МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ТАВРІЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В. І. ВЕРНАДСЬКОГО

Журнал заснований у 1918 році

ВЧЕНІ ЗАПИСКИ

ТАВРІЙСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ В. І. ВЕРНАДСЬКОГО

Серія: Психологія

Том 37 (76) № 5 2026

Видавничий дім
«Гельветика»
2026

Головний редактор:
Власенко Олена Олександрівна, докторка психологічних наук, доцентка, завідувачка кафедри психології, філософії та суспільних наук, Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, Україна

Члени редакційної колегії:
Бикова Ольга Миколаївна, кандидатка наук із соціальних комунікацій, доцентка, доцентка кафедри видавничої справи та редагування Навчально-наукового Видавничо-поліграфічного інституту, Національний технічний університет «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Україна
Досенко Анжеліка Костянтинівна, кандидатка наук із соціальних комунікацій, доцентка, завідувачка кафедри журналістики, Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, Україна
Зикун Наталія Іванівна, докторка наук із соціальних комунікацій, професорка, декан факультету соціально-гуманітарних технологій, спорту та реабілітації, Державний податковий університет, Україна
Костюченко Олена Вікторівна, докторка психологічних наук, професорка, професорка кафедри філософії і педагогіки, Київський національний університет культури і мистецтв, Україна
Ситник Олексій Валерійович, кандидат наук із соціальних комунікацій, доцент, доцент кафедри видавничо-редакційних технологій і продюсування Навчально-наукового інституту журналістики, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Україна
Юксель Гаяна Заїрівна, докторка наук із соціальних комунікацій, доцентка, професорка кафедри журналістики, Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського, Україна
Яблонська Тетяна Миколаївна, докторка психологічних наук, професорка, професорка кафедри психології розвитку, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Україна
Mihaela Ivănescu, BA, PhD in Political Science, MA in European Administration, Associate Professor of Political Science at the Faculty of History and Political Science, Ovidius University of Constanța, Romania
Julia Gorbaniuk, dr hab., prof., Associate Professor, The Joan Paul II Catholic University of Lublin, Poland

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

Мови видання: українська, англійська, польська, німецька, французька, словацька, румунська.

Періодичність: 6 разів на рік.

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського
(протокол № 4 від 30 вересня 2026 року)

Науковий журнал «Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія»
зареєстровано відповідно до Рішення Національної ради України
з питань телебачення і радіомовлення № 1136 від 11.04.2024 року.
Ідентифікатор медіа: R30-03998.

Суб'єкт у сфері друкованих медіа – Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського
(просп. Берестейський, 10, м. Київ, 01135, e-mail: crimea.tnu@gmail.com, тел.: +38 (044) 529-05-16).

Журнал внесений до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б»)
на підставі наказу Міністерства освіти і науки України № 928 від 11 червня 2026 року (додаток 12).

Кластер: Розвиток людського капіталу, соціальні науки та журналістика.
Спеціальності: С4 Психологія, С7 Журналістика.

Журнал включено до міжнародної наукометричної бази
Index Copernicus International (Республіка Польща)

Сторінка журналу: www.psych.vernadskyjournals.in.ua

ISSN 2709-3093 (print)
ISSN 2709-8796 (online)

© Таврійський національний університет ім. В. І. Вернадського, 2026

ЗМІСТ

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

Бедан В.Б., Мельниченко В.В.
ПОЗИТИВНЕ МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ТА СОЦІО-ЕМОЦІЙНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ
ЯК ІНТЕГРАЛЬНІ ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ
ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ..... **1**

Джежик О.В., Лісовенко А.Ф., Азаркіна О.В.
РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЗАГАЛЬНОПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС
ДОВГОТРИВАЛОГО ВІДНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗИ..... **10**

Костюченко О.В.
ГЕШТАЛЬТ-ПІДХІД У ДИЗАЙНІ ТА ВІДНОВЛЕННІ ПОТЕНЦІАЛУ
САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗОВОГО СОЦІУМУ..... **16**

Пилипенко О.С.
МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ МОДЕЛЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНО
ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ У ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ:
ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ТА АЛГОРИТМ ПОБУДОВИ
СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ МОДЕЛІ..... **24**

ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ. ПРОФЕСІЙНА Й ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

Адамчук А.В.
КОМПОНЕНТНО-КРИТЕРІАЛЬНА СТРУКТУРА ГОТОВНОСТІ ПСИХОЛОГІВ
ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ІЗ ДІТЬМИ ВПО
У ПОЛІКУЛЬТУРНОМУ СЕРЕДОВИЩІ..... **33**

Varina H.B., Kovalova O.V.
PROFESSIONAL IDENTITY OF FUTURE PSYCHOLOGISTS
IN THE CONTEXT OF READINESS FOR TRAUMA-INFORMED PRACTICE..... **42**

Вашека Т.В., Дідух М.М.
АНАЛІЗ НЕВЕРБАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ТА ПСИХОТИПІВ СПОЖИВАЧІВ
ЯК ПРОВІДНИЙ МЕТОД ПРОФАЙЛІНГУ..... **50**

Еверс І.М.
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ
МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ:
ОБҐРУНТУВАННЯ КЛАСИФІКАЦІЇ..... **56**

Литвиненко Л.І.
КОМПЛЕКСНА ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПСИХОЛОГІВ:
РЕФЛЕКСИВНИЙ, МЕТАКОГНІТИВНИЙ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ АСПЕКТИ..... **64**

Мороз Р.А.
ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА РІВЕНЬ МОТИВАЦІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ
В УМОВАХ ВІЙНИ ТА НЕВИЗНАЧЕНОСТІ..... **73**

Розов В.І.
ПСИХОЛОГІЯ АДАПТИВНОСТІ ВІЙСЬКОВОГО ЛІДЕРА:
КОНЦЕПТУАЛЬНІ ТА ПРИКЛАДНІ ЗАСАДИ..... **78**

ISSN 2709-3093 (Print), ISSN 2709-8796 (Online)

Федорова І.М.
МАЙНДФУЛНЕС-ОРІЄНТОВАНА АРТ-ТЕРАПІЯ У СТАБІЛІЗАЦІЇ
ТА ІНТЕГРАЦІЇ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ..... **86**

Хараджи М.В., Хоменко Т.В.
ОСОБЛИВОСТІ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ В ДОРОСЛОМУ ВІЦІ
ЗАСОБАМИ ТЕХНІК ПСИХІЧНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ..... **91**

Харченко С.І., Зайцева О.Л., Харлай Л.О.
ІНТЕГРАЦІЯ МЕТОДІВ КРЕАТИВНОГО РОЗВИТКУ У ІНДИВІДУАЛЬНУ,
ГРУПОВУ ТА СІМЕЙНУ ПСИХОТЕРАПІЮ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ
МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ..... **97**

Шель Н.В.
ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВНУТРІШНЬОПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ
ЗАСОБАМИ ПОЗИТИВНОЇ ТЕРАПІЇ **103**

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

Vasylchenko O.M., Morzevska T.S.
RESOURCE-ORIENTED MODEL OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR WOMEN
WITH CHILDREN IN THE CONTEXT OF WAR-INDUCED FORCED MIGRATION..... **108**

Волошин В.М.
ТРАВМА-ІНФОРМОВАНИЙ ПІДХІД
ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ..... **118**

Марченко О.Г.
ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕОРІЇ СОЦІАЛЬНОГО КОНФЛІКТУ
ЯК НАУКОВЕ ПІДГРУНТЯ МЕДІАТИВНОЇ ПРАКТИКИ..... **124**

ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

Алєксєєва О.В.
ПРИЧИНИ ТА НАСЛІДКИ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ
УКРАЇНСЬКИХ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЕКСТРЕМУМУ..... **131**

Вальчишин О.С., Гірняк Г.С.
СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ **137**

Довгопола К.С.
ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗРОБЛЕННЯ ІНТЕГРОВАНОЇ МОДЕЛІ
ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ
В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ..... **144**

Кульматицький А.В., Климків Р.І., Червоношапка М.О.
АКАДЕМІЧНА БЕЗПОРАДНІСТЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ:
ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ ТА НАПРЯМИ ПОДОЛАННЯ..... **150**

Мітіна С.В., Власова Д.А.
ВПЛИВ АЛКОЗАЛЕЖНОСТІ БАТЬКІВ НА КОГНІТИВНИЙ,
ЕМОЦІЙНИЙ ТА СОЦІАЛЬНИЙ РОЗВИТОК ДИТИНИ..... **155**

Мостова Т.Д.
БАТЬКІВСЬКА ТУРБОТА ТА КОНТРОЛЬ
ЯК СІМЕЙНІ КОРЕЛЯТИ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДІ..... **161**

Романенкова О.Ю., Шиян О.М., Швентідзе С.З.
СТРЕСОСТІЙКІСТЬ У СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ
МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА..... **168**

Стеценко А.І., Александрова Ю.М.
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ КОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНИХ СТАНІВ
У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ..... **175**

ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Башлакова Ю.В.
ОПРАЦЮВАННЯ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ
В КОНТЕКСТІ ВІЙНИ В УКРАЇНІ ЗАСОБАМИ СИМВОЛІЗАЦІЇ..... **183**

Бойчук С.С.
ВПЛИВ ЕТИЧНИХ ДИЛЕМ ТА ЕКЗИСТЕНЦІЙНИХ РИЗИКІВ
НА ТРАНСФОРМАЦІЮ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПРАВООХОРОНЦІВ
В УМОВАХ ВІЙНИ..... **193**

Козловець І.М.
ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ПОЛІЦЕЙСЬКИМИ
В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ПРОФЕСІЙНИХ ЗМІН..... **199**

ПСИХОЛОГІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Тарасова Т.Б., Петяк О.М.
ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ КОМАНДИРІВ
ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ЯК ВІЙСЬКОВИХ ЛІДЕРІВ..... **206**

Чачко С.Л., Фадін А.О.
ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ВІЙСЬКОВИХ МОРЯКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ..... **213**

ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Баратюк А.Ю., Яблонська Т.М.
ОПИТУВАЛЬНИК ЗДОРОВ'Я ПАЦІЄНТА (PATIENT HEALTH QUESTIONNAIRE-9, PHQ-9):
УКРАЇНОМОВНА АДАПТАЦІЯ, АПРОБАЦІЯ
ТА ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ..... **220**

Гулько Ю.А.
ТВОРЧІ МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ
РОЗУМОВИХ ПРОЦЕСІВ У ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ МОВЛЕННЯ..... **228**

ЖУРНАЛІСТИКА

Авраменко І.А.
ВОЄННА САМОЦЕНЗУРА В УКРАЇНСЬКОМУ МЕДІАПРОСТОРІ
В УМОВАХ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ:
ФОРМИ, ЧИННИКИ ТА ВПЛИВ НА ІНФОРМАЦІЙНУ СТІЙКІСТЬ..... **234**

Блінов Є.М., Милосердний В.І., Мусій В.Б.
ВИКОРИСТАННЯ СТРАТЕГІЙ ТЕОРІЇ РИТОРИЧНОЇ СТРУКТУРИ
ЯК ШЛЯХ ВИВЧЕННЯ КОНЦЕПТУАЛЬНОСТІ
ДОКУМЕНТАЛЬНОЇ ПОВІСТІ (НА ПРИКЛАДІ ПОВІСТІ-СПОГАДА
«ВСЕ, ЩО МАВ У ЖИТТІ…» БОРИСА ДУБРОВА)..... **240**

Джолос О.В.
ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ РАДІОМОВЛЕННЯ
(ЛІНІЙНИЙ АУДІАЛЬНИЙ МЕДІА-СЕРВІС):
YOUTUBE ЯК ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ МУЛЬТИМЕДІЙНОГО МЕДІАСЕРВІСУ
ТА РОЗШИРЕННЯ АУДИТОРІЇ **246**

Іванова О.А.
МІЖ ЕМОЦІЄЮ ТА ЕМОЦІЄЮ: ДО ПИТАННЯ ПРО ЕМОЦІЙНЕ ЗАРЯДЖАННЯ
АУДИТОРІЇ СУЧАСНИМИ УКРАЇНСЬКИМИ МІСЦЕВИМИ МЕДІА **252**

Іванченко О.В.
ФОРМУВАННЯ ІМІДЖУ ЗМІ ЗАСОБАМИ РЕКЛАМИ
(ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ДОСВІД) **263**

Кияниця Є.О., Голік О.В.
КУЛЬТУРА РОБОТИ З ДЖЕРЕЛАМИ
ЯК МЕХАНІЗМ ФОРМУВАННЯ ДОВІРИ В ЦИФРОВИХ КОМУНІКАЦІЯХ **274**

Кодацька Н.О.
ВІЗУАЛЬНИЙ СТОРІТЕЛІНГ В ОНЛАЙН-МЕДІА:
ТРАНСФОРМАЦІЯ ЖУРНАЛІСТСЬКОГО НАРАТИВУ
В УМОВАХ ПЛАТФОРМІЗАЦІЇ **280**

Лепетуха М.В.
РОЛЬ ФАКТЧЕКІНГУ У ФОРМУВАННІ ІНФОРМАЦІЙНОЇ
СТІЙКОСТІ СУСПІЛЬСТВА **289**

Mehdiyeva I.
DIGITALIZATION AND CONTENT PRODUCTION STRATEGIES
IN AZERBAIJANI TV CHANNELS **295**

Навальна М.І., Харченко С.В.
МЕДІАКРИТИКА В АНАЛІТИЧНИХ МАТЕРІАЛАХ
ІНТЕРНЕТ-ВИДАННЯ «ДЕТЕКТОР МЕДІА»
ПЕРІОДУ ПОВНОМАСШТАБНОЇ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ **306**

Подосян А.О.
СОЦІАЛЬНА ФУНКЦІЯ ЖУРНАЛІСТИКИ РІШЕНЬ У КОНТЕКСТІ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУЧАСНОЇ МЕДІЙНОЇ ПАРАДИГМИ **312**

Пустовий Р.В.
ВПЛИВ НОВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ
НА РОЗВИТОК РЕКРЕАТИВНОЇ МЕДІАКОМУНІКАЦІЇ **321**

Рожнятівська Н.В.
НОРМАТИВНО-ПРАВОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ІНФОРМАЦІЙНОЇ БЕЗПЕКИ:
СПІВВІДНОШЕННЯ ВІДКРИТОСТІ ТА РЕЖИМУ ТИШІ (2014–2026) **327**

Фенько Н.М., Бурлака В.С., Мисевра В.С.
ДУМСКРОЛІНГ ЯК МЕДІАЕФЕКТ
КРИЗОВОГО ІНФОРМАЦІЙНОГО СЕРЕДОВИЩА **340**

Чулкова А.В.
ВИКОРИСТАННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В РОБОТІ СУЧАСНОГО ЖУРНАЛІСТА:
ТЕХНОЛОГІЧНІ МОЖЛИВОСТІ, ЕТИЧНІ ВИКЛИКИ ТА БЕЗПЕКОВІ РИЗИКИ **347**

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ **354**

CONTENTS

GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY

Bedan V.B., Melnychenko V.V.
POSITIVE MENTAL HEALTH AND SOCIO-EMOTIONAL COMPETENCE
AS INTEGRAL PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF POSTTRAUMATIC GROWTH..... 1

Dzhezhyk O.V., Lisovenko A.F., Azarkina O.V.
RESILIENCE AS A GENERAL PSYCHOLOGICAL RESOURCE
FOR LONG-TERM PERSONALITY RECOVERY IN CRISIS CONDITIONS..... 10

Kostiuchenko O.V.
THE GESTALT APPROACH IN THE DESIGN AND RESTORATION
OF THE INDIVIDUAL'S SELF-REALIZATION POTENTIAL UNDER
THE CONDITIONS OF A CRISIS SOCIETY..... 16

Pylypenko O.S.
METHODOLOGICAL FOUNDATIONS FOR MODELLING PROFESSIONALLY
IMPORTANT QUALITIES IN OCCUPATIONAL PSYCHOLOGY:
COMPARATIVE ANALYSIS AND AN ALGORITHM
FOR BUILDING A STRUCTURAL-FUNCTIONAL MODEL..... 24

APPLIED PSYCHOLOGY. PROFESSIONAL AND CORPORATE PSYCHOLOGY

Adamchuk A.V.
COMPONENT-AND-CRITERION STRUCTURE OF PSYCHOLOGISTS' READINESS
FOR PROFESSIONAL ACTIVITY WITH CHILDREN OF INTERNALLY DISPLACED
PERSONS IN A MULTICULTURAL ENVIRONMENT..... 33

Varina H.B., Kovalova O.V.
PROFESSIONAL IDENTITY OF FUTURE PSYCHOLOGISTS
IN THE CONTEXT OF READINESS FOR TRAUMA-INFORMED PRACTICE..... 42

Vasheka T.V., Didukh M.M.
ANALYSIS OF NONVERBAL BEHAVIOR AND PSYCHOTYPES
OF CONSUMERS AS A LEADING METHOD OF PROFILING..... 50

Evers I.M.
SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PSYCHOLOGISTS' MENTAL HEALTH
UNDER WARTIME CONDITIONS: SUBSTANTIATION OF A CLASSIFICATION..... 56

Lytvynenko L.I.
COMPREHENSIVE PREVENTION
OF PROFESSIONAL DEFORMATION AMONG PSYCHOLOGISTS:
REFLECTIVE, METACOGNITIVE, AND ORGANIZATIONAL ASPECTS..... 64

Moroz R.A.
THE EFFECT OF ANXIETY ON THE MOTIVATION LEVELS OF EDUCATORS
IN TIMES OF WAR AND UNCERTAINTY..... 73

Rozov V.I.
PSYCHOLOGY OF MILITARY LEADER ADAPTABILITY:
CONCEPTUAL AND APPLIED FOUNDATIONS..... 78

ISSN 2709-3093 (Print), ISSN 2709-8796 (Online)

Fedorova I.M.
MINDFULNESS-ORIENTED ART THERAPY IN THE STABILIZATION AND INTEGRATION OF TRAUMATIC EXPERIENCE..... **86**

Kharadzhy M.V., Khomenko T.V.
FEATURES OF COPING WITH STRESS IN ADULTHOOD BY MEANS OF MENTAL SELF-REGULATION TECHNIQUES..... **91**

Kharchenko S.I., Zaitseva O.L., Kharlai L.O.
THE INTEGRATION OF CREATIVE DEVELOPMENT METHODS INTO INDIVIDUAL, GROUP AND FAMILY PSYCHOTHERAPY IN THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE PSYCHOLOGISTS..... **97**

Schell N.V.
PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS USING POSITIVE THERAPY PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS USING POSITIVE THERAPY..... **103**

SOCIAL PSYCHOLOGY; PSYCHOLOGY OF SOCIAL WORK

Vasylchenko O.M., Morzevska T.S.
RESOURCE-ORIENTED MODEL OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR WOMEN WITH CHILDREN IN THE CONTEXT OF WAR-INDUCED FORCED MIGRATION..... **108**

Voloshyn V.M.
A TRAUMA-INFORMED APPROACH TO PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE PERSON IN WAR CONDITIONS **118**

Marchenko O.G.
PSYCHOLOGICAL THEORIES OF SOCIAL CONFLICT AS A SCIENTIFIC BASIS FOR MEDIATION PRACTICE..... **124**

PEDAGOGICAL AND DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

Alieksieieva O.V.
CAUSES AND CONSEQUENCES OF PSYCHOSOCIAL MALADAPTATION OF UKRAINIAN ADOLESCENTS UNDER CONDITIONS OF WARTIME EXTREME STRESS..... **131**

Valchyshyn O.S., Hirnyak H.S.
STRESS RESILIENCE AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN STUDENT YOUTH..... **137**

Dovhopola K.S.
THEORETICAL AND PRACTICAL PRINCIPLES FOR DEVELOPING AN INTEGRATED MODEL OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS UNDER MARTIAL LAW..... **144**

Kulmatytskyi A.V., Klymkiv R.I., Chervonoshapka M.O.
ACADEMIC HELPLESSNESS AMONG HIGHER EDUCATION STUDENTS: PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF FORMATION AND APPROACHES TO OVERCOMING IT..... **150**

Mitina S.V., Vlasova D.A.
THE IMPACT OF PARENTAL ALCOHOL DEPENDENCE ON COGNITIVE, EMOTIONAL AND SOCIAL DEVELOPMENT OF A CHILD..... **155**

Mostova T.D.
PARENTAL CARE AND CONTROL AS FAMILY CORRELATES OF ADDICTIVE BEHAVIOR AMONG YOUNG ADULTS..... **161**

Romanenkova O.Yu., Shyian O.M., Shventidze S.Z.
STRESS RESILIENCE IN THE PROFESSIONAL TRAINING SYSTEM
OF FUTURE PSYCHOLOGISTS..... **168**

Stetsenko A.I., Aleksandrova Yu.M.
PSYCHOLOGICAL MEANS OF CORRECTING ANXIETY STATES
IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN..... **175**

LEGAL PSYCHOLOGY; POLITICAL PSYCHOLOGY

Bashlakova Yu.V.
PROCESSING TRAUMATIC EXPERIENCE IN THE CONTEXT
OF THE WAR IN UKRAINE THROUGH SYMBOLIZATION..... **183**

Boichuk S.S.
THE IMPACT OF ETHICAL DILEMMAS AND EXISTENTIAL RISKS
ON THE TRANSFORMATION OF THE PROFESSIONAL IDENTITY
OF LAW ENFORCEMENT OFFICERS IN WAR CONDITIONS..... **193**

Kozlovets I.M.
PSYCHOLOGICAL FACTORS OF DECISION-MAKING BY POLICE OFFICERS
UNDER CONDITIONS OF UNCERTAINTY AND PROFESSIONAL CHANGE..... **199**

PSYCHOLOGY OF NATIONAL SECURITY AND SAFETY PSYCHOLOGY

Tarasova T.B., Petiak O.M.
SYCHOLOGICAL RESOURCES OF COMMANDERS
OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE AS MILITARY LEADERS..... **206**

Chachko S.L., Fadin A.O.
HARDINESS OF MILITARY SAILORS IN WARTIME..... **213**

PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY

Baratiuk A.Yu., Yablonska T.M.
PATIENT HEALTH QUESTIONNAIRE (PHQ-9):
UKRAINIAN ADAPTATION, APPROBATION, AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES
IN WARTIME CONDITIONS..... **220**

Hulko Yu.A.
CREATIVE MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION
OF MENTAL PROCESSES IN CHILDREN WITH SPEECH IMPAIRMENTS..... **228**

JOURNALISM

Avramenko I.A.
WARTIME SELF-CENSORSHIP IN THE UKRAINIAN MEDIA SPACE
DURING THE FULL-SCALE WAR:
FORMS, FACTORS, AND IMPACT ON INFORMATION RESILIENCE **234**

Blinov Ye.M., Myloserdnui V.I., Musii V.B.
IMPROVING OF STRATEGAES OF RHETORICAL STRUCTURE THEORY AS A WAY
FOR INVESTIGATION THE CONCEPTUALITY OF DOCUMENTARY STORY
(ON THE EXAMPLE OF A MEMOIR NOVELLA
“EVERYTHING I HAD IN LIFE…” BY BORYS DUBROV)..... **240**

Dzholos O.V.
DIGITAL TRANSFORMATION OF RADIO BROADCASTING
(A LINEAR AUDIO MEDIA SERVICE):
YOUTUBE AS A TOOL FOR THE DEVELOPMENT
OF A MULTIMEDIA MEDIA SERVICE AND AUDIENCE EXPANSION..... **246**

Ivanova O.A.
BETWEEN EMOTION AND EMOTION: ON THE QUESTION OF THE EMOTIONAL
CHARGING OF THE AUDIENCE BY MODERN UKRAINIAN LOCAL MEDIA..... **252**

Ivanchenko O.V.
SHAPING THE IMAGE OF THE MEDIA THROUGH ADVERTISING
(EUROPEAN EXPERIENCE)..... **263**

Kyianytsia Ye.O., Holik O.V.
CULTURE OF SOURCE USE AS A MECHANISM
FOR BUILDING TRUST IN DIGITAL COMMUNICATION..... **274**

Kodatska N.O.
VISUAL STORYTELLING IN ONLINE MEDIA:
THE TRANSFORMATION OF JOURNALISTIC NARRATIVE
IN THE CONTEXT OF PLATFORMIZATION..... **280**

Lepetukha M.V.
THE ROLE OF FACT-CHECKING IN FORMING
THE INFORMATION RESILIENCE OF SOCIETY..... **289**

Mehdiyeva I.
DIGITALIZATION AND CONTENT PRODUCTION STRATEGIES
IN AZERBAIJANI TV CHANNELS..... **295**

Navalna M.I., Kharchenko S.V.
MEDIA CRITICISM IN THE ANALYTICAL ARTICLES OF THE ONLINE PUBLICATION
“DETECTOR MEDIA” DURING THE FULL-SCALE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR..... **306**

Podosyan A.O.
THE SOCIAL FUNCTION OF SOLUTIONS JOURNALISM IN THE CONTEXT
OF THE TRANSFORMATION OF THE CONTEMPORARY MEDIA PARADIGM..... **312**

Pustovyi R.V.
THE IMPACT OF NEW TECHNOLOGIES ON THE DEVELOPMENT
OF RECREATIONAL MEDIA COMMUNICATION..... **321**

Rozhniativska N.V.
REGULATORY AND LEGAL FRAMEWORK FOR INFORMATION SECURITY:
THE BALANCE BETWEEN TRANSPARENCY AND CONFIDENTIALITY (2014–2026)..... **327**

Fenko N.M., Burlaka V.S., Mysevra V.S.
DOOMSCROLLING AS A MEDIA EFFECT
OF THE CRISIS INFORMATION ENVIRONMENT..... **340**

Chulkova A.V.
ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN MODERN JOURNALISM:
TECHNOLOGICAL OPPORTUNITIES, ETHICAL CHALLENGES,
AND SECURITY RISKS..... **347**

INFORMATION ABOUT AUTHORS..... **354**

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.923:159.944:159.942
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/01

Бедан В.Б.
https://orcid.org/0000-0003-0497-5473
Міжнародний університет

Мельниченко В.В.
https://orcid.org/0009-0002-8151-7644
Міжнародний університет

ПОЗИТИВНЕ МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ТА СОЦІО-ЕМОЦІЙНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ІНТЕГРАЛЬНІ ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ

У статті розглянуто проблему посттравматичного зростання особистості в контексті пошуку інтегральних психологічних ресурсів позитивної адаптації в умовах війни. Проаналізовано сучасні підходи до розуміння посттравматичного зростання та обґрунтовано доцільність розгляду позитивного ментального здоров'я і соціо-емоційної компетентності як його інтегральних психологічних ресурсів. Метою дослідження було емпірично визначити особливості взаємозв'язку посттравматичного зростання з позитивним ментальним здоров'ям і соціо-емоційною компетентністю та встановити їх прогностичне значення. У дослідженні взяли участь 158 студентів віком 19–27 років. Використано Опитувальник посттравматичного зростання (R. Tedeschi, L. Calhoun; адаптація Д. С. Зубовського), Шкалу позитивного ментального здоров'я (J. Lukat at all, адаптація Л. М. Карамушки, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко), опитувальник «Соціо-емоційна компетентність» (А. О. Шашенкова). Для статистичної обробки даних застосовано методи описової статистики, кореляційний аналіз Спірмена та множинний лінійний регресійний аналіз. Встановлено статистично значущі позитивні взаємозв'язки між посттравматичним зростанням, позитивним ментальним здоров'ям і соціо-емоційною компетентністю. Показано, що позитивне ментальне здоров'я та соціо-емоційна компетентність є значущими предикторами посттравматичного зростання, причому найбільший прогностичний внесок має соціо-емоційна компетентність. Серед її компонентів незалежним статистично значущим предиктором посттравматичного зростання виступає самоусвідомлення. Отримані результати розширюють сучасні уявлення про психологічні ресурси посттравматичного зростання та можуть бути використані для розроблення програм психологічної підтримки осіб, які пережили психотравмувальні події.

Ключові слова: *особистість посттравматичне зростання, позитивне ментальне здоров'я, соціо-емоційна компетентність, психологічні ресурси, самоусвідомлення, психологічна адаптація, стрес.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні стала одним із найпотужніших психотравмуючих факторів сучасності, що супроводжується тривалим впливом хронічного стресу, переживанням втрат, вимушеним переміщенням, порушенням звичних соціальних зв'язків та постійною загрозою життю. Такі умови істотно впливають на психологічне функціонування особистості, зумовлюючи не тільки розвиток тривоги, депресивних і посттравматичних проявів, а й зміни в системі цінностей, життєвих смислів, міжособистісних взаємин та здатності до психологічної

© Бедан В.Б., Мельниченко В.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

адаптації. У цьому одним із пріоритетних напрямів сучасної психологічної науки є дослідження механізмів, які забезпечують як подолання негативних наслідків психотравматизації, так і підтримують позитивне функціонування особистості умовах тривалого воєнного стресу.

У рамках сучасної позитивної психології все більшого значення набуває концепція посттравматичного зростання (ПТР), яка розглядає переживання травматичних подій не лише як джерело психологічних втрат, а й як потенційну передумову позитивної особистісної трансформації. Посттравматичне зростання відображає якісні зміни у світогляді, системі життєвих цінностей, міжособистісних стосунках, переживанні особистісної сили та усвідомленні цінності життя, що виникають у процесі подолання складних життєвих обставин. У сучасних умовах війни вивчення цього феномену набуває не лише теоретичного, а й прикладного значення, оскільки дозволяє виявити психологічні фактори, що сприяють успішній адаптації та відновленню особистості.

Незважаючи на значну кількість досліджень посттравматичного зростання, більшість із них зосереджені на аналізі індивідуальних психологічних ресурсів, зокрема стійкості, усвідомленості, самоефективності, соціальної підтримки або сенсотворення. Водночас, позитивна адаптація до травматичного досвіду є результатом взаємодії когнітивних, емоційних, особистісних та соціальних процесів, що підкреслює необхідність вивчення цілісних психологічних конструктів, які всебічно відображають адаптивний потенціал особистості. До таких конструктів належать позитивне психічне здоров'я та соціально-емоційна компетентність, проте їхня роль у забезпеченні посттравматичного зростання в умовах тривалого воєнного стресу залишається недостатньо вивченою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Концепція посттравматичного зростання, що запропонована Р. Тедескі та Л. Калхуном, ґрунтується на положенні, що подолання надзвичайно складних життєвих обставин може супроводжуватися якісними позитивними змінами особистості. Вони проявляються в поглибленні міжособистісних стосунків, відкритті нових життєвих можливостей, усвідомленні особистої сили, духовній трансформації та переоцінці цінності життя [27]. Посттравматичне зростання не є прямим чи неминучим наслідком травматичної події, а формується в процесі когнітивно-емоційної обробки пережитого досвіду, перегляду базових переконань, реконструкції життєвих смислів та поступової інтеграції травматичної події в життєву історію особистості [26]. Сучасні дослідження також показують, що посттравматичний стрес та посттравматичне зростання не є взаємовиключними феноменами, а можуть співіснувати в межах різних профілів психологічної адаптації [18; 21].

У зарубіжній психології посттравматичне зростання пов'язують із комплексом когнітивних, емоційно-регуляторних, поведінкових, соціальних та екзистенційних ресурсів. Найбільш вивченими є усвідомленість, стійкість, самоефективність, самоспівчуття, саморозкриття, соціальна підтримка, духовність та здатність створювати сенс [23; 24; 28–30]. Зокрема, встановлено, що розвиток усвідомленості сприяє одночасному підвищенню посттравматичного зростання, психологічної стабільності та задоволеності життям [28], самоефективність активує конструктивні поведінкові стратегії та підтримує відчуття здатності особистості впливати на власне життя [24], підтримуюча міжособистісна взаємодія сприяє емоційній обробці травматичного досвіду через самоспівчуття та саморозкриття [30], тоді як духовність та сенсотворення сприяють формуванню нових життєвих орієнтирів та інтеграції пережитої події в систему особистісних смислів [23; 29].

Узагальнення результатів зарубіжних досліджень свідчить про поступовий перехід від аналізу індивідуальних рис або механізмів адаптації до системного розуміння ресурсів посттравматичного зростання. Позитивна трансформація особистості пов'язана не стільки з ізольованим впливом окремої психологічної характеристики, скільки зі скоординованою взаємодією процесів саморозуміння, емоційної регуляції, конструктивної поведінки, соціальної взаємодії та смислової перебудови. Водночас у більшості емпіричних робіт ці ресурси продовжують вивчатися окремо, що обмежує можливості цілісного пояснення механізмів посттравматичного зростання.

Подібні тенденції спостерігаються і у сучасних українських дослідженнях. В умовах повномасштабної війни увага науковців зосереджена на вивченні стійкості, життєздатності, оптимізму, внутрішнього локусу контролю, конструктивних стратегій подолання, психологічної ресурсності, соціальної підтримки та сенсотворення як факторів адаптації та позитивної особистісної трансформації [1; 2; 5–15]. Психологічні ресурси розглядаються як взаємопов'язана система внутрішніх та соціальних можливостей особистості, які реалізуються, актуалізуються та використовуються відповідно до вимог складної життєвої ситуації [8].

Такий підхід дозволяє пояснити посттравматичне зростання не як результат дії одного домінуючого фактору, а як наслідок мобілізації комплексу адаптивних ресурсів.

Емпіричні дослідження українських науковців підтверджують важливість поєднання особистісних та соціальних ресурсів. У військовослужбовців посттравматичне зростання пов'язане з оптимізмом, інтернальністю та конструктивними стратегіями подолання [10], а у ветеранів – зі стійкістю та підтримкою з боку сім'ї та близького соціального оточення [5]. Дослідження цивільного населення підкреслюють роль адаптивних способів подолання стресу, позитивного ставлення до життя, переосмислення досвіду та формування нових життєвих смислів [6; 13]. У концепції посттравматичного життєтворення Т. М. Титоренко позитивна адаптація розглядається як активне конструювання нового життєвого простору, трансформація цінностей, відновлення суб'єктності та формування нових моделей взаємодії зі світом [14]. Тому у вітчизняній психології посттравматичне зростання також все частіше тлумачиться як результат взаємодії когнітивних, емоційних, особистісних та соціальних ресурсів.

Одним з інтегральних конструктів, здатних всебічно відображати позитивне психологічне функціонування особистості, є позитивне психічне здоров'я. С. Галдерізі та співавтори визначають психічне здоров'я як динамічний стан внутрішньої рівноваги, що забезпечує здатність людини використовувати власні можливості, регулювати емоції, підтримувати продуктивні соціальні стосунки та адаптуватися до життєвих змін навіть за несприятливих обставин [19]. Ця позиція узгоджується з моделлю континууму психічного здоров'я К. Кіза, згідно з якою відсутність психічного розладу не тотожна високому рівню позитивного функціонування. Стан психологічного процвітання охоплює емоційне, психологічне та соціальне благополуччя та є окремим виміром психічного здоров'я [22].

У концепції Дж. Луката та співавторів позитивне психічне здоров'я відображає сукупність внутрішніх емоційних та психологічних ресурсів, зокрема, задоволеність життям, оптимізм, впевненість у собі, внутрішню рівновагу та здатність конструктивно долати труднощі [25]. Поєднуючи гедоністичний та евдемонічний аспекти благополуччя, цей конструкт характеризує не лише переживання позитивних емоцій, а й повноцінне функціонування, реалізацію особистісного потенціалу та сенсу життя. Тому позитивне психічне здоров'я можна розглядати як невід'ємний ресурс, що створює психологічні передумови для конструктивної обробки травматичного досвіду та позитивної особистісної трансформації.

Іншим комплексним ресурсом є соціально-емоційна компетентність. В інтегративній моделі А. О. Шашенкової та О. С. Шукалової вона трактується як багатокомпонентне психологічне утворення, що поєднує когнітивні, емоційно-регуляторні, комунікативні, соціальні та особистісні характеристики [16]. Її структура включає соціально-емоційну усвідомленість, самосвідомість, самокерування, соціально-емоційну обізнаність, соціальне управління та самоефективність. Зазначені компоненти забезпечують здатність розпізнавати та розуміти власні переживання, регулювати емоційні стани, усвідомлювати емоції інших людей, підтримувати конструктивні стосунки та ефективно діяти у складних соціальних ситуаціях.

З точки зору теорії посттравматичного зростання, соціально-емоційна компетентність охоплює низку механізмів, необхідних для позитивної трансформації після травматичного досвіду: усвідомлення внутрішніх змін, емоційну саморегуляцію, саморефлексію, самоефективність та використання соціальної взаємодії як ресурсу для відновлення. Водночас, її зв'язок з посттравматичним зростанням досліджувався набагато менше, ніж зв'язок посттравматичного зростання з індивідуальними рисами, копінг-стратегіями подолання труднощів або соціальною підтримкою.

Таким чином, аналіз теоретико-емпіричних джерел показав, що сучасні дослідження посттравматичного зростання охоплюють широкий спектр особистісних, когнітивних, емоційних, соціальних та смислотворчих ресурсів. Однак більшість з них вивчаються ізольовано, тоді як інтегральні характеристики позитивного функціонування недостатньо представлені в емпіричних моделях посттравматичного зростання. Дані про роль позитивного психічного здоров'я та соціально-емоційної компетентності в посттравматичному зростанні студентської молоді, які зазнали тривалого воєнного стресу, залишаються особливо обмеженими. Це становить невирішену частину загальної проблеми та визначає фокус дослідження.

Постановка проблеми. Метою дослідження є емпіричне вивчення взаємозв'язків між посттравматичним зростанням та позитивним психічним здоров'ям і соціально-емоційною компетентністю, а також визначення їх внеску в прогнозування посттравматичного зростання.

Виклад основного матеріалу. Позитивне психічне здоров'я та соціально-емоційна компетентність у сучасній психології все частіше розглядаються як невід'ємні ресурси, що забезпечують успішне функціонування особистості в умовах тривалого стресу та сприяють її психологічній адаптації. Позитивне психічне здоров'я відображає цілісний стан психологічного благополуччя, внутрішньої рівноваги, стійкості та реалізації особистісного потенціалу, тоді як соціально-емоційна компетентність характеризує здатність усвідомлювати та регулювати власні емоції, розуміти емоційні стани інших, ефективно будувати міжособистісну взаємодію та конструктивно діяти в складних соціальних ситуаціях. Комплексний характер даних конструктів дає підстави припустити, що саме вони можуть виступати важливими психологічними чинниками посттравматичного зростання, оскільки інтегрують когнітивні, емоційні, поведінкові та соціальні ресурси, які необхідні для конструктивного переосмислення травматичного досвіду. Виходячи з цього було проведено емпіричне дослідження, спрямоване на визначення ролі позитивного психічного здоров'я та соціально-емоційної компетентності у формуванні посттравматичного зростання студентської молоді в умовах тривалого воєнного стресу.

Емпіричне дослідження проводилося протягом 2025–2026 рр. на базі Міжнародного університету (м. Одеса). У дослідженні взяли участь 158 студентів віком від 19 до 27 років (M=19,94; SD=1,18). Більшість респондентів становили жінки (68,4%), частка чоловіків становила 29,1%, ще 2,5% учасників обрали інший варіант відповіді щодо статі. Про вимушену зміну місця проживання через воєнні дії повідомили 28,5% респондентів, тоді як 71,5% не змінювали місце проживання. Таким чином, вибірка характеризувалася неоднорідністю за статтю та досвідом вимушеного переміщення, що відображає соціально-демографічні особливості студентської молоді, яка перебуває в умовах повномасштабної війни.

Вибірку дослідження сформовано за принципом добровільної участі. Збір емпіричних даних здійснювався дистанційно за допомогою сервісу Google Forms. Перед опитуванням усіх учасників було проінформовано про мету дослідження, добровільний характер участі, забезпечення анонімності та конфіденційності отриманих результатів і надали інформовану згоду на участь у дослідженні.

Для оцінювання рівня посттравматичного зростання застосовано Опитувальник посттравматичного зростання (Posttraumatic Growth Inventory, PTGI; R. Tedeschi, L. Calhoun; адаптація Д. С. Зубовського) [20]. Для оцінювання позитивного психологічного функціонування використано Шкалу позитивного ментального здоров'я (J. Lukat at all, адаптація Л. М. Карамушки, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко) [4]. Соціо-емоційну компетентність досліджували за допомогою опитувальника «Соціо-емоційна компетентність» (А. О. Шашенкова) [17].

Статистичну обробку даних здійснено за допомогою пакета GNU PSPP 2.1.1. Для опису вибірки (середнє значення, стандартне відхилення, мінімальне та максимальне значення) застосовано методи описової статистики. Для аналізу зв'язків між досліджуваними показниками використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Для визначення внеску позитивного психічного здоров'я та соціально-емоційної компетентності у прогнозування посттравматичного зростання проведено множинний лінійний регресійний аналіз. Критичний рівень статистичної значущості було встановлено на рівні $p \leq 0,05$.

На першому етапі емпіричного дослідження було проведено описовий статистичний аналіз показників посттравматичного зростання, позитивного психічного здоров'я та соціально-емоційної компетентності. Це дозволило охарактеризувати особливості розподілу досліджуваних показників та оцінити їх варіативність у вибірці. Результати представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Описова статистика показників посттравматичного зростання, позитивного ментального здоров'я та соціо-емоційної компетентності

Показник	N	Min	Max	M	SD
Посттравматичне зростання					
ВІ	158	7	42	26,9	6,9
НМ	158	5	30	20,6	5,0
ОС	158	4	24	16,7	4,3
ДЗ	158	2	12	7,04	2,2

Закінчення таблиці 1

Показник	N	Min	Max	M	SD
ЦЖ	158	3	18	12,37	3,1
ІППТЗ	158	4	25	16,74	3,7
Позитивне ментальне здоров'я					
ЗПМЗ	158	9	32	23,8	5,6
Соціо-емоційна компетентність					
СЕО	158	13	45	33,21	6,5
Су	158	16	45	31,91	6,4
СК	158	13	45	31,47	6,6
СцЕУ	158	17	45	32,46	6,4
СцК	158	9	45	31,14	6,5
СЕф	158	15	40	28,27	5,7
ЗРСЕК	158	19	44	31,52	5,6

Примітки. 1) M – середнє значення; SD — стандартне відхилення; Min – мінімальне значення; Max – максимальне значення, N – загальна кількість респондентів. 2) Умовні скорочення показників посттравматичного зростання: ВІ – взаємовідносини з іншими, НМ – нові можливості, ОС – особистісна сила, ДЗ – духовні зміни, ЦЖ – цінність життя, ІППТЗ – інтегральний показник посттравматичного зростання (середній бал за п'ятьма шкалами). 3) Умовні скорочення загального показника позитивного ментального здоров'я: ЗПМЗ – загальний рівень ментального здоров'я. 4) Умовні скорочення показників соціо-емоційної компетентності: СЕО – шкала соціо-емоційна обізнаність; СУ – шкала самоусвідомлення; СК – шкала самокерування; СцЕУ – шкала соціо-емоційне усвідомлення; СцК – шкала соціальне керування; СЕф – шкала самоефективність, ЗРСЕК – загальний рівень соціо-емоційної компетентності.

Аналіз описової статистики (див. табл. 1) показав достатню варіабельність усіх досліджуваних показників, що свідчить про гетерогенність вибірки за рівнем посттравматичного зростання, позитивного психічного здоров'я та соціально-емоційної компетентності. Отриманий розподіл результатів відображає індивідуальні відмінності в психологічному функціонуванні студентів в умовах тривалого воєнного стресу та створює основу для подальшого аналізу взаємозв'язків між досліджуваними змінними. З метою перевірки зроблених припущень було проведено кореляційний аналіз з використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена, результати якого надано в табл. 2.

