., Pinchuk I. (2022) *Psykholohichni osoblyvosti hendernoi sotsializatsii studentiv ZVO.* [Psychological Features of Gender Socialization of Higher Education Students.] *Psykholohiia osobystosti.* [Personality Psychology.] Vol.12, №1, 64–72.
6. Kuraska N. (2018) *Henderni stereotypy yak dzherelo hendernoi dyskryminatsii ta seksyzmu.* [Gender Stereotypes as a Source of Gender Discrimination and Sexism.] *Sotsialna psykholohiia.* [Social Psychology.] 22, 55–61.
7. Litvinova O. (2019) *Vplyv hendernykh stereotypiv na sposib zhyttia suchasnoi molodi.* [The Influence of Gender Stereotypes on the Lifestyle of Contemporary Youth] Vol.7. 15, 182–186.
8. Syniakova V. (2016) *Henderni stereotypy ta tsinnosti suchasnoho ukrainskoho suspilstva.* [Gender Stereotypes and Values of Modern Ukrainian Society.] *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Serii Psykholohiia.* [Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. Psychology Series.] Issue.2(5). C. 72–74.

9. Chuiko O. M., Kuravska N. V. (2019) *Hender i kariera: navch. posib.* [Gender and Career: Textbook.] Ivano-Frankivsk, 372.

## **СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВ'Я**

**УДК: 159.944.4-05865 DOI: 10.31558/2786-8745.2025.2(7).9  
ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО  
ВИСНАЖЕННЯ ВЕТЕРАНІВ ТА ЧЛЕНІВ ЇХ РОДИН**

**Соловей-Лагода Оксана Анатоліївна,**

к.психол.н, доцент  
доцент кафедри кризової та клінічної  
психології Донецький національний  
університет імені Василя Стуса

**Проніна Ольга Віталіївна,**  
здобувачка спеціальності 053 «Психологія»  
Донецький національний університет  
імені Василя Стуса

***Анотація.** У статті здійснено теоретичний аналіз проблеми психоемоційного виснаження ветеранів і членів їхніх родин в умовах тривалого воєнного конфлікту. Визначено, що психоемоційне виснаження є складним багатовимірним феноменом, який формується під впливом тривалого стресу, травматичного досвіду, дефіциту ресурсів та порушення адаптаційних механізмів. Встановлено, що у ветеранів психоемоційне виснаження проявляється через емоційну спустошеність, тривожність, дратівливість, соціальну ізоляцію, порушення сну, когнітивні труднощі та екзистенційні кризи, тоді як у членів родин ветеранів психоемоційне виснаження частіше пов'язано з постійною напругою, очікуванням небезпеки та адаптацією до зміненої поведінки ветерана.*

*Результати емпіричного дослідження засвідчили високий рівень психоемоційного виснаження в обох групах респондентів.*

*Встановлено, що ветерани характеризуються більш вираженими проявами деперсоналізації та редукації особистісних досягнень, тоді як у членів родин ветеранів домінує емоційне виснаження. Дослідження за шкалою DASS-21 показало, що ветерани демонструють вищі показники депресивних переживань, що проявляються у пригніченості, втраті життєвого сенсу, ангедонії та зниженні активності. У членів родин ветеранів більш вираженим є рівень тривоги, який супроводжується хронічним напруженням, занепокоєнням та емоційною нестабільністю. Водночас високі показники стресу виявлено в обох групах, що свідчить про наявність тривалого психоемоційного напруження та ризику подальшої дезадаптації. Результати вивчення особливостей адаптації ветеранів та членів їх родин дозволили встановити, що ветерани мають достовірно нижчі показники задоволення собою, ситуацією, міжособистісними стосунками, функціональним станом та життєдіяльністю загалом, що свідчить про труднощі соціально-психологічної реадaptaції після бойового досвіду. Члени родин ветеранів демонструють вищий рівень соціального функціонування, однак також переживають хронічне напруження та адаптаційний стрес.*

*Результати дослідження копінг-стратегій підтвердили існування двох відмінних моделей стресоподолання. У ветеранів переважає проблемно-орієнтований стиль, який характеризується прагненням до контролю ситуації, самостійності та раціонального вирішення проблем. У членів родин ветеранів домінує соціально-емоційна модель подолання, що включає активний пошук підтримки, емоційну переробку переживань та вищий рівень афективного реагування.*

**Ключові слова:** *психоемоційне виснаження, ветерани, члени родин ветеранів, вторинна травматизація, деперсоналізація, адаптація, допінг-стратегії.*

**Постановка проблеми.** Сучасні соціально-політичні умови України, пов'язані з тривалими воєнними подіями, суттєво впливають

на психічне здоров'я населення. Однією з найбільш уразливих категорій є ветерани бойових дій та члени їхніх родин, які зазнають наслідків хронічного стресу, травматичних переживань і складних процесів соціально-психологічної адаптації. У цьому контексті особливої актуальності набуває проблема психоемоційного виснаження та психологічного відновлення особистості.