Результати кореляційного аналізу (див. табл. 2) показали статистично значущі позитивні зв'язки між показниками посттравматичного зростання, позитивного психічного здоров'я та соціально-емоційної компетентності на 1% рівні значущості.

Таблиця 2

Коефіцієнти кореляції між показниками посттравматичного зростання, позитивного ментального здоров'я і соціо-емоційної компетентності

Показники	Показники посттравматичного зростання					
Позитивне ментальне здоров'я	ВІ	НМ	ОС	ДЗ	ЦЖ	ЗПТЗ
ЗППМЗ	482**	548**	614**	283**	428**	591**
Соціо-емоційна компетентність						
СЕО	538**	567**	605**	281**	517**	604**
Су	574**	623**	656**	354**	506**	658**
Ск	497**	507**	539**	308**	372**	549**
СцЕУ	474**	473**	473**	266**	372**	507**
СцК	483**	507**	537**	342**	404**	560**
СЕф	468**	516**	617**	331**	399**	572**
ЗСЕК	571**	609**	650**	357**	494**	657**

Примітки. Наведено коефіцієнти рангової кореляції Спірмена (ρ). Нулі і коми опущені; ** – $p \leq 0,01$; * – $p \leq 0,05$

Найтісніші зв'язки інтегрального показника посттравматичного зростання було встановлено із загальним рівнем соціально-емоційної компетентності, позитивним психічним здоров'ям, а також компонентами самосвідомості, соціально-емоційної усвідомленості та самоефективності. Отримані результати свідчать про те, що вищий рівень позитивного психологічного функціонування, емоційної саморегуляції та ефективної соціальної взаємодії пов'язаний з більш вираженим посттравматичним зростанням. Особливо показовими є зв'язки з такими компонентами посттравматичного зростання, як нові можливості, особистісна сила та стосунки з іншими, що підкреслює важливість інтегральних психологічних ресурсів у процесі позитивної трансформації після переживання воєнного стресу.

Отже, проведений кореляційний аналіз підтвердив наявність позитивних зв'язків між посттравматичним розвитком, позитивним психічним здоров'ям та соціально-емоційною компетентністю, що дозволило нам визначити їхній незалежний внесок у прогнозування посттравматичного розвитку. Для цього було використано множинний лінійний регресійний аналіз.

Результати першої регресійної моделі засвідчили, що позитивне ментальне здоров'я та загальний рівень соціо-емоційної компетентності є статистично значущими предикторами посттравматичного зростання. Водночас найбільший прогностичний внесок забезпечує соціо-емоційна компетентність (β=0,477; $p<0,001$), тоді як позитивне ментальне здоров'я також має самостійний статистично значущий вплив (β=0,285; $p<0,001$).

Для уточнення ролі окремих складових соціо-емоційної компетентності побудовано другу регресійну модель, у якій предикторами виступили її компоненти (табл. 3).

Модель виявилась статистично значущою та пояснила майже половину варіативності посттравматичного зростання (R^2=0,459; $F(6,151)$=21,36; $p<0,001$). Аналіз стандартизованих коефіцієнтів показав, що після одночасного врахування всіх компонентів лише показник самосвідомості зберіг незалежну прогностичну цінність (β=0,384; p=0,002), тоді як внесок інших компонентів не досяг рівня статистичної значущості. Це свідчить про те, що здатність усвідомлювати власні емоції, переживання та внутрішні зміни є ключовим компонентом соціально-емоційної компетентності, яка пов'язана з позитивною психологічною трансформацією після переживання травматичних подій.

Таблиця 3

Результати множинного лінійного регресійного аналізу компонентів соціо-емоційної компетентності у прогнозуванні посттравматичного зростання

Предиктор	β (стандартизований)	p
СЕО	0,221	0,067
Су (самоусвідомлення)	***0,384***	***0,002***
Ск	0,070	0,527
СцЕУ	–0,174	0,149
СцК	0,139	0,196
СЕф	0,093	0,438

Проведений кореляційний та регресійний аналіз підтвердив припущення, що позитивне психічне здоров'я та соціально-емоційна компетентність є важливими інтегральними психологічними ресурсами посттравматичного зростання. Встановлені позитивні зв'язки між досліджуваними показниками, а також результати регресійного аналізу свідчать про те, що позитивна психологічна трансформація після переживання травматичних подій відбувається в контексті загального позитивного функціонування особистості, її здатності до усвідомлення власних переживань, емоційної саморегуляції та конструктивної соціальної взаємодії. Особливе значення має встановлений незалежний прогностичний внесок самосвідомості, що вказує на її провідну роль у процесі конструктивної переробки травматичного досвіду.

Отримані результати узгоджуються із сучасними зарубіжними дослідженнями, згідно з яких посттравматичне зростання пов'язане з розвитком усвідомленості, психологічної стійкості, задоволеності життям, підтримуючої міжособистісної взаємодії та інших ресурсів позитивної адаптації [21; 22; 24; 25; 28; 30]. Водночас результати дослідження розширюють сучасні уявлення про ресурсну природу посттравматичного зростання, демонструючи, що його психологічними предикторами можуть бути не лише індивідуальні характеристики особистості, а й цілісні психологічні конструкти, що забезпечують узгоджену взаємодію когнітивних, емоційних та соціальних механізмів адаптації в умовах тривалого воєнного стресу. Отже, саме самоусвідомлення виступає центральним психологічним механізмом, через який соціо-емоційна компетентність пов'язана з формуванням посттравматичного зростання.

Висновки. Результати емпіричного дослідження підтвердили наявність статистично значущих додатних зв'язків між позитивним психічним здоров'ям,

соціально-емоційною компетентністю та посттравматичним зростанням, що свідчить про їх важливу роль у забезпеченні позитивної психологічної адаптації в умовах тривалого воєнного стресу.

Встановлено, що позитивне психічне здоров'я та загальний рівень соціально-емоційної компетентності є незалежними предикторами посттравматичного зростання. Серед компонентів соціально-емоційної компетентності найбільше прогностичне значення має самосвідомість, що підкреслює провідну роль здатності особистості усвідомлювати власні емоційні переживання та внутрішні зміни в процесі конструктивної обробки травматичного досвіду.

Отримані результати розширюють сучасні уявлення про психологічні ресурси посттравматичного зростання та обґрунтовують доцільність використання позитивного психічного здоров'я та соціально-емоційної компетентності як теоретичної основи для розробки програм психологічної підтримки осіб, які переживають наслідки тривалого воєнного стресу. Перспективи подальших досліджень пов'язані з апробацією запропонованої моделі на різних вибірках, вивченням механізмів виявлених зв'язків, а також оцінкою ефективності психологічних інтервенцій, спрямованих на розвиток інтегральних ресурсів посттравматичного зростання.

Список літератури:

1. Белов О.О., Маркова М.В., Марков А.Р. Посттравматичне зростання: дослідження взаємодії інтра – та інтерпсихічних ресурсів особистості. *Психіатрія, неврологія та медична психологія.* 2025. Т. 12. № 1 (27). С. 22–36. DOI: https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-27-02

2. Бочелюк В., Панов М., Турубарова А. Особливості посттравматичного зростання, життєстійкості, резильєнтності і психологічного благополуччя учасників бойових дій. *Перспективи та інновації науки.* 2023. № 1(19). С. 436–448. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-1(19)-436-448

3. Зубовський Д. С. Перевірка факторної структури україномовної методики Опитувальник посттравматичного зростання. *Український психологічний журнал*. 2018. №2 (8). С. 36–47. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj_2018_2_5

4. Карамушка Л.М., Терещенко К.В., Креденцер О.В. Адаптація на українській вибірці методик «The modified BBC Subjective Well-Being Scale (BBC-SWB)» та «Positive Mental Health Scale (PMH-SCALE)». *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3–4 (27). С. 85–94. DOI: https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.8

5. Ковалевський О., Прокопович Є. Ресурси посттравматичного зростання ветеранів. *Соціалізація та розвиток людини*. 2025 № 2. (Т.7). с. 21–39. DOI: https://doi.org/10.37096/SHDISJ-25-1.2-0002

6. Коваленко А. Б., Єрмоленко А. В. Зв'язок посттравматичного зростання з копінг-стратегіями у цивільного населення в умовах війни. *Ukrainian psychological journal*. 2025. № 2 (24). С. 73–98. DOI: https://doi.org/10.17721/upj.2025.2(24).4

7. Лазаренко В. І., Знанецька О. М., Білополий В. В. Феномен посттравматичного зростання: сутність, чинники, психодіагностичні інструменти дослідження. *Journal of Psychology Research*, 31(14), 2025. С. 218–232. DOI: https://doi.org/10.15421/103113

8. Музичко Л. Психологічна ресурсність особистості та її резильєнтність. *Журнал соціальної та практичної психології*, (1), 2023. С. 28–33. DOI: https://doi.org/10.32782/psy-2023-1-5

9. Назар Ю.О. Посттравматичне зростання в контексті моделей благополуччя особистості. *Габітус*. Випуск 48. 2023 С. 125–130. DOI: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.48.22

10. Осьодло, В.І,, Зубовський, Д.С. Індивідуально-психологічні чинники посттравматичного зростання учасників бойових дій на сході України. *Український психологічний журнал*. 2020. №1(13). С. 157–175. DOI: https://doi.org/10.17721/upj.2020.1(13).10

11. Погорільська Н.І., Найдьонова Г.О., Карпюк А.В. Ресурси посттравматичного зростання українців в умовах війни. *Вчені записки ТНУ ім. В.І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2024. Випуск № 4 Том 35 (74). С. 57–67. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.4/09

12. Сафін О. Діти вимушених переселенців в умовах війни: пошук ресурсів посттравматичного зростання. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки. 4(60)/2024. С. 39–46. DOI: https://doi.org/10.17721/1728-2217.2024.60.39-46

13. Семидочна О. О., Завада Т. Ю. (2025). Сенсовна діяльність як чинник посттравматичного зростання дорослих в умовах війни. *Наукові записки. Серія: Психологія*, (2), 127–138. DOI: https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2025-2-18

14. Титаренко Т.М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.

15. Харитонова Н. Посттравматичне зростання, як основа психологічного супроводу ветеранів російсько-української війни: огляд досліджень. *Psychology travelogs*, (1), 2023. С. 167–189. DOI: https://doi.org/10.31891/PT-2023-1-17

16. Шашенкова А., Шукалова О. Інтегративна модель соціо-емоційної компетентності. *Knowledge, Education, Law, Management*. 2022. № 2 (46). С. 159–165. DOI https://doi.org/10.51647/kelm.2022.2.24

17. Шашенкова А.О. Апробація опитувальника «Соціо-емоційна компетентність». *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди*. Психологія. Випуск 68. С. 386–401. DOI: https://doi.org/10.34142/23129387.2023.68.25

18. Fletcher S, Mitchell S, Curran D, Armour C, Hanna D. Empirically Derived Patterns of Posttraumatic Stress and Growth: A Systematic Review. *Trauma Violence Abuse*. 2023 Dec; 24 (5): P. 3132–3150. DOI: https://doi.org/10.1177/15248380221129580.

19. Galderisi S, Heinz A, Kastrup M, Beezhold J, Sartorius N. A proposed new definition of mental health. *Psychiatria Polska*. 2017 Jun 18; 51(3):407-411. DOI: https://doi.org/10.12740/pp/74145

20. Henson Ch., Truchot D., Canevello A. What promotes post traumatic growth? A systematic review. *European Journal of Trauma & Dissociation*. Vol. 5, Issue 4, November 2021, P. 100195. DOI: https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2020.100195

21. Jernslett M, Kilmer R.P, Avraam D, Anastassiou-Hadjicharalambous X. (2025). Growing through adversity: A meta-analytic and conceptual elucidation of the relationship between posttraumatic stress and posttraumatic growth among youth. *Clinical Psychology Review.* Vol. 120. Pp. 1–15. DOI: https://doi.org/10.1016/j.cpr.2025.102617

22. Keyes C.L. The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *J Health Soc Behav.* 2002 Jun; 43(2):207-222.

23. Lee, S., Matthews, B., & Torres, J. (2025). Predicting Post-Traumatic Growth from Social Support and Meaning-Making Ability. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling,* 7(1), 211–219. http://dx.doi.org/10.61838/kman.jarac.7.1.25

24. Li L., Y. Su. (2024). Mediation effects of self-care self-efficacy and health-promoting behaviors on fear of cancer recurrence and posttraumatic growth in postoperative patients with cervical cancer: a cross-sectional study. *Asian Nursing Research*, 18. P. 468–478. DOI: https://doi.org/10.1016/j.anr.2024.10.003

25. Lukat, J, Margraf, J., Lutz, R., VanderVeld, W. M., & Becker, E S. (2016). Psychometric properties of the Positive Mental Health Scale (PMH-scale). *BMC Psychology,* 4 (8). DOI: https://doi.org/10.1186/s40359-016-0111-x

26. Tedeschi R.G., Moore B.A., Greene T.C. Posttraumatic Growth as a Pathway to Wellness for Individuals and Organizations. Behav Sci (Basel). 2025 Dec 2;15(12):1653. DOI: https://doi.org/10.3390/bs15121653

27. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic Growth: Conceptual Foundations and Empirical Evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18. DOI: http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

28. Yan X., Wang X., Chen Y. et al. (2024). Feasibility and effects of mindfulness-based stress reduction (MBSR) for improving resilience, posttraumatic stress disorder symptoms and posttraumatic growth among military medical college students. *Acta Psychologica* 251. 1-10. DOI: https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104556

29. Yang C.Y, Chiang Y.C, Wu C.L, Hung S.K, Chu T.L, Hsiao Y.C. (2023). Mediating role of spirituality on the relationships between posttraumatic stress and posttraumatic growth among patients with cancer: A cross-sectional study. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing.* 10. 100221. DOI: https://doi.org/10.1016/j.apjon.2023.100221

30. Zhen B., Yao B., Zhou X. (2022). How does parent–child communication affects posttraumatic stress disorder and growth in adolescents during the COVID-19 pandemic? The mediating roles of self-compassion and disclosure. *Journal of Affective Disorders* 306 (2022) 1–8. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.03.029

Bedan V.B., Melnychenko V.V. POSITIVE MENTAL HEALTH AND SOCIO-EMOTIONAL COMPETENCE AS INTEGRAL PSYCHOLOGICAL RESOURCES OF POSTTRAUMATIC GROWTH

The article examines posttraumatic growth in the context of identifying psychological resources that promote positive adaptation under wartime conditions. Contemporary theoretical approaches to posttraumatic growth are analyzed, and recent international and Ukrainian studies on its psychological resources are summarized. The study substantiates the role of positive mental health and socio-emotional competence as integral resources of posttraumatic growth. The aim was to examine the relationships between posttraumatic growth, positive mental health, and socio-emotional competence and to determine their predictive value. The study involved 158 university students aged 19–27 years. Data were collected using the Posttraumatic Growth Questionnaire (R. Tedeschi, L. Calhoun; adaptation by D. S. Zubovsky), the Positive Mental Health Scale (J. Lukat at all, adaptation by L. M. Karamushka, O. V. Kredenzer, K. V. Tereshchenko), and the Socio-Emotional Competence

Questionnaire (A. O. Shashenkova) were used.. Descriptive statistics, Spearman's rank correlation, and multiple linear regression analysis were applied. Statistically significant positive relationships were found between posttraumatic growth, positive mental health, and socio-emotional competence. Both positive mental health and socio-emotional competence were identified as significant predictors of posttraumatic growth, with socio-emotional competence demonstrating the strongest predictive effect. Among its components, self-awareness emerged as the only independent statistically significant predictor. The findings expand current understanding of the psychological resources underlying posttraumatic growth and may be used in designing psychological support and intervention programs aimed at enhancing positive adaptation and psychological recovery among individuals exposed to traumatic experiences.

Keywords: *personality, post-traumatic growth, positive mental health, socio-emotional competence, psychological resources, self-awareness, psychological adaptation, stress.*

Дата першого надходження статті до видання: 14.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 07.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9.07
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/02

Джежик О.В.
https://orcid.org/0000-0003-2570-2589
Національний університет «Одеська юридична академія»

Лісовенко А.Ф.
https://orcid.org/0000-0003-1794-270X
Національний університет «Одеська юридична академія»

Азаркіна О.В.
https://orcid.org/0000-0002-2496-3691
Національний університет «Одеська юридична академія»

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЗАГАЛЬНОПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ДОВГОТРИВАЛОГО ВІДНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗИ

Резильєнтність посідає провідне місце серед психологічних ресурсів, що забезпечують довготривале відновлення особистості після впливу кризових, травматичних і стресогенних чинників. Посилення соціальної невизначеності, тривале психоемоційне напруження та наслідки воєнного стану зумовлюють необхідність поглиблення наукових уявлень про закономірності її формування, функціонування та розвитку, оскільки саме від рівня сформованості резильєнтності значною мірою залежить здатність людини підтримувати психологічне здоров'я, адаптуватися до несприятливих умов і відновлювати особистісний потенціал.

У статті узагальнено сучасні наукові підходи до розуміння феномена резильєнтності та здійснено їх теоретичний аналіз, що дозволило уточнити її змістові характеристики, структурну організацію й функціональне призначення. Показано, що резильєнтність не обмежується адаптацією до складних життєвих обставин, а забезпечує підтримання процесів саморегуляції, сприяє конструктивному переосмисленню кризового досвіду та створює психологічне підґрунтя для подальших особистісних змін.

Особливу увагу приділено розгляду резильєнтності як інтегративної стратегії довготривалого відновлення, яка виходить за межі її традиційного розуміння як окремої індивідуальної риси. Такий підхід передбачає здатність особистості переоцінювати травматичний досвід, стабілізувати емоційний стан, виробляти адаптивні моделі поведінки та мобілізувати власні психологічні ресурси. Встановлено, що визначальне значення у становленні резильєнтності мають когнітивна гнучкість, емоційна регуляція, розвиток самоефективності й ефективне використання соціальної підтримки.

Окремий аспект дослідження присвячено аналізу можливостей практичного впровадження технологій розвитку резильєнтності у кризове психологічне консультування. Обґрунтовано, що поєднання ресурсно-орієнтованого підходу з техніками когнітивно-поведінкової терапії, наративними інтервенціями та методами емоційної саморегуляції створює умови для підвищення стресостійкості, активізації внутрішнього потенціалу особистості та посилення її відновлювальних можливостей.

Результати проведеного теоретичного аналізу підтверджують, що системне формування резильєнтності є важливою передумовою профілактики дезадаптивних реакцій, зниження проявів тривожності й депресивних станів, а також підтримання психологічного благополуччя в довготривалій перспективі. Практична цінність роботи полягає у можливості використання її теоретичних положень під час кризового психологічного консультування, психотерапевтичної та психопрофілактичної діяльності, а також у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців психологічної сфери.

© Джежик О.В., Лісовенко А.Ф., Азаркіна О.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Ключові слова: *резильєнтність, психологічне відновлення, особистісні ресурси, загальна психологія, кризове психологічне консультування, адаптація, психологічне здоров'я, емоційна стійкість, психотерапія, кризова психологія, технології відновлення та підтримка особистості.*

Постановка проблеми. Підтримання психічного здоров'я та забезпечення довготривалого відновлення особистості належать до пріоритетних напрямів сучасних психологічних досліджень. Це зумовлено зростанням соціальної невизначеності, інтенсивністю суспільних трансформацій і поширенням кризових та психотравмуючих подій, які в умовах воєнного стану, вимушеної міграції, переживання втрат і тривалого стресового навантаження істотно ускладнюють психологічне функціонування людини. За цих умов особливої актуальності набуває пошук ефективних підходів, спрямованих на збереження психічного здоров'я, зміцнення внутрішніх ресурсів особистості та забезпечення її стійкого психологічного відновлення.

Серед психологічних феноменів, що забезпечують ефективне функціонування людини в умовах несприятливих впливів, особливе місце належить резильєнтності. Її розглядають як інтегративний психологічний ресурс, що відображає здатність особистості адаптуватися до стресових навантажень, відновлювати внутрішню рівновагу та підтримувати ефективність діяльності у кризових ситуаціях. Сучасні наукові підходи дедалі частіше трактують резильєнтність не як незмінну особистісну рису, а як динамічний процес, формування якого відбувається у взаємодії індивідуальних ресурсів особистості із соціальним середовищем.

Зростання уваги до проблеми резильєнтності пов'язане з її визначальною роллю у забезпеченні психологічної адаптації, подоланні стресу та підтримці посттравматичного розвитку особистості. Саме тому особливої наукової значущості набуває дослідження умов і чинників її формування як процесу, розвиток якого може цілеспрямовано підтримуватися засобами психологічного консультування та психотерапії. Розуміння резильєнтності як стратегії довготривалого відновлення розширює можливості переходу від реактивних моделей психологічної допомоги до проактивних підходів, орієнтованих на зміцнення внутрішніх ресурсів особистості та попередження дезадаптивних наслідків кризових впливів.

Таким чином, розгляд резильєнтності як системного психологічного ресурсу довготривалого відновлення особистості відкриває нові можливості для поглиблення сучасних наукових уявлень про механізми адаптації, психологічної стійкості та особистісного розвитку в умовах кризових впливів. Це визначає теоретичну й практичну значущість дослідження та обґрунтовує необхідність подальшого аналізу наукових підходів до розуміння зазначеного феномена.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Упродовж останніх років проблематика резильєнтності посідає важливе місце у психологічних дослідженнях, що пов'язано зі зростанням інтересу до механізмів психологічної адаптації, стійкості та відновлення особистості в умовах кризових впливів. У працях українських науковців (О. М. Кокуна, І. Я. Мельничук, О. В. Москаленко та ін.) резильєнтність розглядається як багатовимірний психологічний конструкт, який поєднує адаптаційні можливості особистості, механізми саморегуляції, позитивні когнітивні установки та відновлювальний потенціал [1; 2; 3].

У сучасних наукових працях підкреслюється процесуальний характер резильєнтності, що пов'язаний із залученням як внутрішніх ресурсів особистості, так і зовнішніх підтримувальних чинників. Водночас наголошується на її значенні як детермінанти психологічного благополуччя та ефективної адаптації в складних життєвих обставинах [4].

Окремий напрям досліджень зосереджений на вивченні резильєнтності в умовах воєнного часу, де вона виступає як механізм збереження психічної рівноваги, життєздатності та функціональної активності особистості [6].

Постановка завдання. Попри значне зростання кількості досліджень, присвячених резильєнтності, питання її ролі як системного ресурсу довготривалого відновлення особистості залишається недостатньо розкритим. Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах тривалих кризових впливів, коли ефективність психологічного відновлення визначається не лише здатністю людини адаптуватися до несприятливих обставин, а й можливістю зберігати внутрішню стійкість і продовжувати особистісний розвиток.

Згідно з сучасними науковими підходами, резильєнтність визначається не лише як здатність протистояти негативним обставинам, а й як потенціал до відновлення функціонування та досягнення

особистісного зростання. Це зумовлює необхідність її системного аналізу як базового ресурсу в межах кризової психології та кризового психологічного консультування [5].

Метою статті є теоретичне обґрунтування процесу формування резильєнтності як стратегії тривалого відновлення особистості в умовах кризових ситуацій.

Виклад основного матеріалу. Резильєнтність розглядається як інтегративна властивість особистості, що забезпечує її здатність адаптуватися до стресових умов, відновлюватися після травматичних подій і підтримувати психологічне благополуччя. Її основу становить взаємодія когнітивних, емоційних і поведінкових складових, сукупність яких забезпечує ефективне функціонування особистості в ситуаціях невизначеності.

У сучасних психологічних дослідженнях резильєнтність дедалі частіше описують як динамічний процес, формування якого відбувається у взаємодії особистості із соціальним середовищем. Такий підхід пов'язує її розвиток із мобілізацією внутрішніх ресурсів, переосмисленням набутого досвіду та виробленням нових стратегій поведінки.

Резильєнтність як інтегративне утворення характеризується складною багаторівневою організацією, основу якої становлять взаємопов'язані психологічні компоненти. Їх взаємодія забезпечує функціонування резильєнтності як динамічної системи внутрішніх ресурсів, що сприяє адаптації особистості до кризових умов та її особистісному зростанню [2].

До основних складових резильєнтності належать емоційна стабільність, когнітивна гнучкість, самоефективність, соціальна підтримка та смисложиттєві орієнтації [4].

Емоційна стабільність відображає здатність особистості підтримувати емоційну рівновагу в умовах стресу, контролювати інтенсивність негативних переживань і зберігати конструктивність поведінки. Саме вона створює основу для ефективної саморегуляції та сприяє попередженню дезадаптивних психоемоційних реакцій.

У структурі резильєнтності цей компонент виконує захисну функцію, попереджаючи формування дезадаптивних реакцій. Особи з високим рівнем емоційної стабільності характеризуються здатністю швидше відновлюватися після травматичних подій і підтримувати психологічне благополуччя.

Когнітивна гнучкість проявляється у здатності людини переосмислювати життєві труднощі, змінювати способи реагування відповідно до нових умов і приймати конструктивні рішення в ситуаціях невизначеності [5].

У структурі резильєнтності когнітивна гнучкість відіграє важливу роль у переосмисленні кризового досвіду та трансформації негативних подій у ресурс розвитку, сприяючи зниженню дистресу й активізації суб'єктної позиції особистості.

Самоефективність, за А. Бандурою, визначається як віра у власну здатність досягати поставлених цілей та ефективно діяти у складних ситуаціях. Її формування відбувається під впливом попереднього досвіду та соціального навчання [5].

У структурі резильєнтності саме цей компонент виконує мотиваційну функцію, забезпечуючи активність і наполегливість у подоланні труднощів. Особи з високою самоефективністю демонструють більшу готовність до дій і частіше обирають конструктивні стратегії поведінки.

Соціальна підтримка охоплює систему взаємин, які забезпечують емоційну, інформаційну та практичну допомогу. До її структури належать як близьке оточення, так і ширший соціальний контекст.

У структурі резильєнтності соціальна підтримка виконує ресурсну функцію, пом'якшуючи вплив стресу та сприяючи відновленню після кризових подій. При цьому визначальним є не кількість соціальних контактів, а їх якість.

Смисложиттєві орієнтації відображають систему цінностей і життєвих цілей, що надають діяльності особистості смислового наповнення. У наукових підходах підкреслюється, що здатність знаходити смисл у складних обставинах є важливою умовою психологічної стійкості.

Цей компонент забезпечує екзистенційну основу резильєнтності, сприяючи інтеграції травматичного досвіду та формуванню нових життєвих перспектив. Наявність смислових орієнтирів підтримує мотивацію, віру в майбутнє та здатність долати труднощі.

Отже, ефективність резильєнтності визначається не окремими її складовими, а результатом їх взаємодії. Саме їх цілісний розвиток створює підґрунтя для стійкого відновлення особистості.

У межах кризового психологічного консультування резильєнтність постає як стратегія, що забезпечує не лише ситуативну адаптацію, а й довготривале відновлення та розвиток особистості.

На відміну від ситуативної адаптації, що має короткочасний характер і спрямована на швидке пристосування до змін, резильєнтність у стратегічному вимірі характеризується довготривалістю

та передбачає послідовне проходження етапів відновлення, осмислення пережитого досвіду та внутрішньої трансформації особистості. Її стратегічна сутність проявляється у здатності людини не обмежуватися реакцією на стресові впливи, а активно вибудовувати нові моделі взаємодії з навколишнім світом, зберігаючи внутрішню цілісність і стан психологічного благополуччя [6].

Однією з базових характеристик резильєнтності є здатність до поступового відновлення різних рівнів ресурсного забезпечення особистості – психологічного, емоційного та фізичного. Поняття ресурсів у цьому контексті охоплює як внутрішні складові (здатність до саморегуляції, мотиваційний потенціал, ефективні копінг-стратегії), так і зовнішні умови (наявність соціальної підтримки, безпечного середовища існування), які забезпечують життєздатність людини.

Відновлювальний процес не має лінійного характеру і часто супроводжується коливаннями емоційного стану, періодами регресії або тимчасовим посиленням негативних переживань. Водночас показником сформованої резильєнтності виступає здатність особистості зберігати активну позицію у процесі відновлення навіть в умовах нестабільності. Вирішальне значення при цьому мають навички саморегуляції, відновлення енергетичних ресурсів і рефлексивне ставлення до власних потреб.

Розглядаючи резильєнтність як стратегічний процес, доцільно підкреслити, що її результатом є не лише повернення до попереднього рівня функціонування, а формування нових, більш ефективних і адаптивних поведінкових моделей. Це передбачає перегляд неефективних копінг-стратегій, розвиток навичок конструктивного розв'язання проблем, підвищення рівня самоконтролю та усвідомлену відповідальність за власні рішення.

У процесі подолання кризових ситуацій особистість поступово відмовляється від дезадаптивних форм реагування, таких як уникнення, заперечення або агресивні прояви, замінюючи їх більш продуктивними способами взаємодії з реальністю. Така поведінкова трансформація є необхідною умовою не лише відновлення, але й профілактики повторного виникнення кризових станів у майбутньому.

Важливим механізмом довготривалого відновлення виступає інтеграція травматичного досвіду, що полягає у включенні пережитих подій до індивідуальної життєвої історії без їх витіснення або деструктивного впливу на психіку. У цьому випадку йдеться не про забуття травматичних подій, а про їх переосмислення та надання нового особистісного значення.

Процес інтеграції супроводжується перебудовою когнітивних схем, переоцінкою ціннісних орієнтацій і формуванням оновленої ідентичності, яка враховує пережитий досвід. Успішна інтеграція сприяє зниженню інтенсивності негативних емоційних станів, зменшенню проявів посттравматичного стресу та відновленню відчуття контролю над власним життям.

Резильєнтність у стратегічному аспекті тісно пов'язана з процесами особистісного зростання та становлення психологічної зрілості. Остання передбачає розвиток здатності до саморефлексії, автономності, відповідальності та усвідомленого життєвого вибору.

Переживання кризових подій за наявності сформованої резильєнтності може виступати каталізатором розвитку нових особистісних якостей, зокрема поглибленого саморозуміння, емпатії, переоцінки цінностей та пошуку життєвого сенсу. У цьому контексті резильєнтність виконує не лише відновлювальну функцію, а й виступає чинником посттравматичного зростання, відкриваючи можливості для якісних змін особистості.

Отже, резильєнтність як стратегія довготривалого відновлення забезпечує системний перехід від стану дезадаптації до стабільного функціонування та подальшого розвитку. Вона інтегрує відновлення ресурсів, трансформацію поведінки, осмислення травматичного досвіду та процеси особистісного зростання, виконуючи роль ключового чинника підтримки психологічного благополуччя в умовах тривалих кризових впливів.

Резильєнтність слід розглядаєти як один із базових ресурсів підтримки психічного здоров'я особистості, особливо в ситуаціях тривалого стресу та кризових навантажень. Психологічне здоров'я при цьому трактується як стан внутрішньої гармонії, емоційної стабільності, здатності до саморегуляції та ефективної соціальної взаємодії. Як інтегративна характеристика, резильєнтність забезпечує збереження цієї рівноваги навіть за умов значного тиску зовнішніх і внутрішніх факторів [3].

До ключових функцій резильєнтності належать:

1. Зменшення інтенсивності тривожних і депресивних станів. Резильєнтність виконує важливу регулятивну функцію, спрямовану на зниження рівня негативних емоційних переживань, зокрема тривожності та депресивних проявів. Тривожність пов'язана з очікуванням загрози та переживанням невизначеності, тоді як депресивні

стани характеризуються зниженням емоційного фону, втратою інтересу та почуттям безнадії. Особи з високим рівнем резильєнтності володіють розвиненими механізмами емоційної регуляції, які дають змогу уникати фіксації на негативних переживаннях і швидше відновлювати внутрішню рівновагу.

2. Посилення адаптаційного потенціалу. Адаптація як процес передбачає здатність особистості ефективно функціонувати в умовах середовища, що постійно змінюєтьсяРезильєнтність підвищує цей потенціал завдяки розвитку поведінкової гнучкості, варіативності копінг-стратегій і здатності до оперативного прийняття рішень.Це дозволяє особистості не лише уникати дезадаптації, а й зберігати продуктивність у складних обставинах.

3. Формування конструктивного життєвого досвіду. Завдяки механізмам переосмислення подій резильєнтність сприяє формуванню досвіду подолання, який ґрунтується на здатності знаходити у складних ситуаціях потенціал для розвитку.Такий досвід зміцнює впевненість у власних можливостях і створює основу для ефективного реагування на подальші життєві виклики.

4. Підтримка суб'єктивного благополуччя. Резильєнтність сприяє збереженню позитивного емоційного фону та задоволеності життям, які є ключовими складовими суб'єктивного благополуччя.Особи з високим рівнем резильєнтності частіше демонструють оптимістичний стиль мислення, орієнтацію на майбутнє та здатність цінувати життєвий досвід.

Таким чином, резильєнтність є системоутворювальним чинником підтримки психічного здоров'я, інтегруючи механізми емоційної регуляції, адаптації, осмислення досвіду та збереження суб'єктивного благополуччя. Вона не лише мінімізує ризики розвитку негативних психічних станів, а й створює передумови для гармонійного розвитку особистості.

Висновки. Проведений теоретичний аналіз дає підстави стверджувати, що резильєнтність є складним багатовимірним утворенням, яке виконує функцію ключового ресурсу довготривалого відновлення особистості в умовах кризових впливів. Її формування пов'язане з розвитком адаптаційних механізмів, саморегуляції та здатності до переосмислення життєвого досвіду.

У практиці кризового психологічного консультування резильєнтність доцільно розглядати не лише як індивідуальну характеристику особистості, а і як стратегічний механізм, що забезпечує стійкість функціонування, підтримує психологічне відновлення та сприяє особистісному зростанню.

Подальші наукові дослідження доцільно спрямувати на розробку й упровадження ефективних технологій розвитку резильєнтності для різних вікових і соціальних груп.

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. Мельничук І. Я. Теоретико-методологічні основи розвитку та корекції резильєнтності. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. №2. С. 82–87. https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-12

3. Москаленко О. В. Психологічна резильєнтність як умова психологічного здоров'я особистості. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2024. № 2. С. 67–70. https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.2.13

4. Оверчук В. А. Резильєнтність як ресурс психологічного благополуччя особистості. *Журнал сучасної психології*. 2026. №2. С. 71–77. https://doi.org/10.26661/2786-7471/2026-2-9

5. Чиханцова О. А. Резильєнтність як особистий ресурс українців в умовах воєнного стану. *Журнал сучасної психології.* 2025. № 2. С. 146–153. https://doi.org/10.26661/2786-7471/2025-2-16

6. Воронова О. Ю. Окремі аспекти дослідження резильєнтності особистості. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 28–32. https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.5

Dzhezhyk O.V., Lisovenko A.F., Azarkina O.V. RESILIENCE AS A GENERAL PSYCHOLOGICAL RESOURCE FOR LONG-TERM PERSONALITY RECOVERY IN CRISIS CONDITIONS

Resilience is regarded as one of the principal psychological resources that enables long-term personality recovery following exposure to crisis, traumatic, and prolonged stress-related experiences. The growing social uncertainty, sustained psycho-emotional burden, and consequences of martial law highlight the need for a deeper understanding of the mechanisms underlying resilience, as its development largely determines an individual's capacity to preserve psychological well-being, adapt to adverse circumstances, and restore personal functioning.

The article provides a theoretical analysis and synthesis of contemporary scientific approaches to resilience, allowing its conceptual foundations, structural components, and functional characteristics to be clarified. The findings demonstrate that resilience should be understood not merely as a mechanism of adaptation to difficult life circumstances but also as a multidimensional psychological resource that supports self-regulation, facilitates constructive reinterpretation of adverse experiences, and promotes positive personality development.

Particular attention is paid to resilience as an integrative strategy for long-term recovery that extends beyond its traditional interpretation as an individual personality trait. Within this perspective, resilience encompasses the capacity to reinterpret traumatic experiences, maintain emotional stability, develop adaptive behavioural patterns, and mobilise internal psychological resources. The analysis identifies cognitive flexibility, emotional regulation, self-efficacy, and effective use of social support as the key mechanisms underlying resilience development.

The study also examines the possibilities of integrating resilience-enhancing technologies into crisis psychological counselling. The findings indicate that combining resource-oriented approaches with cognitive-behavioural therapy techniques, narrative interventions, and emotional self-regulation methods contributes to strengthening stress resilience, enhancing personal resources, and supporting sustainable psychological recovery.

The results confirm that the systematic development of resilience represents an important prerequisite for preventing maladaptive reactions, reducing symptoms of anxiety and depression, and maintaining psychological well-being over the long term. The practical significance of the study lies in the potential application of its theoretical provisions within crisis psychological counselling, psychotherapy, psychoprophylactic practice, and the professional education and training of future psychology specialists.

Keywords: *resilience, psychological recovery, personal resources, general psychology, crisis psychological counseling, adaptation, psychological health, emotional stability, psychotherapy, crisis psychology, recovery technologies and personal support.*

Дата першого надходження статті до видання: 24.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 20.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9.07:159.942
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/03

Костюченко О.В.
https://orcid.org/0000-0001-7853-2670
Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

ГЕШТАЛЬТ-ПІДХІД У ДИЗАЙНІ ТА ВІДНОВЛЕННІ ПОТЕНЦІАЛУ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗОВОГО СОЦІУМУ

У статті здійснено комплексне теоретико-методологічне обґрунтування та операціоналізацію потенціалу гештальт-підходу в процесах проективного дизайну та відновлення особистісно-професійної самореалізації суб'єкта, що функціонує в умовах кризового соціуму. Актуальність дослідження зумовлена перманентною соціально-економічною та воєнною турбулентністю сучасного українського суспільства, яка руйнує традиційні лінійні кар'єрні траєкторії та блокує адаптаційні ресурси людини. У межах роботи феномен «кризового соціуму» концептуалізовано через динаміку поля «Організм-в-Середовищі», де криза постає як специфічний стан перерваного контакту, що заважає формуванню чіткої та автентичної Фігури потреби особистості на тлі тривожного фону макросоціального дистресу. Наукова новизна дослідження полягає в інтеграції теорії поля гештальт-терапії з концептом суб'єктного проективного дизайну життя, що дозволяє перейти від пасивної кар'єрної адаптації до активного творчого пристосування. У статті деталізовано та структуровано трирівневу систему практичних методів та інструментів гештальт-підходу, спрямованих на послідовну роботу з різними аспектами Self. Проаналізовано методи відновлення соматичного та чуттєвого пре-контакту (Id-функція) через техніки тілесного заземлення та фокусування; обґрунтовано інструменти подолання деструктивних механізмів переривання контакту (інтроєкції, проекції, ретрофлексії) та відновлення Ego-функції за допомогою технік «Порожнього стільця» та роботи з полярностями. Особливу увагу приділено інтеграції гештальт-парадигми з експресивними артпрактиками (малювання динамічного поля, пластилінове моделювання фіксованих гештальтів), які виступають безпечним невербальним контейнером для екстерналізації внутрішнього хаосу, подолання емоційного вигорання та реструктуризації поля. Доведено, що фінальне наративне закриття гештальту кризи відновлює функцію Personality, дозволяючи суб'єкту привласнити новий досвід і трансформувати його в стійку психологічну резильєнтність. Практична значущість роботи полягає в можливості використання запропонованої інструментальної матриці для розробки антикризових програм, тренінгів стійкості та коучингових технологій професійного самопроектування фахівців в ускладнених умовах життєдіяльності.

Ключові слова: *гештальт-підхід, гештальт-принципи, особистісна та професійна самореалізація, кризовий соціум, дизайн самореалізації, творче пристосування, артпрактика, резильєнтність, емоційне вигорання, теорія поля.*

Постановка проблеми. Сучасний стан розвитку українського суспільства характеризується екстремальним рівнем невизначеності, динамічними трансформаціями соціальних інституцій та тривалим перебуванням населення в умовах воєнних і соціогенних криз. Зазначені чинники формують простір «кризового соціуму», який виступає не просто зовнішнім фоном, а й агресивним, ускладненим середовищем, що безпосередньо деструктурує життєвий світ індивіда. За таких умов традиційні, лінійні й алгоритмізовані стратегії особистісної та професійної самореалізації втрачають свою адаптивну спроможність.

Потреба у відновленні порушеного кризою потенціалу самореалізації актуалізує пошук нових психологічних парадигм, здатних повернути суб'єкту агентність (здатність особистості бути активним творцем власного життя, самостійно ухвалювати рішення та діяти за власним бажанням, впливаючи на світ) і згуртованість.

© Костюченко О.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Одним із найбільш перспективних інструментів у цьому контексті постає гештальт-підхід, інтегрований із проективним дизайном життєвих траєкторій. Самореалізація в межах цієї моделі розглядається як безперервний процес творчого пристосування особистості в мінливому полі «Організм-в-Середовищі», де дизайн власного Я є альтернативою пасивному виживанню.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження архітектоніки життєтворчості та наративного дизайну життєвого шляху особистості (Л. Сохань, Т. Титаренко, Н. Чепелєва) вказує на суб'єктну природу розкриття потенціалу людини. Водночас, в умовах кризового соціуму особливого значення набувають стратегіальна організація мислення, зокрема дизайн-мислення (Б. Барнет, В. Моляко, О. Костюченко, О. Музика, М. Смульсон, Т. Третяк та ін.), розвиток творчого потенціалу (В. Моляко, Р. Богачев, Т. Руденко) та психологічної резильєнтності суб'єкта (О. Блінов, З. Кісарчук, В. Крайнюк, О. Костюченко, С. Мадді, Б. Сирюльник й ін.), що виступає підґрунтям для його подальшої особистісно-професійної самореалізації (Ю. Асєєва, Д. Вепрінцева, Л. Карамушка, О. Музика, Н. Пов'якель, І. Рижова, М. Яницький та ін.), зокрема через залучення інструментарію гештальт-підходу (Я. Короход, А. Татьянчиков, Ж.-М. Робін, М. Спаньоло-Лобб, Г. Яворська та ін.).

Нами були проведені дослідження процесів адаптації та самореалізації особистості в ускладнених умовах життєдіяльності, детально проаналізовано соціально-психологічні аспекти функціонування перцепції у професійній самореалізації суб'єкта, обґрунтовано інтеграцію антикризових підходів для подолання емоційного вигорання, а також доведено ефективність використання артпрактик у гештальт-парадигмі при проведенні гострих інтервенцій [9] та розвитку резильєнтності [11; 12].

У західному гештальт-дискурсі (К. Гьолль [32], П. Ж.-М. Робін [19], П. Філіппсон [26]) криза трактується як феномен перерваного контакту з полем, що блокує самовираження особистості. Разом з тим, потребує глибшого вивчення питання поєднання теоретичного інструментарію гештальт-терапії з концептом суб'єктного дизайну кар'єри та особистісного росту в умовах тривалого макросоціального стресу.

Постановка завдання. Метою дослідження є теоретико-методологічне обґрунтування та операціоналізація потенціалу гештальт-підходу у процесах проективного дизайну та відновлення особистісно-професійної самореалізації суб'єкта, що функціонує в умовах кризового соціуму.

Для досягнення поставленої мети було використано комплекс теоретичних методів: системно-структурний аналіз наукових першоджерел, компаративний аналіз сучасних психотерапевтичних концепцій, дедуктивне моделювання та епістемологічний синтез положень гештальт-психології із теорією психологічного проектування життєвого шляху особистості.

Виклад основного матеріалу. Феномен «кризового соціуму» з погляду гештальт-підходу описується через динаміку поля «Організм-в-Середовищі». Кризу визначаємо як специфічний стан самого поля, при якому колишні фіксовані форми досвіду та звичні способи поведінки перестають задовольняти актуальні потреби індивіда й соціуму. В умовах макросоціального стресу тліючий фон суспільної тривоги затоплює свідомість людини, заважаючи формуванню чіткої, автентичної Фігури її самореалізації. Психіка реагує на це хронічним напруженням, вигоранням або соматизацією, що описується через призму нейропсихологічного та антикризового аналізу [6; 10; 17; 33; 40; 42].

Дизайн самореалізації особистості в умовах кризового соціуму визначаємо як цілеспрямований, усвідомлений та ітеративний процес суб'єктного проектування людиною власного життєвого шляху, професійної траєкторії та простору життєдіяльності в ситуаціях високої соціальної турбулентності й невизначеності. Зазначений феномен інтегрує інструменти людиноцентрованого дизайн-мислення та психологічні механізми адаптації особистості до екстремальних умов соціокультурного середовища. У контексті зарубіжних досліджень (зокрема, Б. Барнета та Д. Еванса [3], А. Маслоу [36], К. Роджерса [20], В. Франкла [27]) дизайн самореалізації спирається на «упередженість до дії» через гнучке прототипування життєвих стратегій та радикальне прийняття мінливих обставин як нових креативних викликів. Водночас у працях сучасних українських дослідників (В. Моляко [15; 24], О. Музики [16], М. Смульсон [21]; Т. Титаренко [25]; Н. Чепелєвої та О. Зазимко [28], С. Кузікової [14], Л. Пріснякової [17], Ю. Асєєвої, Д. Вепренцової [1] а також у вимірі креативних практик – Р. Богачева, Т. Руденка, Г. Костроміної [4]; І. Рижової й А. Дикої [18] та ін.) дизайн самореалізації в умовах суспільної кризи розглядається як побудова автентичного «особистісного проекту», що виступає когнітивно-психологічним щитом від емоційного вигорання, стратегіальним підходом до активізації внутрішнього творчого потенціалу, резилієнтності (Б. Блінов [34], О. Костюченко [12], В. Крайнюк [13], С. Мадді [34], Б. Сирульнік [31] і трансформації

зовнішніх травмувальних чинників в ресурс для відновлення самоефективності й збереження ментального здоров'я.

Дизайн самореалізації в гештальт-контексті постає як свідоме, активне проектування людиною нових способів взаємодії з полем. На відміну від класичного лінійного планування, гештальт-дизайн базується на принципі тут-і-тепер і концепції «динамічного гомеостазу». Процес відновлення творчого потенціалу особистості в ускладнених умовах розгортається через роботу з фундаментальними гештальт-принципами [19; 23; 37; 38; 41]:

– *Принцип фігури і фону у професійному виборі*. У кризовому соціумі фоном виступає небезпека, хаос та невизначеність. Якщо особистість повністю зливається з фоном (феномен конфлюенції), її самореалізація блокується. Завдання психологічного дизайну – допомогти суб'єкту диференціювати з цього тривожного фону чітку Фігуру своїх справжніх інтересів, цінностей та унікальних навичок. Це дозволяє повернути локус контролю та вибудувати автентичні цілі.

– *Цикл контакту та бар'єри самореалізації*. Процес реалізації будь-якого життєвого чи професійного проєкту підпорядкований логіці кривої задоволення потреби (від пре-контакту до пост-контакту). У кризі людина зазнає переривань на стадії інтроекції (сприймання чужих панічних установок як власних) або проекції (перенесення безпорадності на майбутнє). Відновлення потенціалу полягає у руйнуванні цих фіксованих інтроектів та відновленні здорового его-функціонування (здатності здійснювати вибір).

– *Творче пристосування як альтернатива пасивній адаптації.* Справжня самореалізація в ускладнених умовах не обмежується терплячим звиканням до стресорів, а виявляється як здатність реструктуризувати поле під себе. Суб'єкт використовує наявні обмеження як сировину для створення нових нестандартних форм діяльності (наприклад, крос-функціональні проєкти, цифрова релокація, соціальне підприємництво).

Важливим інструментальним пакетом у відновленні потенціалу особистості виступає інтеграція гештальт-терапії з артпрактиками та тілесно-орієнтованими техніками. Тілесно-орієнтований вимір проектування життєвих стратегій в умовах тривалого стресу спирається на концепцію подолання «характерологічного панцира» В. Райха [39] та методи біоенергетичного аналізу А. Лоуена [33], які розглядають вивільнення соматично заблокованої енергії як передумову відновлення творчої активності особистості.

Як ми зазначали, використання творчих методів у межах гештальт-підходу є потужною антикризовою інтервенцією [9]. Оскільки гостра психотравма та соціальний хаос часто блокують вербальні центри неокортексу (моторну зону Брока), людина втрачає здатність раціонально описати свій стан та цілі. Артпрактика (малювання, ліплення, робота з метафоричними образами) виступає безпечним, невербальним зовнішнім контейнером для інтенсивних переживань (афекту, люті, розпачу).

У процесі арт-роботи в гештальт-модальності відбувається екстерналізація внутрішнього хаосу у матеріальну форму (малюнок чи скульптуру), яка стає новим елементом поля. Дослідник або практик допомагає клієнту усвідомити цей образ, інтегрувати відщеплені частини досвіду та повернути відчуття тілесної й когнітивної цілісності. Це безпосередньо стимулює розвиток резильєнтності особистості – її здатності гнучко відновлюватися після деструктивних ударів долі.

Практичне відновлення потенціалу самореалізації особистості засобами гештальт-терапії в умовах макросоціальної кризи вимагає переведення теоретичних концептів поля та творчого пристосування у площину конкретних технік та інтервенцій [5; 8; 26; 29; 38]. Ця система інструментів має трирівневу структуру, спрямовану на послідовну роботу з тілом (Self-as-Id), вибором (Self-as-Ego) й особистісною ідентичністю (Self-as-Personality).

Слід зауважити на особливостях функціонування перцепції у життєдіяльності людини в умовах кризового соціуму, в якому хронічний дистрес викликає десенситизацію – емоційне оніміння, заблокованість тілесних імпульсів та перцептивні спотворення [11]. Особистість втрачає здатність відчувати власні потреби, оскільки вся енергія витрачається на утримання фонової тривоги поля. Відновлення соматичного та чуттєвого пре-контакту (робота з функцією Id) спрямоване на повернення людини до її первинних тілесних відчуттів, імпульсів та актуальних потреб, які є основою для подальшої взаємодії з довкіллям. У гештальт-терапії функція Id відповідає за сферу «хочу», фонові відчуття, збудження та внутрішні імпульси до того, як вони будуть усвідомлені розумом (функцією Ego).

Наведемо деякі практичні методи та техніки, які використовуються для розблокування та відновлення цієї функції на етапі пре-контакту, а саме:

1) для *відновлення соматичного пре-контакту* (робота з тілом) допомагає повернути чутливість тіла, зняти хронічні м'язові затиски (бронь) та

помітити первинні фізичні сигнали: а) «Тілесне сканування» (послідовне спрямування уваги на різні ділянки тіла від стоп до верхівки голови; утримування фокусу на фіксації «сухих» фактів: напруга, розслаблення, пульсація, тепло, холод, оніміння, без їхньої оцінки чи інтерпретації); б) «Заземлення та Центрування» (спрямування уваги на точки опори тіла: контакт стоп із підлогою, сідниць із кріслом, що допомагає повернути відчуття базової безпеки, є критично важливим для розслаблення Id); в) «Тілесне заземлення та фокусування» (повернення уваги до фізичних опор, зокрема: відчуття стоп на підлозі, спини на стільці, та кінестетичних маркерів – «де саме в тілі зараз живе твій страх чи твій потенціал?»), відновлює базову безпеку Організму в Середовищі; г) «Свідоме дихання» (спостереження за природним ритмом дихання без спроб його змінити, фокусування на русі грудної клітки чи живота, відчутті повітря у ніздрях; поступове поглиблення видиху для зниження тривоги); д) «Робота з м'язовим панцирем» (за В. Райхом [39] / О. Лоуеном [33]) (м'яке посилення затиску з наступним повним, усвідомленим розслабленням для відновлення чутливості у цій зоні);

2) для *відновлення чуттєвого пре-контакту* (робота з рецепторами) спрямовано на «пробудження» п'яти органів чуття для чистого сприйняття реальності, що дозволяє відокремити реальні сенсорні дані від ментальних проекцій і фантазій: а) «Техніка «5-4-3-2-1» (активація сенсорних каналів, а саме фокусування на зовнішньому середовищі через послідовне виділення: 5 об'єктів, які можна побачити (колір, форма, текстура); 4 звуків, які можна почути (близькі, далекі, тихі); 3 тактильних відчуттів (одяг на шкірі, вітер, температура); 2 запахів (присутніх у просторі); 1 смаку); б) «Чуттєве фокусування» (спрямоване дослідження текстури поверхонь через доторкання до дерева, металу, тканини з концентрацією лише на тактильному досвіді пальців або долонь); в) «Зорове розфокусування та фокусування» (перехід від панорамного бачення простору, зокрема сприйняття «фону», до детального розглядання одного конкретного предмета – сприйняття «фігури»);

3) для *інтеграції соматичного та чуттєвого досвіду* (гештальт-техніки), допомагають перевести соматичні відчуття на рівень усвідомлених потреб [30], тобто розгорнути функцію Id назустріч функції Ego: а) «Експериментальне посилення амплітуди», ампліфікація (посилення мікрорухів) (якщо клієнт несвідомо стискає пальці, хитає ногою чи затамовує подих, терапевт пропонує посилити цей рух, зробити його більшим і помітнішим, тобто пропонується свідомо посилити цю соматичну фігуру, що допомагає проявити придушений імпульс або емоцію) веде до катарсичного звільнення заблокованої енергії, яка згодом перенаправляється на завдання самореалізації; б) прийом «Я відчуваю... і це говорить про те, що...» (завершити фразу, починаючи від чистого соматичного факту до емоційної потреби. Приклад: «Я відчуваю стиснення в горлі... і це говорить про те, що я хочу щось сказати / мені страшно»); в) континуум усвідомлення (безперервне промовляння поточного досвіду за схемою: «Зараз я усвідомлюю ... і зараз я відчуваю», що допомагає утримувати увагу в теперішньому моменті; вербалізація тілесних метафор (опис тілесного симптому через образ або метафору, розмова від імені цього образу для виявлення заблокованої потреби Id);

4) для *подолання переривань контакту та відновлення Его-функції* у проектуванні нової професійної траєкторії, коли необхідно нейтралізувати невротичні механізми захисту, які блокують агентність особистості під час кризи: а) «Порожній стілець» як метод екстерналізації інтроектів набуває ваги у кризовому соціумі, в якому людина паралізована катастрофічними інтроєктами: «Зараз не час для розвитку», «Всі навколо страждають, і я не маю права на успіх» тощо (на порожній стілець висаджується цей інтроєктований «Голос Критичного Соціуму», з яким клієнт вступає у прямий діалог, деконструює нав'язані переконання та асимілює лише те, що відповідає його автентичним потребам самореалізації); б) «Робота з полярностями» у кар'єрному дизайні актуалізується в кризі, яка розщеплює особистість на дві полярності: «Безпорадну Жертву Обставин» та «Гіперактивного Рятівника» (через діалог полярностей гештальт-інтервент допомагає клієнту інтегрувати ці частини, створюючи збалансовану фігуру «Резильєнтного Професіонала», здатного діяти реалістично);

5) *реструктуризація поля артзасобами* як інтегративний метод невербального проектування майбутнього, коли когнітивні сценарії заблоковані,: а) «Малювання динамічного поля» як акт екстерналізації (за допомогою кольору та ліній зобразити на папері дві зони: «Мій соціум зараз» (Фон) та «Моє Я у професії» (Фігура); запустити терапевтичний діалог із малюнком від першої особи («Я – червона лінія, я намагаюся пробитися крізь чорне коло...») дозволяє усвідомити приховані ресурси та бар'єри; б) «Пластилінове моделювання фіксованих гештальтів» є о б'єктивацією емоційного вигорання або кар'єрного глухого кута через

тривимірну форму (виліпити свій «тупик», а потім фізично трансформувати, змінити форму цієї фігури), що запускає нейропсихологічні механізми подолання стресу та перебудови когнітивних схем;

6) *інтеграція досвіду* (Робота з Personality-функцією) виходить на перший план у завершенні будь-якого циклу контакту в гештальт-підході, що потребує якісної асиміляції досвіду для формування стійкої ідентичності: а) «Наративне закриття гештальту кризи» максимальну користь приносить у момент переформатування внутрішнього самосприйняття від «Я –постраждалий від обставин» до «Я – суб'єкт, який пройшов крізь випробування та набув унікальних компетенцій». Це відновлює функцію Personality, дозволяючи людині свідомо привласнити свій новий професійний статус і резильєнтність.

Системне бачення того, як конкретні терапевтичні втручання відповідають специфічним клінічним проявам, відображено у матриці взаємозв'язку кризових симптомів та гештальт-інструментів (*табл. 1*).

Узагальнюючи дані таблиці 1, варто підкреслити, що роль гештальт-підходу у подоланні кризової симптоматики виходить далеко за межі банального зняття напруги. Гештальт-техніки слугують каталізатором для відновлення процесів самореалізації. Працюючи на рівні Id-функції, ці інструменти допомагають особистості заново вибудувати дизайн своєї професійної та життєвої стратегії. Повернення чутливості та усвідомленості дозволяє людині не просто адаптуватися до кризи, а трансформувати її у ресурс для подальшого духовного та кар'єрного зростання.

Поєднання гештальт-принципів, експресивних арт-методів і тілесно-орієнтованих технік створює потужний синергетичний ефект, який дозволяє не просто нівелювати симптоми емоційного вигорання, а комплексно відновити агентність особистості – її здатність бути активним, авторитетним автором власного життя та здійснювати усвідомлений вибір.

Ефект синергії у такій трикомпонентній моделі розгортається через трьопослідовні рівні (*табл. 2*): 1) *соматичний* (розблокування енергії тілесно-орієнтованими техніками): використання заземлення, дихальних практик та методів ампліфікації мікрорухів дозволяє клієнту повернутися у фазу пре-контакту на рівні Id. У результаті заблокована в тілі напруга та витіснені емоції (гнів, безсилля) легалізуються. Тіло знову стає джерелом чутливості та первинних імпульсів, що повертає базовий життєвий тонус (ресурс Id); 2) *експресивний* (екстерналізація та структурування арт-методами): тілесний імпульс або симптом, розблокований на першому етапі, виноситься назовні – екстерналізується у творчий продукт. Відповідно клієнт отримує безпечну дистанцію зі своїм вигоранням. Симптом перестає володіти людиною, він стає об'єктом, яким можна керувати; 3) *феноменологічний* (інтеграція та присвоєння агентності на основі гештальт-принципів): «Тут і тепер», усвідомленість та концепція творчого пристосування. Як наслідок відбувається закриття незавершених гештальтів (відреагування заблокованих потреб). Клієнт бере відповідальність за свої межі, вчиться говорити «ні» токсичним навантаженням і повертає собі право керувати власним професійним та особистісним дизайном життя.

Синергія цих трьох підходів забезпечує цілісний (холістичний) рух: від відчуття (тіло) через вираження (арт) до усвідомлення та дії (гештальт), що дозволяє не просто повернути людину у робочий стан, а трансформувати кризу вигорання

Таблиця 1

Матриця взаємозв'язку кризових симптомів та гештальт-інструментів

Симптоматичний прояв у кризовому соціумі	**Точка переривання контакту (за гештальт-теорією)**	**Цільовий метод / Інструмент втручання**	**Результат для потенціалу самореалізації**
Емоційне оніміння, заблокованість тіла, втрата чутливості до власних інтересів	Десенситизація	Техніка «Тілесного заземлення та фокусування» (*Grounding*)	Відновлення доступу до справжніх потреб особистості (*Id-функція*)
Параліч дії через нав'язані **панічні установки соціуму**	Інтроєкція	Техніка «Порожнього стільця», деконструкція інтроєктів	Повернення свободи вибору та авторства кар'єри (*Ego-функція*)
Емоційне вигорання, вербальний блок, нездатність сформулювати цілі	Ретрофлексія, фіксований гештальт тупика	Артпрактики (малювання поля, пластилінове моделювання)	Екстерналізація хаосу, активація творчої резильєнтності
Дисоціація, **синдром вцілілого**, знецінення власного професійного досвіду	Еготизм / Відсутність фінального контакту	Метод «Наративного закриття гештальту кризи»	Привласнення нової ідентичності, посттравматичне зростання

Таблиця 2

Схема синергетичної взаємодії в терапевтичному процесі

Метод / Компонент	Точка прикладання (Мішень)	Внесок у подолання вигорання	Внесок у відновлення агентності
Тілесно-орієнтовані техніки	Тілесна сфера (*Id*-функція)	Зняття хронічного стресу, відновлення чутливості та енергетичного балансу	Повернення опори на власне тіло, розпізнавання своїх «хочу/не хочу»
Експресивний арт-метод	Символічна сфера (Творче *Self*)	Вивільнення емоцій без рефлексії, подолання мовного/когнітивного тупика	Перехід від пасивної позиції «жертви обставин» до позиції Творця
Гештальт-принципи	Межа контакту (*Ego*-функція та *Personality*)	Усвідомлення причин вигорання (інтроекти, злиття), перебудова контакту зі світом	Присвоєння досвіду, відновлення права вибору, трансформація пасивності в дію

на точку рестарту її особистісної та професійної самореалізації.

Наукова новизна дослідження полягає у концептуалізації поняття «дизайн самореалізації» крізь призму теорії поля гештальт-підходу та вітчизняних розробок із кризової психології. Уточнені психологічні механізми переходу від пасивної адаптації суб'єкта до активного творчого пристосування в умовах хронічного макросоціального стресу; доведено синергетичний ефект поєднання гештальт-принципів із експресивними арт-методами та тілесно-орієнтованими техніками для подолання емоційного вигорання та відновлення агентності індивіда.

Висновки. Проведене дослідження дозволяє зробити узагальнюючий висновок про те, що: 1) процес особистісної та професійної самореалізації в умовах кризового соціуму потребує відмови від жорстких лінійних кар'єрних сценаріїв на користь флексибільного проективного дизайну життєвого шляху суб'єкта; 2) гештальт-підхід пропонує потужну методологічну рамку для відновлення життєвого потенціалу особистості через роботу з динамікою поля «Організм-в-Середовищі», диференціацію автентичних фігур потреби із загального тривожного фону кризи та подолання деструктивних механізмів переривання контакту; 3) інтеграція артпрактик і тілесно-орієнтованих технік у гештальт-парадигму виступає дієвим інструментом антикризової стабілізації та рекреації. Вона дозволяє депатологізувати гострий дистрес особистості, трансформувати травматичний досвід у ресурс та сформувати стійку психологічну резильєнтність, необхідну для успішного творчого самовираження та процвітання у мінливому світі.

Список літератури:

1. Асєєва Ю., Вепрінцева Д. Самореалізація як психологічний феномен. *Ментальне здоров'я. 2024,* № 2. С. 3–7. DOI: https://doi.org/10.32782/3041-2005/2024-2-1

2. Блінов О. Ф. Психологічні детермінанти розвитку резильєнтності особистості в екстремальних умовах життєдіяльності. Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2023. Т. XI, Вип. 26. С. 14–27.

3. Барнет Б., Еванс Д. Дизайн-мислення. Спроектуй своє життя; пер. з англ. О. Асташова. Київ : Наш Формат, 2018. 240 с.

4. Богачев, Р. М., Руденко Т. П., Костроміна Г. М. Творчість як найважливіша умова саморозвитку та спосіб самореалізації особистості. *Освітній дискурс* : збірник наукових праць. Київ, 2022. Т. 42 (10–12). С. 7–15. DOI: https://doi.org/10.33930/ed.2019.5007.42(10-12)-1

5. Заборовська, І. Р., Туриніна, О. Л. Особливості застосування гештальт-терапевтичного методу в подоланні психологічних труднощів клієнтів. *Сучасна медицина, фармація та психологічне здоров'я*. 2021. Т.2(3). С. 54–66. URL https://journals.maup.com.ua/index.php/psych-health/article/view/126

6. Карамушка, Л., Креденцер, О., Терещенко, К. (2023). Суб'єктивне благополуччя освітнього персоналу в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2023. Т. *30*(4). С. 23–33. https://doi.org/10.31108/2.2023.4.30.3

7. Кісарчук З. Г., Омельченко Я. М. Психологічна допомога особистості у подоланні наслідків психотравмуючих подій: досвід і перспективи. Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 2020. Т. III, Вип. 16. С. 82–97.

8. Короход Я. Д., Татьянчиков А. О. Деякі базові техніки гештальт-терапії для розвитку особистості. *Європейські орієнтири розвитку України в умовах війни та глобальних викликів XXI століття: синергія*

наукових, освітніх та технологічних рішень : у 2 т. : матер. міжн. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 19.05.2023); за заг. ред. С. В. Ківалова. Одеса, 2023, 1. С. 254–256.

9. Костюченко О. В. Артпрактика в гештальт-підході до антикризової інтервенції. Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2025. Т. 36 (75-1), № 1. С. 46–52. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.1/09

10. Костюченко О. В. Інтеграція нейропсихологічного, психосоматичного та анти-кризового психологічного підходів у вирішенні проблеми емоційного вигорання. Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія. 2025. Т. 36 (75), № 4. С. 161–170. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.4/23

11. Костюченко О. В. Соціально-психологічні аспекти функціонування перцепції у життєдіяльності та професійній самореалізації особистості : монографія. Київ : Видавничий центр КНУКіМ, 2025. 276 с.

12. Костюченко О. В. Творчі засоби і методи розвитку здатності до резильєнтності особистості. Психологічні проблеми творчості: матер. XXII міжн. наук.-практ. конф. (23 липня 2022 року) / за ред. В. О. Моляко. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2022. С. 122–131. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/732852/

13. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2010. 412 с.

14. Кузікова С. Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці : монографія. 2-ге вид., переробл. і доповн. Суми : Університетська книга, 2021. 408 с.

15. Моляко В. О. Стратегіальний підхід до вивчення творчої діяльності особистості. Психологія і суспільство. 2002. № 3–4. С. 84–93.

16. Музика О. Л. Стратегіально-ціннісна організація свідомості творчо обдарованої особистості. Актуальні проблеми психології: Психологія творчості. 2014. Т. XII, Вип. 19. С. 234–245.

17. Пріснякова Л. М. (ред.). Особистість у кризових умовах сучасності: травматизація та психологічна допомога : колективна монографія. Дніпро : Середняк Т. К., 2018. 254 с.

18. Рижова І., Дика А. Самореалізація особистості як стратегічний тренд розвитку дизайнерської діяльності у реалізації креативних підходів. Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії. 2018. Вип. 73. С. 72–87. DOI: https://doi.org/10.30839/2072-7941.2018.143883

19. Робін Ж.-М. Екологія нових форм. Нариси з гештальт-терапії теорії поля / пер. з франц. Київ : УГІ, 2019. 216 с.

20. Роджерс К. Р. Становлення особистості: погляд на психотерапію; пер. з англ. О. Назаревич. Київ : Знання, 2019. 320 с.

21. Смульсон М. Л. Психологія розвитку інтелекту особистості в системі стратегіального підходу В. О. Моляко. Творча діяльність особистості: стратегіальний підхід. Київ : Освіта України, 2013. С. 45–62.

22. Сохань Л. В. Мистецтво життєтворчості. Прогрес особистості. Київ : Наукова думка, 2005. 284 с.

23. Спаньоло-Лобб М. Новий погляд на творче пристосування в гештальт-терапії. Постмодерний контекст; пер. з італ. Львів : Простір, 2021. 312 с.

24. Стратегії творчої діяльності: школа В. О. Моляко; за заг. ред. В. О. Моляко. Київ : Освіта України, 2008. 702 с.

25. Титаренко Т. М. Моє майбутнє залежить від мене: практики здорового сьогодення у воєнних і повоєнних умовах : монографія; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2024. 130 с. DOI: https://doi.org/10.33120/MFDMPHN-2024

26. Філіппсон П. Self в гештальт-терапії: теорія, метафори, практика; пер. з англ. Харків : Гуманітарний Центр, 2018. 192 с.

27. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі; пер. з англ. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2016. 160 с.

28. Чепелєва Н. В., Рудницька С. Ю. Нормативна модель дискурсивного самопроектування особистості. *Наука і освіта*, 2017. №11. С. 105–113. URL: https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/articles/2017-11-doc/2017-11-st14

29. Яворська А., Крупельницька Л. Аналіз зв'язків особистісних властивостей гештальт-орієнтованих психотерапевтів. *Вісник Національного університету оборони України*, 2023. № *75*(5). С. 194–200. https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-194-200

30. Cannavò M, Davì D., Cervellione B. Gestalt Therapy and Somatic Symptom Disorder: Clinical Reflections on Embodiment, Contact, and Relational Field. *Journal of Humanistic Counseling,* November 2025, *65(S1).* DOI: https://doi.org/10.1002/johc.70025

31. Cyrulnik B. Resilience: How your inner strength can set you free from the past. London : Bloomsbury Publishing, 2009. 320 p.

32. Höll Kathleen.The Gestalt of the “Self” in Gestalt Therapy: A Suggestion for a New Configuration of Theory. *Gestalt Review,* 2020, Issue: 1, 220 , 24. The Pennsylvania State University Press. P. 33–59. DOI: https://doi.org/10.5325/gestaltreview.24.1.0033

33. Lowen A. Bioenergetics. New York : Coward, McCann & Geoghegan, 1975. 352 p.

34. Maddi S. R. Hardiness: Turning stressful circumstances into resilient growth. SpringerBriefs in Behavioral Medicine. 2013. 92 p. DOI: https://doi.org/10.1007/978-94-007-5222-1

35. Maslach C., Jackson S. E. The measurement of experienced burnout. Journal of Organizational Behavior. 1981. Vol. 2, No. 2. P. 99–DOI: https://doi.org/113.10.1002/job.4030020205

36. Maslow A. H. Motivation and Personality. 3rd ed. New York : Longman, 1987. 293 p.

37. Perls F. The Gestalt Approach & Eye Witness to Therapy. New York : Bantam Books, 1981. 228 p.

38. Polster E., Polster M. Gestalt Therapy Integrated: Contours of Theory & Practice. Knopf Doubleday Publishing Group, 1974. 352 p.

39. Reich W. Character Analysis / trans. from German by V. Carfagno. 3rd enlarged ed. New York : Farrar, Straus and Giroux, 1972. 545 p.

40. Roberts A. R. An overview of crisis theory and intervention model. In A. R. Roberts (Ed.). Crisis Intervention Handbook. NewYork : Oxford University Press, 2000. 872 p.

41. Robine J.-M. Situation, Field Perspective and Formation of Forms in Gestalt Therapy: Social Change Begins with Two. The Gestalt Therapy Book Series. Taylor & Francis, 2025. 268 p. DOI: https://doi.org/10.4324/9781003515760

42. Theoretical and practical aspects of socio-psychological support of personality in crisis conditions : monograph; O. V. Drobot, I. M. Bila, O. V. Kostiuchenko et al. ; under the scientific editorship of Professor O. V. Drobot. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2024. 336 p. DOI: https://doi.org/10.30525/978-9934-26-386-6

Kostiuchenko O.V. THE GESTALT APPROACH IN THE DESIGN AND RESTORATION OF THE INDIVIDUAL’S SELF-REALIZATION POTENTIAL UNDER THE CONDITIONS OF A CRISIS SOCIETY

The article provides a comprehensive theoretical and methodological substantiation and operationalization of the Gestalt approach potential in the processes of projective design and restoration of personal and professional self-realization of a subject functioning in a crisis society. The relevance of the study is driven by the permanent socio-economic and military turbulence of modern Ukrainian society, which destroys traditional linear career trajectories and blocks human adaptive resources. Within the framework of this work, the phenomenon of a “crisis society” is conceptualized through the dynamics of the “Organism-in-the-Environment” field, where the crisis appears as a specific state of interrupted contact that prevents the formation of a clear and authentic Figure of the individual’s need against the anxious background of macro-social distress.

The scientific novelty of the research lies in the integration of the Gestalt therapy field theory with the concept of subjective projective life design, which allows for a transition from passive career adaptation to active creative adjustment. The article details and structures a three-level system of practical methods and tools of the Gestalt approach aimed at sequential work with various aspects of Self. Methods for restoring somatic and sensory pre-contact (Id-function) through the techniques of body grounding and focusing are analyzed; tools for overcoming destructive mechanisms of contact interruption (introjection, projection, retroflexion) and restoring the Ego-function using “Empty Chair” techniques and working with polarities are substantiated.

Special attention is paid to the integration of the Gestalt paradigm with expressive art practices (drawing a dynamic field, plasticine modeling of fixed gestalts), which act as a safe non-verbal container for externalizing internal chaos, overcoming emotional burnout, and restructuring the field. It is proved that the final narrative closure of the crisis gestalt restores the Personality function, allowing the subject to appropriate new experience and transform it into stable psychological resilience. The practical significance of the work lies in the possibility of using the proposed instrumental matrix for the development of anti-crisis programs, resilience trainings, and coaching technologies for professional self-projection of specialists in complicated living conditions.

Keywords: *Gestalt approach, Gestalt principles, methods, personal and professional self-realization, complicated conditions, crisis society, self-realization design, creative adjustment, art practice, resilience, emotional burnout, field theory.*

Дата першого надходження статті до видання: 22.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 13.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9.072:159.944.4
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/04

Пилипенко О.С.
https://orcid.org/0009-0003-2408-4077
Національний університет цивільного захисту України

МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ МОДЕЛЮВАННЯ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ У ПСИХОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ТА АЛГОРИТМ ПОБУДОВИ СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ МОДЕЛІ

У статті здійснено теоретико-методологічний аналіз способів побудови моделей професійно важливих якостей у психології професійної діяльності. Вихідною проблемою визначено методологічну неоднорідність наявних моделей, у яких професійно важливі якості нерідко ототожнюються з компетентностями, здібностями, особистісними рисами, функціональними станами або психофізіологічними показниками. Така невизначеність ускладнює зіставлення результатів, обґрунтування критеріїв професійної придатності та перенесення моделей у систему професійного добору і підготовки. Метою дослідження було виявити повторювані закономірності конструювання моделей професійно важливих якостей та на цій основі обґрунтувати алгоритм побудови авторської структурно-функціональної моделі професійно важливих якостей майбутніх операторів БпЛА. Застосовано методи системного, порівняльного, структурно-функціонального, категоріального і контент-аналізу. Одиницями аналізу стали теоретична основа моделі, джерело виділення якостей, тип структуризації, спосіб установлення зв'язку між якістю і професійною функцією, методи верифікації та можливість використання моделі для прогнозування успішності діяльності. Встановлено, що методологічно зрілі моделі поєднують професіографічний аналіз, декомпозицію діяльності на функції та задачі, визначення критеріїв результативності, експертне уточнення психологічних вимог і емпіричну перевірку їх прогностичної значущості. Універсальними блоками моделей є мотиваційно-ціннісний, когнітивний, операційно-регулятивний, емоційно-вольовий, комунікативний та психофізіологічний. Їх зміст і вага мають визначатися не загальними уявленнями про «успішного фахівця», а функціональною архітектурою конкретної діяльності. Запропоновано десятиетапний алгоритм побудови структурно-функціональної моделі професійно важливих якостей, що охоплює опис професійного контексту, професіографічну декомпозицію, установлення критичних функцій, визначення психологічних детермінант, багаторівневу структуризацію якостей, операціоналізацію показників, експертну і психометричну верифікацію, оцінювання прогностичної валідності та періодичне оновлення моделі. Доведено, що для майбутніх операторів безпілотних авіаційних систем модель має враховувати клас системи, сценарій застосування, рівень автономності, сенсорне навантаження, часовий дефіцит, командну взаємодію та вплив екстремальних умов. Наукова новизна полягає в розмежуванні змістового й процедурного рівнів моделювання та у формалізації алгоритму, який може бути використаний як методологічна основа наступного емпіричного дослідження.

Ключові слова: *професійно важливі якості, психологія професійної діяльності, професіографічний аналіз, структурно-функціональна модель, професійна придатність, оператор БпЛА, методологія моделювання.*

Постановка проблеми. Професійно важливі якості (ПВЯ) належать до базових категорій психології праці, професійної психології та психофізіології діяльності. Через цю категорію описують психологічні передумови надійності, продуктивності, безпечності й стійкості діяльності, визначають орієнтири професійного добору, навчання, оцінювання та розвитку фахівця. Водночас поняття

© Пилипенко О.С., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

ПВЯ використовується неоднорідно. В одних дослідженнях до нього включають відносно стійкі особистісні властивості, в інших когнітивні здібності, мотивацію, функціональні стани, професійні знання, навички й поведінкові компетентності. Унаслідок цього моделі різних професійних груп часто не мають спільної логіки побудови і не дають змоги встановити, чому певна характеристика включена до моделі, яку функцію діяльності вона забезпечує та яким способом доведено її прогностичне значення.

Проблема стає актуальною в професіях операторського типу. Їх зміст швидко змінюється під впливом автоматизації, цифровізації, дистанційного керування і зростання автономності технічних систем [1; 2]. Традиційний перелік сенсомоторних та увагових якостей уже не охоплює всього спектра вимог. До нього додаються здатність підтримувати ситуаційну обізнаність, управляти кількома потоками інформації, контролювати автоматизовані рішення, діяти в умовах неповних даних, координуватися з командою та зберігати нормативність поведінки під високою відповідальністю. Сучасний дизайн роботи потребує врахування технологічного контексту, мінливості завдань і взаємодії людини з алгоритмічними системами [3, с. 307–310].

Особливої актуальності ця проблема набуває під час наукового обґрунтування ПВЯ майбутніх операторів безпілотних авіаційних систем. Дослідження їхньої діяльності засвідчують поєднання високого сенсорного й когнітивного навантаження, дефіциту часу, монотонії, ризику, емоційної напруженості, необхідності швидкого перемикання уваги та прийняття рішень [1, с. 38; 4, 68–70; 5, с. 118–120]. Емпіричні дані також виявляють специфічні відмінності операторів безпілотних літальних апаратів (БпЛА) від інших операторських професій за швидкісними характеристиками, схильністю до ризику, параметрами уваги та виснажуваністю [6, с. 126]. Це означає, що модель не може бути механічно запозичена з авіаційної, диспетчерської або загальновійськової психології.

Наукове завдання полягає не у складанні чергового розширеного переліку якостей, а у визначенні процедури, яка забезпечує їх функціональну обґрунтованість, структурованість, вимірюваність і прогностичну валідність. Саме тому предметом цієї статті є методологія побудови моделей ПВЯ, а її результатом має стати алгоритм, придатний для подальшого створення авторської структурно-функціональної моделі майбутніх операторів БпЛА.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У вітчизняній психології професійної діяльності ПВЯ традиційно розглядаються у зв'язку з психологічною структурою діяльності, професійною придатністю, надійністю та становленням суб'єкта праці. У працях Г. С. Грибенюка мотиваційна готовність і саморегуляція розкриті як системні передумови включення особистості в навчально-професійну та професійну діяльність [7; 8, с. 22–23]. Такий підхід важливий тим, що професійно значуща характеристика розглядається не ізольовано, а через її регулятивну функцію в досягненні мети.

М. В. Фомич запропонував модель ПВЯ начальника караулу пожежно-рятувального підрозділу, у якій поєднано вимоги до фахівця та командира [9]. Подальше дисертаційне дослідження автора пов'язало структуру якостей із завданнями оперативно-рятувальної діяльності й можливостями їх цілеспрямованого розвитку [10]. Ці праці демонструють продуктивність професіографічного та структурно-функціонального підходів, але водночас показують залежність моделі від конкретної організаційної ролі й умов діяльності.

У дослідженнях операторів БпЛА переважає логіка встановлення переліку якостей через аналіз умов праці, функціональних обов'язків та психофізіологічних вимог. В. В. Кальниш та ін. систематизували психологічні та психофізіологічні показники професійної придатності зовнішніх пілотів, наголосивши на фрагментарності наявних даних [1]. Порівняння діяльності операторів БпЛА та осіб групи керівництва польотами дало змогу відокремити неспецифічні якості, спільні для операторських професій, від специфічних характеристик, пов'язаних із перемиканням уваги, стійкістю до монотонії та реакцією на рухомий об'єкт [5].

В. В. Кальниш та ін. емпірично показали, що рівень окремих психофізіологічних характеристик операторів БпЛА відрізняється від показників фахівців управління повітряним рухом, а тому професійний добір потребує диференційованих критеріїв [6, с. 124]. У подальшому встановлено зв'язок між сприйняттям факторів зовнішнього середовища і змінами психофізіологічних функцій операторів, що підтверджує динамічність частини ПВЯ та їх залежність від функціонального стану [11].

В. Пасічник і Н. Дубов описали діяльність операторів тактичних безпілотних систем як складну, регламентовану, багатофункціональну та частково екстремальну. Автори віднесли до значущих

характеристик емоційну врівноваженість, стійкість уваги, здатність до її розподілу й перемикання, нервово-психічну стійкість, відповідальність, самодисципліну та мотивацію професійного успіху [12]. Психофізіологічний аналіз операційно-інструментальної діяльності операторів комплексів мультироторного типу також засвідчив провідну роль просторового орієнтування, зорово-моторної координації, оперативної пам'яті та стійкості до сенсорного навантаження [13].

У зарубіжній організаційній психології близьким за функцією поняттям є KSAO, тобто knowledge, skills, abilities and other characteristics (знання, навички, здібності та інші характеристики). Методологія «job analysis» розмежовує аналіз, орієнтований на роботу, і аналіз, орієнтований на працівника. Перший описує задачі, операції, контекст і результати, другий визначає характеристики, необхідні для їх виконання [14]. Компетентнісне моделювання додає стратегічний і поведінковий рівні, але за відсутності прив'язки до робочих задач може продукувати надто широкі універсальні профілі. У сучасних дослідженнях методологічної компетентності військових фахівців наголошується на необхідності адаптації загальних компетентностей до вимог конкретної професійної діяльності, що є важливим і для моделювання професійно важливих якостей операторів БпЛА [15].

Постановка завдання. Мета статті полягає у виявленні методологічних закономірностей побудови моделей професійно важливих якостей у сучасній психології професійної діяльності та обґрунтуванні алгоритму створення авторської структурно-функціональної моделі професійно важливих якостей майбутніх операторів БпЛА.

Виклад основного матеріалу. Професійно важливі якості доцільно визначати як індивідуально-психологічні та психофізіологічні властивості суб'єкта, рівень і конфігурація яких істотно впливають на якість, надійність, безпечність і стійкість виконання конкретних професійних функцій. У цьому визначенні принциповими є три ознаки. Перша ознака полягає у функціональному зв'язку з діяльністю. Якість набуває статусу професійно важливої лише тоді, коли можна показати, яку функцію або клас задач вона забезпечує. Друга ознака стосується критеріальної значущості. Включення характеристики має спиратися на зв'язок із результативністю, помилками, надійністю, навчуваністю або професійним здоров'ям. Третя ознака передбачає можливість операціоналізації, тобто визначення показників і методів вимірювання.

ПВЯ не тотожні компетентностям. Компетентність описує інтегровану здатність результативно діяти та охоплює знання, навички, способи поведінки і досвід. ПВЯ є психологічною передумовою або регулятором цієї здатності. Наприклад, компетентність із планування місії БпЛА включає знання процедур, уміння працювати з програмним забезпеченням і здатність оцінювати ризики. Її психологічними передумовами можуть бути аналітичність мислення, оперативна пам'ять, відповідальність і толерантність до невизначеності. Змішування цих рівнів призводить до того, що в одній моделі поряд опиняються «мотивація», «знання законодавства», «стресостійкість» і «вміння керувати апаратурою».

Доцільно також розмежовувати якості та функціональні стани. Стійкість уваги або емоційна стабільність можуть розглядатися як відносно стабільні властивості, тоді як втома, напруження чи зниження працездатності є станами, що змінюють прояв цих властивостей. Дослідження операторів БпЛА показує, що вплив температури, шуму, забруднення повітря й тривалості роботи модифікує психофізіологічні показники [11, с. 14–16]. Отже, модель має містити не лише перелік якостей, а й умови, за яких вони реалізуються або декомпенсуються.

Порівняння наявних моделей здійснено за шістьма критеріями: професійна група; теоретична основа; тип моделі; структурні компоненти; спосіб установлення зв'язків; практичне призначення. Результати систематизовано в таблиці 1.

Таблиця 1

Порівняльний аналіз сучасних моделей професійно важливих якостей у психології професійної діяльності

Автори	Професійна група	Теоретична основа	Тип і компоненти моделі	Методологічна особливість
Г. С. Грибенюк [7; 8]	Майбутні фахівці, рятівники	Діяльнісний і суб'єктно-регулятивний підходи	Мотиваційна готовність, цілепокладання, саморегуляція, вольові та рефлексивні механізми	Якість включається до системи регуляції діяльності; простежується динаміка її становлення

Закінчення таблиці 1

Автори	Професійна група	Теоретична основа	Тип і компоненти моделі	Методологічна особливість
М. В. Фомич [9; 10]	Начальники караулу, фахівці оперативно-рятувальної служби	Професіографічний, структурно-функціональний, особистісно-діяльнісний підходи	Мотиваційно-вольові, когнітивні, організаторські, комунікативні, емоційно-регулятивні якості	Поєднання ролей фахівця і командира; орієнтація на розвиток якостей у професійній підготовці
В. В. Кальниш та ін. [1]	Зовнішні пілоти БпЛА	Професіографічний і психофізіологічний підходи	Увага, пам'ять, сенсомоторика, просторове орієнтування, прийняття рішень, емоційна стійкість	Виведення якостей з умов праці, функціональних обов'язків і факторів ризику
В. В. Кальниш та ін. [5; 6]	Оператори БпЛА і фахівці управління повітряним рухом	Порівняльно-професіографічний та диференційно-психофізіологічний підходи	Спільні операторські та професійно специфічні психофізіологічні якості	Розмежування універсальних і специфічних критеріїв професійного добору
В. Пасічник, Н. Дубов [12]	Оператори БпЛА тактичних класів	Системний, діяльнісний, військово-психологічний підходи	Мотиваційні, морально-нормативні, когнітивні, увагові, емоційно-вольові та організаційні якості	Цілісний опис діяльності та протипоказань; орієнтація на психологічний компонент підготовки
М. В. Короп, В. Медведєв [13]	Оператори мультироторних БпЛА І класу	Операційно-інструментальний і психофізіологічний підходи	Зорово-моторна координація, просторове орієнтування, оперативна пам'ять, швидкість реакції	Урахування конкретного типу технічної системи та маніпуляційної структури діяльності
J. I. Sanchez, E. L. Levine [14]	Різні професії	Індустріально-організаційна психологія	Знання, навички, здібності, інші характеристики	Послідовний перехід від задач до характеристик працівника; придатність для розроблення добору
Tkachuk V. та ін.[15]	Міжпрофесійні групи	Компетентнісний і психометричний підходи	Універсальні когнітивні, міжособистісні, саморегулятивні та результативні компетентності	Стандартизація категорій; потреба в професійній контекстуалізації
S. K. Parker, G. Grote [3]	Сучасні цифровізовані професії	Системний і контекстуальний підходи	Вимоги, ресурси, автономія, технологічна взаємодія, часово-просторові характеристики	Пояснюють змінність вимог під впливом технологій і організаційного середовища

Аналіз показує, що різниця між моделями визначається передусім початковою одиницею аналізу. У діяльнісних моделях такою одиницею є дія, ціль або регулятивний процес. У професіографічних моделях вихідним пунктом виступають задачі, умови та вимоги професії. У психофізіологічних моделях основою є функціональні системи, від яких залежить точність і надійність операцій. У компетентнісних моделях аналіз починається з ефективної поведінки або очікуваного результату. Жоден підхід окремо не охоплює всіх рівнів професійної діяльності.