Психоемоційне виснаження розглядається сучасною психологічною наукою як багатовимірний психічний стан, що формується внаслідок тривалого впливу стресових факторів та супроводжується виснаженням емоційних, когнітивних, поведінкових і адаптаційних ресурсів особистості. Для ветеранів бойових дій характерним є поєднання психоемоційного виснаження з проявами посттравматичного

стресового розладу, депресивних і тривожних станів, порушенням міжособистісної взаємодії та кризою особистісної ідентичності.

Водночас психоемоційне виснаження характерне не лише для ветеранів, але і для членів їхніх родин. Тривале емоційне включення у переживання ветерана, необхідність адаптації до зміненої поведінки близької людини та постійна напруга створюють умови для розвитку вторинної травматизації, емоційного виснаження та сімейної дезадаптації.

### **Аналіз останніх досліджень та публікацій.**

Проблематика психологічного відновлення ветеранів та членів їхніх родин є предметом дослідження як зарубіжних, так і вітчизняних науковців. Значний внесок у вивчення травматичного стресу, механізмів подолання та посттравматичного зростання зробили Ван дер

Колк, Дж. Герман, Р. Лазарус, С. Фолкман, С. Хобфол, К. Маслач та інші [5, 6, 7, 8].

**Метою** статті є теоретичний аналіз та емпіричне вивчення особливостей психоемоційного виснаження ветеранів і членів їхніх родин.

**Виклад основного матеріалу.** У сучасних дослідженнях підкреслюється, що психоемоційне виснаження має трансдіагностичний характер, тобто може проявлятися в межах різних психічних і соматичних станів, включаючи депресію, тривожні розлади та посттравматичні стани.

Однією із найбільш поширених та відомих концепцій, що пояснює феномен емоційного виснаження є концепція емоційного вигорання, розроблена К. Маслач. У межах цієї теорії психоемоційне виснаження розглядається як центральний компонент синдрому вигорання та

описується як відчуття «спустошеності», втрати енергії та неможливості продовжувати діяльність на попередньому рівні залученості. Саме цей компонент вважається ядром вигорання і найбільш чутливим індикатором психоемоційного неблагополуччя [8].

У межах теорії стресу, запропонованої Р. Лазарус та С. Фолкман, психоемоційне виснаження розглядається як наслідок тривалого дисбалансу між вимогами середовища та ресурсами особистості.

Ключовим механізмом є когнітивна оцінка ситуації: якщо людина сприймає вимоги як такі, що перевищують її можливості, і не має ефективних копінг-стратегій, виникає стан хронічного стресу, що поступово трансформується у виснаження. Цей підхід підкреслює процесуальний характер виснаження та його залежність від суб'єктивного сприйняття ситуації.

Важливим напрямом у розумінні емоційного виснаження є ресурсний підхід, розроблений С. Хобфолом. Згідно з цією теорією, психоемоційне виснаження виникає внаслідок втрати ресурсів (енергії, соціальної підтримки, статусу), загрози їх втрати або ж недостатнього відновлення ресурсів. Цей підхід дозволяє розглядати виснаження не лише як реакцію на стрес, а як результат тривалого дефіциту ресурсів, що особливо актуально у контексті війни та травматичного досвіду [7].

Сучасні дослідники, зокрема В. Шауфелі, розглядають виснаження як частину динамічного процесу, що розгортається у часі. Було доведено, що емоційне виснаження тісно пов'язане з іншими компонентами вигорання і може виступати як причиною, так і наслідком інших психологічних змін. У цих моделях підкреслюється

поступовість розвитку виснаження, взаємозв'язок когнітивних і емоційних процесів, роль соціального контексту [9].

У вітчизняній психології проблема психоемоційного виснаження традиційно розглядається через призму емоційного вигорання, психічної адаптації та стресостійкості особистості. Значний внесок у дослідження цього феномена зробили такі науковці, як Т. Яценко, С.Максименко, Л.Карамушка та ін.

С. Максименко розглядає психоемоційне виснаження як результат порушення цілісності особистості та її життєвого шляху. У цьому контексті важливу роль відіграють смисложиттєві орієнтації, внутрішні конфлікти, рівень самореалізації [2].

Л. Карамушка акцентує увагу на впливі організаційного та соціального середовища. Виснаження розглядається як наслідок

перевантаження, низької соціальної підтримки, професійної дезадаптації [1].

Т. Яценко інтерпретує психоемоційне виснаження як прояв глибинних внутрішніх конфліктів і неусвідомлених переживань, що накопичуються і призводять до психічного виснаження [4].

Отже, психоемоційне виснаження є складним психічним станом, що виникає внаслідок тривалого впливу стресових і травматичних факторів та характеризується зниженням емоційних, когнітивних і адаптаційних ресурсів особистості.

Психоемоційне виснаження у контексті ветеранів та членів їхніх родин набуває специфічних характеристик, зумовлених впливом тривалого травматичного досвіду, хронічного стресу та складних процесів реадaptaції. Психоемоційне виснаження ветеранів формується під впливом

інтенсивних психотравмуючих факторів, пов'язаних із участю у бойових діях, перебуванням у ситуаціях загрози життю та необхідністю постійної мобілізації психічних ресурсів.

Психологічний стан членів родин ветеранів є складною системною реакцією на наслідки війни, що опосередковано впливають на сімейну систему через досвід військової травматизації одного з її членів. У сучасній психологічній літературі дедалі більше уваги приділяється феномену вторинної травматизації, який виникає у близьких осіб як відповідь на тривале емоційне залучення у переживання травматичного досвіду ветерана.

У цьому контексті сім'я розглядається не лише як соціальна підтримуюча система, але і як простір потенційного психоемоційного перевантаження, де

формується специфічний тип дистресу, пов'язаний із постійною напругою, очікуванням небезпеки та адаптацією до зміненої поведінки ветерана.

З метою емпіричного вивчення особливостей психоемоційного виснаження ветеранів та членів їх родин нами було використано наступні методики: опитувальник Maslach Burnout Inventory (MBI), шкала депресії, тривоги та стресу (DASS-21), опитувальник оцінки стану адаптації “Осада”

(С.І. Яковенко), опитувальник дослідження стресу та копінг-стратегій (COPE Inventory).

Аналіз результатів дослідження емоційного вигорання серед ветеранів засвідчив, що за шкалою «емоційне виснаження» високий рівень емоційного виснаження притаманно 37,5% ветеранам; середній рівень простежується у 56,3% ветеранів та низький рівень виявлено лише у 6,2% опитуваних (див. рис.1).

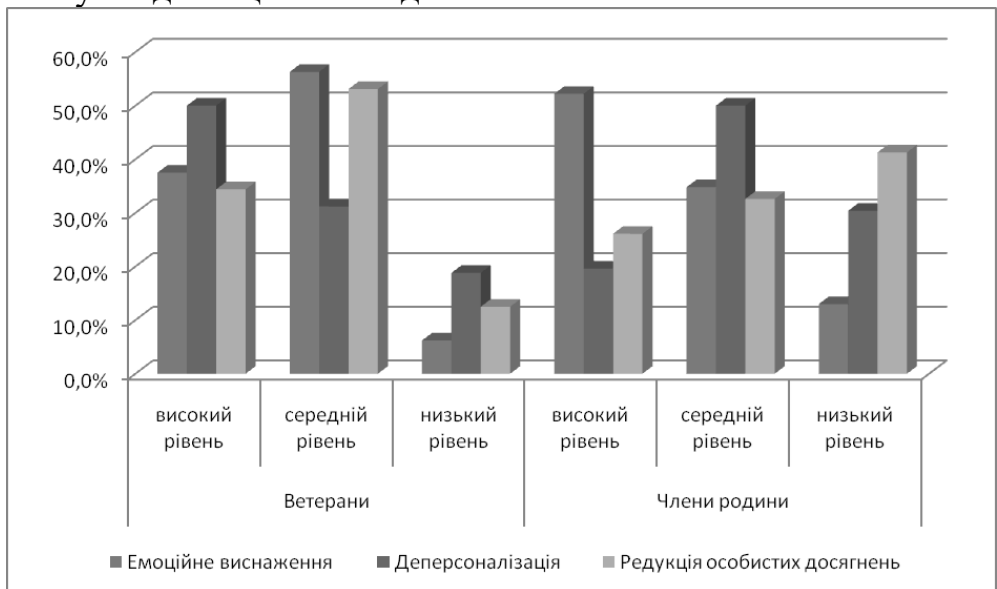


Рис. 1. Порівняльний аналіз результатів ветеранів та членів їх родин за методикою MBI

За шкалою «деперсоналізації» високий рівень притаманний 50% опитуваним, середній рівень виявлено у 31,2% ветеранів та низький рівень виявлено у 18,8% осіб.

За шкалою «редукція особистісних досягнень» виявлено таке ранжування балів: високий рівень притаманний 34,4% опитуваних, середній рівень виявлено у 53,1% ветеранів та низький рівень притаманний 12,5% досліджуваних.

У вибірці досліджуваних, які є членами родин ветеранів виявлено наступні особливості прояву емоційного вигорання: за шкалою «емоційне виснаження» високий рівень емоційного виснаження притаманно 52,2% членів родин ветеранів; середній рівень простежується у 34,8% членів родин ветеранів та низький рівень виявлено у 13% опитуваних цієї групи.