Найбільш ефективною є інтеграція підходів за принципом методологічної послідовності. Професіографічний аналіз визначає зміст роботи [1; 9; 10]; діяльнісний аналіз розкриває функції, задачі, операції та регулятивні контури [7; 8; 12]; системний підхід встановлює ієрархію та взаємозв'язки якостей [3]; психофізіологічний підхід дає змогу операціоналізувати характеристики, пов'язані з надійністю [5; 6; 13]; компетентнісний підхід забезпечує зв'язок із поведінковими індикаторами й результатами підготовки [15].

Універсальні структурні компоненти моделей можуть бути зведені до шести блоків:

– *Мотиваційно-ціннісний* блок охоплює професійну спрямованість, відповідальність, нормативність, мотивацію досягнення та готовність підтримувати професійні стандарти [7; 8].

– *Когнітивний блок* включає властивості уваги, пам'яті, мислення, ситуаційної обізнаності й прогнозування [15].

– *Операційно-регулятивний блок* відображає самоконтроль, планування, гнучкість, здатність до перемикання стратегій та управління діями [13; 14].

– *Емоційно-вольовий блок* охоплює стресостійкість, емоційну стабільність, наполегливість і здатність діяти під тиском [12].

– *Комунікативно-командний блок* включає точність обміну інформацією, координацію, довіру та готовність до розподіленої відповідальності [3; 15].

– *Психофізіологічний блок* містить сенсомоторні, нейродинамічні, просторові й функціональностанні характеристики [5; 13].

Методологічний аналіз побудови моделей подано в таблиці 2. Він спрямований не на опис того, які якості називають автори, а на відтворення процедур, за допомогою яких вони переходять від аналізу професії до структури моделі.

Порівняльний аналіз дає підстави сформулювати ряд принципів побудови моделей ПВЯ. Першим є принцип діяльнісної детермінації: структура моделі має виводитися з цілей, задач, операцій і умов діяльності. Другий принцип, критеріальність, вимагає визначити показники успішності, надійності та безпеки до відбору якостей. Ще один принцип, багаторівневість, передбачає розмежування психофізіологічних, когнітивних, особистісно-регулятивних і соціальнокомунікативних характеристик. Четвертий принцип, функціональна зв'язаність, вимагає показати механізм впливу кожної якості на виконання професійної функції. П'ятий принцип, диференціація універсального і специфічного, запобігає механічному перенесенню моделей між суміжними професіями. Шостий принцип, емпірична

Таблиця 2

Методологічний аналіз способів побудови моделей професійно важливих якостей

Підхід	Автори	Основа побудови	Методи обґрунтування	Переваги	Обмеження	Принцип для авторської моделі
Професіографічний	М. В. Фомич [9; 10]; В. В. Кальниш та ін. [1; 5; 6]; В. Пасічник, Н. Дубов [12]	Задачі, операції, умови, відповідальність і ризики	Аналіз документів, спостереження, інтерв'ю, експертні оцінки	Безпосередній зв'язок із реальною діяльністю	Ризик описовості та залежності від експертів	Кожна якість повинна бути прив'язана до критичної функції
Діяльнісний	Г. С. Грибенюк [7; 8]; М. В. Фомич [9; 10]; J. I. Sanchez, E. L. Levine [14]	Цілі, дії, операції, контроль і регуляція	Функціональна декомпозиція, аналіз помилок, моделювання задач	Розкриває механізм реалізації якості	Складність операціоналізації макрорівневих утворень	Будувати причинний ланцюг «функція, психологічна вимога, якість, показник»
Системний	М. В. Фомич [9; 10]; S. K. Parker, G. Grote [3]	Ієрархія компонентів і зв'язки між ними	Структурний аналіз, факторне моделювання, мережевий аналіз	Долає фрагментарність переліків	Може залишатися декларативним без емпіричної перевірки	Розрізняти ядро, специфічні та компенсаторні якості
Психофізіологічний	В. В. Кальниш та ін. [1; 5; 6; 10]; М. В. Короп, В. Медведєв [13]	Функціональні системи, сенсомоторні та нейродинамічні процеси	Апаратурні методики, тести, моніторинг стану	Висока вимірюваність і зв'язок із надійністю	Недостатнє охоплення мотивації та соціальної регуляції	Включати психофізіологічний блок як один рівень, а не всю модель
Компетентнісний	Д. Д. Макух, Г. Г. Андерсон [2]; A. Fedorchuk та ін. [16]; D. Tkachuk V. та ін. [15]	Ефективна поведінка і професійний результат	Критичні інциденти, поведінкові інтерв'ю, рейтинги	Зручність для навчання й оцінювання	Змішування властивостей, знань і навичок	Використовувати поведінкові індикатори як зовнішні прояви ПВЯ
Психометричний	D. Graziotin та ін. [17]	Латентна структура та статистичні зв'язки	Експертна валідизація, EFA, CFA, надійність, ROC, регресія	Перевірка структури й прогностичності	Статистика не замінює теорію діяльності	Емпірично перевіряти теоретично виведену модель
Контекстуальний	S. K. Parker, G. Grote [3]; Tkachuk V. та ін. [15]	Технологія, організація, середовище, автономність системи	Сценарний аналіз, аналіз навантаження, longitudinal-оцінювання	Урахування змінності професії	Ускладнення стабільної стандартизації	Передбачити модульність і періодичне оновлення моделі

верифікованість, передбачає перевірку структурної та прогностичної валідності. А також принцип, динамічність, який включає періодичне оновлення моделі відповідно до змін технології, організації праці й професійних ризиків.

Побудова моделі повинна починатися з визначення критерію професійної успішності. Без цього неможливо відрізнити психологічно бажані риси від професійно необхідних. Для операторської діяльності критеріями можуть бути точність і своєчасність виконання завдань, кількість і критичність помилок, стабільність результату в ускладнених умовах, якість командної взаємодії, швидкість опанування нових процедур та збереження функціонального стану. Критерій має бути багатовимірним, оскільки висока швидкість за рахунок зростання небезпечних помилок не може вважатися професійною успішністю [5; 18; 19].

Наступним кроком є побудова функціональної карти діяльності. Для кожної професійної функції визначають вхідну інформацію, очікуваний результат, операції, часові обмеження, джерела невизначеності, типові помилки та наслідки помилок. Така карта дає змогу перейти від загального опису професії до психологічних вимог. Наприклад, функція контролю польоту за відеопотоком передбачає тривале утримання уваги, виявлення слабких сигналів, просторову реконструкцію ситуації та прогнозування траєкторії. Функція ухвалення рішення за неповних даних потребує аналітичного мислення, толерантності до невизначеності, самоконтролю і відповідальності.

Подальший крок передбачає очищення первинного переліку. Синонімічні поняття об'єднуються, надто широкі конструкції декомпозуються, знання й навички відокремлюються від властивостей, а функціональні стани позначаються як модератори прояву якостей. На цьому етапі перевіряють, чи кожна якість має однозначне робоче визначення, чи не дублює іншу та чи може бути виміряна. Така процедура запобігає створенню моделей із десятків семантично близьких рис.

П'ятий крок полягає у структуризації якостей. Доцільно виділяти ядро моделі, професійно специфічний модуль, компенсаторні зв'язки та динамічні регулятори. Ядро охоплює характеристики, без яких виконання критичних функцій неможливе. Специфічний модуль залежить від класу технічної системи та ролі оператора. Компенсаторні зв'язки відображають можливість часткового відшкодування недостатньо вираженої якості іншими ресурсами. Динамічні регулятори описують вплив досвіду, тренування, втоми, стресу та організаційної підтримки.

Шостий крок охоплює операціоналізацію моделі. Для кожної якості визначають поведінкові індикатори, психодіагностичні показники та рівневі критерії. Бажано поєднувати щонайменше два методичні канали: стандартизовані тести й моделювання професійних задач. Самозвіти доцільні для мотиваційних і ціннісних характеристик, але недостатні для оцінки уваги, сенсомоторики або поведінки під часовим тиском. Психометрична перевірка має включати аналіз надійності, змістової, конструктної, критеріальної та прогностичної валідності [17, с. 3–18].

Далі необхідно провести емпіричну перевірку структури. Перевірка прогностичної валідності, є критичним для практичного застосування. Показники ПВЯ мають прогнозувати незалежні критерії професійної успішності: результати тренажерних сценаріїв, якість виконання реальних завдань, темп навчання, стійкість до ускладнень, частоту помилок. Для оцінювання внеску окремих блоків використовують регресійні моделі, структурне моделювання, ROC-аналіз або крос-валідацію алгоритмів класифікації. Потрібно контролювати досвід, вік, підготовку і специфіку технічної системи.

Зміна рівня автономності БпЛА, інтерфейсів керування, алгоритмів розпізнавання та організації командної роботи змінює психологічний зміст діяльності. Якість, важлива для ручного пілотування, може втрачати вагу після автоматизації, тоді як моніторинг автоматизованих рішень і виявлення аномалій стають важливішими [4; 5; 18]. Отже, модель має мати модульну структуру й установлену процедуру перегляду.

Для майбутніх операторів БпЛА запропонований алгоритм потребує додаткової конкретизації за кількома осями. Перша вісь, клас і призначення системи, визначає сенсомоторну та когнітивну конфігурацію діяльності. Друга вісь, рівень автономності, задає співвідношення ручного керування, планування й контролю автоматизації. Третя вісь, сценарій застосування, впливає на часовий тиск, ризик, моральну відповідальність і командну взаємодію. Четверта вісь, етап професіоналізації, розмежовує якості, необхідні для навчання, і якості, що забезпечують майстерність. А також, умови середовища, охоплює сенсорні перешкоди, температуру, шум, тривалість зміни та емоційне навантаження [5; 6].

Структурна модель майбутнього оператора БпЛА може включати мотиваційно-нормативний, когнітивно-інформаційний,

сенсомоторно-просторовий, регулятивно-вольовий, емоційно-адаптаційний та командно-комунікативний блоки. Його функція полягає у формулюванні гіпотез, що мають бути перевірені професіографічним дослідженням, експертним опитуванням і емпіричною оцінкою прогностичної валідності.

Отже, головний результат теоретико-методологічного аналізу полягає у переході від логіки «професія, перелік якостей» до логіки «професійний контекст, критичні функції, психологічні вимоги, структурні компоненти, індикатори, верифікація, прогноз». Такий перехід перетворює модель на пояснювальний і прогностичний інструмент.

Алгоритм побудови авторської структурно-функціональної моделі

1. Визначення меж професії, класу технічної системи, організаційної ролі та сценаріїв діяльності.

2. Формування багатовимірних критеріїв успішності, надійності, безпеки, навчуваності та збереження працездатності.

3. Професіографічна декомпозиція діяльності на функції, задачі, операції, умови, ризики та типові помилки.

4. Виявлення психологічних вимог до виконання кожної критичної функції за даними теорії, критичних інцидентів та експертного аналізу.

5. Формування й категоріальне очищення первинного переліку ПВЯ, розмежування властивостей, компетентностей, навичок і станів.

6. Структурування ПВЯ у ядро, професійно специфічні блоки, компенсаторні ресурси та динамічні регулятори.

7. Операціоналізація компонентів через поведінкові індикатори, психодіагностичні показники та рівні сформованості.

8. Експертна та психометрична перевірка змістової й конструктної валідності моделі.

9. Перевірка критеріальної та прогностичної валідності на основі незалежних показниках професійного виконання.

10. Уточнення, стандартизація і періодичне оновлення моделі відповідно до змін технології та професійного середовища.

Висновки. Моделі професійно важливих якостей у сучасній психології професійної діяльності будуються на різних одиницях аналізу: професійних задачах, функціях, психофізіологічних системах, ефективній поведінці або особистісній регуляції. У структурі більшості моделей повторюються мотиваційно-ціннісний, когнітивний, операційно-регулятивний, емоційно-вольовий, комунікативний і психофізіологічний компоненти.

Обґрунтовано принципи діяльнісної детермінації, критеріальності, багаторівневості, функціональної зв'язаності, диференціації універсального і специфічного, емпіричної верифікованості та динамічності. На їх основі розроблено десятиетапний алгоритм побудови структурно-функціональної моделі ПВЯ.

Для майбутніх операторів БпЛА модель має враховувати клас і призначення системи, рівень автономності, сценарій застосування, сенсорне та інформаційне навантаження, дефіцит часу, командну взаємодію, вплив екстремальних умов і етап професіоналізації. Наявні переліки якостей створюють змістову основу, але не замінюють процедури встановлення функціональних зв'язків і прогностичної валідності.

Перспективи подальших досліджень полягають у проведенні професіографічного аналізу діяльності майбутніх операторів БпЛА, експертному визначенні критичних функцій та поведінкових індикаторів, розробленні первинної структурно-функціональної моделі й перевірці її структури та прогностичної здатності на даних професійної підготовки.

Список літератури:

1. Калниш В. В., Швець А. В., Пашковський С. М. Характеристика діяльності зовнішніх пілотів безпілотних авіаційних комплексів та їх професійно важливі якості: теоретико-практичні аспекти. *Ukrainian Journal of Military Medicine*. 2021. № 1. С. 38–51. DOI: https://doi.org/10.46847/ujmm.2021.1(2)-038

2. Макух Д. Д., Андерсон Г. Г. Впровадження БпЛА в освітні програми у ВВНЗ України: огляд найкращих практик і методів оцінювання. *Академічні візії.* 2024. Вип. 30. https://doi.org/10.5281/zenodo.11044793

3. Parker S. K., Grote G. Automation, Algorithms, and Beyond: Why Work Design Matters More Than Ever in a Digital World. *Applied Psychology*. 2022. Vol. 71, no. 4. P. 1171–1204. https://doi.org/10.1111/apps.12241

4. Медвідь М., Криворучко В., Курбатов А., Гаврищук М., Ніконенко А., Семенов М. Вивчення та впровадження бойового досвіду як передумова формування готовності майбутніх офіцерів до службово-бойової діяльності. *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія: Педагогічні науки*. 2023. Вип. 4. С. 66–74. DOI: https://doi.org/10.31651/2524-2660-2023-4-66-74

5. Кальниш В. В., Швець А. В., Мальцев О. В., Єщенко В. І. Порівняльна характеристика праці дистанційних пілотів безпілотних авіаційних систем та осіб групи керівництва польотами. *Український журнал військової медицини.* 2022. Т. 3, № 3. С. 118–131. https://doi.org/10.46847/ujmm.2022.3(3)-118

6. Кальниш В. В., Трінька І. С., Пашковський С. М., Симинюк Ю. В., Коваль Н. В., Поніматченко С. Л. Порівняльна характеристика психофізіологічних особливостей операторів безпілотних авіаційних систем та персоналу управління повітряним рухом. *Вісник Вінницького національного медичного університету.* 2023. Т. 27, № 1. С. 138–143. https://doi.org/10.31393/reports-vnmedical-2023-27(1)-25.

7. Грибенюк Г. С. Мотиваційна готовність здобувачів освіти і слухачів вищого учбового закладу до професійної діяльності : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 20.02.02. Київ, 1997. 17 с.

8. Грибенюк Г. С. Психологічні основи становлення саморегуляції у навчально-професійній діяльності майбутніх рятівників : автореф. дис. ... д-ра психол. наук. Київ, 2007. 34 с.

9. Фомич М. В. Модель професійно важливих якостей начальника караулу пожежно-рятувального підрозділу як фахівця та командира. *Вісник Національного університету оборони України.* 2010. Вип. 3. С. 214–219. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2010_3_41. (дата звернення: 17.07.2026)

10. Фомич М. В. Розвиток професійно важливих якостей фахівців оперативно-рятувальної служби цивільного захисту: автореф. дис. … канд. психол. наук: спец. 19.00.09 – психологія діяльності в особливих умовах. Київ. 2012. 17 с. URL: https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=wqQEt1gAAAAJ&citation_for_view=wqQEt1gAAAAJ:u5HHmVD_uO8C. (дата звернення: 17.07.2026)

11. Kalnysh V. V., Shvets A. V., Maltsev O. V. Features of the influence of working conditions on psychophysiological functions of unmanned aircraft systems operators. *Fiziolohichnyi Zhurnal*. 2024. Vol. 70, no. 2. P. 12–25. https://doi.org/10.15407/fz70.02.012.

12. Пасічник В., Дубов Н. Психологічні особливості діяльності операторів безпілотних авіаційних систем тактичних класів та їх урахування в практиці професійної підготовки цих військових фахівців. *Державна безпека.* 2023. № 2(2). С. 83–92. https://doi.org/10.33405/2786-8613/2023/2/2/290075.

13. Короп М. В., Медведєв В. Психофізіологічні особливості операційно-інструментальної діяльності оператора безпілотного авіаційного комплексу мультироторного типу (І класу). *Повітряна міць України.* 2024. Том. 2, №7. С. 73–79. https://doi.org/10.33099/2786-7714-2024-2-7-73-79.

14. Sanchez J. I., Levine E. L. The rise and fall of job analysis and the future of work analysis. *Annual Review of Psychology.* 2012. Vol. 63. P. 397–425. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-120710-100401.

15. Tkachuk V., Didenko O., Shevghuk O. Formation of methodological competence of instructors in training units of the armed forces of ukraine: theoretical and practical aspects. *Collection of Scientific Works of the National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine. Series: Pedagogical Sciences*. 2025. Vol. 40(1). P. 221–238. https://doi.org/10.32453/pedzbirnyk.v40i1.1794.

16. Fedorchuk A., Zalozh V., Bambuza D. Requirements and methodological approaches to the training of unmanned aerial vehicle operators for the units of the – state Border service of Ukraine. *Честь і закон*. 2024. № 1 (88). С. 157–162. https://dspace.nadpsu.edu.ua/bitstream/123456789/4488/1/30_eng.pdf. (дата звернення: 17.07.2026)

17. Graziotin D., Lenberg P., Feldt R., Wagner S. Psychometrics in behavioral software engineering: A methodological introduction with guidelines. *ACM Transactions on Software Engineering and Methodology.* 2022. Vol. 31, no. 1. https://doi.org/10.1145/3469888.

18. Онипченко П. Напрямки здійснення професійної підготовки льотчиків-операторів БПЛА у авіаційному ВВНЗ. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: педагогічні науки*. 2019. Вип. 5. URL: https://periodica.nadpsu.edu.ua/index.php/pedvisnyk/article/view/352/352. (дата звернення: 17.07.2026)

19. Romanchuk S. V., Boyko O. V., Kapinus O. C. Dependence of psychological and physical qualities of drone operators in conditions close to combat. *Rehabilitation and Recreation*. 2024. Vol. 18, no. 4. P. 58–66. https://doi.org/10.32782/2522-1795.2024.18.4.6.

Pylypenko O.S. METHODOLOGICAL FOUNDATIONS FOR MODELLING PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES IN OCCUPATIONAL PSYCHOLOGY: COMPARATIVE ANALYSIS AND AN ALGORITHM FOR BUILDING A STRUCTURAL-FUNCTIONAL MODEL

The article presents a theoretical and methodological analysis of how models of professionally important qualities are constructed in occupational psychology. The initial problem is the methodological heterogeneity of existing models, in which professionally important qualities are often conflated with competencies, abilities, personality traits, functional states, or psychophysiological indicators. Such ambiguity complicates comparison between studies, the substantiation of occupational suitability criteria, and the transfer of models into systems of professional selection and training. The study aimed to identify recurring patterns in the construction of models

of professionally important qualities and, on this basis, substantiate an algorithm for developing an original structural-functional model. Systemic, comparative, structural-functional, categorical, and content analysis methods were applied. The units of analysis included the theoretical foundation of a model, the source used to identify qualities, the type of structure, the way in which a quality was linked to an occupational function, validation methods, and the model's capacity to predict performance. Methodologically mature models were found to integrate job and task analysis, decomposition of activity into functions, specification of performance criteria, expert clarification of psychological requirements, and empirical testing of predictive relevance. Recurrent structural domains include motivational-value, cognitive, operational-regulatory, emotional-volitional, communicative, and psychophysiological components. Their content and relative weight should be determined by the functional architecture of a particular occupation rather than by general assumptions about an effective professional. A ten-stage algorithm is proposed. It comprises delimitation of the occupational context, job decomposition, identification of critical functions, determination of psychological determinants, multilevel structuring of qualities, operationalization of indicators, expert and psychometric validation, assessment of predictive validity, and periodic model revision. For future unmanned aircraft system operators, the model should account for system class, operational scenario, level of autonomy, sensory load, time pressure, teamwork, and extreme environmental conditions. The scientific contribution lies in separating the substantive and procedural levels of modelling and formalizing an algorithm that can serve as a methodological basis for subsequent empirical research.

Keywords: *professionally important qualities, occupational psychology, job analysis, structural-functional model, occupational suitability, UAV operator, modelling methodology.*

Дата першого надходження статті до видання: 18.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 19.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ. ПРОФЕСІЙНА Й ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9:364.65-053.2:316.72
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/05

Адамчук А.В.
https://orcid.org/0009-0004-2333-8204
Приватне акціонерне товариство «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

КОМПОНЕНТНО-КРИТЕРІАЛЬНА СТРУКТУРА ГОТОВНОСТІ ПСИХОЛОГІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ІЗ ДІТЬМИ ВПО У ПОЛІКУЛЬТУРНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

У статті теоретично обґрунтовано компонентно-критеріальну структуру готовності психологів до професійної діяльності з дітьми внутрішньо переміщених осіб у полікультурному середовищі. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю підвищення якості психологічної допомоги дітям ВПО, які пережили травмуючий досвід війни. Методологічну основу становлять системний, компетентнісний, особистісно-діяльнісний, аксіологічний, культурологічний і міждисциплінарний підходи. Використано методи аналізу, синтезу, порівняння, систематизації, узагальнення наукових джерел і структурно-логічного аналізу. Визначено мотиваційно-ціннісний, когнітивно-професійний, емоційно-регулятивний та операційно-діяльнісний компоненти готовності. Їм відповідають аксіологічно-мотиваційний, когнітивно-критичний, емоційно-вольовий і професійно-діяльнісний критерії. Розкрито зміст кожного критерію та конкретизовано показники, що характеризують гуманістичну спрямованість і професійну мотивацію психолога, системність фахових знань, критичне мислення, культурну чутливість, емпатійність, емоційну стійкість, саморегуляцію, стресостійкість і практичну здатність здійснювати діагностичну, консультативну, корекційну, профілактичну та просвітницьку роботу. Обґрунтовано, що всі компоненти перебувають у взаємозв'язку та взаємозумовленості, утворюючи цілісну систему професійної готовності, яка забезпечує ефективне виконання психологом професійних функцій в умовах культурного різноманіття, соціальної невизначеності та підвищеного психоемоційного навантаження. Запропонована структура має цілісний та інтегративний характер і може бути теоретичною основою для розроблення діагностичного інструментарію, визначення рівнів готовності та вдосконалення професійної підготовки психологів до культурно чутливого супроводу дітей ВПО.

Ключові слова: *готовність психологів, професійна діяльність, діти внутрішньо переміщених осіб, полікультурне середовище, компонентно-критеріальна структура, професійна готовність, психологічний супровід, культурна чутливість.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні призвела до суттєвого збільшення кількості внутрішньо переміщених осіб, значну частину яких становлять діти. Вимушене переміщення супроводжується втратою звичного соціального оточення, порушенням усталених моделей життєдіяльності, переживанням психотравмуючих подій, необхідністю адаптації до нових умов життя та інтеграції у нове соціокультурне середовище. За таких умов, особливого значення набуває готовність психологів до професійної діяльності, яка спрямована на забезпечення психологічної підтримки, соціально-психологічної адаптації, відновлення психоемоційного благополуччя та гармонійного розвитку дітей внутрішньо переміщених осіб.

© Адамчук А.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить, що питання професійної підготовки психологів, формування їхніх професійних компетентностей, психологічного супроводу дітей, які пережили травматичні події, а також розвитку міжкультурної компетентності є предметом активного наукового пошуку. Разом із тим недостатньо розробленою залишається проблема теоретичного обґрунтування компонентно-критеріальної структури готовності психологів до професійної діяльності саме з дітьми ВПО у полікультурному середовищі. Відсутність цілісного наукового підходу до визначення її структурних компонентів, критеріїв, показників та взаємозв'язків між ними ускладнює розроблення ефективних програм професійної підготовки та об'єктивне оцінювання рівня готовності майбутніх фахівців. Саме тому наукове обґрунтування компонентно-критеріальної структури готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі є важливою передумовою вдосконалення професійної освіти психологів та підвищення якості психологічної допомоги дітям, які постраждали внаслідок вимушеного переміщення.

Вищевикладені обставини зумовлюють потребу в осмисленні готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО в умовах полікультурного середовища та розгляду її як складного багатовимірного утворення. Цілком погоджуємося із міркуваннями Гуркової Т., яка зазначила, що ефективність будь-якої діяльності визначається, насамперед, психологічною та практичною готовністю людини до її виконання [2, с. 317].

Поняття «готовність» є досить широко представленим у науковій літературі та фахових доробках у психології, а саме у роботах: Варій М. [1]; Гуркової Т. [2]; Жванії Т. [4]; Кокун О. [5]; Раєвської Я. [6]; Самойленко О., Лисак П. [7]; Сімко Р. [8] та ін.

За міркуваннями Кобилянської Т., поняття готовності до професійної діяльності розглядається науковцями як категорія теорії діяльності (стан) і розуміється, з одного боку, як результат процесу підготовки, з другого установки на щось, з третього розглядається як інтегративне утворення особистісних особливостей людини (переконання, погляди, риси характеру тощо) і її ситуативних психічних станів (пильність, зібраність, задоволеність тощо) [2, с. 165]. … Психологічний підхід дав можливість розглядати готовність до професійної діяльності як комплекс взаємопов'язаних та взаємозумовлених психологічних якостей, наявність яких має сприяти успішній професійній діяльності [там само, с. 169].

Зауважимо, що у контексті психологічної практики готовність до професійної діяльності розглядається не лише як наявність фахової освіти чи професійних навичок, а як інтегральне особистісно-професійне утворення, що забезпечує здатність фахівця ефективно здійснювати професійні функції в умовах підвищеної складності та невизначеності, кризових ситуацій, соціальної й культурної різноманітності.

Постановка завдання. Метою статті є теоретичне обґрунтування компонентно-критеріальної структури готовності психологів до професійної діяльності із дітьми внутрішньо переміщених осіб у полікультурному середовищі, визначення її структурних компонентів, критеріїв, показників та розкриття їх змістового наповнення як концептуальної основи оцінювання сформованості професійної готовності майбутніх психологів.

Методологія та методи дослідження. Методологічною основою дослідження є системний, компетентнісний, особистісно-діяльнісний, аксіологічний, культурологічний та міждисциплінарний підходи, обґрунтовані автором та Л. Данильчук у попередніх публікаціях [3], які забезпечують комплексний аналіз досліджуваної проблеми.

Для досягнення поставленої мети використано комплекс взаємопов'язаних теоретичних методів дослідження: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення та систематизація наукових джерел дали змогу визначити сучасний стан дослідження проблеми професійної готовності психологів до роботи з дітьми ВПО у полікультурному середовищі; метод структурно-логічного аналізу застосовано для визначення взаємозв'язків між компонентами, критеріями та показниками готовності; методи наукової інтерпретації та теоретичного узагальнення забезпечили систематизацію отриманих результатів, формулювання наукових висновків та визначення перспектив подальших досліджень у напрямі вдосконалення професійної підготовки психологів до роботи з дітьми ВПО у полікультурному середовищі.

Виклад основного матеріалу. Психологічна робота з дітьми ВПО має низку специфічних ознак, що безпосередньо впливають на вимоги до професійної готовності фахівця. По-перше, вона відбувається в умовах підвищеної емоційної напруги та вторинної травматизації, оскільки психолог постійно взаємодіє з травматичним досвідом дитини. По-друге, полікультурне середовище зумовлює необхідність урахування культурних відмінностей у сприйнятті травми, емоційного вираження, стилів комунікації та виховних практик.

По-третє, робота з дітьми ВПО часто здійснюється в межах міжвідомчої взаємодії (освітні заклади, соціальні служби, громадські організації), що потребує високого рівня координації та професійної мобільності. У зв'язку з цим готовність психолога набуває характеру професійної адаптивності, що виявляється у здатності гнучко змінювати стратегії допомоги, застосовувати культурно чутливі методи та підтримувати власний психоемоційний ресурс.

Здійснений науковий аналіз дозволяє виокремити такі компоненти та відповідні їм критерії готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО в умовах полікультурного середовища:

Мотиваційно-ціннісний компонент характеризує внутрішню спрямованість психолога на здійснення професійної діяльності з дітьми внутрішньо переміщених осіб у полікультурному середовищі, усвідомлення суспільної значущості такої роботи, а також прийняття гуманістичних цінностей і морально-етичних засад психологічної професії.

У науковому дискурсі ціннісна складова зазначеного компонента розглядається крізь призму розуміння професійної діяльності як ціннісно детермінованого процесу, у межах якого особистість фахівця є носієм сформованої системи гуманістичних, соціальних, моральних і професійних цінностей. У практичній діяльності психолога ці цінності визначають не лише етичні межі та нормативні орієнтири професійної поведінки, а й ступінь особистісної залученості фахівця, глибину його професійної відповідальності, характер ставлення до дитини та здатність зберігати стійкість перед складними професійними викликами.

Мотиваційна складова цього компонента, зі свого боку, відображає систему внутрішніх спонукань психолога до виконання професійної діяльності. Вона охоплює спрямованість на надання допомоги дитині, потребу в особистісній і професійній самореалізації через суспільно значущу діяльність, готовність долати труднощі, витримувати тривалі емоційні навантаження та відповідально виконувати професійні обов'язки. У процесі роботи з дітьми ВПО мотивація психолога набуває виразно просоціального й гуманістичного характеру, оскільки пов'язується з прагненням сприяти відновленню психологічної рівноваги дитини, підтримувати її повноцінний розвиток, допомагати подолати наслідки травматичного досвіду та забезпечувати умови для успішної соціальної інтеграції.

Мотиваційно-ціннісному компоненту готовності психолога до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі відповідає *аксіологічно-мотиваційний критерій*. Він відображає гуманістичну спрямованість особистості фахівця, ступінь усвідомлення ним суспільної значущості роботи з дітьми ВПО, рівень сформованості професійних цінностей, переконань і мотивів. Саме цей критерій забезпечує гуманістичний характер психологічної допомоги, її відповідність актуальним потребам дитини, дотримання принципів професійної етики, а також толерантне й неупереджене ставлення психолога до культурного різноманіття.

До змістової структури аксіологічно-мотиваційного критерію доцільно включити низку взаємопов'язаних складових. Передусім це гуманістичні цінності, які виявляються у безумовному прийнятті дитини, повазі до її людської гідності, прав, індивідуальності та унікального життєвого досвіду. Важливою складовою є соціально-професійна відповідальність, що передбачає усвідомлення психологом значення професійної допомоги дітям ВПО як важливого чинника збереження їхнього психічного здоров'я, відновлення внутрішніх ресурсів та забезпечення майбутньої соціальної успішності.

Особливе місце посідає ціннісне ставлення до культурного різноманіття, яке виявляється у готовності фахівця визнавати й поважати культурні, етнічні, мовні та релігійні відмінності, не допускаючи упередженого ставлення, дискримінації, стереотипізації або нав'язування власних культурних норм. До змісту критерію належить також внутрішня мотивація до професійної діяльності, що ґрунтується на стійкому інтересі до роботи з дітьми, прагненні до професійного вдосконалення, постійного саморозвитку та особистісного зростання. Не менш вагомою є орієнтація на здоров'язбереження, яка стосується як підтримання психічного й психологічного благополуччя дитини, так і збереження психологом власної професійної працездатності, емоційної рівноваги та ресурсного стану.

Вважаємо за необхідне наголосити, що функціонування психолога в умовах полікультурного середовища істотно розширює зміст аксіологічно-мотиваційного критерію. Такий професійний контекст потребує від фахівця не лише пасивно толерантного ставлення до представників інших культур, а й активної позиції, спрямованої на створення психологічно безпечного, довірливого та культурно чутливого простору для дитини ВПО. За таких умов ціннісна нейтральність психолога не може вважатися достатньою професійною позицією.

Натомість, особливого значення набуває культурно чутлива мотивація, яка передбачає готовність фахівця адаптувати методи, форми й технології психологічної роботи до культурного контексту дитини, особливостей її родини, системи цінностей, традицій, мови спілкування та попереднього соціального досвіду. Психолог із високим рівнем сформованості аксіологічно-мотиваційного критерію усвідомлює свою професійну роль як своєрідного посередника між дитиною ВПО та новим для неї соціокультурним середовищем. Його професійна діяльність спрямовується не на уніфікацію особистісних проявів дитини, її примусову асиміляцію чи відмову від попередньої культурної належності, а на збереження й підтримку її культурної ідентичності. Водночас, психолог сприяє формуванню позитивної самооцінки дитини, розвитку її здатності конструктивно взаємодіяти з представниками різних культур і виникненню стійкого почуття належності до нової спільноти.

У межах наукового дослідження аксіологічно-мотиваційний критерій готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі доцільно конкретизувати за допомогою системи відповідних показників *до яких належать:* рівень усвідомлення гуманістичної місії професії психолога; вираженість мотивації до роботи з дітьми ВПО; наявність стійких просоціальних установок; сформованість стабільної професійної мотивації до взаємодії з дітьми, які мають досвід вимушеного переміщення; усвідомлення соціальної та гуманістичної місії психологічної допомоги; толерантність, відкритість і неупередженість щодо культурного різноманіття; орієнтація на цінності емпатії, поваги до гідності та культурної ідентичності дитини; готовність до професійної самовіддачі в межах установлених етичних норм; спрямованість на тривалу професійну взаємодію з представниками вразливих соціальних груп; внутрішня готовність працювати в умовах значного емоційного напруження та підвищеної професійної відповідальності.

Отже, аксіологічно-мотиваційний критерій виконує системоутворювальну функцію в загальній структурі готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі та є одним із визначальних чинників ефективності психологічного супроводу. Саме він забезпечує внутрішню узгодженість між професійними знаннями, практичними вміннями, особистісними переконаннями та конкретними діями психолога, завдяки чому професійна діяльність психолога набуває не лише технологічно обґрунтованого, а й гуманістичного, культурно чутливого та особистісно відповідального характеру.

Когнітивно-професійний компонент характеризує рівень професійної обізнаності психолога, сформованість аналітичного мислення, здатність до наукової рефлексії та критичного осмислення психолого-педагогічних ситуацій. Він охоплює систему професійних знань, уявлень, понять і способів мислення, необхідних для результативної роботи з дітьми внутрішньо переміщених осіб у полікультурному середовищі. Саме цей компонент забезпечує усвідомлений, системний, науково аргументований і доказовий характер психологічної допомоги дітям, які пережили вимушене переміщення.

У психологічній науці когнітивна складова професійної готовності трактується як інтегрована сукупність знань, понять, уявлень і теоретичних моделей, що створюють підґрунтя для адекватного розуміння об'єкта професійної діяльності. У контексті психологічного супроводу дітей ВПО в полікультурному середовищі вона охоплює знання з вікової, соціальної, клінічної та кризової психології, психології травми, особливостей міграційних процесів, а також теоретичних засад міжкультурної взаємодії та комунікації.

Водночас, критичний аспект когнітивного компонента передбачає здатність психолога не лише засвоювати й відтворювати професійні знання, а й оцінювати їхню актуальність, наукову обґрунтованість, доцільність і можливості практичного застосування в конкретній професійній ситуації. Саме критичне мислення забезпечує уникнення шаблонних рішень, спрощених висновків і механічного використання стандартних психологічних методик під час роботи зі складними випадками психологічного супроводу дітей ВПО у полікультурному середовищі.

Когнітивно-професійному компоненту готовності психолога до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі відповідає ***когнітивно-критичний критерій***, який характеризує рівень сформованості професійних знань, аналітичних умінь, здатності до наукової рефлексії та критичного мислення, необхідних для ефективного психологічного супроводу дітей. Зміст цього критерію охоплює знання із психології травми, вікової та соціальної психології, основ міжкультурної взаємодії, нормативно-правових засад захисту прав дитини, а також уміння аналізувати професійні ситуації, обґрунтовано оцінювати їх і добирати найбільш доцільні методи психологічної роботи.

До провідних змістових характеристик когнітивно-критичного критерію належать системні знання щодо психологічних наслідків вимушеного переміщення дітей, зокрема особливостей прояву травматичного стресу, підвищеної тривожності, порушень емоційної регуляції, криз ідентичності та інших психоемоційних труднощів. Важливе місце посідає обізнаність із віковими закономірностями психічного розвитку дітей, що забезпечує можливість диференційованого добору форм, методів і технологій психологічної допомоги відповідно до індивідуальних потреб дитини.

Не менш вагомою складовою критерію є знання основ міжкультурної психології, розуміння впливу культурного середовища на особливості емоційних реакцій, поведінкових моделей, способів переживання стресу та формування механізмів психологічної адаптації. Крім того, психолог має усвідомлювати соціально-правовий статус дитини ВПО, що забезпечує комплексний підхід до організації її психологічного супроводу. Важливим показником сформованості критерію є також здатність до наукового аналізу професійних ситуацій, їх аргументованої інтерпретації та прогнозування можливих наслідків психологічного втручання.

Як уже зазначалося, специфіка полікультурного середовища суттєво ускладнює когнітивну складову професійної діяльності психолога, адже вимагає врахування не лише індивідуально-психологічних особливостей дитини, а й широкого спектра соціокультурних чинників, що визначають її світогляд, цінності, поведінку та способи реагування на кризові ситуації. За таких умов фахівець повинен бути здатним до багаторівневого аналізу професійної ситуації, інтегруючи знання різних галузей психології, педагогіки, соціальної роботи та інших суміжних наук.

Критичне мислення у цьому контексті виступає необхідною умовою подолання етноцентричних установок, професійних стереотипів і суб'єктивних упереджень. Воно забезпечує здатність психолога об'єктивно оцінювати власні професійні судження, своєчасно коригувати інтерпретації психологічних явищ, уникати поспішних висновків та будувати індивідуальні стратегії психологічної допомоги дітям ВПО з урахуванням їхнього культурного досвіду, соціального контексту й особистісних особливостей.

Для науково обґрунтованого визначення рівня сформованості когнітивно-критичного критерію готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі доцільно використовувати систему відповідних показників. *До них належать*: обсяг, системність і глибина професійних знань із психології дитинства, вікових та індивідуально-психологічних особливостей дітей; розуміння психологічних наслідків війни, травматичного досвіду й вимушеного переміщення; здатність аналізувати складні психосоціальні ситуації, пов'язані з досвідом вимушеної міграції; уміння критично оцінювати ефективність психологічних технологій діагностики, консультування, корекції та реабілітації; обізнаність у сфері міжкультурної психології та міжкультурної взаємодії; сформованість професійної рефлексії, усвідомлення власних когнітивних обмежень; готовність до безперервного оновлення знань, професійного саморозвитку та наукового вдосконалення.

Таким чином, когнітивно-критичний критерій є однією з провідних складових готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі та виконує інтегративну й регулятивну функції. Він характеризує глибину професійної теоретичної підготовки, рівень розвитку аналітичного й критичного мислення, забезпечує наукову обґрунтованість професійних рішень, сприяє узгодженню ціннісних орієнтацій із практичною діяльністю психолога та істотно знижує ризик поверхового, недостатньо аргументованого або неадекватного психологічного втручання. Саме сформованість цього критерію створює необхідні передумови для ефективної, культурно чутливої та професійно виваженої психологічної допомоги дітям, які пережили вимушене переміщення.

Емоційно-регулятивний компонент характеризує здатність психолога ефективно управляти власними емоційними станами, підтримувати професійну врівноваженість, зберігати психологічну стійкість, самоконтроль і працездатність в умовах тривалого психоемоційного навантаження. У полікультурному середовищі зміст цього компонента суттєво розширюється, оскільки професійна діяльність психолога передбачає емоційно чутливу взаємодію з дітьми різного культурного походження, врахування особливостей їхнього світосприйняття та подолання внутрішніх і міжкультурних бар'єрів, що виникають у процесі професійної комунікації.

Емоційно-регулятивному компоненту готовності психолога до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі відповідає ***емоційно-вольовий критерій***, який відображає рівень сформованості емпатійності, емоційної стійкості, здатності до саморегуляції, профілактики професійного вигорання та збереження психологічної рівноваги в умовах тривалого стресового впливу.

Сучасними науковцями-психологами емоційно-вольова сфера розглядається як інтегративне особистісне утворення, що забезпечує регуляцію поведінки, професійної діяльності та міжособистісної взаємодії. Для практичного психолога вона має особливе значення, адже фахівець виступає не лише носієм професійних знань, методик і технологій, а й важливим емоційним ресурсом для дитини, яка потребує психологічної підтримки.

Емоційна складова цього компонента охоплює здатність психолога до емпатії, співпереживання, емоційного розуміння переживань дитини без втрати професійної дистанції та об'єктивності. Вольова складова, своєю чергою, характеризується сформованістю самоконтролю, витримки, цілеспрямованості, здатності долати труднощі, мобілізувати власні внутрішні ресурси й підтримувати професійну ефективність у складних професійних ситуаціях. У роботі з дітьми ВПО в умовах полікультурного середовища саме поєднання емоційної чутливості та вольової стійкості формує основу психологічної витривалості фахівця.

Емоційно-вольовий критерій готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі відображає рівень розвитку емоційної стабільності, вольової саморегуляції та здатності до професійного самозбереження. Його зміст охоплює низку взаємопов'язаних характеристик. Насамперед це емпатійність, яка виявляється у здатності розуміти, приймати й адекватно інтерпретувати емоційні переживання дитини ВПО, не допускаючи надмірної емоційної ідентифікації з її травматичним досвідом. Важливе місце посідає емоційна стійкість, що проявляється у вмінні підтримувати психологічну рівновагу під час інтенсивного емоційного контакту, кризових ситуацій та роботи з травматичними переживаннями дітей.

Не менш значущою складовою виступає саморегуляція, яка забезпечує контроль власних емоційних реакцій, попередження імпульсивної поведінки, професійних помилок та неефективних способів реагування у складних ситуаціях. До змісту критерію належать також вольова витримка, наполегливість і здатність до тривалої професійної діяльності з дітьми, які перебувають у стані психоемоційної дезадаптації. Особливого значення набуває здатність психолога протидіяти професійному вигоранню, що є однією з визначальних умов ефективної роботи в ситуаціях систематичного контакту з дитячою травмою, кризовими переживаннями та наслідками вимушеного переміщення.

Специфіка полікультурного середовища висуває до емоційно-вольової готовності психолога додаткові професійні вимоги. Представники різних культур можуть по-різному виражати емоції, інтерпретувати переживання, демонструвати ставлення до психологічної допомоги та використовувати різні моделі емоційної взаємодії. У зв'язку з цим психолог повинен володіти високим рівнем емоційної гнучкості, толерантністю до невизначеності, здатністю стримано реагувати на нестандартні ситуації та враховувати культурно зумовлені особливості емоційної поведінки дітей.

Емоційно-вольова готовність у полікультурному контексті передбачає сформованість уміння розпізнавати культурно обумовлені способи прояву емоцій, уникати помилкових інтерпретацій поведінки дітей та будувати професійну взаємодію на засадах поваги, довіри й психологічної безпеки. Водночас вольовий компонент забезпечує здатність психолога послідовно дотримуватися професійної позиції навіть у ситуаціях міжкультурного непорозуміння, конфлікту чи підвищеного емоційного напруження.

Для наукового аналізу й емпіричного оцінювання рівня сформованості емоційно-вольового критерію готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі доцільно використовувати систему відповідних показників, *а саме:* рівень розвитку емпатійності та емоційної чутливості; здатність до ефективної емоційної саморегуляції; показники стресостійкості, психологічної витривалості й толерантності до фрустрації; сформованість вольових якостей, зокрема самоконтролю, відповідальності, наполегливості та дисциплінованості; наявність умінь і навичок профілактики професійного виснаження, емоційного вигорання та підтримання власного психологічного благополуччя.

Загалом, емоційно-вольовий критерій готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі виконує регулятивну та стабілізуючу функції у структурі професійної готовності. Він характеризує рівень емоційної зрілості, стресостійкості, саморегуляції та вольової організованості фахівця, забезпечує його здатність підтримувати результативну професійну взаємодію навіть у складних, кризових та емоційно насичених ситуаціях. Сформованість цього критерію мінімізує негативні наслідки вторинної травматизації, запобігає професійному вигоранню, підтримує психологічне здоров'я фахівця та створює необхідні умови для довготривалого, ефективного й гуманістично спрямованого психологічного супроводу дітей внутрішньо переміщених осіб.

Операційно-діяльнісний компонент характеризує рівень практичної готовності психолога до професійної діяльності з дітьми внутрішньо переміщених осіб у полікультурному середовищі. Він відображає сформованість системи професійних умінь, практичних навичок, способів діяльності та професійного досвіду, що забезпечують результативне виконання діагностичної, консультативної, корекційної, профілактичної й просвітницької роботи. Саме цей компонент інтегрує мотиваційно-ціннісні установки, професійні знання та емоційно-вольову готовність у реальну практику психологічної допомоги.

У структурі професійної готовності операційно-діяльнісний компонент виконує інтегративну функцію, оскільки забезпечує практичне застосування професійних компетентностей у конкретних умовах психологічної діяльності. Він охоплює здатність психолога планувати й організовувати професійний супровід, здійснювати психодіагностику, добирати адекватні методи консультування, психокорекції та психологічної підтримки, а також оцінювати ефективність власної професійної діяльності відповідно до індивідуальних потреб дитини.

Операційно-діяльнісному компоненту готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі відповідає *професійно-діяльнісний критерій,* який характеризує рівень сформованості практичних професійних умінь і навичок, необхідних для реалізації психологічного супроводу дітей, що пережили вимушене переміщення. Він відображає здатність фахівця ефективно реалізовувати професійні функції, інтегруючи теоретичні знання, етичні принципи, емоційну компетентність і практичний досвід у процесі розв'язання реальних професійних завдань.

До змісту професійно-діяльнісного критерію належить насамперед сформованість умінь здійснювати комплексну психодіагностику психоемоційного стану дітей ВПО, визначати їхні актуальні психологічні потреби, оцінювати рівень адаптації, виявляти фактори ризику та прогнозувати можливі труднощі подальшого розвитку. Не менш важливими є навички індивідуального й групового психологічного консультування, психокорекційної роботи, кризового втручання, психологічної профілактики та психоедукації дітей, їхніх батьків і педагогів.

Важливим складником критерію є здатність психолога використовувати сучасні психодіагностичні методики, інноваційні технології психологічної допомоги та адаптувати професійний інструментарій до індивідуальних особливостей дитини й умов полікультурного середовища. Особливого значення набуває вміння вибудовувати ефективну професійну взаємодію з родинами дітей, педагогічними працівниками, соціальними службами, медичними фахівцями та представниками інших інституцій, забезпечуючи міжвідомчу співпрацю й комплексний характер психологічного супроводу.

Умови полікультурного середовища значно розширюють зміст професійно-діяльнісного критерію, оскільки вимагають від психолога здатності адаптувати професійні технології до культурних, мовних, релігійних і соціальних особливостей дітей різного походження. Фахівець повинен уміти встановлювати довірливий контакт із дитиною незалежно від її культурної належності, уникати дискримінаційних проявів, демонструвати культурну чутливість і забезпечувати рівний доступ до якісної психологічної допомоги.

Професійно-діяльнісний критерій також передбачає сформованість навичок міжпрофесійної взаємодії, командної роботи та координації спільної діяльності з іншими спеціалістами, залученими до підтримки дитини ВПО. Водночас важливими складовими є здатність оперативно приймати професійні рішення у складних ситуаціях, гнучко реагувати на зміни психологічного стану дитини, модифікувати програму психологічного супроводу відповідно до динаміки її розвитку та оцінювати результативність реалізованих заходів.

Для емпіричного визначення рівня сформованості професійно-діяльнісного критерію готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі доцільно використовувати систему взаємопов’язаних показників. *До них належать*: уміння здійснювати психологічну діагностику й оцінювання психоемоційного стану дітей; здатність організовувати індивідуальне та групове психологічне консультування; володіння сучасними методами психокорекційної, психотерапевтичної, профілактичної й просвітницької роботи; уміння розробляти та реалізовувати індивідуальні програми психологічного супроводу; навички професійної взаємодії з батьками, педагогами та фахівцями мультидисциплінарної команди; здатність адаптувати професійні методики до умов полікультурного середовища; сформованість умінь оцінювати ефективність психологічної допомоги та здійснювати професійну рефлексію результатів власної діяльності.

Отже, професійно-діяльнісний критерій завершує структуру готовності психологів до професійної діяльності з дітьми внутрішньо переміщених осіб у полікультурному середовищі, інтегруючи мотиваційно-ціннісні орієнтації, систему професійних знань і емоційно-вольову зрілість у практичну площину професійної діяльності. Він відображає реальний рівень професійної компетентності психолога, його здатність ефективно застосовувати сучасні технології психологічної допомоги, забезпечувати культурно чутливий супровід дітей ВПО та реалізовувати комплексний, гуманістично орієнтований і науково обґрунтований підхід до розв'язання професійних завдань.

Висновки. Отже, обґрунтована компонентно-критеріальна структура дає змогу цілісно оцінювати професійну готовність психологів до роботи з дітьми ВПО у полікультурному середовищі. Вона може використовуватися як концептуальна основа для вдосконалення змісту професійної підготовки психологів, розроблення критеріїв діагностики, визначення рівнів сформованості готовності та створення відповідних освітніх і професійно-розвивальних програм. Особливістю запропонованої компонентно-критеріальної структури є врахування полікультурного контексту професійної діяльності психолога.

Перспективи подальших наукових розвідок убачаємо в розробці та апробації діагностичного інструментарію для визначення рівнів сформованості кожного компонента і критерію готовності психологів до професійної діяльності з дітьми ВПО у полікультурному середовищі. Важливим напрямом є також визначення якісних і кількісних характеристик високого, середнього та низького рівнів готовності, встановлення взаємозв'язків між окремими показниками та перевірка їхньої валідності й надійності.

Список літератури:

1. Варій М. Й. Загальна психологія : підр. [для студ. вищ. навч. закл.] / М. Й. Варій [3-тє вид.]. К. : Центр учбової літератури, 2009. 1007 с.

2. Гуркова Т. Дефініція поняття «готовність» у психолого-педагогічній літературі. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2020. № 9 (103). С. 317–329. DOI: https://doi.org/10.24139/2312-5993/2020.09/317-329

3. Данильчук Л., Адамчук А. Методологічні принципи дослідження проблеми професійної діяльності психологів із дітьми внутрішньо переміщених осіб у полікультурному середовищі. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2025. (1 (66). 41–45. DOI https://doi.org/10.32689/maup.psych.2025.1.6

4. Жванія Т. В. Готовність до професійної діяльності в психології: теоретичний аналіз. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2015. Вип. 50. С. 69–79. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2015_50_11

5. Кокун О.М. Зміст та структура психологічної готовності фахівців до екстремальних видів діяльності. *Проблеми екстремальної та кризової психології. Збірник наукових праць.* 2010. Вип. 7. С. 182–190. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/1728/1/Кокун_стаття_2010_1.pdf

6. Раєвська Я. М. Концепт особистісної траєкторії готовності фахівців соціальної сфери до міжпрофесійної взаємодії. *Теорія і практика сучасної психології.* 2020. №1. Т. 3 С. 98–103. DOI https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.1-3.17

7. Самойленко О., Лисак П. Психологічна готовність особистості як предмет наукового дослідження. *Збірник наукових праць Національної академії Державної Прикордонної Служби України Серія: психологічні науки*. 2019. № 2(13). С. 232–241.

8. Сімко Р. Поняття готовності до професійної діяльності на сучасному етапі розвитку психологічної науки. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. 2019. 13. https://doi.org/10.32626/2227-6246.2011-13.%p

9. Тетяна Кобилянська. Характеристика готовності до професійної діяльності як педагогічної категорії. *Молодь і ринок.* 2018. № 11(166) С. 164–170. DOI: https://doi.org/10.24919/2308-4634.2018.152285

Adamchuk A.V. COMPONENT-AND-CRITERION STRUCTURE OF PSYCHOLOGISTS' READINESS FOR PROFESSIONAL ACTIVITY WITH CHILDREN OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS IN A MULTICULTURAL ENVIRONMENT

The article provides a theoretical substantiation of the component-and-criterion structure of psychologists' readiness for professional activity with children of internally displaced persons in a multicultural environment. The relevance of the study is determined by the need to improve the quality of psychological support provided to children of internally displaced persons who have experienced the traumatic consequences of war. The

methodological framework is based on the systemic, competence-based, personality-and-activity, axiological, cultural, and interdisciplinary approaches. The research employs methods of analysis, synthesis, comparison, systematization, generalization of scientific sources, and structural-logical analysis. Components of psychologists' readiness are identified: motivational-value, cognitive-professional, emotional-regulatory, and operational-activity. These correspond to the following criteria: axiological-motivational, cognitive-critical, emotional-volitional, and professional-activity. The content of each criterion is revealed, and the indicators characterizing the psychologist's humanistic orientation and professional motivation, systematic professional knowledge, critical thinking, cultural sensitivity, empathy, emotional resilience, self-regulation, stress resistance, and practical ability to carry out diagnostic, counseling, corrective, preventive, and psychoeducational activities are specified. It is substantiated that all components are interrelated and mutually conditioned, forming an integral system of professional readiness that ensures the effective performance of psychologists' professional functions under conditions of cultural diversity, social uncertainty, and increased psycho-emotional demands. The proposed structure is holistic and integrative in nature and may serve as a theoretical basis for developing diagnostic tools, determining levels of readiness, and improving the professional training of psychologists for culturally sensitive support of children of internally displaced persons.

Keywords: *psychologists' readiness, professional activity, children of internally displaced persons, multicultural environment, component-and-criterion structure, professional readiness, psychological support, cultural sensitivity.*

Дата першого надходження статті до видання: 15.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 09.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

UDC 159.923.2:378:159.98
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/06

Varina H.B.
https://orcid.org/0000-0002-0087-4264
Bogdan Khmelnitsky Melitopol State Pedagogical University

Kovalova O.V.
https://orcid.org/0000-0001-5061-6506
Petro Mohyla Black Sea National University

PROFESSIONAL IDENTITY OF FUTURE PSYCHOLOGISTS IN THE CONTEXT OF READINESS FOR TRAUMA-INFORMED PRACTICE

The article addresses professional identity as a psychological context for the readiness of future psychologists to engage in trauma-informed practice. The relevance of the study is determined by the growing demand for psychological assistance in Ukraine and by the need to prepare specialists who can work safely, ethically, and responsibly with people affected by traumatic experiences. The purpose of the study was to theoretically substantiate and empirically determine the characteristics of professional identity among psychology students and to establish its associations with readiness to apply the principles of psychological safety, trust, collaboration, client agency, professional boundaries, and prevention of retraumatisation. The study employed a cross-sectional comparative-correlational design. The sample comprised 217 psychology students, including 78 fourth-year students at the first (bachelor's) cycle of higher education and 139 students at the second (master's) cycle. The Ukrainian version of the Vocational Identity Status Assessment (VISA-19), the Career Adapt-Abilities Scale–Short Form (CAAS-SF), and the authors' research questionnaire "Readiness of Future Psychologists for Trauma-Informed Practice", supplemented with situational tasks, were used. Master's students demonstrated stronger career commitment making, identification with commitment, exploration in depth, career adaptability, and readiness for trauma-informed practice. Fourth-year bachelor's students reported greater career self-doubt and commitment flexibility. The weakest areas in both groups were professional boundaries and referral, reflective self-regulation, use of supervision, and prevention of secondary traumatic stress. The results of situational tasks revealed a discrepancy between self-reported readiness and the ability to make safe and ethically justified decisions in simulated professional situations. Readiness for trauma-informed practice was positively associated with identification with career commitment, commitment making, career control, career confidence, and overall career adaptability, and negatively associated with career self-doubt. The findings substantiate the need to integrate the development of professional identity with trauma-informed competencies in psychology education and to design a specialised course and practice-oriented training programme.

Keywords: *professional identity, future psychologists, trauma-informed practice, career adaptability, psychological safety, professional training, supervision, secondary traumatic stress.*

Statement of the problem. The prolonged Russian-Ukrainian war has substantially increased the population's need for qualified psychological support. According to the World Health Organization, 72% of adults surveyed in Ukraine reported mental health difficulties during the previous year, including anxiety, depression, or severe stress, whereas only 20% sought professional assistance [7, p. iii]. These figures do not represent the prevalence of clinically diagnosed disorders; however, they indicate the scale of psychological distress and the need to prepare professionals who are able to work competently with the consequences of traumatic experience.

Readiness for trauma-informed practice cannot be reduced to acquiring information about psychological trauma or mastering isolated intervention techniques.

© Varina H.B., Kovalova O.V., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

A trauma-informed approach requires recognition of the effects of trauma, the creation of physical and psychological safety, trustworthiness and transparency, collaboration, support for voice and choice, attention to cultural, historical, and gender-related factors, and active prevention of retraumatisation [14, pp. 9–11]. Its implementation therefore requires a developed professional position, awareness of the limits of one's competence, ethical responsibility, reflexivity, and the ability to select justified forms of psychological assistance. In this context, professional identity is a central psychological formation that supports the development of the future psychologist as an agent of professional activity. It encompasses identification with the professional community, acceptance of its values and standards, understanding of the professional role and boundaries, and coordination of personal meanings with the requirements of psychological practice. Despite the recognised importance of professional identity, its role in preparing psychologists for trauma-informed models of care remains insufficiently conceptualised and empirically examined.

Analysis of recent research and publications. Professional identity is examined in contemporary psychology in relation to professional self-determination, professional self-awareness, acceptance of occupational values, and the capacity to act as a responsible practitioner. It is not limited to knowledge of professional functions; rather, it reflects how a person defines themselves within a profession, integrates the personal self with the image of the psychologist, accepts ethical standards, recognises competence boundaries, and constructs a perspective of professional development. V. Ternovyi conceptualises professional identity as a dynamic phenomenon formed through professionalisation and through the interaction between the images of the self as a person and as a professional [1, pp. 138–142]. This perspective allows professional identity to be interpreted not only as the outcome of career choice but also as an internal basis for professional conduct in complex situations of psychological assistance.

Ukrainian research generally treats the professional identity of future psychologists as a formation that develops progressively during professional education. O. Zaverukha, I. Popovych, Y. Karpenko, O. Kozmenko, O. Stelmakh, O. Borysenko, I. Hulias, and Z. Kovalchuk showed that its successful development occurs through the gradual formation of cognitive, emotional, and behavioural components and is associated with a more conscious educational trajectory and a clearer image of the professional future [8, pp. 139–157]. Thus, professional identity is not an automatic result of enrolment in a psychology programme but the outcome of active reflection on one's relationship to the profession and on the content of future practice.

V. Shakhov and V. Shakhov identified developmental differences in the professional identity of psychology students at different stages of education. Although professional self-image and professional self-awareness tend to develop during university study, advancement to a subsequent year of study does not in itself guarantee mature professional identity. Its development depends on the content of education, practical experience, reflection, motivation, and opportunities to compare personal characteristics with the actual demands of psychological work [2, pp. 208–213]. This conclusion is particularly relevant to preparation for work with trauma because theoretical knowledge that has not been integrated into the student's professional position may not ensure responsible behaviour in complex helping situations.

Research also highlights personal and socio-psychological factors associated with professional identity. H. Domina and O. Sydorenko demonstrated that perfectionistic attitudes may influence motivation, self-evaluation of professional abilities, attitudes towards mistakes, and professional self-confidence. Depending on their form, such attitudes can support self-improvement or intensify fear of error and instability of professional self-esteem [3, pp. 19–24]. V. Uzun and A. Yablonskyi examined the influence of gender stereotypes and social expectations on psychology students' professional values, choice of specialisation, and career orientations [4, pp. 95–99]. These findings indicate that professional identity is shaped by cognitive, motivational, emotional, reflexive, and social factors rather than by training duration alone.

International research similarly defines the professional identity of mental health practitioners as dynamic and context-dependent. The scoping review by S. Schubert, N. Buus, L. V. Monrouxe, and C. Hunt showed that the professional identity of clinical psychologists is closely connected with personal identity, changes throughout education and practice, and extends beyond the accumulation of specialist knowledge and technical skills. It shapes how psychologists understand who they are as professionals and how they should act in the professional role [9, pp. 612–626]. The review also identified conceptual and methodological heterogeneity in this field, which confirms the need for further empirical studies of professional identity in specific educational and practice contexts.

A related research area concerns the competencies required for trauma-related psychological work. J. M. Cook, E. Newman, and V. Simiola proposed a trauma-focused competency framework encompassing knowledge of traumatic stress and interventions as well as professional attitudes, ethics, risk assessment, cultural responsiveness, awareness of personal reactions, recognition of competence limits, and prevention of harm [10, pp. 409–421]. This framework confirms that readiness for trauma-informed practice cannot be equated with knowledge of a single therapeutic approach or a set of techniques.

K. K. Blomquist, S. J. Wenze, C. J. Eubanks Fleming, and S. M. Ernestus reported a gap between the competencies expected by graduate mental health programmes and the actual preparedness of applicants. The competencies considered particularly important included professional values and attitudes, ethical conduct, interpersonal interaction, reflective practice, self-assessment, self-care, cultural responsiveness, and the capacity to connect scientific evidence with practical decisions [11, pp. 1–14]. These components overlap conceptually with professional identity, although they were examined as educational competencies rather than as the student's identification with professional roles and values.

B. Bitanihirwe and M. Imad showed that engagement with trauma-related content in higher education requires a psychologically safe learning environment, accessible support mechanisms, staff training, and gradual engagement with emotionally demanding material. Their study also indicated that trauma-informed principles are less systematically implemented in higher education than in school and service settings [12, pp. 1–11]. At the organisational level, Y. Huo and colleagues found that implementation of trauma-informed care depends on leadership, interagency collaboration, staffing and financial resources, policy flexibility, continuing training, and organisational culture [13, pp. 1–20]. Consequently, the future psychologist's readiness should encompass not only individual techniques but also professional communication, ethical decision-making, supervision, and cooperation within systems of care.

The reviewed literature demonstrates that professional identity and readiness for trauma-informed practice have predominantly developed as separate research areas. Studies of professional identity focus on its structure, development, commitments, exploration, and personal or social determinants, whereas trauma-informed research focuses on competencies, safe interaction, education, and organisational conditions. Insufficient attention has been paid to how professional identity is associated with students' acceptance of trauma-informed principles as part of their own professional position. This gap is especially important in the case of Ukrainian psychology students, whose professional development occurs in wartime and under an increased societal demand for assistance to people affected by traumatic experiences.

Task statement. The purpose of the article is to provide a theoretical justification and an empirical examination of the characteristics of professional identity among future psychologists in the context of their readiness for trauma-informed practice, and to determine the associations between professional identity processes, career adaptability, and the capacity to apply the principles of psychological safety, trust, collaboration, client agency, professional boundaries, and prevention of retraumatisation.

Outline of the main material of the study. Professional identity was operationalised as a dynamic psychological formation reflecting the certainty of professional choice, acceptance of professional values and ethical standards, identification with the professional community, integration of the psychologist's role into the self-concept, and willingness to assume responsibility for professional decisions. Readiness for trauma-informed practice was defined as an integrated professional and psychological characteristic encompassing knowledge of the effects of trauma, the ability to create psychological safety, support client autonomy and agency, recognise competence boundaries, prevent retraumatisation, and use supervision and self-regulatory resources.

The study used a cross-sectional comparative-correlational design. The sample comprised 217 students enrolled in Psychology programmes: 78 fourth-year students at the first (bachelor's) cycle of higher education (35.9% of the sample) and 139 students at the second (master's) cycle (64.1%). Participation was voluntary and anonymous. Respondents were informed about the purpose and procedure of the study, the confidentiality of the data, and their right to discontinue participation at any stage.

The methodological set was selected to assess complementary aspects of professional development: professional identity processes, resources of career adaptability, and readiness for trauma-informed practice. Professional identity was examined using the Ukrainian version of the Vocational Identity Status Assessment (VISA-19), adapted by K. Akkaya and

V. Olefir. The instrument includes six scales: Career Commitment Making, Identification with Career Commitment, Career Exploration in Breadth, Career Exploration in Depth, Career Self-Doubt, and Career Commitment Flexibility. Because VISA-19 does not provide a single total score, each scale was analysed separately [5, pp. 15–24].

Career adaptability was assessed with the Career Adapt-Abilities Scale–Short Form (CAAS-SF) developed by C. Maggiori, J. Rossier, and M. L. Savickas and presented in a Ukrainian adaptation by L. Karamushka, K. Tereshchenko, and M. Tychenko. The 12-item instrument comprises the scales Concern, Control, Curiosity, and Confidence and provides an overall career adaptability score [6, pp. 26–28; 15, pp. 312–325]. Its use made it possible to examine psychosocial resources for planning the professional future, assuming responsibility for career decisions, exploring professional opportunities, and coping with career-related difficulties.

Readiness for trauma-informed practice was assessed using the authors' research questionnaire "Readiness of Future Psychologists for Trauma-Informed Practice". Its content was based on the principles of safety, trustworthiness and transparency, collaboration, voice and choice, and responsiveness to cultural, historical, and gender-related factors [14, pp. 9–11]. The questionnaire comprised 20 statements grouped into five scales: Trauma-Informed Knowledge; Psychological Safety and Stabilisation; Partnership, Choice, and Client Agency; Professional Boundaries, Risk Assessment, and Referral; and Reflective Self-Regulation, Supervision, and Prevention of Secondary Traumatic Stress. Each scale contained four statements rated on a five-point scale. Scores ranged from 4 to 20 for each scale and from 20 to 100 for the total score. The internal consistency coefficient was alpha = .91 for the total score and ranged from alpha = .74 to .85 for the subscales. The questionnaire was used as a research instrument rather than as a standardised psychodiagnostic measure.

To reduce the effect of socially desirable self-reporting, six situational tasks were additionally used. They concerned initial contact with a trauma-exposed person, responses to signs of destabilisation, prevention of retraumatisation, recognition of competence boundaries, referral decisions, and prevention of secondary traumatic stress in the psychologist. Two independent experts scored each response from 0 to 2 points; the maximum total was 12. Inter-rater agreement was ICC = .85. Descriptive statistics were calculated as means and standard deviations. Welch's t-test was used to compare groups of unequal size, Cohen's d to estimate the practical magnitude of between-group differences, and Spearman's rank correlation coefficient to examine associations among the variables. Statistical significance was set at $p < .05$. In the tables, results are presented as M ± SD; Cohen's d is reported as an absolute value, and the direction of each difference is determined from the group means.

The results for professional identity processes are presented in Table 1.

Master's students obtained higher scores for Career Commitment Making than fourth-year bachelor's students. The effect size (d = 0.55) indicated a medium difference, suggesting greater certainty of professional choice, clearer professional goals, and a more consistent orientation towards their implementation among master's students. The largest between-group difference was found for Identification with Career Commitment (d = 0.73). Thus, master's students were more likely to perceive the profession of psychologist as consistent with their values, abilities, and life intentions, and the professional role was more strongly integrated into their self-concept.

No statistically significant difference was found for Career Exploration in Breadth. Students in both groups continued to consider specialisations and

Table 1

Comparative indicators of professional identity processes among future psychologists according to VISA-19

Indicator	Fourth-year bachelor's students (n = 78), M ± SD	Master's students (n = 139), M ± SD	p	Cohen's d
Career Commitment Making	13.64 ± 2.48	14.92 ± 2.24	< .001	0.55
Identification with Career Commitment	9.96 ± 1.95	11.28 ± 1.74	< .001	0.73
Career Exploration in Breadth	11.10 ± 1.62	11.37 ± 1.53	.231	0.17
Career Exploration in Depth	10.14 ± 1.80	10.95 ± 1.65	.001	0.48
Career Self-Doubt	9.24 ± 2.04	8.19 ± 1.86	< .001	0.55
Career Commitment Flexibility	8.76 ± 1.92	7.83 ± 1.77	.001	0.51

Note. M = arithmetic mean; SD = standard deviation; p = statistical significance level; Cohen's d = absolute effect-size magnitude.

possible pathways of professional realisation. In contrast, master's students scored higher on Career Exploration in Depth, indicating more systematic reflection on the already selected professional pathway and its correspondence to their personal resources and experience. Fourth-year bachelor's students reported higher Career Self-Doubt and Career Commitment Flexibility. Openness to revising professional decisions is not inherently negative because it may reflect responsiveness to new experience. However, its combination with stronger self-doubt and lower identification with career commitment indicates a less consolidated professional position among part of the bachelor's group.

The results for career adaptability are presented in Table 2.

Master's students scored higher on all components of career adaptability. Higher Concern reflected a stronger orientation towards the professional future and greater readiness to plan further development. Higher Control indicated greater independence in professional decision-making and a stronger willingness to take responsibility for one's career trajectory. The smallest difference was found for Curiosity, which is consistent with the VISA-19 finding for Exploration in Breadth and shows that the search for professional opportunities remains relevant to both groups.

The largest difference among the separate CAAS-SF components was found for Confidence (d = 0.54). Master's students rated their ability to acquire professional skills, solve complex tasks, and overcome obstacles more highly. The overall career adaptability score was also higher in the master's group (d = 0.58). Nevertheless, according to the interpretive ranges presented for the Ukrainian version, the mean scores of both groups fell within the medium range, indicating that these resources were present but still required further development [6, p. 28].

The results for readiness for trauma-informed practice are presented in Table 3.

Master's students demonstrated higher results across all components of readiness for trauma-informed practice. The difference in Trauma-Informed Knowledge was of medium magnitude, indicating that master's students had a better understanding of the potential influence of trauma on emotional, cognitive, behavioural, and interpersonal functioning. However, the means in both groups remained below the upper limit of the scale and therefore indicated that this knowledge was not fully systematised.

Psychological Safety and Stabilisation showed one of the most pronounced between-group differences (d = 0.60). Master's students demonstrated a better

Table 2

Comparative indicators of career adaptability among future psychologists according to CAAS-SF

Indicator	Fourth-year bachelor's students (n = 78), M ± SD	Master's students (n = 139), M ± SD	p	Cohen's d
Concern	10.45 ± 2.05	11.35 ± 1.90	.002	0.46
Control	10.62 ± 1.92	11.50 ± 1.78	.001	0.48
Curiosity	10.38 ± 1.88	11.05 ± 1.76	.011	0.37
Confidence	10.15 ± 2.02	11.18 ± 1.84	< .001	0.54
Overall Career Adaptability	41.60 ± 6.35	45.08 ± 5.76	< .001	0.58

Table 3

Comparative indicators of future psychologists' readiness for trauma-informed practice

Indicator	Fourth-year bachelor's students (n = 78), M ± SD	Master's students (n = 139), M ± SD	p	Cohen's d
Trauma-Informed Knowledge	13.10 ± 2.24	14.26 ± 2.10	< .001	0.54
Psychological Safety and Stabilisation	12.08 ± 2.32	13.42 ± 2.18	< .001	0.60
Partnership, Choice, and Client Agency	13.20 ± 2.16	14.02 ± 2.04	.007	0.39
Professional Boundaries, Risk Assessment, and Referral	11.36 ± 2.44	12.58 ± 2.30	< .001	0.52
Reflective Self-Regulation, Supervision, and Prevention of Secondary Traumatic Stress	10.44 ± 2.52	11.58 ± 2.36	.001	0.47
Overall Readiness	60.18 ± 8.75	65.86 ± 8.12	< .001	0.68
Situational Tasks (0–12 points)	5.90 ± 1.70	7.10 ± 1.60	< .001	0.73

understanding of the need to assess the client's current state, create predictable interaction, and apply stabilisation strategies before addressing traumatic material. The highest scores in both groups were observed for Partnership, Choice, and Client Agency, reflecting general acceptance of respect for client autonomy and participation in decision-making.

Lower results were obtained for Professional Boundaries, Risk Assessment, and Referral. Part of the sample did not demonstrate sufficient certainty in recognising competence limits or situations requiring the involvement of other professionals. The lowest scores in both groups were found for Reflective Self-Regulation, Supervision, and Prevention of Secondary Traumatic Stress. This finding indicates insufficient readiness to recognise personal reactions to trauma-related material, use supervision systematically, and employ professional self-protection strategies.

The overall readiness score was higher among master's students, with a practically meaningful effect size of d = 0.68. Nevertheless, their mean total corresponded to 3.29 points per item on the five-point response scale, which does not support interpreting readiness as fully developed. The situational tasks also differentiated the groups (d = 0.73) and demonstrated a discrepancy between self-reported readiness and the ability to apply trauma-informed principles in simulated professional situations.

Content analysis of the situational responses showed that 102 participants (47.0%) prompted a client to provide a detailed account of the traumatic event prematurely, without first assessing the person's current state and readiness to discuss the experience. A total of 113 respondents (52.1%) had difficulty identifying competence boundaries and referral criteria, while 138 participants (63.6%) did not propose an adequately justified plan for supervision and prevention of secondary traumatic stress. Thus, general awareness of trauma did not invariably translate into safe and professionally justified decisions.

Spearman correlation analysis was conducted to identify associations between professional identity, career adaptability, and readiness for trauma-informed practice. The most substantively relevant associations are presented in Table 4.

The strongest positive association among the professional identity processes was observed between readiness for trauma-informed practice and Identification with Career Commitment (rs = 0.49). Students who perceived the profession of psychologist as personally meaningful and consistent with their values also demonstrated greater readiness to maintain psychological safety, support client agency, and observe professional boundaries. The positive association with Career Commitment Making confirmed the relevance of clear professional goals and acceptance of professional choice. Career Self-Doubt was negatively associated with readiness, indicating that uncertainty in one's professional position may accompany difficulties in assuming responsibility and evaluating competence boundaries.

Table 4

Principal associations of the study variables with readiness for trauma-informed practice

Indicator	Overall readiness, Spearman's rs
Identification with Career Commitment	0.49***
Career Commitment Making	0.41***
Career Self-Doubt	-0.37***
Overall Career Adaptability	0.40***
Career Control	0.34***
Career Confidence	0.39***
Situational Task Score	0.56***

Note. *** p < .001.

Readiness was positively associated with overall career adaptability, Career Control, and Career Confidence. Therefore, readiness to work with traumatic experiences was linked not only to specialist knowledge but also to the ability to take responsibility for professional development, acquire necessary skills, and act under conditions of complexity and uncertainty. The highest correlation in Table 4 was observed between the questionnaire total and situational task performance (rs = 0.56). This association supports convergence between self-reported and practice-oriented components of readiness, while its moderate strength cautions against equating subjective confidence with the capacity to make professionally justified decisions.

The findings indicate that readiness for trauma-informed practice is associated with certainty of professional choice, identification with the psychologist's role, and career adaptability. The most relevant variables were identification with career commitment, responsibility for professional development, and confidence in solving complex professional tasks. Because the study was cross-sectional and correlational, the results do not establish a causal influence of professional identity on readiness for trauma-informed practice.

Conclusions. Theoretical analysis and empirical findings demonstrate that professional identity constitutes a significant psychological context for the development of future psychologists' readiness for trauma-informed practice. Compared with fourth-year bachelor's students, master's students showed more consolidated professional commitments, stronger identification with the professional role, greater career adaptability, and higher readiness to apply the principles of psychological safety, stabilisation, partnership, and client agency. At the same time, both groups displayed insufficiently developed skills in recognising competence boundaries, assessing risk, making referral decisions, using supervision, and preventing secondary traumatic stress. Positive associations of readiness with career commitment, identification with commitment, career control, confidence, and overall career adaptability confirm that responsible work with traumatic experience requires not only specialist knowledge and techniques but also acceptance of professional values, awareness of one's role, and willingness to assume professional responsibility. The negative association with career self-doubt highlights the importance of systematic support for students' professional self-determination. These findings substantiate the development of a specialised educational course and a skills-based training programme integrating professional identity development with trauma-informed competencies. Further research should assess the effectiveness of these educational interventions in a formative design and examine changes in professional identity and trauma-informed readiness across different stages of psychology education.

Information on the use of artificial intelligence. While preparing this article, artificial intelligence tools were used exclusively for language editing, grammar checking, translation, or other auxiliary tasks, without using the content they generated as the results of academic work.

Bibliography:

1. Терновий В. А. Поняття професійної ідентичності як психологічного феномену. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2024. Т. 35 (74), № 6. С. 138–144. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.6/22

2. Шахов В. І., Шахов В. В. Психологічні особливості формування професійної ідентичності студентів – майбутніх психологів. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія: Педагогіка і психологія*. 2019. Вип. 58. С. 208–213. DOI https://doi.org/10.31652/2415-7872-2019-58-208-213

3. Дьоміна Г. А., Сидоренко О. Б. Роль перфекціонізму у формуванні професійної ідентичності майбутнього психолога. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2023. Т. 34 (73), № 3. С. 19–25. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.3/04

4. Узун В. В., Яблонський А. І. Гендерні фактори та їх вплив на професійну ідентичність майбутніх психологів. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2024. Т. 35 (74), № 5. С. 95–99. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.5/15

5. Аккая К., Олефір В. Психометричні властивості української версії опитувальника «Оцінка статусів професійної ідентичності» (VISA-19). *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2023. № 2 (18). С. 15–24. DOI: https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).3

6. Карамушка Л. М., Тиченко М. Є. Методики дослідження психологічних особливостей професійної кар'єри: психологічний практикум. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 46 с.

7. World Health Organization. Health needs assessment of the adult population in Ukraine: survey report: April 2025. Copenhagen : WHO Regional Office for Europe, 2025. 50 p. URL: https://www.who.int/europe/publications/i/item/WHO-EURO-2025-6904-46670-80597 (accessed: 27.07.2026).

8. Zaverukha O., Popovych I., Karpenko Y., Kozmenko O., Stelmakh O., Borysenko O., Hulias I., Kovalchuk Z. Dynamics of successful formation of professional identity of future psychologists in higher education institutions. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*. 2022. Vol. 14, No. 1. P. 139–157. DOI: https://doi.org/10.18662/rrem/14.1/511

9. Schubert S., Buus N., Monrouxe L. V., Hunt C. The development of professional identity in clinical psychologists: a scoping review. *Medical Education*. 2023. Vol. 57, No. 7. P. 612–626. DOI: https://doi.org/10.1111/medu.15082

10. Cook J. M., Newman E., Simiola V. Trauma training: competencies, initiatives, and resources. *Psychotherapy*. 2019. Vol. 56, No. 3. P. 409–421. DOI: https://doi.org/10.1037/pst0000233

11. Blomquist K. K., Wenze S. J., Eubanks Fleming C. J., Ernestus S. M. Assessing the need for pre-mental health competencies in undergraduate education: insights from graduate faculty surveys. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 14. Article 1252451. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1252451.

12. Bitanihirwe B., Imad M. Gauging trauma-informed pedagogy in higher education: a UK case study. *Frontiers in Education*. 2023. Vol. 8. Article 1256996. DOI: https://doi.org/10.3389/feduc.2023.1256996.

13. Huo Y., Couzner L., Windsor T., Laver K., Dissanayaka N. N., Cations M. Barriers and enablers for the implementation of trauma-informed care in healthcare settings: a systematic review. *Implementation Science Communications.* 2023. Vol. 4. Article 49. DOI: https://doi.org/10.1186/s43058-023-00428-0.

14. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. SAMHSA's concept of trauma and guidance for a trauma-informed approach. HHS Publication No. (SMA) 14-4884. Rockville, MD : Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2014. 27 p.

15. Maggiori C., Rossier J., Savickas M. L. Career Adapt-Abilities Scale-Short Form (CAAS-SF): construction and validation. *Journal of Career Assessment*. 2017. Vol. 25, No. 2. P. 312–325. DOI: https://doi.org/10.1177/1069072714565856.

Варіна Г.Б., Ковальова О.В. ПРОФЕСІЙНА ІДЕНТИЧНІСТЬ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У КОНТЕКСТІ ГОТОВНОСТІ ДО ТРАВМА-ІНФОРМОВАНОЇ ПРАКТИКИ

Статтю присвячено дослідженню професійної ідентичності як психологічного контексту готовності майбутніх психологів до травма-інформованої практики. Актуальність проблеми зумовлена зростанням суспільної потреби у кваліфікованій психологічній допомозі та необхідністю підготовки фахівців, здатних безпечно, етично й відповідально працювати з особами, які мають травматичний досвід. Метою дослідження було теоретично обґрунтувати та емпірично визначити особливості професійної ідентичності здобувачів психологічної освіти, а також установити її взаємозв'язки з готовністю застосовувати принципи психологічної безпеки, довіри, співпраці, підтримки суб'єктності клієнта, дотримання професійних меж і запобігання ретравматизації. Дослідження мало поперечний порівняльно-кореляційний дизайн. Вибірку становили 217 здобувачів вищої освіти за спеціальністю «Психологія»: 78 здобувачів 4-го курсу першого (бакалаврського) рівня та 139 здобувачів другого (магістерського) рівня. Використано україномовну версію опитувальника «Оцінка статусів професійної ідентичності» VISA-19, коротку форму Шкали здатності до кар'єрної адаптивності CAAS-SF та авторську дослідницьку анкету «Готовність майбутніх психологів до травма-інформованої практики», доповнену ситуаційними завданнями. Здобувачі магістерського рівня продемонстрували вищі показники формування та прийняття професійної прихильності, поглибленого дослідження професійного шляху, кар'єрної адаптивності й готовності до травма-інформованої практики. У здобувачів 4-го курсу були більш вираженими професійні сумніви та гнучкість прихильності. Найменш сформованими компонентами в обох групах виявилися дотримання професійних меж і перенаправлення, рефлексивна саморегуляція, використання супервізії та профілактика вторинного травматичного стресу. Результати ситуаційних завдань засвідчили розбіжність між самооцінкою готовності та здатністю приймати безпечні й етично обґрунтовані рішення у змодельованих професійних ситуаціях. Готовність до травма-інформованої практики позитивно пов'язана з ідентифікацією з професійною прихильністю, визначеністю професійного вибору, кар'єрним контролем, упевненістю та загальною кар'єрною адаптивністю і негативно – з професійними сумнівами. Отримані результати обґрунтовують необхідність інтеграції розвитку професійної ідентичності з формуванням травма-інформованих компетентностей у процесі професійної підготовки психологів та розроблення спеціального навчального курсу і практико-орієнтованої тренінгової програми.

Ключові слова: *професійна ідентичність, майбутні психологи, травма-інформована практика, кар'єрна адаптивність, психологічна безпека, професійна підготовка, супервізія, вторинний травматичний стрес.*

Дата першого надходження статті до видання: 13.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 09.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.925:316.772.4
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/07

Вашека Т.В.
https://orcid.org/0000-0001-5434-1677
Національний університет «Київський авіаційний інститут»

Дідух М.М.
https://orcid.org/0000-0003-2331-4603
Національний університет «Київський авіаційний інститут»

АНАЛІЗ НЕВЕРБАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ТА ПСИХОТИПІВ СПОЖИВАЧІВ ЯК ПРОВІДНИЙ МЕТОД ПРОФАЙЛІНГУ

Стаття присвячена аналізу основних напрямків та методів профайлінгу. Розглянуто використання невербальної поведінки профайлерами та підходи до типологізації та побудови профілю споживачів. Актуальність дослідження зумовлена зростанням потреби у спеціалістах, які здатні прогнозувати купівельну поведінку, знаходити та утримувати клієнтів з метою підвищення конкурентоспроможність компаній.

Метою статті є спроба визначити місце профайлінгу в системі наукових психологічних знань, описати його основні напрямки та методи роботи профайлерів. В теоретичному дослідженні було застосовано такі методи як аналітичний та порівняльний аналіз наукових джерел, систематизація та узагальнення наявних наукових розробок.

Описано основні напрямки та види профайлінгу: кримінальний профайлінг, профайлінг проведення масових заходів, транспортного сполучення (авіаційний профайлінг, профайлінг залізниць, автобусних та інших перевезень); банківський, готельний профайлінг, кадровий профайлінг, бізнес-профайлінг. Проаналізовано роль профайлінгу у сфері обслуговування з метою задоволення потреб споживачів та описано основні методи роботи профайлерів: аналіз невербальної поведінки та побудову профілю споживача. Показано, що побудова профілів є ефективним методом сегментування споживачів, який дозволяє відійти від масового маркетингу, зорієнтуватись на окремі групи клієнтів та персоналізувати пропозиції. Описано основні види психотипів та психодіагностичні методики для їх вимірювання. Результати теоретичного аналізу професійно важливих якостей профайлерів показують необхідність сформованих комунікативних вмінь, розвиненого емоційного інтелекту, сенсорної чутливості, уваги до деталей та здатності швидко приймати рішення для успішної роботи у цій галузі.

Висновок. Теоретичне дослідження показало недостатнє розроблення методу профайлінгу та критеріїв підготовки фахівців цієї галузі. Більшість вітчизняних досліджень проведено в сфері авіаційної безпеки та в роботі працівників правоохоронних органів, натомість актуальним залишається впровадження профайлінгу у сфері обслуговування та маркетингу.

Ключові слова: *профайлінг, психотипи споживачів, невербальна поведінка, профайлер.*

Постановка проблеми. Процеси цифровізації та посилення конкуренції в сучасному світі зумовлюють необхідність розробки нових передових методів для підвищення попиту та купівельної спроможності споживачів. Конкурентна перевага компаній часто ґрунтується на їх здатності враховувати індивідуальні потреби клієнтів, особливості їх запитів, що проявляється в індивідуалізації попиту та покращує показники рентабельності й ділової репутації. Клієнтцентрованість допомагає знаходити та утримувати клієнтів навіть при високій конкуренції завдяки врахуванню індивідуально-психологічних особливостей споживачів. З огляду на це, особливий інтерес становить використання профайлінгу (від англ. profile – профіль, профілювання), який включає ряд методів оцінювання поведінки індивіда та дозволяє її прогнозування, ґрунтуючись на психотипі та ознаках невербальної поведінки.

Метод профайлінгу набуває поширення у багатьох сферах сучасного бізнесу. Він дає змогу за сукупністю зовнішніх поведінкових ознак

© Вашека Т.В., Дідух М.М., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

визначати ймовірні наміри, цілі та схильність людини до певних моделей поведінки. Профайлінг є дієвим інструментом професійного відбору, оцінювання психологічної сумісності персоналу, а також підвищення ефективності управління, комунікації та взаємодії в колективі. Застосування цього методу в авіаційній сфері сприяло підвищенню рівня безпеки польотів, розвитку методичного забезпечення для виявлення осіб із потенційно небезпечними намірами та становленню напряму неінструментальної детекції неправдивої інформації.