За шкалою «деперсоналізації» високий

рівень прояву деперсоналізації притаманний 19,6% опитуваним, середній рівень виявлено у 50% членів родин ветеранів та низький рівень виявлено у 30,4% осіб. За шкалою «редукція особистісних досягнень» для 26,1% членів родин характерним є високий рівень прояву, середній рівень редукції зафіксовано у 32,6% членів родин ветеранів та низький рівень у 41,3% досліджуваних цієї групи. Отже, ветерани демонструють вищий рівень деперсоналізації та редукції особистих досягнень, тоді як у членів родини ветеранів фіксується високий рівень емоційного вигорання, що вказує на системний характер навантаження та тривалий період переживання стресу.

Результати дослідження за шкалою депресії, тривоги та стресу (DASS-21) засвідчили, що у вибірці ветеранів значно вищі показники за шкалою

депресії, аніж у групі членів родини ветеранів (див. рис.2). Отримані результати вказують, що ветерани переживають такі стани, як пригнічення, втрата сенсу життя, самознецінення, відсутність інтересу, нездатність відчувати задоволення (ангедонія) та

млявість. У групі членів родини ветеранів переважає середній рівень за цією шкалою, що вказує на необхідність роботи з психологом для опрацювання вказаних негативних переживань та станів.

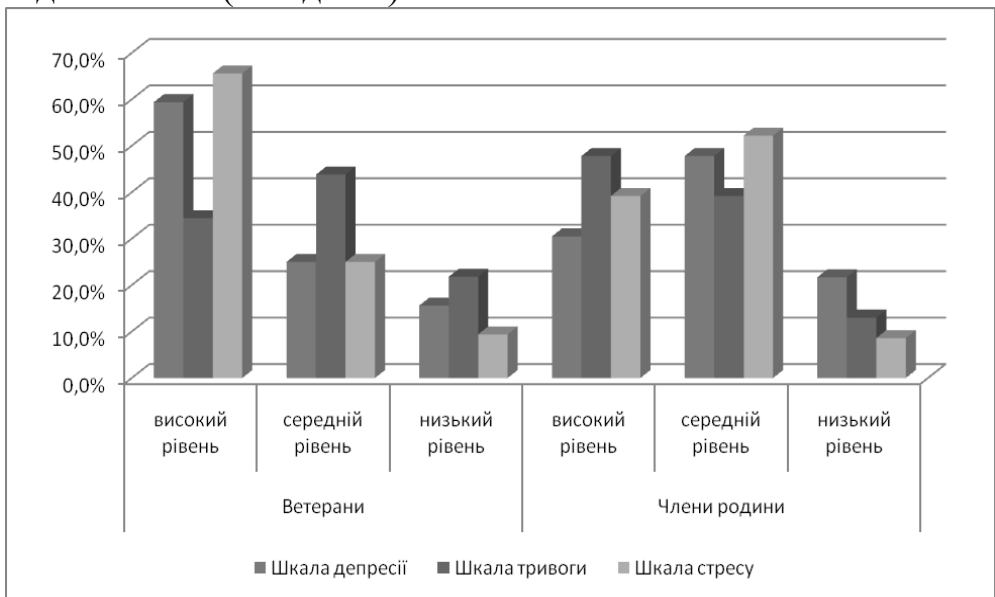


Рис. 2. Результати дослідження за шкалою депресії, тривоги та стресу (DASS-21)

За шкалою тривоги вищі показники виявлено у вибірці членів родини ветеранів, що вказує на переважання ознак збудження, напруження м'язів, відчуття тривоги в конкретних ситуаціях і загальне суб'єктивне

занепокоєння у дружин, дітей, батьків ветеранів. У групі досліджуваних, респондентами якої були ветерани, бачимо переважання середнього рівня прояву тривоги, що може інтерпретуватись як ситуації прояву реактивної

тривоги на конкретні фактори небезпеки/загрози фізичному благополуччю.

Показники за школою стресу високі у обох групах досліджуваних, що свідчить про хронічне психоемоційне напруження, включно з труднощами у розслабленні, дратівливістю, імпульсивністю, підвищеною збудливістю тощо.

Результати, отримані за опитувальником оцінки

стану адаптації “Осада” дозволив оцінити рівень задоволення собою, своїм психічним станом; задоволення ситуацією, її динамікою; задоволення сферою міжособистісних стосунків; задоволення своїм функціональним станом та задоволення життєдіяльністю у двох групах досліджуваних.

Отримані середні значення за кожною шкалою у двох групах досліджуваних представлено у табл. 1.