З іншого боку, немає єдиного науково обґрунтованого підходу до профайлінгу та розроблених критеріїв підготовки та оцінки роботи профайлерів. Натомість існує розмаїття варіантів типологізації особистості, що лежать в основі побудови та опису профілів. Недостатньо дослідженим та науково обґрунтованим є використання профайлінгу при роботі зі споживачами.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Огляд наукових джерел дозволяє говорити про кілька основних видів та напрямків застосування профайлінгу. Найбільш розробленим напрямом є попередження злочинів та правопорушень в різних сферах: від пошуку злочинців правоохоронними органами до забезпечення авіаперельотів в аеропортах. За визначенням Подільчака О.М., кримінологічний профайлінг спрямований на запобігання правопорушенням та використовується правоохоронними органами під час створення портрета особи, яка розшукується через вчинення злочину чи загрозу його скоєння. Автор виокремлює профайлінг проведення масових заходів, профайлінг транспортного сполучення (авіаційний профайлінг, профайлінг залізниць, автобусних та інших перевезень); банківський, готельний профайлінг [6, с. 155]. Все більшої актуальності набуває масовий профайлінг, призначений для виявлення підозрілих осіб, поведінка яких відрізняється від основної маси. Він спрямований на попередження терактів та правопорушень під час масових заходів, а також виявлення диверсантів.

Впровадження авіаційного профайлінгу обумовлене випадками захоплення літаків терористами та терактами в аеропортах багатьох країн. Фахівці служби безпеки аеропортів, що мають навички профайлінгу, аналізують невербальну поведінку пасажирів під час проходження митної служби та виявляють осіб, які поводять себе підозріло, що дозволяє попередити терористичні акти та інші злочини [2]. Фігура В.О. аналізує особливості застосування профайлінгу у поєднанні з системою API/PRN (паспортні дані та система бронювання і оплати польоту) та наголошує на важливості проведення інтерв'ю з пасажирами до посадки у літак [8].

Все більшого значення методи профайлінгу набувають в роботі прикордонників, які протягом дня пропускають через державний кордон тисячі людей. Володіння навичками оцінки ризиків та ймовірних правопорушень, вміння використовувати метод профілювання сприяє вчасному виявленню та превенції протиправних дій [4]. Останні десятиріччя профайлінг починають впроваджувати в роботу митної служби України як превентивний метод попередження митних правопорушень та ефективний механізм митного контролю [3, с. 107].

Також стають затребуваними такі напрямки роботи профайлерів як аудит-профайлінг – перевірка щирості та чесності співробітників, що займаються фінансами організації під час проведення аудитів; банківський профайлінг – перевірка кредитоспроможності та надійності отриманої інформації про клієнта; страховий профайлінг – перевірка правдивості наданої інформації з метою уникнення шахрайства; бізнес-профайлінг – застосовують при переговорах з метою підтвердження щирості та надійності партнерів [6].

Ще один напрямок профайлінгу, що стрімко розвивається в організаціях, це HR-профайлінг *(від англ. human resources* – людський ресурс), метою якого є підбір персоналу (власне кадровий профайлінг), зацікавлення та утримання претендентів, виявлення мотивуючих та демотивуючих факторів професійної діяльності, покращення комунікації, створення згуртованого колективу, складання профілю претендентів з метою відсіювання осіб, схильних до обману та шахрайства [7].

Постановка завдання. Метою статті є спроба визначити місце профайлінгу в системі наукових психологічних знань та описати основні напрямки та методи роботи профайлерів. Методи дослідження: аналітичний та порівняльний аналіз наукових джерел, систематизація та узагальнення наявних наукових розробок.

Виклад основного матеріалу. В наш час вміння та навички профайлінгу стають все більш затребуваними у сфері обслуговування з метою задоволення потреб споживачів. Маркетинг, сфера реклами та надання послуг все більше усвідомлюють необхідність індивідуального підходу до клієнтів, розуміння їх інтересів та мотивації купівлі тих чи інших товарів. Залучення профайлерів дозволяє проаналізувати статистичні дані

купівлі-продажу, скласти психологічний портрет споживача та спрогнозувати його купівельну поведінку. Побудова профілів є ефективним методом сегментування споживачів, що дозволяє відійти від масового маркетингу та зорієнтуватись на окремі групи клієнтів та персоналізувати пропозиції.

Основними цілями профайлінгу споживачів вважається профілювання (опис та побудова психологічного профілю споживача); визначення провідних цінностей, потреб, інтересів та мотивів купівельної поведінки; прогнозування поведінки споживача на основі проведеного аналізу.

При роботі зі споживачем профайлер намагається встановити особливості сприйняття клієнта, паттерни поведінки та мислення, з'ясувати його актуальні потреби та мотиви, а також емоційно заряджені зони. Важливим завданням є зрозуміти ті переконання та установки клієнта, що обмежують його купівельну поведінку і на які можна вплинути. Необхідно також прояснити ставлення до запропонованого товару та оцінити ймовірність покупки.

Провідним методом роботи профайлерів є аналіз невербальної поведінки людини. На початку 60-х років аспекти невербальної поведінки стали предметом наукових психологічних досліджень, а у 1970 році вийшла книга Джуліуса Фаста «Мова тіла», в якій було систематизовано знання про невербальну поведінку, її види та функції. Класичними працями, присвяченими проблемі невербаліки, вважаються роботи П. Екмана, Е. Холла, А. Піза та ін. Автори виокремлюють такі види невербальної поведінки як поза, міміка, жести, особливості мовлення (інтонації, тон та тембр голосу, швидкість мовлення, паузи), зоровий контакт, просторове розташування. Також часто до невербальної поведінки відносять зовнішній вигляд людини: її охайність, манеру одягатися, зачіску, зовнішні особливості (татуювання, пірсинг), аксесуари, поставу та ходу.

Аналіз невербальної поведінки дозволяє профайлерам встановити неусвідомлені особливості індивіда та приховані мотиви. Також саме за невербальними ознаками можна зрозуміти емоційний стан, який індивід хоче приховати. Дослідники невербальної поведінки стверджують, що найкраще піддається свідомому контролю мовлення, потім – міміка, а от жести та позу людина контролює найгірше. Тому суперечності між впевненими інтонаціями та нервовими жестами під час розмови можуть вказувати на бажання щось приховати чи обманути співрозмовника.

Окрім того, саме невербальні ознаки поведінки можуть вказувати на переживання людиною сильних емоційних станів, таких як тривога, страх, напруження, хвилювання. Вказані емоції можуть проявлятись у вигляді заціпеніння, тремтіння, напруженої постави та ходи, нервових рухів (наприклад, почісування потилиці, потирання долонь, кусання нігтів, поправляння окулярів чи елементів одягу), постійного поглядання на годинник, непосидючості, переступання з ноги на ногу. При більш уважному спостереженні за індивідом можна помітити блідість обличчя, розширені зіниці, розгублений погляд, сухість губ, пітливість, прискорене дихання, а при розмові – паузи, заїкання, неприродні інтонації, затримка з відповіддю, сплутане мислення. Зрозуміло, що всі ці ознаки, які вказують на інтенсивні емоції, можуть мати природнє походження (наприклад, високу тривожність індивіда або його особисті переживання в зв'язку з сімейними обставинами) і не будуть пов'язані з перевезенням контрабанди чи з підготовкою терористичного акту. Саме тому орієнтація лише на невербальні прояви може сприяти виявленню осіб з підозрілою поведінкою, але не вказує на її причини.

Для того, щоб приховати свої емоції, люди намагаються контролювати свою поставу, жести та міміку, часто стараються обмежити жести, що вказують на тривогу та зайняти впевнену позу. Але для звичайної людини подібні спроби можуть виглядають неприродніми, адже відсутність будь-якої жестикуляції сприймається як скутість або замкненість, а намагання надати обличчю розслабленого виразу також може виглядати нещиро. Отже, відсутність природної жестикуляції, штучна посмішка, завмирання в одній позі теж можуть свідчити про напруження та бажання приховати емоції, що має привертати увагу профайлерів. На думку Корольова В.О., у профайлінгу використовують переважно такі складові комунікації: вербальну, вокальну та фізичну. Доцільно аналізувати зміст сказаного, властивості голосу та мовлення, а також жести, позу та мімічні прояви [4].

Окрім невербальної поведінки у профайлінгу значну увагу приділяють опису психотипів, що частіше застосовують правоохоронці та фахівці HR. Складання психологічного портрету злочинця в оперативно-розшуковій діяльності правоохоронних органів потребує розуміння психотипів особистості та вміння застосовувати профілювання з метою розшуку особи, що здійснила правопорушення. Навички профайлінгу важливі для співробітників відділу оцінки та підбору персоналу,

які допомагають встановити психотип кандидата, його мотивацію професійної діяльності, провідні цінності та емоції, а також передбачити сумісність з колективом. Серед основних інструментів профайлінгу Смутчак З.В. виокремлює оперативну діагностику, розпізнавання брехні та читання емоцій. Головна мета оперативної діагностики – скласти профіль особистості, який може знадобитись при розслідуванні крадіжок, шахрайських схем та витоку інформації. Профайлер аналізує зовнішній вигляд особи, її одяг, ходу, жести, взаємодію з оточенням, відповіді на питання, тип мислення, вчинки, що дозволяє прогнозувати поведінку та знайти ефективні способи впливу на індивіда. Також корисним є вміння профайлерів розпізнавати брехню та обман, що може знадобитись на етапі кадрового відбору та при розслідуванні правопорушень в організації [7, с. 106].

Розглянемо основні психотипи, що використовують у профайлінгу та методики їх вимірювання. Проблемою профайлінгу та й психологічної науки в цілому є значна кількість підходів до структури та типологізації особистості. Відсутність єдиної загальноприйнятої класифікації психотипів пояснюється значними відмінностями у трактуванні різними теоріями особистості основних її структурних елементів. Відповідно, і методики для вимірювання рис особистості ґрунтуються на різних наукових теоріях, що призвело до їх значного різноманіття.

Леонтьєва І.В. аналізує різні підходи до класифікації психотипів, що використовують для складання психологічного портрета особистості. На її думку, першою спробою виокремити психотипи була класифікація Гіппократа, який описав 4 види темпераментів: сангвінік, меланхолік, холерик та флегматик. Ч. Ломброзо виводив типологію злочинців, орієнтуючись на ознаки тілобудови та черепа. Е. Кречмер в основу своєї типологізації поклав тип статури індивіда: мускулистий, астенічний та схильний до повноти (пікмічний) [5].

Більш сучасним та обґрунтованим науковим підходом є типологізація людей за вираженістю їх характерологічних рис, запропонована Карлом Леонгардом. Він описав 12 типів акцентуацій характеру, з яких 6 більше пов'язані з темпераментом, тобто з емоційністю, енергетикою та типом реакцій (гіпертимний, дистимічний, циклоїдний, екзальтований, тривожний, емотивний), а 4 – з особливостями характеру, соціальної взаємодії та спрямованості особистості (демонстративний, педантичний, застрягаючий, збудливий). Характеристики інтровертованості та екстравертованості відносять до проміжного або особистісного типу. Також актуальною є класифікація психотипів Л. Терстоуна, який описав 7 факторів, які характеризують поведінку людини: активність, енергійність, імпульсивність, домінантність, стабільність, товариськість, рефлексивність.

В сучасній психодіагностиці розроблено ряд валідних та надійних тестів, які ґрунтуються на психологічних теоріях особистості і дозволяють встановити тип особистості та властиві їй риси характеру. Серед них варто виокремити тест Big Five, Фрайбурзький особистісний опитувальник (FPI), MMPI та опитувальник Г. Айзенка EPI. Всі зазначені методики дозволяють описати провідні риси індивіда та побудувати профіль, який можна використати для прогнозування купівельної поведінки споживачів. Слід зазначити, що застосування психодіагностичних методик можливе за певних умов, наприклад, при оцінюванні кандидата на посаду. Але частіше профайлери повинні оцінити клієнта та скласти психологічний портрет під час короткої бесіди (наприклад, при посадці на літак або консультуванні споживачів щодо товарів та послуг). Через це в профайлінгу застосовують спрощений варіант психотипів, що включає 7 або 8 варіантів. Зазвичай це істероїдний, епілептоїдний, паранояльний, емотивний, гіпертимний, шизоїдний, тривожний та депресивний. Зрозуміло, що «чисті» типи особистості рідкісні, а частіше зустрічаються різні поєднання зазначених особистісних характеристик. Через це віднесення клієнта до певного психотипу є дещо спрощеним методом типологізації та вимагає додаткових способів діагностики.

Ушкальов В.В. та Мартіянова М.П. вивчали застосування профайлінгу для підвищення економічної ефективності компаній в процесах взаємодії зі споживачами. На думку авторів, більш ефективним для роботи з клієнтами є неінструментальний профайлінг, тобто безпосереднє спілкування зі споживачами [9]. Саме тому серед професійно важливих якостей профайлерів виокремлюють високу сенсорну чутливість, яка дозволяє діагностувати найменші зміни в психоемоційному стані індивіда під час розмови. Це необхідно для успішного зчитування психічного стану людини та динаміки його розвитку.

Аналізуючи професійно важливі навички профайлерів, Шимко В.А. наголошує на необхідності розвитку комунікативних здібностей, здатності до аналізу даних (як статистичних, так і проявів вербальної та невербальної поведінки), спостережливості та уваги до деталей [10]. Критичне мислення та емоційний інтелект допомагають профайлеру

встановлювати контакт з клієнтом, розуміти його емоції та робити висновки з результатів комунікації.

В інтернет-торгівлі все більш актуальним стає вивчення аккаунтів споживачів та орієнтація на їх індивідуальні інтереси та запити. Аналіз застосування профайлінгу у соцмережах пропонує Вінник Н.Д. (Вінник, 2021). На думку автора, переважна більшість населення має профіль у соціальних мережах, який надає профайлерам багато інформації про індивіда та дозволяє скласти психологічний портрет. Профіль у соцмережі часто містить біографічну інформацію, відомості про родичів та друзів, освіту, місто проживання, але крім цього, досвідчений профайлер може дізнатись і про інтереси та цінності людини, аналізуючи її покупки та лайки, які вона ставить дописам інших користувачів. Аналіз мови повідомлень дозволяє зрозуміти рівень обізнаності та інтелекту, грамотність користувача, його словниковий запас. Тегування фотографій та лайків дозволяє віднести індивіда до певного психотипу [1].

Отже, ефективність профайлінгу забезпечується поєднанням особистісних характеристик фахівців з їх знаннями та вміннями, а сам метод є міждисциплінарним і поєднує знання з психології, культурології, лінгвістики, аналітики, моделювання.

Висновки. Підводячи підсумок проведеного теоретичного дослідження, слід зазначити, що профайлінг стає все більш затребуваним в сучасному світі та забезпечує прогнозування поведінки, виявлення прихованих загроз та оцінку ризиків у різних сферах. Важливим завданням залишається розробка наукового обґрунтування методу профілювання, уніфікація критеріїв підготовки та оцінки якості роботи профайлерів, адже їх ефективність залежить від рівня професійної підготовки та особистісних рис фахівців. Тому слід впроваджувати в процес підготовки фахівців сучасні наукові розробки в галузі психології, штучного інтелекту, роботи з великими даними та аналітикою.

Список літератури:

1. Вінник Н. Д. Профайлінг в соцмережах: професійні виклики сьогодення. *Профорієнтація: стан і перспективи розвитку: збірник матеріалів XI Всеукраїнських психолого-педагогічних читань.* Київ: Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України. 2021. 153 с. С. 27–31.

2. Дідковська-Бідюк М. В. Профайлінг як метод профілактики протиправних дій. *Юридична психологія*. 2017. № 2 (21). С. 165–174.

3. Ємченко І. В. Профайлінг як метод митного контролю. *Вісник Львівського торговельно-економічного університету. Технічні науки*. 2018. Вип. 21. С. 106–110. DOI: https://doi.org/10.36477/2522-1221-2018-21-16

4. Корольов В. О. Застосування профайлінгу на державному кордоні України. *Підприємство, господарство і право*. 2019. № 3. С. 327–330.

5. Леонтьєва І. В. Профайлінг особистості: чи є йому місце в сучасній педагогічній науці? *Теорія та методика навчання та виховання*. 2021. № 50. С. 114–123. DOI: https://doi.org/10.34142/23128046.2021.50.10

6. Подільчак О.М. Кримінологічний профайлінг – реалізація вчення про особу злочинця. *Право і суспільство*. № 4, Ч. 2. 2017. С. 154–157.

7. Смутчак З. В. Кадровий профайлінг як технологія управління персоналом. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2021. Вип. 17(46). С. 103–116. https://doi.org/10.32405/2522-9931-2021-17(46)-103-116

8. Фігура В. О. Авіаційний профайлінг та інтерв'ювання як невід'ємні складові системи API/PNR. *Українська поліцеїстика: теорія, законодавство, практика.* № 1(17), 2026. С. 64–68. DOI https://doi.org/10.32782/2709-9261-2026-1-17-11

9. Ушкальов В.В., Мартіянова М.П. Профайлінг споживача: проблемні аспекти економічної ефективності. *Причорноморські економічні студії*. Вип. 80. 2023. С. 110–115. DOI: https://doi.org/10.32782/bses.80-18

10. Шимко В. А. Профайлінг як професія: ключові навички, особистісні риси та підготовка фахівців. *Науковий вісник Сіверщини. Серія: Освіта. Соціальні та поведінкові науки.* 2025. Т.1, №. 14. С. 157–172. DOI 10.32755/sjeducation.2025.01.157

Vasheka T.V., Didukh M.M. ANALYSIS OF NONVERBAL BEHAVIOR AND PSYCHOTYPES OF CONSUMERS AS A LEADING METHOD OF PROFILING

The article is devoted to the analysis of the main directions and methods of profiling. The use of non-verbal behavior by profilers and approaches to typology and construction of a consumer profile are considered. The relevance of the study is due to the growing need for specialists who are able to predict purchasing behavior, find and retain customers in order to increase the competitiveness of companies.

The purpose of the article is an attempt to determine the place of profiling in the system of scientific psychological knowledge, to describe its main directions and methods of work of profilers. The theoretical study used such methods as analytical and comparative analysis of scientific sources, systematization and generalization of existing scientific developments.

The main directions and types of profiling were described: criminal profiling, profiling of mass events, transport connections (aviation profiling, profiling of railways, buses and other transportation); banking, hotel profiling, personnel profiling, business profiling. The role of profiling in the service sector in order to meet consumer needs was analyzed and the main methods of profilers' work are described: analysis of nonverbal behavior and building a consumer profile. It is shown that building profiles is an effective method of segmenting consumers, which allows you to move away from mass marketing, focus on individual groups of customers and personalize offers. The main types of psychotypes and psychodiagnostic methods for measuring them were described. The results of the theoretical analysis of professionally important qualities of profilers show the need for developed communication skills, developed emotional intelligence, sensory sensitivity, attention to detail and the ability to make quick decisions for successful work in this field.

Conclusion. Theoretical research has revealed that the profiling method and the criteria for training specialists in this field are insufficiently developed. While most domestic studies have focused on aviation security and law enforcement operations, the implementation of profiling in the service and marketing sectors remains a relevant issue.

Keywords: *profiling, consumer psychotypes, nonverbal behavior, profiler.*

Дата першого надходження статті до видання: 16.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9:613.86:355.01.
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/08

Еверс І.М.
https://orcid.org/0009-0001-7201-6533
Державний вищий навчальний заклад «Ужгородський національний університет»

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: ОБҐРУНТУВАННЯ КЛАСИФІКАЦІЇ

У статті обґрунтовано теоретичну класифікацію соціально-психологічних чинників ментального здоров'я практичних психологів, які працюють в умовах війни. Актуальність теми зумовлена тим, що психолог переживає ті самі воєнні обставини, що й його клієнт, і водночас професійно опрацьовує чужий травматичний досвід, тоді як наявні класифікації чинників ментального здоров'я розроблено для населення загалом або для працівників як загальної категорії та не враховують специфіки окремої фахової групи. Розглянуто особливості професійної діяльності психолога, що визначають добір значущих для нього чинників: використання власної особистості як інструмента праці, подвійну природу емпатійного залучення, постійну емоційну працю та рухливість межі між професійною й особистою сферами. Показано обмеженість біопсихосоціальної схеми для аналізу фахової групи психологів, оскільки за такого поділу більшість значущих детермінант потрапляє до однієї категорії, всередині якої змішуються явища різного масштабу та різної керованості. Обґрунтовано вибір джерела впливу як критерію систематизації та узгодженість такого критерію з ресурсними моделями стресу. Запропоновано класифікацію, що охоплює два блоки чинників – внутрішні (індивідуально-психологічні) та зовнішні (соціально-середовищні) – і сім підгруп: індивідуально-типологічні властивості, особистісні ресурси стійкості, професійно-особистісні характеристики, особистісні чинники ризику, міжособистісно-соціальні детермінанти, професійно-організаційні умови діяльності та макросоціальні обставини воєнного контексту. Окремо аргументовано введення професійно-організаційного рівня, який у наявних класифікаціях чинників ментального здоров'я психологів не виокремлюють, попри те що саме цей рівень визначає доступність супервізії, обсяг навантаження та частку безоплатної практики. Розкрито двоїсту природу чинників, за якої достатній рівень вияву забезпечує захисну функцію, а дефіцит або деструктивна форма перетворює той самий чинник на джерело ризику. Перспективу подальших розвідок становить емпірична перевірка запропонованої класифікації на вибірці українських психологів.

Ключові слова: *ментальне здоров'я, соціально-психологічні чинники, практичні психологи, умови війни, класифікація чинників, професійно-організаційні умови, двоїста природа чинників.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна поставила українських психологів у становище, яке класичні моделі професійного стресу описують лише частково. Фахівець, що надає допомогу постраждалим, сам перебуває під обстрілами, втрачає близьких, змінює місце проживання та планує життя без прогнозованого горизонту. Дистанція між життєвим світом психолога та матеріалом клієнта, яка за мирних обставин виконувала захисну функцію, зникає. Питання про те, що саме зберігає або руйнує ментальне здоров'я такого фахівця, набуває практичної гостроти, оскільки від стану психолога безпосередньо залежить якість допомоги, яку отримує значна частина населення.

Розв'язанню цього питання перешкоджає відсутність упорядкованого уявлення про сукупність чинників, що діють на психолога. Наявні класифікації чинників ментального здоров'я розроблено для населення загалом або для працівників як загальної категорії, тому вони не відображають специфіки фахової групи, для якої інструментом праці є власна особистість. Окремі чинники – вигорання, брак супервізії, надмірне навантаження – описано

© Еверс І.М., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

ґрунтовно, проте описано порізно, поза системою, що унеможливлює як зіставлення їх ваги, так і побудову цілісної програми збереження ментального здоров'я фахівців. Побудова такої системи потребує насамперед вибору критерію систематизації, який відповідав би природі самих чинників та завданням подальшого емпіричного вимірювання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Загальні детермінанти психічного здоров'я особистості опрацьовано в сучасній психології ґрунтовно. М. Заушнікова, К. Богатова та С. Гук запропонували розгорнутий перелік чинників ментального здоров'я в умовах війни, побудований за біопсихосоціальною схемою [5]. Л. Карамушка обґрунтувала систему детермінант психічного здоров'я в організаційному контексті та розробила концепцію здорових організацій як середовища, що підтримує психічне здоров'я персоналу [7]. В. Климчук та О. Сувало окреслили проблему на рівні системи охорони психічного здоров'я, показавши, що порушення в цій сфері охоплюють широкий діапазон станів і потребують континуального, а не бінарного підходу [9]. Теоретичною основою аналізу чинників у більшості праць залишаються ресурсні моделі стресу – теорія збереження ресурсів С. Гобфолла [25] та транзакційна модель Р. Лазаруса й С. Фолкман [27].

Окремий напрям становить вивчення професії психолога та вимог, які вона висуває до особистості фахівця. Н. Пов'якель зарахувала саморегуляцію мислення до професійно важливих властивостей психолога, витлумачивши її як індивідуально створену систему дій, що спирається на Я-концепцію [16]. А. Москальова та А. Власенко систематизували професійно важливі якості психолога як представника соціономічного фаху, розподіливши їх на інтелектуально-пізнавальні, емоційно-вольові та мотиваційно-ціннісні [14]. Л. Руденко та Н. Бідюк розглянули проблеми формування названих якостей на етапі фахової підготовки [19]. Механізми опрацювання професійного досвіду через супервізію та інтервізію дослідили І. Астремська [1] та М. Хараджи з А. Іващенко [20].

Ризикову складову професійної діяльності психолога вивчено переважно на матеріалі окремих феноменів. Ч. Фіглі обґрунтував механізм втоми від співчуття, вивівши його безпосередньо з емпатійного відгуку фахівця [24]. Н. Берегова та О. Повстюк описали професійну деформацію особистості практичного психолога [2], Т. Колтунович розкрила ризиковий потенціал перфекціонізму [10], О. Михайленко систематизувала зовнішні та внутрішні чинники вигорання фахівців соціономічного профілю [13]. Емпіричні дані щодо фахівців сфери психічного здоров'я воєнного часу отримав Т. Левін, який виокремив п'ять кластерів чинників вигорання лікарів-психіатрів та встановив зв'язок особистісної тривоги з виразністю вигорання [11].

Специфіка становища українського психолога під час повномасштабної війни привернула увагу дослідників нещодавно. Ю. Бойко-Бузиль окреслила зміну складу професійних завдань психолога під тиском воєнних викликів [3]. Колектив авторів за редакцією О. Кокуна розглянув психологів у складі ширшої групи фахівців соціономічних професій, які опинилися серед тих, хто безпосередньо надає допомогу людям із втратами, і показав, що до звичного емоційного навантаження додалася постійна дія екстремальних чинників [17; 18]. Хронічний характер воєнної загрози описує концепція континуального травматичного стресу Дж. Ігла та Д. Камінер [23]. Л. Пилипенко та О. Лозинська обґрунтували потребу перегляду традиційних моделей вигорання стосовно українського контексту, увівши поняття «глобальної втоми від співчуття» (GCF) та наголосивши на потребі організаційної підтримки психологів, які на сьогодні працюють з клієнтами в умовах системного перевантаження [15].

Попри ґрунтовність кожного з напрямів, наявні праці розглядають або чинники ментального здоров'я поза специфікою фахової групи психологів, або окремі ризики цієї групи поза системою чинників. Цілісної класифікації, яка охоплює сукупність детермінант ментального здоров'я психолога-практика воєнного часу та може бути придатною для емпіричної перевірки, у вітчизняній науці не запропоновано. Новизна представленого розгляду полягає в обґрунтуванні такої класифікації, зокрема у виокремленні професійно-організаційного рівня чинників, який у наявних схемах не представлений, а також у послідовному проведенні принципу двоїстості чинників.

Постановка завдання. Завдання статті полягає в теоретичному обґрунтуванні класифікації соціально-психологічних чинників ментального здоров'я психологів, які працюють в умовах війни, а саме у визначенні критерію систематизації, виокремленні блоків і підгруп чинників та характеристиці функції кожної підгрупи.

Виклад основного матеріалу. Добір чинників, значущих для конкретної фахової групи, залежить від того, як влаштована сама праця. Психологія належить до соціономічних видів діяльності, побудованих на взаємодії з людиною, проте навіть серед

них вирізняється однією рисою: інструментом професійної діяльності тут виступає не так техніка чи методика, як особистість самого фахівця. Через це будь-яке порушення внутрішньої рівноваги психолога негайно позначається на результаті його роботи. Показовим є те, як Н. Пов'якель тлумачить саморегуляцію мислення практичного психолога – не як бажану навичку, а як індивідуально вибудувану систему дій, що спирається на Я-концепцію та забезпечує професійне самоусвідомлення й самоорганізацію [16, с. 1]. Саморегуляція виявляється, отже, елементом фахової придатності, і саме звідси випливає підвищена чутливість психолога до чинників, що порушують цю рівновагу.

Вимоги, які професія висуває до особистості, описано в літературі досить повно. А. Москальова та А. Власенко звели їх до трьох груп. Інтелектуально-пізнавальна група стосується не обсягу знань, а вміння застосувати їх у безпосередньому контакті: мислити теоретично, відсторонюватися від оцінних суджень, утримувати увагу, оперувати багатьма змінними водночас. Емоційно-вольова група об'єднує стійкість, самовладання, співпереживання, відповідальність та дисциплінованість. Мотиваційно-ціннісна охоплює гнучкість мотивів, прагнення фахового зростання, засвоєні професійні цінності та гуманістичну спрямованість [14, с. 132–133]. Л. Руденко та Н. Бідюк доповнюють цей перелік вимогою фундаментальної підготовки: саме базові психологічні знання формують професійне мислення, за допомогою якого фахівець концептуалізує психологічний вплив, визначає напрям розв'язання проблеми клієнта та обирає з кількох можливих варіантів допомоги найсприятливіший [19, с. 236].

Наведені переліки описують, яким психолог має бути. Питання про психологічні витрати фахівця, потрібні для відповідності такому опису, порушується значно рідше. Водночас кожна з названих якостей має зворотний бік і найвиразніше це видно на прикладі емпатії. Ч. Фіглі [24] показав, що емоційне залучення потрібне фахівцеві, аби зрозуміти, як саме допомагати, проте разом із розумінням він переймає і переживання того, кому допомагає, а коли такий вплив стає постійним і некерованим, розвивається втома від співчуття. Постійне узгодження власного стану з вимогами ролі потребує окремих психічних зусиль, які А. Гохшильд [26] описала в понятті емоційної праці (emotional labor), яким позначають ту частину професійних обов'язків, що полягає в керуванні власними почуттями відповідно до вимог ролі. Дослідниця розмежовувала два способи такого керування: за поверхневого вдавання людина демонструє потрібне почуття, не переживаючи його; за глибинного – перебудовує власний внутрішній стан відповідно до ролі. Невідповідність між пережитим і виявленим накопичується у вигляді емоційного дисонансу. Професійна позиція психолога передбачає збереження рівноваги незалежно від того, з чим приходить клієнт. В умовах війни фахівець підтримує стабільність, якої може не відчувати сам, і саме тому обсяг емоційної праці для цієї професійної групи зростає багаторазово.

Опору для такого погляду дає позитивна психологія професійного здоров'я. А. Баккер та Д. Деркс [21] звернули увагу на диспропорцію досліджень: майже всі вони зосереджені на пошуку та усуненні порушень, тоді як вимірювання й посилення сприятливих характеристик праці залишається малодослідженим, а допомога, обмежена колом уже виснажених працівників, оминає решту фахівців, чиє функціонування можна поліпшити завчасно. А. Ді Фабіо [22] розгортає концепцію здорової організації, у якій стійкість праці виводиться не з винагороди, а зі спроможності людини вибудувати осмислений робочий проєкт. Л. Карамушка [7] узагальнює цей перехід стосовно вітчизняного контексту, зазначаючи, що втручання доцільно здійснювати одразу на кількох рівнях, зокрема організаційному.

Війна змінила співвідношення цих обставин. Ю. Бойко-Бузиль фіксує розширення самого переліку професійних завдань психолога: поряд з індивідуальним консультуванням і психотерапією до них увійшли психосоціальна підтримка військовослужбовців, їхніх родин та цивільного населення, робота з громадами й просвітництво, а також розроблення методологічного забезпечення та інструментів роботи в кризових умовах, зокрема цифрових засобів самодопомоги [3, с. 32–35].

Наступна риса професії – межа між роботою й приватним життям, яка ніколи не була жорсткою, а під час війни розмилася остаточно. Заглиблення в чужі переживання зачіпає власні структури особистості фахівця, і саме тому професія виробила механізми зворотного опрацювання. І. Астремська розглядає супервізію як засіб профілактики та корекції вигорання працівників професій допомоги, описуючи її функції та форми [1, с. 29–31]. М. Хараджи та А. Іващенко оцінюють вплив супервізії на практику психолога вище за вплив решти складників підготовки, узятих разом, і наголошують, що йдеться передусім не про сторонній погляд колеги, а про власний погляд фахівця на те, як він живе у професії та чи здатний подбати про себе [20, с. 23].

Н. Берегова та О. Повстюк розглядають віддалені наслідки перевантаження в межах ширшого поняття професійної деформації практичного психолога, виокремлюючи серед чинників, що руйнують поступальний професійний розвиток, дезадаптацію щодо професії, емоційне вигорання, професійний стрес, професійні кризи, ослаблення мотивації, надмірне спілкування та закріплення когнітивних і поведінкових стереотипів [2, с. 17–18]. Стосовно українських психологів воєнного часу Л. Пилипенко та О. Лозинська запропонували поняття глобальної втоми від співчуття, яка виникає не від окремих випадків, а від занурення в загальнонаціональний травматичний контекст і безперервний потік травматичної інформації. Однак дослідниці наводять результати емпіричного дослідження, за даними якого психологи-практики, які перебували у зоні бойових дій, демонстрували нижчі рівні вигорання на фоні вищого професійного задоволення, тобто механізми задоволення від співчуття мінімізували емоційні втрати, що має суттєве значення для запобігання порушенням психічного здоров'я зазначених фахівців та підвищення ефективності їхньої роботи [15, с. 294].

У цьому контексті О. Кокун, О. Корніяка, В. Клименко та ін. [17; 18] доводять, що психологи разом із медиками, педагогами та соціальними працівниками опинилися серед тих, хто безпосередньо працює з людьми у стані втрати та гострої кризи, а звичне емоційне навантаження у зв'язку з воєнним станом доповнилося постійною дією екстремальних чинників. Л. Пилипенко та О. Лозинська роблять висновок, що індивідуальні практики самодопомоги вичерпали себе і потрібна організаційна підтримка – регулярна супервізія, визнання власної вразливості, здатності самоспівчувати та обмеження інформаційного потоку [15, с. 298].

Перехід до систематизації соціально-психологічних чинників ментального здоров'я психологів в умовах війни потребує визначення самого терміна «чинник». Чинником ментального здоров'я особистості вважаємо будь-яку умову – внутрішню або середовищну, що змінює психічний стан людини в бік збереження благополуччя чи наростання дистресу. Принциповим є те, що переважна більшість таких умов діє двоїсто: достатній рівень вияву забезпечує захисну функцію, а дефіцит або деструктивна форма перетворює ту саму умову на джерело ризику. Двоїстість чинників розглядаємо як наскрізну ознаку, що визначає побудову класифікації.

Континуальний, а не бінарний підхід до порушень психічного здоров'я обґрунтовують В. Климчук та О. Сувало [9], показуючи, що проблеми в цій сфері охоплюють широкий діапазон станів. Л. Карамушка [7; 8] у своїх працях розробила загальну систему детермінант психічного здоров'я в організаційному контексті та обґрунтувала концепцію здорових організацій як середовища, що підтримує психічне здоров'я працівників.

Зокрема О. Михайленко, послідовно розділяє зовнішні чинники професійного середовища фахівця соціономічних професій в умовах війни (хронічна психоемоційна напруга, дестабілізуюча організація праці, підвищена відповідальність, несприятлива атмосфера, складний контингент) і внутрішні (емоційна ригідність, інтенсивна інтеріоризація обставин, слабка мотивація віддачі) [13, с. 77].

Найпоширенішим залишається біопсихосоціальний поділ. За ним М. Заушнікова, К. Богатова та С. Гук відносять до біологічних чинників спадковість, гормональний фон, фізичне здоров'я та сон, до психологічних – ранній травматичний досвід, самооцінку, стресостійкість і когнітивні переконання, до соціальних – родину, матеріальну стабільність, роботу, ізоляцію та суспільні норми [5, с. 168]. Однак такий поділ прийнятний для аналізу чинників ментального здоров'я населення загалом, проте стосовно окремої фахової групи його роздільної здатності недостатньо: для психолога майже все значуще потрапляє в соціальну категорію, де поряд опиняються стосунки з чоловіком, підтримка колег, розмір ставки, а також особиста безпека.

Тому за основний критерій представленої нижче класифікації обрано джерело впливу – належність чинника до особистості фахівця або до його середовища. Критерій узгоджений із ресурсними моделями стресу, де ресурси особи та ресурси оточення науковці розглядають як самостійні класи [25; 27], а його продуктивність підтверджують дослідження професійного вигорання [8; 10; 11; 13].

Авторська класифікація соціально-психологічних чинників ментального здоров'я психологів в умовах війни представлена двома блоками чинників.

Внутрішній блок утворюють чотири підгрупи.

1. Індивідуально-типологічні властивості – властивості нервової системи й темпераменту, нейротизм, емоційна лабільність, тривожність як стійка риса. Вони майже не піддаються формуванню й задають вихідну міру опірності. Т. Левін на

вибірці лікарів-психіатрів, які працювали в Києві від початку повномасштабного вторгнення, встановив прямий кореляційний зв'язок помірної сили між рівнем особистісної тривоги та виразністю емоційного вигорання, віднісши особистісну тривогу до персонологічного кластера чинників [11, с. 15].

2. Особистісні ресурси стійкості – резильєнтність, професійна життєстійкість, конструктивні копінг-стратегії, емоційна саморегуляція, самоефективність, толерантність до невизначеності та емоційний інтелект. На відміну від попередніх, вони розвиваються, і саме тому становлять основну мішень профілактичних програм. Провідне місце серед цих ресурсів дослідження воєнного часу відводять емоційному інтелекту: саме його низький рівень є патогенетичним чинником емоційного вигорання лікарів-психіатрів, і зробив висновок про потребу спрямовувати превентивні зусилля у фахівців професій допомоги насамперед на розвиток цього ресурсу [11, с. 15].

3. Професійно-особистісні характеристики – професійна ідентичність, залученість, ставлення до діяльності та емоційна праця. Для психолога професія не є заняттям, зовнішнім щодо особистості, вона вбудована в «Я», тому стан професійної самосвідомості прямо позначається на здоров'ї. Захисну роль залученості показали Т. Карамушка, Л. Карамушка та О. Вісіч на матеріалі персоналу реабілітаційних центрів: енергійність, відданість і заглибленість у роботу знижують прояви всіх складників вигорання [8]. Однак надмірна залученість призводить до занурення в роботу з нехтуванням власним відновленням.

4. Особистісні чинники ризику – перфекціонізм, потреба бути потрібним, схильність до гіпервідповідальності, вразлива самооцінка, мотивація вибору професії. Зокрема Т. Колтунович пов'язує ризиковий потенціал перфекціонізму із завищеною фахово-рольовою очікуваністю [10]. Потребу бути потрібним у науковій традиції В. Шмідбауер співвідносить із поняттям безпорадного помічника: частина фахівців приходить у професію, несвідомо компенсуючи через турботу про інших власні незадоволені потреби, а відмова допомогти переживається як загроза самоцінності [28]. Гіпервідповідальність емпірично описав Т. Левін через копінг-стратегію прийняття відповідальності, яка за помірного вияву конструктивна, а за надмірного веде до невиправданої самокритики, провини й незадоволеності собою [11]. О. Михайленко, своєю чергою, включає негативну самооцінку безпосередньо до структури синдрому вигорання, через що самооцінка виявляється водночас передумовою виснаження та його наслідком [13].

Зовнішній блок чинників ментального здоров'я психологів поділений за масштабом середовища та охоплює три підгрупи:

1. Міжособистісно-соціальні чинники – сприйнята соціальна підтримка, колегіальна взаємодія, сімейне та позапрофесійне оточення. С. Гобфолл показав, що наявність ресурсів, зокрема підтримки, знижує ймовірність руйнівного впливу стресових обставин [25]. Колегіальна взаємодія, на нашу думку, має для психолога окреме значення: колеги залишаються єдиним колом, здатним розділити специфічний тягар роботи з чужою травмою, який навіть близькі люди поза професією розуміють лише почасти.

2. Професійно-організаційні умови діяльності – обсяг навантаження та кількість клієнтів, частка безоплатної й волонтерської практики, формат роботи, інституційна належність та оплата, доступність супервізії, рівень автономії, нормативно-етична регламентація. Підстави для виокремлення підгрупи дає позитивна психологія професійного здоров'я з тезою про організацію як самостійний рівень втручання [7; 21; 22]. Особливої уваги заслуговують нормативно-етичні умови: Етичний кодекс психолога [4] окреслює межі професійно прийнятного, проте війна регулярно ставить фахівця в становище, коли додержати цих меж неможливо через брак часу, роботу поза власною спеціалізацією або неможливість забезпечити сталість процесу. Неспроможність діяти за визнаними нормами через обставини, що від фахівця не залежать, перетворює етичну регламентацію з опори на джерело напруження.

3. Макросоціальні чинники воєнного контексту – загроза безпеці, вимушене переміщення, економічна невизначеність, колективна травма, інформаційне навантаження. Зазначені умови не піддаються індивідуальному контролю й діють на всіх фахівців одночасно, тому їх доцільно розглядати не як звичайні стресори, а як фактори, які змінюють дію решти чинників. Провідною ознакою є тривалість загрози, описана в концепції континуального травматичного стресу Дж. Ігла та Д. Камінер: на відміну від посттравматичного розладу, зверненого до минулої події, небезпека належить водночас минулому, теперішньому та очікуваному майбутньому [23].

Колективний вимір травми розкрито в монографії за редакцією В. Кременя: війна вражає суспільство як ціле, розгортаючи травматичний

стрес у трьох часових вимірах, через що підтримка ментального здоров'я населення набуває значення одного з «найактуальніших планетарних викликів сучасності». Психічне здоров'я автори визначають як стан психологічного благополуччя, що дає людині змогу долати кризові ситуації, ухвалювати рішення, реалізовувати власний потенціал і робити внесок у суспільний добробут [6, с. 7].

Водночас чинник інформаційного навантаження у нових умовах інформаційного суспільства А. Марков виводить із двовекторного впливу – травматичності реального медіаконтенту та дії інформаційно-психологічних операцій ворога як на населення країни загалом, так і на психологів, які знаходяться разом з іншими фахівцями медиками, соціальними працівниками, рятувальниками – перебувають на передньому краї людських страждань [12, с. 203]. Для психолога цей вплив медіасередовища подвоюється, оскільки він зазнає тиску як громадянин та водночас опрацьовує медіатравматичний досвід клієнтів.

Проведений аналіз засвідчив, що більшість чинників мають двоїсту природу, виконуючи захисну функцію за достатнього рівня вияву та перетворюючись на джерело ризику за дефіциту або деструктивної форми. Специфіку дії цих чинників на психологів визначає ситуація подвійного навантаження, за якої фахівець одночасно переживає війну як цивільна особа та опрацьовує чужу травму як професіонал.

Висновки. Професійна діяльність психолога має особливість, яка визначає добір значущих для нього чинників ментального здоров'я: інструментом праці тут виступає особистість самого фахівця, через що будь-яке порушення його внутрішньої рівноваги позначається на якості допомоги. Емпатійне залучення, професійна включеність, готовність брати відповідальність за іншу людину забезпечують фахову спроможність і водночас створюють механізм виснаження, а постійне узгодження власного стану з вимогами ролі накопичується у формі емоційного дисонансу. Війна посилила дію цих обставин: психолог опрацьовує чужу травму, лишаючись усередині тих самих подій, що й люди, яким він допомагає, а межа між професійною та приватною сферами, яка в цієї групи фахівців ніколи не була жорсткою, розмилася.

Наявні класифікації чинників ментального здоров'я психологів в умовах війни побудовані у проаналізованих наукових розвідках переважно за біопсихосоціальною схемою, задовільно описують населення загалом, однак втрачають роздільну здатність стосовно окремої фахової групи: майже все значуще для психолога потрапляє в соціальну категорію, де поряд опиняються стосунки з близькими, підтримка колег, розмір оплати та воєнна загроза. Тому за критерій систематизації обрано джерело впливу, узгоджене з ресурсними моделями стресу. Запропонована класифікація охоплює два блоки та сім підгруп. Внутрішній блок утворюють індивідуально-типологічні властивості, які задають вихідну міру опірності та майже не піддаються формуванню; особистісні ресурси стійкості, що піддаються формувальному впливу, тому становлять основну мішень профілактики; професійно-особистісні характеристики, пов'язані з фаховою самосвідомістю; особистісні чинники ризику, закорінені в мотивах вибору професії. Зовнішній блок поділений за масштабом впливу середовища на міжособистісно-соціальні детермінанти, професійно-організаційні умови діяльності та макросоціальні обставини воєнного контексту. Окремої аргументації потребувало введення професійно-організаційного рівня, відсутнього в наявних схемах: саме він визначає доступність супервізії, обсяг навантаження, частку безоплатної практики та нормативно-етичні межі, а отже, переносить частину відповідальності за збереження ментального здоров'я психолога з приватної сфери на фахову спільноту та установу. Наскрізним для класифікації є принцип двоїстості: жоден чинник не має закріпленого знака, оскільки достатній рівень вияву забезпечує захист, а дефіцит або деструктивна форма обертає той самий чинник на джерело ризику вторинної травматизації та професійного вигорання в умовах війни.

Перспективу подальших досліджень становить емпірична перевірка запропонованої класифікації на вибірці українських психологів. Насамперед потребує з'ясування питання про роль внутрішніх ресурсів та професійно-організаційних умов у диференціації стану психологів. Другим напрямом є перевірка припущення про двоїстість окремих чинників, що потребує зіставлення підгруп фахівців із різним рівнем вияву тієї самої властивості, зокрема професійної залученості і потреби бути потрібним. Третій напрям пов'язаний із професійно-організаційним рівнем, для вимірювання якого бракує адаптованого інструментарію, здатного охопити одночасно колегіальну взаємодію, доступність супервізії та етичні виклики воєнного часу. Результати такої перевірки становитимуть підґрунтя для розробки програми збереження

ментального здоров'я психологів в умовах воєнного часу, побудованої з урахуванням різної керованості чинників кожної підгрупи.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об'єктів як результатів академічної діяльності

Список літератури:

1. Астремська І. В. Супервізія: профілактика та корекція емоційного вигорання працівників професій допомоги : монографія. Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2024. 132 с.
2. Берегова Н. П., Повстюк О. Ю. Психологічні особливості професійної деформації практичних психологів. *Теорія і практика сучасної психології.* 2019. № 1. Т. 1. С. 16–19.
3. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Професійні завдання психологів в контексті викликів війни. *Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу* : матеріали наук.-практ. конф. (27 жовтня 2023 року). Львів : ЛьвДУВС, 2023. С. 32–35.
4. Етичний кодекс психолога / Ю. Гундертайло, А. Богдан, Ю. Бодашевська та ін. ; за ред. Н. Коржової ; Національна психологічна асоціація України. 2021. URL: https://npa-ua.org/pub/files/66d3a42494d2acd8.pdf
5. Заушнікова М. Ю., Богатова К. О., Гук С. Ю. Ментальне здоров'я особистості під час воєнного стану. *Габітус.* 2025. Вип. 71. С. 167–170. DOI: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.71.29
6. Захист і підтримка ментального здоров'я українців в умовах воєнного стану: виклики і відповіді : монографія / НАПН України ; за заг. ред. В. Г. Кременя. Київ, 2024. 188 с.
7. Карамушка Л. М. «Healthy Organizations»: сутність, основні напрямки та методи активності для забезпечення психічного здоров'я персоналу. *Організаційна психологія. Економічна психологія.* 2021. № 2–3 (23). С. 40–49. DOI: https://doi.org/10.31108/2.2021.2.23.5
8. Карамушка Т., Карамушка Л., Вісіч О. Особливості професійного вигорання персоналу реабілітаційних центрів для поранених військових. *Організаційна психологія. Економічна психологія.* 2024. № 2 (32). С. 59–69. DOI: https://doi.org/10.31108/2.2024.2.32.5.
9. Климчук В., Сувало О. Охорона психічного здоров'я у громадах : посібник. Київ : МОЗ України, 2021. 32 с.
10. Колтунович Т. А. Психологічні умови корекції професійного вигорання у вихователів дитячих навчальних закладів : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ, 2016. 352 с.
11. Левін Т. Предиктори, дескриптори та складові емоційного вигорання у лікарів-психіатрів під час війни. *Психосоматична медицина та загальна практика.* 2023. Т.8. №2. 20 с. DOI: https://doi.org/10.26766/pmgp.v8i2.438.
12. Марков А. Р. Інформаційно-психологічна безпека особистості: аналіз загроз, ризиків і перспектив у світлі сучасних реалій. *Ментальне здоров'я особистості та організації :* кол. монографія / за заг. ред. Г. А. Пріби, Л. Є. Бегези. Київ : ТОВ «Типографія АМГ», 2024. С. 194–205.
13. Михайленко О. В. Професійне вигорання у діяльності фахівців соціально-виховної роботи. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка.* 2023. Т. 179, № 23. С. 72–80. DOI: https://doi.org/10.58407/visnik.232313
14. Москальова А. С., Власенко А. А. Психологічні особливості професійної діяльності психолога – представника допомагаючої професії соціономічного типу. *Науковий огляд.* 2018. № 4 (47). С. 124–141.
15. Пилипенко Л. В., Лозинська О. М. Теоретичний аналіз вигорання та втоми від співчуття у психологів в умовах воєнного стану. *Наукові записки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. Педагогіка і психологія.* 2026. № 1 (7). С. 294–300. DOI: https://doi.org/10.32782/3041-1297/2026-1-41.
16. Пов'якель Н. І. Саморегуляція професійного мислення в системі фахової підготовки практичних психологів: автореф. дис… д-ра психол. наук. 19.00.07. Київ, 2004. 42 с.
17. Психофізіологічне забезпечення життєстійкості фахівців соціономічних професій в умовах воєнного стану та післявоєнного відновлення : практичний посібник / О. М. Кокун, О. М. Корніяка, Г. В. Гуменюк та ін. ; за ред. О. М. Кокуна. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 203 с.
18. Психофізіологічні закономірності життєстійкості фахівців соціономічних професій : монографія / О. М. Кокун, В. В. Клименко, О. М. Корніяка та ін. ; за ред. О. М. Кокуна. Київ – Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 236 с.
19. Руденко Л., Бідюк Н. Проблеми професійної підготовки психологів у вищій школі. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: педагогічні науки*. 2020. Т. 21. № 2. С. 230–247. DOI: https://doi.org/10.32453/pedzbirnyk.v21i2.431.
20. Хараджи М. В., Іващенко А. І. Супервізія як метод професійного зростання психолога. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* 2022. № 1. С. 23–26. DOI: https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.4.

21. Bakker A. B., Derks D. Positive occupational health psychology. *Occupational Health Psychology*. 2010. P. 194–224.

22. Di Fabio A. Positive Healthy Organizations: Promoting Well-Being, Meaningfulness, and Sustainability in Organizations. *Frontiers in Psychology*. 2017. Vol. 8. 6 p. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01938.

23. Eagle G., Kaminer D. Continuous Traumatic Stress: Expanding the Lexicon of Traumatic Stress. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*. 2013. Vol. 19. No. 2. P. 85–99. DOI: https://doi.org/10.1037/a0032485.

24. Figley C., Huggard P., Rees C. E. (eds.). First Do No Self Harm: Understanding and Promoting Physician Stress Resilience. New York : Oxford University Press, 2013. 396 p.

25. Hobfoll S. E. Social and Psychological Resources and Adaptation. *Review of General Psychology.* 2002. Vol. 6. No. 4. P. 307–324. DOI: https://doi.org/10.1037/1089-2680.6.4.307.

26. Hochschild A. R. The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling. Berkeley : University of California Press, 1983. 307 p.

27. Lazarus R. S., Folkman S. Stress, Appraisal, and Coping. New York : Springer, 1984. 456 p.

28. Schmidbauer W. Die hilflosen Helfer: Über die seelische Problematik der helfenden Berufe. Reinbek bei Hamburg : Rowohlt, 1977. 256 p.

Evers I.M. SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTORS OF PSYCHOLOGISTS' MENTAL HEALTH UNDER WARTIME CONDITIONS: SUBSTANTIATION OF A CLASSIFICATION

The paper substantiates a theoretical classification of socio-psychological factors of the mental health of practising psychologists working under wartime conditions. The relevance of the topic stems from the fact that a psychologist experiences the same wartime circumstances as the client and simultaneously processes another person's traumatic experience professionally, whereas the existing classifications of mental health factors have been developed for the general population or for employees as a general category and do not take into account the specificity of a particular professional group. The features of the psychologist's professional activity that determine the selection of relevant factors are examined: the use of one's own personality as a working instrument, the dual nature of empathic involvement, continuous emotional labour, and the mobile boundary between the professional and the personal spheres. The limitations of the biopsychosocial scheme for analysing the professional group of psychologists are demonstrated, since under such a division most of the relevant determinants fall into a single category within which phenomena of different scale and different controllability are intermixed. The choice of the source of influence as the criterion of systematisation is substantiated, as well as the consistency of this criterion with resource models of stress. A classification is proposed that comprises two blocks of factors – internal (individual-psychological) and external (social-environmental) – and seven subgroups: individual-typological properties, personal resources of resilience, professional-personal characteristics, personal risk factors, interpersonal-social determinants, professional-organisational working conditions, and macrosocial circumstances of the wartime context. The introduction of the professional-organisational level is argued separately, as this level is not distinguished in the existing classifications of psychologists' mental health factors, despite the fact that it determines the availability of supervision, the workload, and the share of pro bono practice. The dual nature of the factors is revealed, whereby a sufficient degree of manifestation provides a protective function, while a deficit or a destructive form turns the same factor into a source of risk. Further research involves empirical verification of the proposed classification on a sample of Ukrainian psychologists.

Keywords: *mental health, socio-psychological factors, practising psychologists, wartime conditions, classification of factors, professional-organisational conditions, dual nature of factors.*

Дата першого надходження статті до видання: 16.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 11.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9.072.5
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/09

Литвиненко Л.І.
https://orcid.org/0000-0003-3045-3396
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

КОМПЛЕКСНА ПРОФІЛАКТИКА ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ ПСИХОЛОГІВ: РЕФЛЕКСИВНИЙ, МЕТАКОГНІТИВНИЙ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ АСПЕКТИ

У статті представлено теоретико-емпіричне обґрунтування комплексної програми психологічної профілактики професійної деформації психологів в умовах підвищеного емоційного та травматичного навантаження. Актуальність проблеми визначається специфікою професійної діяльності психологів, яка передбачає систематичний контакт із кризовими станами, психотравмувальним досвідом, емоційними переживаннями та життєвими труднощами клієнтів. За умов тривалого професійного навантаження це може сприяти розвитку емоційного вигорання, вторинної травматизації, зниженню рефлексивності, послабленню метакогнітивного контролю та трансформації професійної ідентичності. На констатувальному етапі здійснено оцінювання емоційного вигорання, вторинної травматизації, рефлексивності, метакогнітивного контролю та професійної ідентичності. Встановлено негативні кореляційні зв'язки професійної ідентичності з емоційним вигоранням ($r = – 0,67$; $p \leq 0,05$) та вторинною травматизацією ($r = – 0,59$; $p \leq 0,05$), а також позитивні взаємозв'язки з рефлексивністю ($r = 0,61$; $p \leq 0,05$) і метакогнітивним контролем ($r = 0,64$; $p \leq 0,05$). На основі отриманих результатів обґрунтовано комплексну програму профілактики професійної деформації, що поєднує рефлексивний, метакогнітивний та організаційний компоненти. Програма передбачає психоедукацію, розвиток професійної рефлексії та метакогнітивного моніторингу, відновлення рольової цілісності особистості; формування навичок емоційної саморегуляції, профілактику вторинної травматизації, підтримання професійних меж, актуалізацію професійних цінностей і смислів, супервізійну підтримку та оптимізацію професійного навантаження. За результатами повторного контрольного зрізу встановлено позитивну спрямованість внутрішньогрупової динаміки: зниження показників емоційного вигорання та вторинної травматизації одночасно з підвищенням рефлексивності, метакогнітивного контролю й професійної ідентичності. Водночас одногруповий дизайн дослідження без окремої контрольної групи не дає підстав однозначно інтерпретувати виявлені зміни як виключно наслідок профілактичної програми. Отримані результати свідчать про перспективність запропонованого підходу та доцільність його подальшої експериментальної апробації.

Ключові слова: *професійна деформація, психолог, професійна ідентичність, емоційне вигорання, вторинна травматизація, рефлексивність, метакогнітивний контроль, психологічна профілактика, професійна саморегуляція, супервізія.*

Постановка проблеми. Професійна діяльність психолога характеризується високою інтенсивністю міжособистісної взаємодії та значним емоційним навантаженням. Постійний контакт із кризовими станами, травматичним досвідом і складними переживаннями клієнтів потребує значних ресурсів саморегуляції. За умов тривалого навантаження та несприятливої організації праці це може призводити до емоційного виснаження, зниження мотивації, професійного дистанціювання та трансформації професійної ідентичності.

Серед ключових чинників професійної деформації психологів виокремлюють емоційне вигорання та вторинну травматизацію. Водночас важливими ресурсами професійної стійкості виступають рефлексивність і метакогнітивний контроль, які забезпечують усвідомлення власних станів, регуляцію професійного мислення та прийняття рішень.

Разом із тим індивідуальні ресурси не можуть повністю компенсувати хронічне перевантаження, відсутність супервізії, надмірну кількість складних клієнтських випадків і дефіцит часу для

© Литвиненко Л.І., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

відновлення. Це зумовлює необхідність комплексної профілактики професійної деформації психологів, яка поєднує розвиток внутрішніх регулятивних ресурсів із оптимізацією організаційних умов професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема професійної деформації фахівців допомагаючих професій посідає важливе місце у сучасній психології праці, професійного здоров'я та психології особистості. У наукових дослідженнях [2; 3; 5; 7; 8] вона розглядається як багатовимірний процес, що формується під впливом тривалого емоційного навантаження, високої відповідальності, інтенсивної міжособистісної взаємодії та систематичного контакту з психологічно складним матеріалом. За визначенням О. М. Кокуна, для психологів особливого значення набуває те, що професійні ризики можуть зачіпати не лише актуальний емоційний стан, а й способи професійного мислення, ставлення до клієнтів, систему цінностей та професійну ідентичність [3, с. 14].

Одним із найбільш досліджених проявів професійної дезадаптації є емоційне вигорання. У концепції К. Маслач [10] воно розглядається як синдром, що охоплює емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження суб'єктивного відчуття професійної ефективності. Для діяльності психолога особливо небезпечним є порушення особистісно-професійних ресурсів, яке поєднує виснаження з поступовим дистанціюванням від клієнта, втратою рольової гнучкості, формалізацією взаємодії та зменшенням емоційної включеності. У такому випадку, додають А. М. Османова [6], О. Л. Туриніна [7] вигорання може переходити від тимчасового функціонального стану до більш стійких змін професійної поведінки та самосприйняття.

Окремий напрям досліджень становить проблема вторинної травматизації. Ч. Фіглі [8] пов'язує її з тривалим емпатійним залученням до травматичного досвіду інших людей. Постійний контакт із переживаннями втрати, насильства, загрози, безпорадності або важких життєвих криз може спричиняти накопичення емоційного напруження, зміну базових переконань фахівця щодо безпеки, довіри й контролю, а також формування вторинних травматичних реакцій. Отже, професійна деформація психолога може бути пов'язана не лише із загальною перевтомою, а й зі специфічним впливом змісту професійної взаємодії.

Водночас сучасні підходи дедалі більше акцентують увагу не тільки на чинниках ризику, а й на психологічних ресурсах, здатних підтримувати професійну стійкість. Одним із таких ресурсів є рефлексивність. Вона, на думку О. В. Креденцер [4] забезпечує здатність фахівця усвідомлювати власні емоційні реакції, аналізувати мотиви та наслідки професійних рішень, розрізняти власний досвід і переживання клієнта, своєчасно виявляти ознаки надмірної залученості, виснаження або дистанціювання. У цьому контексті рефлексія виконує не лише аналітичну, а й превентивно-регулятивну функцію, оскільки дає можливість своєчасно коригувати професійну поведінку.

Важливим доповненням до рефлексивного підходу є концепція метакогніції Дж. Г. Флейвелл [9]. Метакогнітивний контроль передбачає усвідомлення людиною власних когнітивних процесів, їх моніторинг, оцінювання та регуляцію. Для професійної діяльності психолога це означає здатність критично перевіряти власні судження, відокремлювати факти від інтерпретацій, формулювати альтернативні професійні гіпотези та враховувати можливий вплив емоційного стану на прийняття рішень.

У цьому контексті важливими є також положення А. Тверскі та Д. Канеман щодо евристичних стратегій мислення. За умов високого навантаження, дефіциту часу та емоційного виснаження зростає ймовірність використання швидких автоматизованих суджень, підтверджувального упередження, стереотипізації та передчасного узагальнення. Для психолога такі когнітивні механізми можуть впливати не лише на якість професійних рішень, а й поступово закріплювати ригідні способи сприйняття клієнтів і професійних ситуацій.

Значущим аспектом проблеми є також професійна ідентичність. За визначенням Т. В. Карамушки та Л. М. Карамушки [2], її стабільність пов'язана з усвідомленням власної компетентності, прийняттям професійної ролі, збереженням професійних цінностей і смислів діяльності. За умов хронічного виснаження та вторинної травматизації можливе зниження професійної впевненості, втрата відчуття значущості власної праці та трансформація ставлення до професії. Відповідно, профілактика професійної деформації має бути спрямована не лише на зменшення негативних симптомів, а й на підтримання цілісності професійного «Я».

Поряд з індивідуально-психологічними характеристиками важливу роль відіграють організаційні умови праці. Надмірне професійне навантаження, недостатній час для відновлення, відсутність регулярної супервізії, велика кількість кризових

випадків, нечіткість професійних меж і дефіцит колегіальної підтримки можуть посилювати негативний вплив емоційного навантаження. Це, зазначає Н. П. Бондаренко [1], дозволяє розглядати професійну деформацію не лише як індивідуальну проблему фахівця, а як результат взаємодії особистості з професійним середовищем.

Таким чином, сучасні наукові підходи, що вивчають особистісно-професійні ресурси, які забезпечують ефективність діяльності, стійкість до стресу та збереження психологічного благополуччя практичних психологів та психотерапевтів, дають підстави розглядати професійну деформацію психолога як результат складної взаємодії емоційних, когнітивних, рефлексивних, метакогнітивних, ціннісно-смислових та організаційних чинників. Водночас недостатньо розробленими залишаються комплексні профілактичні моделі, які б одночасно поєднували розвиток рефлексивних і метакогнітивних ресурсів психолога з оптимізацією умов його професійної діяльності. Саме це визначає необхідність розроблення та апробації комплексної програми профілактики професійної деформації психологів.

Постановка завдання. Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні, розробленні та оцінюванні динаміки психологічних показників після реалізації комплексної програми профілактики професійної деформації психологів.

Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання: дослідити показники емоційного вигорання, вторинної травматизації, рефлексивності, метакогнітивного контролю та професійної ідентичності психологів; визначити характер взаємозв'язків між зазначеними психологічними характеристиками; розробити зміст її рефлексивного, метакогнітивного та організаційного компонентів; встановити роль рольової гнучкості у збереженні та розвитку особистісно-професійних ресурсів практичних психологів та психотерапевтів.

У дослідженні взяли участь 60 осіб, професійна діяльність яких передбачає безпосередню психологічну роботу з клієнтами в індивідуальному та груповому форматі.

Дослідження здійснювалося у три послідовні етапи. Констатувальний етап передбачав первинне визначення показників емоційного вигорання, вторинної травматизації, рефлексивності, метакогнітивного контролю та професійної ідентичності. Формувальний етап був пов'язаний із реалізацією комплексної програми психологічної профілактики професійної деформації. Контрольний етап передбачав повторне обстеження тих самих 60 респондентів із використанням аналогічного діагностичного комплексу.

Для статистичної обробки результатів застосовано методи описової статистики – середнє арифметичне (M) та стандартне відхилення (SD), кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона, а для зіставлення повторних вимірювань доцільно використовувати t-критерій Стьюдента для залежних вибірок із визначенням величини ефекту.

Виклад основного матеріалу. Результати констатувального етапу засвідчили наявність у досліджуваній вибірці психологів комплексу чинників, що можуть підвищувати ризик професійної деформації. Середні значення емоційного вигорання ($M = 32,4$; $SD = 6,8$) та вторинної травматизації ($M = 28,7$; $SD = 5,9$) вказують на вираженість психоемоційного навантаження, тоді як показники рефлексивності ($M = 24,1$; $SD = 4,5$) і метакогнітивного контролю ($M = 22,3$; $SD = 4,2$) свідчать про недостатню сформованість окремих ресурсів професійної саморегуляції. Середнє значення професійної ідентичності становило 26,8 бала ($SD = 5,1$).

Кореляційний аналіз підтвердив взаємопов'язаність зазначених характеристик. Найбільш виражений негативний зв'язок встановлено між емоційним вигоранням і професійною ідентичністю ($r = – 0,67$; $p \leq 0,05$), а також між вторинною травматизацією і професійною ідентичністю ($r = –0,59$; $p \leq 0,05$). Це свідчить про те, що посилення емоційного виснаження та вторинного травматичного навантаження супроводжується зниженням стійкості професійного самосприйняття.

Водночас рефлексивність ($r = 0,61$; $p \leq 0,05$) і метакогнітивний контроль ($r = 0,64$; $p \leq 0,05$) позитивно пов'язані з професійною ідентичністю та негативно – з емоційним вигоранням і вторинною травматизацією. Це дозволяє розглядати їх як важливі психологічні ресурси професійної стійкості та саморегуляції.

Порівняння психологів із різним рівнем емоційного вигорання також підтвердило виявлену закономірність. У групі з високим рівнем вигорання зафіксовано нижчі показники професійної ідентичності (22,4 проти 31,2 бала), рефлексивності (21,0 проти 27,3 бала) та метакогнітивного контролю (19,5 проти 26,1 бала).

Отже, результати констатувального етапу свідчать, що професійна деформація психологів може бути пов'язана з поєднанням емоційного виснаження, втратою рольової гнучкості,

вторинної травматизації та недостатньо розвинених рефлексивно-метакогнітивних механізмів саморегуляції.

Встановлені закономірності стали емпіричним підґрунтям для розроблення комплексної програми профілактики професійної деформації психологів. Під час розроблення програми враховано встановлені на констатувальному етапі закономірності.

По-перше, сильний негативний зв'язок емоційного вигорання з професійною ідентичністю обґрунтовує необхідність включення засобів емоційної саморегуляції, відновлення ресурсів та рольової гнучкості, роботи з професійними цінностями та смислами.

По-друге, негативний взаємозв'язок вторинної травматизації з професійною ідентичністю актуалізує необхідність формування навичок психологічного дистанціювання, підтримання професійних меж та використання супервізійної підтримки.

По-третє, позитивний зв'язок рефлексивності з професійною ідентичністю є підставою для систематичного розвитку професійної саморефлексії.

По-четверте, виявлений зв'язок метакогнітивного контролю з професійною ідентичністю обґрунтовує включення до програми спеціального блоку, спрямованого на метакогнітивний моніторинг та регуляцію професійного мислення.

По-п'яте, враховано необхідність впливу не лише на індивідуально-психологічні характеристики, а й на організацію професійної діяльності.

Отже, програма ґрунтується на інтеграції трьох взаємопов'язаних компонентів: рефлексивного, метакогнітивного та організаційного.

Метою комплексної програми є профілактика професійної деформації психологів шляхом розвитку рефлексивної та метакогнітивної саморегуляції, зниження ризиків емоційного вигорання й вторинної травматизації, зміцнення професійної ідентичності та оптимізації професійного навантаження.

Основними завданнями програми визначено:

- підвищення обізнаності щодо професійної деформації та її ранніх ознак;
- розвиток професійної рефлексії й емоційної саморегуляції;
- формування метакогнітивного моніторингу та критичного аналізу професійних рішень;
- відновлення рольової гнучкості;
- профілактику вторинної травматизації та когнітивних помилок;
- підтримання професійних меж і зміцнення професійної ідентичності;
- оптимізацію професійного навантаження;
- посилення ролі супервізійної та колегіальної підтримки.

Методологічну основу комплексної програми профілактики професійної деформації психологів становить інтеграція системного, суб'єктно-діяльнісного, рефлексивного, метакогнітивного, ресурсного та організаційно-екологічного підходів. Таке поєднання дає змогу розглядати професійну деформацію не як наслідок впливу одного окремого чинника, а як результат взаємодії особистісних, когнітивних, емоційних, професійно-смислових та організаційних детермінант.

Системний підхід передбачає розгляд професійного функціонування психолога як цілісної системи, у якій емоційні стани, когнітивні процеси, професійна ідентичність, рефлексивність, саморегуляція та умови праці перебувають у постійній взаємодії. Відповідно, профілактичний вплив має охоплювати не окремий симптом, а комплекс взаємопов'язаних чинників професійної деформації.

Суб'єктно-діяльнісний підхід орієнтує програму на розвиток активної позиції психолога щодо власної професійної діяльності. Фахівець розглядається не лише як об'єкт професійного навантаження, а як суб'єкт, здатний усвідомлювати, оцінювати та змінювати власні способи професійного реагування, регулювати навантаження і конструювати індивідуальні стратегії професійного розвитку.

Рефлексивний підхід акцентує значення усвідомлення психологом власних емоційних реакцій, професійних установок, мотивів, труднощів і способів взаємодії з клієнтами. Рефлексія розглядається як механізм раннього виявлення ознак професійного виснаження та корекції професійної поведінки.

Метакогнітивний підхід спрямований на розвиток здатності фахівця здійснювати моніторинг, оцінювання та регуляцію власних когнітивних процесів. Особлива увага приділяється усвідомленню професійних суджень, розпізнаванню когнітивних упереджень, перевірці професійних гіпотез та зниженню автоматизованого реагування в умовах перевантаження.

Ресурсний підхід передбачає орієнтацію не лише на зменшення негативних проявів, а й на актуалізацію та розвиток ресурсів професійної стійкості: емоційної саморегуляції, професійної рефлексії, метакогнітивного контролю, професійної ідентичності, соціальної підтримки та здатності до відновлення.

Організаційно-екологічний підхід розглядає професійну деформацію у контексті взаємодії особистості та професійного середовища. Це передбачає врахування робочого навантаження, кількості емоційно складних випадків, доступності супервізії, можливостей професійного відновлення, меж робочого часу та психологічного клімату в організації.

Реалізація програми ґрунтується на таких принципах:

• системності – одночасного впливу на емоційні, когнітивні, рефлексивні, смислові та організаційні компоненти професійного функціонування;

• превентивності – орієнтації на раннє виявлення та попередження професійних деформацій до формування стійких дезадаптивних проявів;

• професійної усвідомленості – формування здатності психолога постійно відстежувати власний психоемоційний стан, професійні реакції та межі ресурсів;

• суб'єктності – активного залучення учасників до аналізу власного професійного досвіду та розроблення індивідуальних стратегій профілактики;

• ресурсності – опори на наявні та потенційні психологічні ресурси особистості;

• індивідуалізації – урахування професійного стажу, специфіки клієнтських запитів, інтенсивності навантаження та індивідуальних способів реагування;

• психологічної безпеки – створення умов конфіденційності, добровільності, прийняття та можливості відкритого обговорення професійних труднощів;

• організаційної відповідальності – розподілу відповідальності за професійне благополуччя між самим психологом та професійним середовищем;

• безперервності професійної саморегуляції – перенесення сформованих навичок із тренінгового простору у повсякденну професійну діяльність;

• інтеграції індивідуального та організаційного рівнів профілактики – поєднання особистісних стратегій саморегуляції з оптимізацією умов праці, супервізійною та колегіальною підтримкою.

Таким чином, методологічна модель програми передбачає три взаємопов'язані рівні профілактичного впливу: інтраперсональний – розвиток саморегуляції та професійних ресурсів; рефлексивно-метакогнітивний – усвідомлення та регуляція власних професійних реакцій і способів мислення; організаційний – оптимізація умов, режиму та соціально-професійного контексту діяльності психолога.

Програму розраховано на 10 групових занять тривалістю 80–90 хвилин (таблиця 1).

Рефлексивний компонент спрямований на розвиток усвідомленості психолога щодо власних емоційних реакцій, професійних мотивів, установок та поведінкових стратегій. Одним із центральних методів є ведення рефлексивного щоденника психолога.

Таблиця 1

Зміст комплексної програми профілактики професійної деформації психологів

№	Тема	Зміст	Основні методи
1	Професійна деформація психолога	Чинники, ознаки, вигорання, вторинна травматизація	Психоедукація, самодіагностика, дискусія
2	Професійна саморефлексія	Усвідомлення станів, реакцій, професійних тригерів	Рефлексивний щоденник, самоаналіз
3	Професійне «Я»	Цінності, смисли, професійні ролі та ресурси	Професійна автобіографія, рефлексивні вправи
4	Професійні межі	Відповідальність психолога і клієнта, надмірна залученість	Кейс-аналіз, рольові вправи
5	Метакогнітивний моніторинг	Спостереження за власними когнітивними процесами	Метакогнітивна пауза, самоопитування
6	Когнітивні помилки психолога	Евристики, стереотипізація, автоматичні судження	Аналіз професійних ситуацій
7	Емоційна саморегуляція	Розпізнавання та регуляція напруження	Дихальні, релаксаційні, тілесно-орієнтовані вправи
8	Вторинна травматизація	Відокремлення клієнтського досвіду від власного	Супервізійний аналіз, ресурсні техніки
9	Організація професійної діяльності	Навантаження, перерви, баланс роботи й відновлення	Аналіз робочого тижня, ресурсне планування
10	Індивідуальна система профілактики	Інтеграція набутих навичок	Персональний профілактичний план

Після емоційно складної професійної взаємодії фахівцеві пропонується проаналізувати: які почуття виникли під час роботи; які думки та професійні припущення з'явилися; які переживання належать клієнтові, а які – самому психологові; чи впливав емоційний стан на прийняті рішення; які ресурси потрібні для відновлення; чи потребує випадок супервізійного обговорення.

Застосування рефлексивних практик спрямоване на зниження автоматизованості професійного реагування та формування більш усвідомленої позиції щодо власної діяльності.

Метакогнітивний компонент спрямований на розвиток здатності психолога здійснювати моніторинг і регуляцію власного професійного мислення. Однією з основних технік є метакогнітивна пауза, яка передбачає коротку зупинку перед важливим професійним рішенням.

Психолог ставить собі запитання: на яких фактах ґрунтується моя оцінка; які висновки є припущеннями; які альтернативні пояснення можливі; чи впливає на оцінювання мій актуальний емоційний стан; чи не шукаю я лише інформацію, яка підтверджує початкову гіпотезу; чи достатньо даних для висновку; чи потребує рішення додаткового обговорення або супервізії.

Окрему увагу приділено розпізнаванню когнітивних упереджень: ефекту першого враження, підтверджувального упередження, надмірної впевненості, стереотипізації та передчасного узагальнення.

Організаційний компонент передбачає аналіз реальних умов професійної діяльності психолога та пошук можливостей для зниження хронічного перевантаження.

Учасникам пропонується проаналізувати: кількість консультацій протягом дня; кількість кризових та травмофокусованих випадків; наявність перерв; співвідношення клієнтської, організаційної та методичної роботи; регулярність супервізій; можливість колегіального обговорення складних випадків; межі робочого часу; доступність психолога поза робочими годинами; наявність систематичної відновлювальної активності.

До основних організаційно-профілактичних заходів віднесено регулярну супервізію, участь в інтервізійних групах, планування відновлювальних перерв, збалансований розподіл складних клієнтських випадків та чіткі межі між професійним і особистим часом.

Після завершення профілактичної програми було здійснено повторне обстеження тих самих 60 респондентів.

Метою контрольного етапу стало визначення спрямованості змін емоційного вигорання, вторинної травматизації, рефлексивності, метакогнітивного контролю та професійної ідентичності (таблиця 2).

Як видно з таблиці 2, порівняння середніх значень демонструє позитивну спрямованість змін за всіма п'ятьма досліджуваними показниками.

Середній показник емоційного вигорання знизився з 32,4 до 27,1 бали. Різниця становить 5,3 бали, або приблизно 16,4 % від початкового середнього значення.

Середній показник вторинної травматизації зменшився з 28,7 до 24,6 бали, тобто приблизно на 14,3 %. Водночас середній рівень рефлексивності зріс із 24,1 до 28,0 бали, що відповідає приросту приблизно на 16,2 %.

Показник метакогнітивного контролю збільшився з 22,3 до 26,5 бали, тобто приблизно на 18,8 %. Саме за цим параметром у представленій моделі простежується найбільший відносний приріст.

Показник професійної ідентичності зріс із 26,8 до 30,9 бали, що становить близько 15,3 %.

Для статистичного оцінювання повторних вимірювань був використаний t-критерій Стьюдента для залежних вибірок (таблиця 3).

Як видно з таблиці 3, модель статистичного порівняння демонструє виражену позитивну внутрішньогрупову динаміку.

Найбільший розмір ефекту простежується за показником метакогнітивного контролю (dz = 0,89), що узгоджується зі значною представленістю у програмі вправ із розвитку метакогнітивного моніторингу та регуляції професійного мислення.

Таблиця 2

Порівняння показників на констатувальному та контрольному етапах (n = 60)

Показник	Констатувальний етап, M±SD	Контрольний етап, M±SD	Зміна
Емоційне вигорання	32,4 ± 6,8	27,1 ± 6,1	-5,3
Вторинна травматизація	28,7 ± 5,9	24,6 ± 5,3	-4,1
Рефлексивність	24,1 ± 4,5	28,0 ± 4,2	+3,9
Метакогнітивний контроль	22,3 ± 4,2	26,5 ± 4,0	+4,2
Професійна ідентичність	26,8 ± 5,1	30,9 ± 4,7	+4,1

Таблиця 3

Статистична оцінка змін досліджуваних показників

Показник	Середня зміна	t	p	Cohen's dz
Емоційне вигорання	-5,3	6,62	<0,001	0,85
Вторинна травматизація	-4,1	5,67	<0,001	0,73
Рефлексивність	+3,9	6,17	<0,001	0,80
Метакогнітивний контроль	+4,2	6,92	<0,001	0,89
Професійна ідентичність	+4,1	6,35	<0,001	0,82

Зниження емоційного вигорання може бути пов'язане з розвитком навичок раннього розпізнавання професійного виснаження, емоційної саморегуляції та більш раціональної організації навантаження.

Зменшення вторинної травматизації узгоджується зі змістом програми, спрямованим на підтримання професійних меж, диференціацію власного та клієнтського досвіду й використання супервізійної підтримки.

Позитивна динаміка рефлексивності може відображати розвиток здатності фахівців до більш систематичного аналізу власних професійних станів, реакцій та рішень.

Зростання професійної ідентичності може бути пов'язане з актуалізацією професійних цінностей, підвищенням усвідомлення власних професійних ресурсів та відновленням смислової значущості діяльності.

Результати проведеного дослідження підтверджують доцільність розгляду професійної деформації психолога як багатовимірного феномену.

На констатувальному етапі було виявлено, що емоційне вигорання та вторинна травматизація негативно пов'язані з професійною ідентичністю. Одночасно рефлексивність та метакогнітивний контроль позитивно пов'язані зі стійкістю професійного самосприйняття.

Особливо важливим є встановлений зв'язок між емоційним вигоранням та вторинною травматизацією (r = 0,62). Він свідчить про можливу взаємопов'язаність двох несприятливих процесів: накопичення травматичного навантаження може супроводжуватися посиленням професійного виснаження, тоді як зниження ресурсів психолога може ускладнювати опрацювання емоційно складного клієнтського матеріалу.

Виявлений позитивний зв'язок рефлексивності з професійною ідентичністю обґрунтовує доцільність включення рефлексивних практик до системи профілактики.

Не менш значущим є взаємозв'язок метакогнітивного контролю з професійною ідентичністю. Здатність психолога усвідомлювати та регулювати власний процес мислення може створювати додатковий ресурс професійної стійкості, особливо в умовах високого навантаження.

Позитивна спрямованість змін після реалізації програми простежується за всіма досліджуваними показниками: знижуються емоційне вигорання та вторинна травматизація, водночас зростають рефлексивність, метакогнітивний контроль та професійна ідентичність. Такий комплексний характер змін відповідає багатокомпонентній структурі програми.

Важливо, що запропонований підхід не зводить профілактику професійної деформації до вимоги підвищувати особисту «витривалість» психолога. Розвиток індивідуальних ресурсів доповнюється організаційними заходами – регуляцією навантаження, супервізійною підтримкою, плануванням відновлення та підтриманням професійних меж.

Це дозволяє розглядати професійну стійкість не лише як особистісну характеристику, а як результат взаємодії індивідуальних ресурсів психолога та умов професійного середовища.

Отримані результати потребують урахування методологічних обмежень.

Дослідження було організовано за одногруповим дизайном із повторним вимірюванням показників до та після реалізації комплексної профілактичної програми без залучення окремої контрольної групи.

Такий дизайн дозволяє простежити спрямованість і вираженість внутрішньогрупової динаміки емоційного вигорання, вторинної травматизації, рефлексивності, метакогнітивного контролю та професійної ідентичності, однак не дозволяє однозначно інтерпретувати виявлені зміни виключно як наслідок реалізації програми.

На динаміку показників потенційно могли впливати й інші фактори: зміни професійного навантаження, індивідуальний досвід учасників, використання додаткових способів психологічної підтримки, природні коливання психоемоційного стану та ефект повторного тестування.

Тому результати доцільно інтерпретувати як свідчення позитивної динаміки, виявленої після

реалізації профілактичної програми, а не як остаточний доказ прямої причинної ефективності втручання.

Разом із тим системна спрямованість змін – одночасне зниження емоційного вигорання та вторинної травматизації й підвищення рефлексивності, метакогнітивного контролю та професійної ідентичності – дозволяє розглядати запропонований підхід як перспективний напрям подальших експериментальних досліджень.

Висновки. Проведений теоретико-емпіричний аналіз дозволив обґрунтувати необхідність комплексної профілактики професійної деформації психологів.

На констатувальному етапі встановлено, що емоційне вигорання та вторинна травматизація негативно пов'язані з професійною ідентичністю психологів. Найбільш виражений негативний зв'язок виявлено між професійною ідентичністю та емоційним вигоранням ($r = – 0,67$; $p \leq 0,05$).

Водночас рефлексивність і метакогнітивний контроль позитивно пов'язані з професійною ідентичністю ($r = 0,61$ та $r = 0,64$ відповідно), що дозволяє розглядати їх як важливі ресурси професійної саморегуляції.

На основі отриманих результатів розроблено комплексну програму профілактики професійної деформації психологів, що поєднує рефлексивний, метакогнітивний та організаційний компоненти.

Рефлексивний компонент спрямований на розвиток усвідомлення власних станів, професійних реакцій та меж відповідальності.

Метакогнітивний компонент орієнтований на формування здатності здійснювати моніторинг і регуляцію власного професійного мислення, розпізнавати когнітивні упередження та перевіряти професійні гіпотези.

Організаційний компонент передбачає оптимізацію професійного навантаження, систематичну супервізійну підтримку, регулювання кількості емоційно складних випадків, відновлювальні перерви та підтримання балансу між професійною й особистою сферами життя.

За результатами контрольного етапу встановлено позитивну динаміку після реалізації комплексної програми. Вона проявилася у зниженні показників емоційного вигорання та вторинної травматизації, а також у підвищенні рівня рефлексивності, метакогнітивного контролю та професійної ідентичності учасників.

Отримані результати свідчать про перспективність програми як засобу психологічної профілактики професійної деформації психологів. Поєднання рефлексивного, метакогнітивного та організаційного компонентів створює можливість комплексного впливу на психологічні ресурси самого фахівця та умови його професійної діяльності.

Водночас одногруповий дизайн без контрольної групи обмежує можливості причинної інтерпретації результатів. У зв'язку з цим результати засвідчують доцільність подальшої апробації програми із залученням експериментальної та контрольної груп, розширенням вибірки та проведенням відстроченого повторного дослідження.

Перспективи подальших досліджень полягають у визначенні стійкості виявленої динаміки через 3–6 місяців після завершення програми, порівнянні результатів експериментальної та контрольної груп, а також у встановленні диференційованого внеску рефлексивного, метакогнітивного й організаційного компонентів у профілактику професійної деформації психологів.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об'єктів як результатів академічної діяльності.

Список літератури:

1. Бондаренко Н. П. Супервізія як інструмент розвитку рефлексивності майбутнього психолога. *Габітус*. 2024. Вип. 65. С. 127–132. https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.65.22.

2. Карамушка Т. В., Карамушка Л. М. Професійне вигорання персоналу реабілітаційних центрів для поранених військових: вплив освітньо-професійних характеристик персоналу. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2025. № 1 (34). С. 20–31. https://doi.org/10.31108/2.2025.1.34.2.

3. Кокун О. М. Психологічні ресурси фахівців соціономічних професій під час війни: аналіз поняття та негативні наслідки. *Технології розвитку інтелекту*. 2025. Т. 9. № 1 (37). С. 1–21. https://doi.org/10.31108/3.2025.9.4

4. Креденцер О. В. Професійна самоефективність та її роль у забезпеченні психологічного здоров'я персоналу освітніх організацій в умовах війни та повоєнного відродження: теоретичний аналіз проблеми. Організаційна психологія. *Економічна психологія*. 2023. № 2–3 (29). С. 52–64. https://doi.org/10.31108/2.2023.2.29.5.

5. Литвиненко Л.І. Психологічні чинники деформації професійної ідентичності психолога в умовах травматичного навантаження. *Габітус*. Вип. 83. Т. 2. 2026 С. 136–140. DOI https://doi.org/10.32782/hbts.83.2.24

6. Османова А. М. Теоретико-методологічні й організаційно-психологічні підходи до аналізу професійної дезадаптації психологів у контексті війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2026. № 1 (38). С. 132–138. https://doi.org/10.31108/2.2026.1.38.12

7. Туриніна О. Л. Особливості психологічних травм війни та шляхи їх подолання у населення. Вісімдесят другі економіко-правові дискусії. Серія: Соціальні та гуманітарні науки: матеріали Міжнародної мультидисциплінарної наукової інтернет-конференції (м. Львів, Україна, м. Ополе, Польща, 29–30 січня 2024 р.) / редкол. : О. Патряк та ін. ГО "Наукова спільнота", WSZIA w Opolu. Львів : ФО-П Шпак В.Б. С. 210–214 https://www.spilnota.net.ua/data/downloads/file_1712736300.pdf

8. Figley C. R. Compassion Fatigue: Coping with Secondary Traumatic Stress Disorder in Those Who Treat the Traumatized. New York : Brunner/Mazel, 1995.

9. Flavell J. H. Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*. 1979. Vol. 34, No. 10. P. 906–911.

10. Maslach C., Leiter M. P. Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*. 2016. Vol. 15, No. 2. P. 103–111. DOI: 10.1002/wps.20311.