Таблиця 1

**Результати дослідження за методикою оцінки стану адаптації “Осада” (С.І. Яковенко)**

<b>Шкала</b>	<b>Ветерани (n=32) M ± SD</b>	<b>Члени родини (n=46) M ± SD</b>
1. Задоволення собою	48.6 ± 8.4	56.2 ± 7.1
2. Задоволення ситуацією	44.1 ± 9.2	52.8 ± 8.3
3. Міжособистісні стосунки	46.3 ± 7.9	58.7 ± 6.5
4. Функціональний стан	42.5 ± 8.7	55.4 ± 7.4
5. Життєдіяльність	45.8 ± 8.1	57.9 ± 6.9

Результати дослідження засвідчили наявність статистично значущих відмінностей між ветеранами та членами їхніх родин за всіма шкалами опитувальника «Осада» ( $p < 0.001$ ). Ветерани характеризуються достовірно нижчим рівнем задоволення собою, ситуацією, міжособистісними стосунками, функціональним станом та життєдіяльністю загалом. Найбільші відмінності виявлено у сфері міжособистісних стосунків та функціонального стану, що може свідчити про складність соціально-психологічної реадаптації після участі у бойових діях.

Найнижчі середні показники у групі ветеранів за шкалою задоволення функціональним станом ( $M = 42.5$ ) та задоволення

ситуацією ( $M = 44.1$ ). Це може вказувати на соматичне виснаження, постстресові прояви, труднощі прийняття нової життєвої ситуації, знижену суб'єктивну ефективність.

Члени родин демонструють відносно високий рівень задоволення міжособистісними стосунками ( $M = 58.7$ ), збережену життєву активність ( $M = 57.9$ ). Однак помірне зниження показників за шкалою «задоволення ситуацією» ( $M = 52.8$ ) може відображати переживання хронічного напруження та адаптаційного стресу.

Останнім нами був використаний опитувальник дослідження стресу та копінг-стратегій (COPE Inventory). Узагальнені результати представлено у табл.2.

Таблиця 2

### Результати дослідження стресу та копінг-стратегій (COPE Inventory)

Копінг-стратегії	Ветерани (n=32)	Члени родини (n=46)	T	P
Проблемно-орієнтовані	42.3 ± 6.1	38.6 ± 5.8	2.78	0.007
Емоційно-орієнтовані	34.1 ± 7.0	40.2 ± 6.2	-4.10	<0.001
Стратегії підтримки	31.7 ± 6.4	41.5 ± 5.9	-6.73	<0.001
Стратегії уникнення	29.8 ± 7.5	33.9 ± 6.8	-2.46	0.016

Отримані результати засвідчили статистично значущі відмінності між ветеранами та членами їхніх родин за всіма шкалами COPE Inventory.

Найбільші міжгрупові відмінності виявлено за шкалою стратегій підтримки ( $d = 1.59$ ), що свідчить про суттєво вищу орієнтацію членів родини на пошук соціальної та емоційної підтримки.

Ветерани характеризуються домінуванням проблемно-орієнтованих стратегій ( $M = 42.3$ ), відносно нижчим рівнем стратегій підтримки, помірним використанням стратегій уникнення. Такий

профіль може відображати орієнтацію на контроль і вирішення ситуації, установку на самостійність, знижену схильність до звернення по допомогу. Низький рівень стратегій підтримки у третини вибірки ветеранів може свідчити про соціальну дистанційованість або труднощі довіри.

Члени родини ветеранів демонструють високі показники стратегій підтримки ( $M = 41.5$ ), достовірно вищий рівень емоційно орієнтованого копіngu, дещо підвищений рівень уникнення. Це може свідчити про потребу в емоційній розрядці, залучення соціального

ресурсу як основного механізму адаптації, накопичення хронічного стресу.

### **Висновки.**

Результати емпіричного дослідження підтвердили висунуті теоретичні припущення щодо системного характеру психоемоційного виснаження у ветеранів та членів їхніх родин. Встановлено, що психоемоційне виснаження охоплює не лише індивідуальний, а й сімейний рівень

функціонування, проявляючись у різних формах емоційної дезадаптації, порушення адаптаційних механізмів та специфіці копінг-поведінки.

### **Перспективи**

**подальших розвідок** вбачаємо у розробці комплексної програми психологічного відновлення з урахуванням особливостей психоемоційного стану як ветеранів, так і членів їхніх родин.

### **Список літератури**

1. Карамушка Л. М. Психологія професійного вигорання особистості: монографія. Київ: Логос, 2018. 424 с.
2. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості: монографія. Київ: ТОВ «КММ», 2006. 255 с.
3. Титаренко Т. М. Психологія життєвої кризи особистості : навч. посіб. Київ: Агрпромовидав України, 2016. 348 с.
4. Яценко Т. С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: навч. посіб. Київ: Вища школа, 2015. 382 с.
5. Herman J. Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence – From Domestic Abuse to Political Terror. New York: Basic Books, 2015. 336 p.
6. Hobfoll S. E. Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. American Psychologist. 1989. Vol. 44, № 3. P. 513–524.

7. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer Publishing Company, 1984. 456 p.

8. Maslach C., Jackson S. E., Leiter M. P. Maslach Burnout Inventory Manual. 4th ed. Menlo Park: Mind Garden, 2018. 211 p.

9. Schaufeli W. B., Enzmann D. The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis. London: CRC Press, 1998. 240 p.

## **PECULIARITIES OF PSYCHO-EMOTIONAL EXHAUSTION OF VETERANS AND THEIR FAMILY MEMBERS**

**Oksana Solovei-Lagoda  
Olga Pronina**

***Abstract.** The article provides a theoretical analysis of the problem of psycho-emotional exhaustion of veterans and their family members in the conditions of a long military conflict. It was determined that psycho-emotional exhaustion is a complex multidimensional phenomenon that is formed under the influence of long-term stress, traumatic experience, lack of resources and disruption of adaptation mechanisms. In veterans, psycho-emotional exhaustion has been found to manifest through emotional desolation, anxiety, irritability, social isolation, sleep disturbances, cognitive difficulties, and existential crises, while in family members of veterans, psycho-emotional exhaustion is more often associated with constant tension, anticipation of danger, and adaptation to the veteran's altered behavior.*

*The results of the empirical study showed a high level of psycho-emotional exhaustion in both groups of respondents. Veterans have been found to be characterized by more pronounced manifestations of depersonalization and reduction of personal achievements, while family members of veterans are dominated by emotional exhaustion. A study on the DASS-21 scale showed that veterans show higher rates of depressive experiences, manifested in depression, loss of vitality, anhedonia, and decreased activity.*

*Family members of veterans have a more pronounced level of anxiety, which is accompanied by chronic tension, anxiety and emotional instability. At the same time, high stress indicators were found in both groups, which indicates the presence of long-term psycho-emotional stress and the risk of further maladaptation. The results of the study of the peculiarities of adaptation of veterans and their family members made it possible to establish that veterans have significantly lower indicators of satisfaction with themselves, the situation, interpersonal relationships, functional state and life activities in general, which indicates the difficulties of socio-psychological readaptation after combat experience. Veterans' family members exhibit higher levels of social functioning, however, also experience chronic strain and adaptive stress.*

*The results of the study of coping strategies confirmed the existence of two different models of stress coping. Veterans are dominated by a problem-oriented style, which is characterized by a desire to control the situation, independence and rational solution of problems. Family members of veterans are dominated by a socio-emotional coping model, which includes an active search for support, emotional processing of experiences, and a higher level of affective response.*

**Key words:** *psycho-emotional exhaustion, veterans, family members of veterans, secondary trauma, depersonalization, adaptation, coping strategies.*

## **References**

1. Karamushka L. M. (2018). *Psykhologhiia profesiinoho vyhorannia osobystosti [Psychology of professional burnout of the individual]: monohrafiia.* Kyiv : Lohos, 2018. 424 s.
2. Maksymenko S. D. (2006). *Heneza zdiisnennia osobystosti [The genesis of personality realization]: monohrafiia.* Kyiv : TOV «KMM», 2006. 255 s.

3. Tytarenko T. M. (2016). *Psykhologhiia zhyttievoi kryzy osobystosti* [Psychology of the life crisis of an individual]: navch. posib. Kyiv : Ahropromvydav Ukrainy, 2016. 348 s.
4. Yatsenko T. S. (2015). *Osnovy hlybynoi psykhokorektsii: fenomenologhiia, teoriia i praktyka* [Basics of deep psychocorrection: phenomenology, theory and practice]: navch. posib. Kyiv: Vyshcha shkola, 2015. 382 s.
5. Herman J. (2015). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence – From Domestic Abuse to Political Terror*. New York: Basic Books, 2015. 336 p.
6. Hobfoll S. E. (1989). Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44, № 3. P. 513–524.
7. Lazarus R. S., Folkman S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company, 1984. 456 p.
8. Maslach C., Jackson S. E., Leiter M. P. (2018). *Maslach Burnout Inventory Manual*. 4th ed. Menlo Park: Mind Garden, 2018. 211 p.
9. Schaufeli W. B., Enzmann D. (1998). *The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis*. London: CRC Press, 1998. 240 p.

## ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

**Шель Наталія Василівна**, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної та соціальної психології, Донецький національний університет імені Василя Стуса. [nataliaperegoncuk@gmail.com](mailto:nataliaperegoncuk@gmail.com), моб. т. 0962106575.,  
ORCID:0000-0001-5965-5288.

**Матохнюк Людмила Олександрівна** – доктор психологічних наук, професор; професор кафедри загальної та соціальної психології; Донецький національний університет ім. Василя Стуса; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6316-2352>; Researcher ID WoS:AAO-8930-2020; Scopus ID: 57221806770; Гугл Академія: <http://surl.li/mjkzxc>; тел.+380677863874; E-mail: [l.matokhniuk@donnu.edu.ua](mailto:l.matokhniuk@donnu.edu.ua); [Lyda1974@gmail.com](mailto:Lyda1974@gmail.com); м. Вінниця, Нова пошта, Відділення №26.

**Гельбак Анжела Миколаївна** - кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології, соціології та педагогіки Донецького державного університету внутрішніх справ ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7137-6326>

**Оверчук Вікторія Анатоліївна** - доктор наук, професор  
директор навчально-наукового інституту психології  
Донецький національний університет імені Василя Стуса  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>

**Кучер Ірина Михайлівна** - асистент кафедри загальної та соціальної психології Донецький національний університет імені Василя Стуса

**Логутіна Наталія Володимирівна** - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри іноземних мов професійного спрямування, Донецького національного університету імені Василя Стуса [natalia.logutina@gmail.com](mailto:natalia.logutina@gmail.com)  
ORCIDID: <https://orcid.org/0000-0003-1029-5247>

**Маляр Олена Іванівна** - кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри педагогічних наук, початкової та корекційної освіти, комунальний заклад вищої освіти «Вінницька академія безперервної освіти»  
[malyar.o@academia.vn.ua](mailto:malyar.o@academia.vn.ua)

ORCIDID: <https://orcid.org/0000-0001-5924-4120>

**Вакар Вікторія Вікторівна** - асистент кафедри загальної та соціальної психології, Донецький національний університет імені Василя Стуса [v.vakar@donnu.edu.ua](mailto:v.vakar@donnu.edu.ua)

**Васюк Катерина Миколаївна** кандидат психологічних наук, доцент; доцент кафедри кризової та клінічної психології; Донецький національний університет імені Василя Стуса; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6734-4612>;

тел. +380668038571; E-mail: [K.vasuk@donnu.edu.ua](mailto:K.vasuk@donnu.edu.ua);  
м.Вінниця, Нова Пошта, Відділення № 20

**Заяць Поліна Олександрівна** - здобувачка 4 курсу СО «Бакалавр» Спеціальності 053 «Психологія» Донецький національний університет імені Василя Стуса

**Сидоренко Жанна Вячеславівна**, кандидат психологічних наук, доцент, <https://orcid.org/0000-0003-2251-8233>

**Короцінська Юлія Анатоліївна** - старший викладач кафедри загальної та соціальної психології, Донецький національний університет імені Василя Стуса ORCID ID: 0000-0002-7273-3962

**Білоус Аліна Євгенівна** - здобувач вищої освіти СО Бакалавр, спеціальність 053 Психологія Донецький національний університет імені Василя Стуса

**Лапшова Наталя Сергіївна** - кандидат психологічних наук, доцент кафедри кризової та клінічної психології навчально-наукового інституту психології Донецький національний університет імені Василя Стуса <https://orcid.org/0000-0002-2326-9008>

**Соловей-Лагода Оксана Анатоліївна** - к.психол.н,  
доцент, доцент кафедри кризової та клінічної психології  
Донецький національний університет імені Василя Стуса

**Проніна Ольга Віталіївна** - здобувачка спеціальності  
053 «Психологія» Донецький національний університет  
імені Василя Стуса

## INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

**Shel Natalia Vasylivna** - Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of General and Social Psychology, Vasyl Stus Donetsk National University. nataliaperegoncuk@gmail.com, mob. t. 0962106575., ORCID:0000-0001-5965-5288.

**Matokhniuk Liudmyla Oleksandrivna** - doctor of psychological sciences, professor; professor of the department of general and social psychology; Donetsk National University named after Vasyl Stus; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6316-2352> ; Researcher ID WoS:AAO-8930-2020; Scopus ID: 57221806770; Google Academy: <http://surl.li/mjkzxc>; phone +380677863874; E-mail: [l.matokhniuk@donnu.edu.ua](mailto:l.matokhniuk@donnu.edu.ua) ; [Lyda1974@gmail.com](mailto:Lyda1974@gmail.com) ; Vinnytsia, Nova poshta, Branch №26.

**Gelbak Anzhela Mykolayivna** - candidate of psychological sciences, associate professor ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7137-6326>

**Overchuk Viktoriia Anatoliivna** - doctor of sciences, professor director of the educational and scientific institute of psychology Vasyl' Stus Donetsk National University ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>

**Kucher Iryna Mykhailivna** - assistant professor, department of general and social psychology, Vasyl Stus Donetsk National University

**Logutina Nataliya V.** - PhD in Pedagogy, Associate Professor of the Foreign Languages for Specific Purposes Department of Vasil' Stus Donetsk National University ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-1029-5247>

**Maliar Olena I.** - PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Pedagogical Sciences, Primary and Correctional Education of Public Higher Educational Establishment «Vinnytsia Academy of Continuing Education» ORCIDID: <https://orcid.org/0000-0001-5924-4120>

**Vakar Viktoriia Viktorivna** - Assistant at the Department of General and Social Psychology, Vasyl' Stus Donetsk National University, [v.vakar@donnu.edu.ua](mailto:v.vakar@donnu.edu.ua)

**Vasuk Katerina Mykolaivna** - candidate of psychological sciences, associate professor; Associate Professor of the Department of Crisis and Clinical Psychology; Vasyl Stus Donetsk National University; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6734-4612> ; tel. +380668038571; E-mail: [K.vasuk@donnu.edu.ua](mailto:K.vasuk@donnu.edu.ua) ; Vinnytsia, Nova Poshta, Branch №. 20 [vdovychenko\\_v@donnu.edu.ua](mailto:vdovychenko_v@donnu.edu.ua)

**Zayats Polina Oleksandrivna** - 4th year student of the Bachelor's degree program, specialty 053 "Psychology" Vasyl Stus Donetsk National University

**Zhanna Vyacheslav Sydorenko** - Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, <https://orcid.org/0000-0003-2251-8233>

**Korotsinska Yuliya Anatoliivna** - Senior Lecturer, Department of General and Social Psychology, Vasyl Stus Donetsk National University ORCID ID: 0000-0002-7273-3962

**Bilous Alina Evgenivna** - higher education applicant Bachelor, specialty 053 Psychology Vasyl Stus Donetsk National University

**Natalia Lapshova** - Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Crisis and Clinical Psychology, Educational and Scientific Institute of Psychology Donetsk National University named after Vasyl Stus <https://orcid.org/0000-0002-2326-9008>

**Oksana Anatolyivna Solovey-Lagoda** - Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Crisis and Clinical Psychology Vasyl Stus Donetsk National University

**Pronina Olga Vitaliivna** - student of specialty 053 "Psychology" Donetsk National University named after Vasyl Stus

## **Шановні викладачі та автори!**

Щиро дякую за вашу неоціненну працю та вагомий внесок у розвиток науки. Ваші наукові статті, які є результатом багаторічних досліджень, ретельного аналізу та кропіткої роботи, безумовно, сприяють не лише поглибленню знань у конкретній галузі, але й загальному прогресу науки. Ваша здатність виявляти важливі проблеми, формулювати гіпотези та доводити їх на основі емпіричних даних є відображенням високого рівня професіоналізму, компетентності та відданості справі.

У сучасному світі наука неможлива без колаборацій та постійного діалогу між дослідниками, а ваш внесок у цей процес є надзвичайно цінним. Завдяки вам наукова спільнота отримує нові ідеї, які стають основою для подальших досліджень та інновацій. Ваша робота не тільки відповідає найвищим стандартам наукової діяльності, але й надихає молодих науковців на пошук нових знань та творчий підхід до вирішення актуальних проблем.

Ваші дослідження допомагають нам краще розуміти світ, знаходити нові шляхи вирішення складних задач та робити наше життя кращим. Вони є важливим джерелом для подальших наукових пошуків і розвитку різних галузей знань. Ваші публікації стимулюють до розвитку, змушують замислитися над важливими питаннями та відкривають нові горизонти для наукового аналізу.

Сподіваюся, що ваша наукова діяльність буде й надалі так само плідною та успішною, а ваші статті залишатимуться орієнтиром для колег та науковців усього світу. Дякую вам за ваш внесок у розвиток науки, за ваші відкриття, які наближають нас до розуміння складних явищ та процесів, та за вашу відданість, яка є прикладом для всіх нас. Ваша праця заслуговує на найвищу оцінку, і ми висловлюємо вам глибоку вдячність за всі ваші зусилля на благо науки.

**З повагою та найкращими побажаннями!**

**ТЕМАТИЧНІ НАПРЯМКИ  
СЕРІЇ «ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ»:**

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ

ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА  
ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В ОСВІТІ

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОЛОГІЧНОГО  
СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ  
ДІЯЛЬНОСТІ

ЛЮДИНА І СУСПІЛЬСТВО: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ  
ВЗАЄМОДІЇ

СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА  
ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВ'Я

ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ  
ПСИХОЛОГІЇ

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ

ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ З  
ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ

ПСИХОЛОГІЯ ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ

Наукове видання

ВІСНИК  
ДОНЕЦЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО  
УНІВЕРСИТЕТУ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

Серія  
ПСИХОЛГІЧНІ НАУКИ

Випуск 2(7)

Головний редактор  
проф. Вікторія Оверчук

Комп'ютерна верстка  
Кристина Стеценко

*Підписано до друку 28.11.2025 р.  
Формат 70×100/16. Папір офсетний. Друк цифровий.  
Гарнітура Times New Roman  
Умов. друк. арк. 12,19. Тираж 200 прим. Зам. № 742.*

*Віддруковано у друкарні Центр оперативного друку «Документ  
Принт»*

*на замовлення видавництва ФОП Кушнір Юлія Володимирівна,  
свідоцтво про реєстрацію суб'єкта видавничої  
справи ДК №5909 від 21.12.2017 р.*

*м. Вінниця, вул. Академіка Янгеля, 4, 1-й поверх, оф. 114.  
Тел. 067 390 20 88, [admin@docuprint.co.u](mailto:admin@docuprint.co.u)  
Тел. 067 390 20 88, [admin@docuprint.co.u](mailto:admin@docuprint.co.u)*