Lytvynenko L.I. COMPREHENSIVE PREVENTION OF PROFESSIONAL DEFORMATION AMONG PSYCHOLOGISTS: REFLECTIVE, METACOGNITIVE, AND ORGANIZATIONAL ASPECTS

The article presents a theoretical and empirical substantiation of a comprehensive psychological prevention program aimed at preventing professional deformation among psychologists working under conditions of increased emotional and traumatic stress. The relevance of the issue is determined by the specific nature of psychologists' professional activity, which involves systematic contact with clients' crisis states, traumatic experiences, emotional distress, and life difficulties. Prolonged professional strain may contribute to emotional burnout, secondary traumatization, reduced reflexivity, weakened metacognitive control, and transformation of professional identity.

The aim of the study was to provide a theoretical rationale, develop, and assess the dynamics of psychological indicators following the implementation of a comprehensive program for the prevention of professional deformation among psychologists. The program was focused on the development of reflective and metacognitive skills, strengthening professional identity, and optimizing the conditions of professional activity. At the initial assessment stage, emotional burnout, secondary traumatization, reflexivity, metacognitive control, and professional identity were evaluated. Negative correlations were found between professional identity and emotional burnout ($r = -0.67$; $p \leq 0.05$), as well as between professional identity and secondary traumatization ($r = -0.59$; $p \leq 0.05$). At the same time, positive correlations were identified between professional identity and reflexivity ($r = 0.61$; $p \leq 0.05$) and between professional identity and metacognitive control ($r = 0.64$; $p \leq 0.05$).

Based on the obtained results, a comprehensive program for the prevention of professional deformation was substantiated, combining reflective, metacognitive, and organizational components. The program includes psychoeducation, the development of professional reflection and metacognitive monitoring, the formation of emotional self-regulation skills, prevention of secondary traumatization, maintenance of professional boundaries, actualization of professional values and meanings, supervisory support, and optimization of professional workload.

The follow-up assessment revealed positive within-group dynamics: a decrease in emotional burnout and secondary traumatization accompanied by an increase in reflexivity, metacognitive control, and professional identity. At the same time, the one-group research design without a separate control group does not provide sufficient grounds for interpreting the identified changes exclusively as a direct consequence of the prevention program. The findings indicate the potential value of the proposed approach and support the need for its further experimental validation.

Keywords: *professional deformation, psychologist, professional identity, emotional burnout, secondary traumatization, reflexivity, metacognitive control, psychological prevention, professional self-regulation, supervision.*

Дата першого надходження статті до видання: 17.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 11.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 37.091.12:613/614]:159.98:355
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/10

Мороз Р.А.
https://orcid.org/0000-0001-9776-491X
Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи
Національної академії правових наук України

ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ НА РІВЕНЬ МОТИВАЦІЇ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

Статтю присвячено вивченню психологічних чинників мотивації педагогічних працівників, які здійснюють освітянську діяльність в умовах лихоліття війни. У статті вказується, що негативними наслідками війни та невизначеності є зниження мотивації вчителів. Автор статті визначає, що проявами тривожності педагогів є захисна поведінка, синдром вигорання та зниження самоефективності.

Дослідниця описує проведений експеримент у школах прифронтового Миколаєва, в якому чітко простежується кореляція між рівнем тривожності педагогів та рівнем їхньої мотивації. У статті також розкрито сутність та особливості педагогічної діяльності в умовах війни.

З'ясовано, що мотивація вчителя в умовах війни – це ***психологічно складна трансформація****, де професійний обов'язок переплітається з волонтерством, місією психологічної підтримки та стійкістю. Її рушійними силами є глибокий патріотизм, усвідомлення власної ролі як опори для дітей та потреба в соціальній значущості.*

У статті визначено, що тривожність та хронічний стрес в умовах війни виснажують внутрішні ресурси педагогів, знижуючи внутрішню мотивацію до творчості. Це призводить до емоційного вигорання та деперсоналізації. Зберегти професійний фокус допомагають психологічна підтримка, гнучка рутина та зміна формату навчання.

Авторка в статті зазначає, що емоційне вигорання та втома – це реальність для багатьох освітян, особливо в сучасних складних умовах. Проте саме цирість, ***бажання учнів вчитися*** *та* ***зворотний зв'язок*** *стають тим самим потужним пальним, яке повертає віру у власні сили та надихає продовжувати цю важливу місію.*

В статті представлено результати емпіричного дослідження за методиками визначення тривожності та вивчення мотивації. Поєднання діагностики тривожності та мотиваційної сфери дозволяє глибше зрозуміти, як внутрішнє напруження чи страх впливають на продуктивність, навчальну чи професійну діяльність людини.

Ключові слова: *мотивація, тривожність, педагогічні працівники, війна, невизначеність.*

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві людина постійно перебуває в умовах, що вимагають досягнення високих результатів у навчанні, професійній сфері та соціальній взаємодії. Рівень ефективності цієї діяльності значною мірою визначається мотивацією, яка виконує роль внутрішнього механізму, що спонукає до активності, формує цілі, визначає спрямованість дій і наполегливість у їх реалізації. Водночас формування мотиваційної сфери особистості зумовлюється як впливом зовнішнього середовища, так і індивідуально-психологічними характеристиками, серед яких особливу роль відіграє психоемоційний стан.

З позицій психології мотивацію визначають як систему чинників, які детермінують і спрямовують поведінку людини, до яких належать потреби, мотиви, наміри, цілі, а також світоглядні утворення (переконання, установки, інтереси, ідеали тощо) [1].

Війна негативно вплинула на мотивацію всіх без винятку працівників, але більшою мірою тих, хто представляє категорію «людина-людина». Зокрема, вихователі закладів дошкільної освіти зіштовхнулися з проблемою потужного навантаження і мінімальних ресурсів. Адже обов'язків і відповідальності додалося: малечу потрібно

© Мороз Р.А., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

одягати вже не тільки для прогулянок, а й для того, щоб максимально швидко переміститися до бомбосховища.

Заробітна плата мізерна, а напруга зростає, така ситуація провокує професійне вигорання. Відтак, вихователі більше за всіх страждають на розлади сну, харчової поведінки, тривожність і нервові зриви.

Шкільні педагоги також мають чимало проблем, адже учні поводять себе нестримано, зухвало, повітряні тривоги та безсонні ночі позначаються на їхній успішності. Сучасні підлітки взагалі важковиховувані, вередливі, й агресивні. Хоча агресія – це мова страху, ми свідомі, що діти бояться війни та її наслідків. Тим більше, що в більшості учнів батьки воюють в лавах ЗСУ. Це все – воєнні реалії, від яких неможливо позбутися одним днем.

Психологи та психотерапевти усвідомлюють масштаб трагедії та пласт роботи. Саме тому темою нашого дослідження стала сучасна ситуація в педагогічних колах, вивчення тривожності вчителів, яким надзвичайно складно зберігати спокій та емоційну рівновагу, залишатися тактовними і чемними, давати знання, бути постійно на зв'язку і в тонусі.

Високий рівень тривожності діє як виснажливий фактор. Замість того, щоб спрямовувати енергію на творчість, впровадження нових методик чи якісну взаємодію з учнями, педагог витрачає внутрішні ресурси на емоційне самозбереження та захисні реакції. В результаті постійного нервового напруження та тривоги виникають такі симптоми:

1. Синдром вигорання: Хронічна тривога часто передує або супроводжує емоційне вигорання. Педагог втрачає інтерес до професії, починає ставитися до роботи суто формально.

2. Зниження самоефективності. Постійне відчуття тривоги змушує педагога сумніватися у власних силах. Це породжує страх зробити помилку, що гальмує ініціативу та будь-яку мотивацію до професійного розвитку.

3. Захисна поведінка. В умовах високої тривоги вчитель часто обирає найбезпечніші та найстаріші конспекти уроків, уникаючи новаторства та інтерактиву. Це створює ілюзію контролю, але суттєво знижує внутрішню мотивацію до праці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемам впливу тривожності на потужність професійних обов'язків та мотиваційну складову, зокрема, у процесі здійснення педагогічної діяльності, присвячено праці сучасних вітчизняних науковців: І. Варнавської, Л. Бутузової, Л. Карамушки, О. Лавриненко, В. Климчука, О. Кокуна, М. Корольчука, О. Креденцер, В. Панка, Т. Титаренко, та ін.

Постановка завдання. Метою статті є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження впливу темпераменту на рівень мотивації особистості педагога в умовах невизначеності воєнних часів.

Виклад основного матеріалу. Сучасні дослідники розрізняють два основні типи мотивації: екстринсивну, що зумовлюється зовнішніми умовами та обставинами, і інтринсивну, яка має внутрішню природу та пов'язана з особистісними диспозиціями – мотивами, потребами, інтересами, прагненнями й установками. Узагальнюючи наведені підходи, можна зазначити, що внутрішня детермінація поведінки переважно пов'язана з мотивами, потребами та інтересами особистості, тоді як зовнішня – зі стимулами та ситуативними чинниками. Водночас мотивація не є статичною, оскільки формується не лише відносно стійкими мотивами, а й змінними факторами, що надає їй динамічного характеру.

Саме тому мотивацію складно безпосередньо спостерігати та вимірювати. Як внутрішні, так і зовнішні джерела мотивації можуть усвідомлюватися людиною або залишатися поза межами її свідомого контролю. Водночас важливо підкреслити, що екстринсивні чинники здатні суттєво впливати на внутрішні мотиваційні процеси.

Таким чином, мотивація може зазнавати значного зовнішнього впливу і набувати рис зовні організованого процесу. Проте, попри це, вона завжди має внутрішню основу, оскільки будь-які зовнішні стимули діють через призму внутрішніх потреб і мотивів. Умови, обставини та ситуації набувають мотиваційного значення лише тоді, коли вони стають суб'єктивно важливими для людини. Варто також зазначити, що зовнішні фактори можуть впливати на поведінку, не трансформуючи внутрішню мотивацію, а лише активізуючи її прояви [3].

Вчителі – це звичайні люди. Їм також буває страшно, вони також відчувають злість і лють, агресію та безнадійний песимізм. Але педагог – це актор, який має щодня алегорично виходити на сцену, сіючи добре та вічне, тому падати духом і розповсюджувати негатив він не має морального права. Тому часто зворотній зв'язок з аудиторією, вдячність учнів, їхня підготовка до уроків і посильна віддача є тим рушієм, надихаючим чинником, який дає сили та натхнення на щоденну працю.

Для виявлення впливу тривожності на рівень мотивації у педагогів нами було започатковано експеримент. Вибірку склали 40 осіб віком від 28 до 60 років, які працюють учителями-предметниками в школах м. Миколаїв. Збір емпіричних даних здійснювався за допомогою онлайн-формату, що забезпечило зручність, анонімність і добровільність участі. Опитування проводилося у зручний для респондентів час, що сприяло більш об'єктивним відповідям та зниженню впливу ситуативного стресу або втоми.

Для вимірювання рівня тривожності педагогічних працівників ми запропонували один із найбільш популярних у світі опитувальників – Шкалу тривоги Аарона Бека (Beck Anxiety Inventory, BAI). Тест спеціально створено для оцінки тяжкості соматичних (фізичних) і когнітивних симптомів тривоги. На відміну від інших тестів, він мінімізує вплив депресивних ознак, дозволяючи чітко відокремити тривожний розлад від інших емоційних станів.

Опитувальник містить 21 запитання, яке описує різні симптоми (наприклад, запаморочення, страх втратити контроль, прискорене серцебиття, тремтіння) Оцінює 4 рівні: мінімальний (0–7 балів), легкий (8–15), помірний (16–25) та виражений (26–63).

Результати емпіричного етапу засвідчили наявність психоемоційного напруження у значної частини групи. Так, у 47,5% (помірний рівень) – найбільша група. У цих людей є періодичні або постійні симптоми тривожності, які можуть проявлятися у вигляді занепокоєння, м'язової напруги чи серцебиття. Це той стан, який вже суттєво впливає на повсякденне життя, але ще не досягає клінічного максимуму. Вони потребують уваги до свого психоемоційного стану, можливо, базової підтримки, психологічного супроводу, релаксаційних практик або кількох консультацій психолога.

Натомість 25% педагогів показали легкий рівень, що свідчить про напругу або занепокоєння, яке періодично виникає, але не заважає нормальній життєдіяльності та адаптації. Це нормальна реакція на стрес для багатьох людей. У 17,5% вчителів – виражений / важкий рівень – це група, яка потребує найбільшої уваги.

Високий рівень тривоги може сильно пригнічувати якість життя, викликати панічні атаки, порушення сну та заважати роботі чи особистому життю. Особам цієї групи рекомендовано звернутися за професійною допомогою до психотерапевта або психіатра.

І нарешті 10% педагогічних працівників мають мінімальний рівень – це нормальний стан. Ці особи майже не відчувають симптомів тривоги, їхній емоційний стан стабільний. Вони мають високий рівень резильєнтності, здатні жити «паралельно війні», знаходити радощі в простих речах, або просто легко реагують на зовнішні чинники, чи-то – мають високий сублімаційний потенціал.

Для визначення мотивації педагогічних працівників використовувався тест Артура Реана. Як і в більшості психологічних тестів, у ньому немає «правильних» або «неправильних» відповідей. Учасникам пропонувалося відповісти на 20 питань, вибираючи варіант «Так» або «Ні».

Кожна відповідь оцінювалася за ключем: за збіг із ключем нараховувався 1 бал. Після проходження тесту підраховувалася загальна сума набраних балів. Результати інтерпретувалися таким чином:

- від 1 до 7 балів свідчать про переважання мотивації уникнення невдачі;
- від 8 до 13 балів – мотиваційний полюс не виражений;
- від 14 до 20 балів – домінує мотивація досягнення успіху.

Позитивна мотивація розглядається як орієнтація на досягнення успіху, тоді як негативна пов'язана зі страхом невдачі та можливими негативними наслідками. Результати дослідження подано в таблиці 1. Після обробки результатів було отримано наступний розподіл респондентів за типами мотивації:

Мотивація досягнення успіху (14–20 балів) виявлена у 26 осіб (65%). Для цієї групи характерні висока активність, цілеспрямованість, орієнтація на результат, готовність долати труднощі та прагнення до самореалізації.

Мотиваційний полюс не виражений (8–13 балів) зафіксовано у 8 осіб (20%). Такі респонденти демонструють відносний баланс між прагненням досягти успіху та уникнути невдачі, а їхня поведінка значною мірою залежить від конкретних умов діяльності.

Мотивація уникнення невдачі (1–7 балів) виявлена у 6 осіб (15%). Представники цієї групи схильні уникати ризикованих ситуацій, орієнтуються на запобігання помилкам, характеризуються підвищеною обережністю та тривожністю.

Таким чином, у вибірці переважає мотивація досягнення успіху, що свідчить про загальну орієнтацію більшості респондентів на активну діяльність і досягнення поставлених цілей.

Таблиця 1

Результати співвідношення рівня тривожності та мотиваційної спрямованості педагогічних працівників

Рівень тривожності	Кількість осіб	% у вибірці	Мотивація досягнення успіху	Невиражений полюс	Уникнення невдачі
Помірний	19	47,5%	70–75%	20–25%	5–10%
Легкий	10	25%	~60%	~40%	–
Виражений	7	17,5%	–	~43%	~57%
Мінімальний	4	10%	~50%	~50%	–

Таким чином, узагальнення отриманих результатів дозволяє зробити висновок про наявність чіткої тенденції: психоемоційний стан особи виступає важливим чинником формування її мотиваційної спрямованості. Емоційно стабільні та екстравертовані типи, які мають помірний або низький рівень тривожності, демонструють більш виражену орієнтацію на досягнення успіху, що пов'язано з їхньою активністю, гнучкістю та позитивним ставленням до діяльності. Натомість інтровертовані та емоційно нестабільні особи, які відзначаються високим рівнем тривжності, частіше орієнтовані на уникнення невдачі, що зумовлено їхньою напруженістю та схильністю до самосумнівів.

Спокійний і врівноважений вчитель характеризується стабільною, але помірною мотивацією, тоді як емоційний і креативний – високою, проте менш стійкою. Це свідчить про те, що не лише рівень активності, але й емоційна стабільність відіграє ключову роль у формуванні мотиваційної поведінки, особливо, в педагогічній сфері [2].

Отже, проведене дослідження показало, що рівень тривожності суттєво впливає на мотиваційну спрямованість особистості. Педагогічні працівники з мінімальним рівнем тривожності переважно орієнтовані на досягнення успіху, ті з них, хто мають легкий рівень тривожності, демонструють стабільну, але помірну мотивацію, вчителі з помірним рівнем тривожності частіше схильні до уникнення невдачі, а освітяни, які показали виражений рівень тривожності, проявляють високий, але менш стійкий рівень мотивації. Таким чином, емоційна стабільність і рівень активності є ключовими чинниками формування мотивації, а рівень тривожності може прогнозувати поведінкові тенденції та цілеспрямованість у діяльності.

Висновки. Отже, важливо підкреслити, що тривожність не є жорстким детермінантом поведінки. У процесі соціалізації, навчання та саморозвитку людина здатна формувати нові навички, які компенсують або пом'якшують природні особливості нервової системи. Саме тому робота з мотивацією повинна поєднувати врахування біологічних передумов із розвитком особистісних ресурсів, таких як саморегуляція, цілепокладання, рефлексія та усвідомлення власних цінностей. Такий інтегративний підхід забезпечує не лише підвищення ефективності діяльності, але й гармонійний розвиток особистості в цілому.

Таким чином, рівень мотивації значною мірою залежить від психоемоційного стану людини, оскільки саме він визначає темп діяльності, емоційну реактивність і спосіб включення в роботу. Тривожні педагоги потребують різноманітності та підтримки інтересу, розвитку самоконтролю та стабільності, стимуляції активності та чіткої структури, а також емоційної підтримки й підвищення впевненості в собі. Ефективна мотивація досягається не шляхом ігнорування сигналів тривожності або витіснення нав'язливих думок, а через адаптацію до умов і підходів, до індивідуальних особливостей людини, що забезпечує більш продуктивну діяльність і гармонійний розвиток особистості.

Список літератури:

1. Кісіль З.Р., Швець Д.В. Мотивація діяльності людини: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях /З.Р. Кісіль, Д.В. Швець. Одеса : Видавництво ОДУВС, 2023. 154 с.

2. Методики дослідження психічного здоров'я та благополуччя персоналу організацій: психологічний практикум. Л. М. Карамушка, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко, В. І. Лагодзінська, В. М. Івкін, О. С. Ковальчук; за ред. Л. М. Карамушки. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 76 с.

3. Ryan R. M., Deci E. L. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. Contemporary Educational Psychology. 2000. Vol. 25. P. 54–67.

Moroz R.A. THE EFFECT OF ANXIETY ON THE MOTIVATION LEVELS OF EDUCATORS IN TIMES OF WAR AND UNCERTAINTY

This article examines the psychological factors influencing the motivation of educators working in the difficult conditions of wartime. The article notes that the negative consequences of war and uncertainty include a decline in teachers' motivation. The author identifies defensive behavior, burnout syndrome, and reduced self-efficacy as manifestations of anxiety among educators.

The researcher describes an experiment conducted in schools in the frontline city of Mykolaiv, which clearly demonstrates a correlation between teachers' anxiety levels and their motivation levels.

The article also explores the nature and characteristics of teaching in wartime conditions. It has been found that a teacher's motivation in wartime is a psychologically complex transformation, where professional duty intertwines with volunteerism, a mission of psychological support, and resilience. Its driving forces are deep patriotism, an awareness of one's role as a pillar of support for children, and the need for social significance.

The article notes that anxiety and chronic stress in wartime deplete educators' inner resources, diminishing their intrinsic motivation for creativity. This leads to emotional burnout and depersonalization. Psychological support, a flexible routine, and changes in teaching formats help educators maintain their professional focus.

In the article, the author notes that emotional burnout and fatigue are a reality for many educators, especially in today's challenging environment. However, it is precisely the students' sincerity, their desire to learn, and the feedback they provide that serve as the powerful fuel that restores faith in one's own abilities and inspires educators to continue this important mission.

This article presents the results of an empirical study using methods for assessing anxiety and examining motivation. Combining the assessment of anxiety with that of motivation provides a deeper understanding of how internal tension or fear affects a person's productivity, academic performance, or professional activities.

Keywords: *motivation, anxiety, educators, war, uncertainty.*

Дата першого надходження статті до видання: 07.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 05.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.98
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/11

Розов В.І.
https://orcid.org/0000-0003-1719-4684
Національна академія Служби безпеки України

ПСИХОЛОГІЯ АДАПТИВНОСТІ ВІЙСЬКОВОГО ЛІДЕРА: КОНЦЕПТУАЛЬНІ ТА ПРИКЛАДНІ ЗАСАДИ

У статті здійснено теоретичний аналіз психологічних засад адаптивності військового лідера та обґрунтовано її концептуальне й прикладне значення в умовах сучасних бойових дій. Показано, що стрімка зміна характеру воєнних конфліктів, зростання рівня невизначеності, інформаційних і когнітивних загроз, а також широке впровадження цифрових технологій і засобів штучного інтелекту висувають нові вимоги до особистості військового лідера. Доведено, що адаптивність доцільно розглядати як інтегральну психологічну характеристику, яка забезпечує ефективне виконання управлінських функцій, своєчасне прийняття рішень, перебудову способів діяльності та підтримання боєздатності підрозділу в умовах динамічних змін оперативної обстановки.

Проаналізовано еволюцію наукових підходів до розуміння адаптивного лідерства – від ситуаційних і трансформаційних концепцій до сучасної концепції адаптивного лідерства та доктринальних підходів НАТО. Висвітлено роль когнітивної гнучкості, психологічної стійкості, емоційної саморегуляції, цифрової адаптивності та організаційного розучування як ключових чинників ефективного військового управління. Обґрунтовано відмінності між адаптивністю, резильєнтністю та стресостійкістю, показано їх взаємодоповнювальний характер у структурі професійної діяльності військового керівника.

Запропоновано авторське визначення адаптивності військового лідера як інтегральної полісистемної психологічної характеристики особистості та розроблено її психологічну структуру, що включає мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий, комунікативний, поведінковий і рефлексивний компоненти. Підкреслено, що розвиток адаптивності є не лише завданням психологічної підготовки військовослужбовців, а й важливою складовою формування військових спроможностей відповідно до сучасних стандартів НАТО. Окреслено перспективи подальших досліджень, пов'язаних із розробленням психодіагностичного інструментарію оцінювання адаптивності військових лідерів та створенням програм її цілеспрямованого розвитку.

Ключові слова: *адаптивність військового лідера, адаптивне лідерство, психологія військового лідерства, когнітивна гнучкість, психологічна стійкість, психологічна структура адаптивності, військова спроможність, професійна діяльність військового керівника.*

Постановка проблеми. У сучасних умовах ефективність військового лідера визначається не тільки рівнем професійної компетентності та знанням нормативних процедур, а й здатністю адаптуватися до нових вимог і нових ситуацій, що стрімко змінюються. Бойова обстановка сьогодення характеризується швидкою зміною оперативної обстановки, високою невизначеністю, інформаційним перевантаженням, технологічними трансформаціями, асиметричністю загроз і необхідністю ухвалювати рішення в умовах дефіциту часу. Тому адаптивність військового лідера є необхідною умовою бойової ефективності самого лідера та вверенного йому підрозділу.

У зазначеному контексті адаптивність військового лідера доцільно розглядати не як допоміжну професійну якість, а як психологічну основу його здатності забезпечувати виконання завдань у ситуації, коли стандартні способи дії перестають бути достатніми, а умови постійно змінюються.

Важливо зазначити, що сукупність доктринальних, освітніх й стандартотворчих документів НАТО формує чітке нормативно-концептуальне поле, у якому адаптивність, лідерство, розвиток особового складу, ухвалення рішень, етичність, професійна компетентність та здатність діяти у складних умовах розглядаються як взаємопов'язані характеристики. Відповідно,

© Розов В.І., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

психологічна адаптивність командира не є звичайною «психологічною властивістю», а може розглядатися як психологічна основа військової спроможності та боєздатності.

Відтак виникає гостра потреба в переосмисленні теорій військового лідерства крізь призму концепту адаптивності. Оскільки сьогодні постає нагальна потреба саме в адаптивному лідерстві – здатності командира мобілізувати підрозділ для подолання складних, нестандартних викликів, які не мають готових алгоритмів розв'язання. Психологічний вимір цього підходу є визначальним, адже адаптація вимагає перебудови не лише тактичних дій, а й когнітивних та емоційних патернів поведінки як самого лідера, так і його підлеглих.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Адаптивне військове лідерство є міждисциплінарною проблемою і формується на перетині психології лідерства, військової психології, психології управління, психології стресу та організаційної психології.

Серед зарубіжних дослідників фундаментальний внесок у становлення концепції адаптивного лідерства зробили Р. Хейфец та М. Лінски [1], які розробили теорію адаптивного лідерства як здатності керівника ефективно діяти в умовах невизначеності, швидких змін і складних проблем без готових алгоритмів їх розв'язання. Концепція адаптивного лідерства Р. Хейфеца у військовій сфері набуває специфічного змісту, оскільки «адаптивні виклики» сьогодення вимагають успішної адаптації, когнітивної гнучкості, зміни пріоритетів, переконань та моделей поведінки.

Значний внесок у розвиток психології адаптивного лідерства також зробили Б. Басс та Б. Аволіо, які обґрунтували трансформаційне лідерство через психологічні механізмами, що лежать в основі адаптивної трансформації мотивації, розвитку підлеглих, формування довіри та стимулювання адаптивної поведінки [2].

Психологічні механізми стійкості й адаптації лідера досліджували К. Вейк, Е. Шейн, А. Дакворз, Дж. Бонанно, М. Селінгман, А. Бандура, Д. Големан, П. Норзоус, Д. Дей тощо.

Безпосередньо психологічні аспекти військового лідерства, формування лідерських компетентностей командирів, ухвалення рішень у бойових умовах, морально-психологічне забезпечення та розвиток адаптивності військових керівників висвітлюються у дослідженнях військових психологів країн НАТО, насамперед у працях, що базуються на концепції Mission Command, де адаптивність, децентралізоване ухвалення рішень, довіра та психологічна готовність визначаються ключовими характеристиками сучасного військового лідера [3; 4].

Сучасні зарубіжні дослідження (2022–2026) демонструють суттєву трансформацію розуміння адаптивності військового лідера. Зокрема, у контексті гібридних загроз адаптивне лідерство розглядається як ключовий фактор забезпечення не лише тактичної ефективності, а й стратегічної стійкості військових систем [5; 6; 7]. Дослідники підкреслюють, що сучасний військовий лідер має поєднувати когнітивну гнучкість, інноваційне мислення та здатність працювати в технологічно насиченому середовищі.

У працях останніх років акцентується значення цифрової адаптивності та інтеграції штучного інтелекту в процес ухвалення рішень [8]. Водночас нові підходи наголошують на необхідності «організаційного розучування» як умови ефективної адаптації, що передбачає відмову від застарілих когнітивних та управлінських моделей.

Нині у контексті військового лідерства детально вивчений концепт життєстійкості (hardiness) та резильєнтності (resilience) у працях К. Райвіч, П. Селінгман, С. Макбрайда, С. Мадді [9; 10] та в інтегрованих програмах підготовки армій країн НАТО [11]. Водночас, попри наявність значної кількості праць, проблема інтеграції адаптивності та резильєнтності як єдиного комплексу компетентностей військового лідера в бойових умовах залишається недостатньо концептуалізованою.

В українській психології проблема адаптивного військового лідерства перебуває на стадії активного становлення і розвитку. Великий внесок у розвиток психології військового лідерства зробили О. Кокун, І. Приходько, В. Осьодло, В. Алєщенко, С. Лещенко та інші [12 – 15].

Окремі психологічні аспекти адаптивності військового персоналу, управлінських навичок офіцерів, моделей адаптації та лідерства, психологічної стійкості та командної взаємодії розкриті у працях І. Бурлакової, І. Остапенко, А. Золотова та інших українських авторів [12; 16].

В українській психологічній науці адаптивний потенціал також розглядається у зв'язку з психічною стійкістю, вольовою сферою, здатністю функціонувати в екстремальних умовах та підтримувати професійну ефективність. Зокрема, підкреслюється взаємозв'язок адаптивного потенціалу з психічною стійкістю та особливостями професійної діяльності в екстремальних ситуаціях [17].

Водночас адаптивність військового лідера недоцільно ототожнювати лише зі стресостійкістю. Стійкість передбачає здатність зберігати функціонування під впливом негативних чинників, тоді як адаптивність передбачає також активну перебудову способів діяльності відповідно до нових умов. Отже, адаптивність є ширшим утворенням, яке охоплює не лише здатність витримувати вплив стресорів, а й здатність розуміти зміни, переосмислювати ситуацію, змінювати стратегію, мобілізувати ресурси та організовувати інших людей відповідно до нової реальності.

Таким чином, сучасні дослідження свідчать, що проблема адаптивного військового лідерства формується шляхом інтеграції психології лідерства, психології професійної адаптації, психології стресостійкості, резильєнтності, емоційної саморегуляції та військової психології. Водночас в українській психологічній науці ще недостатньо розроблено цілісну психологічну концепцію адаптивного військового лідерства, що визначає актуальність подальших досліджень.

Постановка завдання – здійснити системний аналіз адаптивного підходу до психології військового лідерства в зарубіжних теоріях та визначити його концептуальне й прикладне значення. На основі аналізу психологічних концепцій адаптивності, лідерства та доктринальних документів НАТО запропонувати авторський концепт і психологічну структуру адаптивності військового лідера.

Виклад основного матеріалу. Відповідно до сучасних досліджень адаптивність розглядається як метакомпетенція, яка забезпечує ефективність інших лідерських якостей [6]. Це розширює розуміння адаптивності, доповнюючи її поняттям цифрової адаптивності, що передбачає здатність військового лідера ефективно взаємодіяти з інформаційними системами та штучним інтелектом [8].

Передумовами формування адаптивного підходу до військового лідерства є ранні теорії лідерства, засновані на рисах та поведінці лідера, які не враховували динаміку середовища. Розвиток уявлень про лідерство привів до появи ситуаційно-контингентного підходу, який визнав необхідність поведінкової гнучкості, що пов'язує ефективність лідера з відповідністю умовам, у яких він працює [18; 19].

Попри наявність адаптивного елемента в цих концептуальних підходах, вони мають обмеження. По-перше, ці підходи орієнтовані на статичні ситуації, недостатньо враховують динамічні зміни бойової обстановки, тобто мають низьку релевантність для екстремальних бойових умов. Крім того, у них не враховано когнітивну складову, швидкість змін, що відбуваються у військовому контексті, а також невизначеність як системну характеристику військової діяльності.

Перехідним етапом до створення адаптивної концепції стала теорія трансформаційного лідерства. У цій теорії акцент зміщується на трансформацію внутрішньої мотивації й цінностей підлеглих під впливом лідера. Значна увага приділяється психологічному розвитку персоналу [20; 21].

Адаптивність у цьому контексті проявляється через формування в персоналу готовності до адаптивних змін під впливом обставин, розвитку автономної психологічної стійкості до стресових подій та, що важливо, стимулювання інноваційного мислення.

У бойовому контексті трансформаційні військові лідери ефективні в умовах невизначеності, оскільки створюють нові сенси, що впливають на мотиваційно-ціннісну складову бойового персоналу, а не лише використовують накази. Це сприяє підвищенню бойового духу вверенного підрозділу та гнучкому його реагуванню на зміни бойової обстановки.

Концепція адаптивного лідерства – одна з найбільш релевантних концепцій для сучасних військових умов. Її сутність полягає в здатності лідера мобілізувати людей для розв'язання складних, невизначених проблем, які не мають готових рішень. Це здійснюється шляхом роботи з невизначеними умовами, регуляції рівня групового стресу. При цьому важливими є розподіл відповідальності та навчання під час виконання завдань. Саме здатність перенавчатися з урахуванням нових викликів та мобілізувати людей для розв'язання складних, невизначених проблем є суттєвою перевагою адаптивного підходу. Військовий лідер у цьому контексті є фасилітатором процесу мислення та колективного інтелекту. Відповідно, його ключовою компетенцією є здатність працювати з невизначеними проблемами [1].

Сучасні дослідження адаптивного військового лідерства в контексті гібридних загроз розглядають адаптивність як ключовий фактор стійкості військових систем та їхньої ефективності в гібридних військових конфліктах. Крім того, адаптивне лідерство дає змогу протидіяти інформаційним і когнітивним загрозам під час конфлікту [3; 4].

Варто також зазначити концепт «організаційного розучування» (organizational unlearning), у межах якого адаптивність розглядається не

лише як здатність навчатися, а й як здатність відмовлятися від застарілих моделей військового управління. Це є чинником подолання когнітивної інерції та дає змогу перебудовувати систему мислення військового лідера від ригідної до гнучкої, адаптивної [4].

Сучасні військові публікації США прямо вказують на те, що адаптивне лідерство – не опція, а необхідність [22]. Ключовим складником є розумова гнучкість (mental agility), яка розглядається як когнітивна здатність мислити, адаптуватися та швидко змінюватися, стикаючись із новою інформацією, неочікуваними викликами або зміною обставин. Вона дає змогу лідеру легко перемикатися між різними ідеями, бачити як деталі, так і загальну картину, а також розв'язувати проблеми під тиском стресу. Розумова гнучкість складається з когнітивної гнучкості, критичності мислення, стійкості до невизначеності та відкритості до змін. Це забезпечує швидке коригування військової тактики й стратегії та інтеграцію до них нових технологій [22].

Отже, новітні дослідження військового лідерства демонструють якісну трансформацію розуміння адаптивності, яка визначає здатність військових систем протидіяти гібридним загрозам. Сучасний лідер повинен поєднувати гнучкість із креативністю та інноваційним мисленням. Ключовою умовою адаптивності є відмова від застарілих моделей мислення лідера. Таким чином, адаптивність трансформується в багатовимірний системний феномен.

Адаптивність військового лідера розглядається нами як інтегративна полісистемна характеристика особистості, що забезпечує ефективну діяльність в умовах змін середовища з низькою «психофізіологічною ціною» адаптації [23]. У військовому контексті вона є інтегральною системою психологічних ресурсів, властивостей, здібностей та механізмів саморегуляції, які забезпечують здатність військового лідера розпізнавати зміни, переосмислювати ситуацію, ухвалювати рішення, перебудовувати способи діяльності, регулювати власний психічний стан та організовувати діяльність підлеглих відповідно до нових умов. Таке визначення дає змогу відмежувати адаптивність від понять «резильєнтність» і «стресостійкість».

Стресостійкість забезпечує переважно збереження функціонування під впливом стресора. Резильєнтність пов'язана зі здатністю відновлюватися після несприятливого впливу бойових обставин [24]. Адаптивність передбачає активну перебудову способів мислення й поведінки. Отже, адаптивні ресурси поєднують стійкість, гнучкість, саморегуляцію, навчання та здатність до трансформації поведінки.

Такий підхід відповідає сучасній військовій доктринальній логіці НАТО, відповідно до якої адаптація має охоплювати не лише матеріальні засоби, а й доктрину, організацію, підготовку, персонал і розвиток лідерства. НАТО прямо включає leadership development до складових військових спроможностей [3; 4; 11; 27; 28; 29; 30]. Тому розвиток психологічної адаптивності лідера може розглядатися не лише як психологічне завдання, а й як складова розвитку військової спроможності.

Психологічна структура адаптивності військового лідера. Пропонуємо виділяти шість взаємопов'язаних компонентів адаптивності військового лідера: мотиваційний; когнітивний; емоційно-вольовий; комунікативний; поведінковий; рефлексивний.

Мотиваційний компонент визначає спрямованість адаптивної активності військового лідера. Він містить професійну мотивацію, відповідальність, почуття обов'язку, професійну ідентичність, орієнтацію на виконання місії, внутрішню мотивацію та систему професійно-етичних цінностей. Розвинутий адаптивний ресурс, відповідно до доктринальних засад, передбачає гнучкість способів дії за стабільності базових професійно-етичних орієнтирів. Це є принципово важливим для розвитку адаптивності. Лідер може змінювати тактику, стиль комунікації, спосіб ухвалення рішення й організації діяльності, але при цьому повинен зберігати фундаментальні професійні та етичні орієнтири [3; 4].

Когнітивний компонент включає критичне та системне мислення, когнітивну гнучкість, здатність до аналізу ситуації, прогнозування, оцінювання ризиків, роботи з неповною інформацією та формування альтернативних варіантів розв'язання. Саме ця складова забезпечує здатність лідера розпізнати, що ситуація змінилася і потребує зміни способу дії. Важливим складником тут є когнітивна гнучкість (cognitive flexibility). У цьому контексті вона розглядається як здатність командира швидко переключатися з однієї думки на іншу, змінювати когніції відповідно до нових умов бойової обстановки, а також поліваріантність як здатність осмислювати і реалізовувати декілька концепцій одночасно. Командир із високою когнітивною гнучкістю здатний вчасно відмовитися від плану, який перестав працювати, навіть якщо на його розроблення було витрачено багато ресурсів

(подолання «ефекту незворотних витрат»). Концепція подолання ефекту незворотних витрат (або «затонулих витрат», sunk cost fallacy) у військовому лідерстві – це здатність командира ухвалювати раціональні рішення, виходячи з поточних і майбутніх умов бою, повністю ігноруючи вже втрачені ресурси. Вона включає відмову від виправдання помилкових кроків минулими жертвами, орієнтацію на майбутню вигоду та розмежування емоційного «Его» командира та його холодного розрахунку [25].

Отже, когнітивна адаптивність військового лідера має проявлятися не тільки у швидкості мислення, а й у здатності постійно переоцінювати ситуацію та коригувати рішення на основі нової інформації. Це дає змогу визначити важливий психологічний показник адаптивності – здатність змінювати не тільки рішення, а й власну когнітивно-концептуальну модель ситуації.

Емоційно-вольовий компонент також є вкрай важливим, оскільки забезпечує здатність зберігати високу функціональність в умовах стресу, ризику, невизначеності та високої відповідальності з мінімальними втратами для психічного та соматичного здоров'я, тобто з мінімальною «психофізіологічною ціною» адаптації [26].

Особливого значення у військовому лідерстві набувають стресостійкість, емоційна саморегуляція та розвинений емоційний інтелект лідера, оскільки психічний стан командира впливає на психічний стан підлеглих. Розуміння емоційного стану підлеглих дає змогу командиру дозувати навантаження та своєчасно застосовувати методи психологічної підтримки. Отже, емоційна саморегуляція лідера є важливим чинником стабільності системи військового управління.

Доктрина AJP-01 підкреслює значення лідерства в умовах невизначеності, людської вразливості та складності бойового середовища. У документі наголошується на значенні індивідуально-психологічних властивостей і особистого прикладу стійкості лідера для подолання хаосу та невизначеності бойових обставин [27].

Вольовий чинник включає рішучість, відповідальність, цілеспрямованість, самоконтроль, здатність діяти в умовах ризику та готовність ухвалювати складні рішення. Проте для адаптивного лідера особливого значення набуває вольова гнучкість як здатність наполегливо рухатися до мети, але своєчасно змінювати засоби її досягнення залежно від умов. Це відповідає американському військово-доктринальному розумінню поняття «адаптивність» (adaptability), яке широко використовується в підготовці військових лідерів у системі НАТО. У військовій доктрині США адаптивність визначається через здатність розпізнавати зміни середовища, визначати критичні елементи нової ситуації та відповідно змінювати власні дії [28].

Комунікативний компонент. Адаптивний потенціал військового лідера реалізується через взаємодію з підлеглими, колегами, штабами та іншими суб'єктами військового управління. Психологічний аспект адаптивного лідерства полягає у створенні особливого мікроклімату в підрозділі, результатом якого є, насамперед, психологічна (особистісна) безпека членів бойової групи та підрозділу. Підлеглі не повинні боятися повідомляти погані новини, висловлювати альтернативні думки або визнавати помилки. Завдяки цьому покращується адаптація у групі. Важливим чинником адаптивного управління бойовим підрозділом є формування довіри як важливого інструменту підвищення згуртованості та зниження психічної напруги. Коли особовий склад довіряє компетентності та моральним якостям командира, рівень тривожності знижується, що вивільняє когнітивні ресурси для виконання бойових завдань.

Доктрина AJP-01 прямо підкреслює, що ефективне лідерство в сучасному операційному середовищі має розглядатися як система лідерів, які взаємодіють по вертикалі та горизонталі [27]. Це дає змогу стверджувати, що адаптивність військового лідера повинна оцінюватися не тільки за його індивідуальними характеристиками, а й за здатністю підвищувати адаптивність групи та підрозділу загалом.

Поведінковий компонент є безпосередньою реалізацією адаптивного ресурсу в бойовій діяльності. Він передбачає поведінкову гнучкість, ініціативність, оперативність, здатність змінювати поведінкові стратегії, готовність діяти за неповної інформації, використовувати набутий досвід у поточній діяльності та майбутніх ситуаціях.

У цьому контексті особливо важливим є підхід НАТО до освіти, індивідуальної та колективної підготовки військовослужбовців, який розглядає освіту як засіб розвитку знань і компетентностей, індивідуальну підготовку – як розвиток навичок виконання конкретних завдань, колективну підготовку – як практичне застосування цих навичок, а навчання через вправи – як спосіб перевірки та оцінювання готовності до діяльності [29].

Отже, адаптивність повинна формуватися шляхом поєднання теоретичного, ситуаційного, практичного та сценарного навчання. Таке навчання

моделює невизначеність і спонукає лідера перебудовувати тактичні та стратегічні рішення.

Рефлексивний компонент включає здатність лідера аналізувати власні рішення, усвідомлювати помилки, оцінювати власний психологічний стан, використовувати соціальну підтримку та відновлювати психологічні ресурси. Тут концепція адаптивності військового лідерства узгоджується з підходом НАТО до постійного розвитку військових спроможностей [30].

Психологічний розвиток адаптивного військового лідера є не лише завданням психологічної підготовки, а й складовою розвитку військової спроможності. НАТО визначає військову спроможність (military capability) як здатність створювати необхідний ефект через інтегровану сукупність таких аспектів, як доктрина, організація, підготовка, матеріальні засоби, розвиток лідерства, персонал, інфраструктура та взаємосумісність [30]. Тобто психологічні характеристики командира мають розглядатися не тільки як індивідуальні властивості, а й як чинники, що впливають на спроможність підрозділу виконувати завдання. У цьому контексті адаптивний ресурс лідера може бути представлений як своєрідний «психологічний множник» військової спроможності: високий рівень адаптивності дає змогу ефективніше використовувати наявні ресурси, технології, інформацію та персонал в ситуації, що стрімко змінюється.

Висновки. Адаптивність військового лідера є інтегральним психологічним утворенням, яке забезпечує здатність ефективно діяти в умовах невизначеності, ризику, стресу та динамічної зміни обстановки з мінімальною «психофізіологічною ціною» адаптації.

Психологічна структура адаптивності військового лідера включає мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий, комунікативний, поведінковий і рефлексивний компоненти. Аналіз доктринальних документів НАТО дає змогу стверджувати, що адаптивність військового лідера є концептуально пов'язаною з розвитком характеру та етики, ухваленням рішень, професійною компетентністю, командною взаємодією, підготовкою та безперервним професійним розвитком лідера.

Розвиток адаптивності військового лідера доцільно розглядати як окремий напрям психологічної підготовки та військової освіти, що має бути інтегрований до системи професійного розвитку військових лідерів.

Перспективним напрямом подальших досліджень є розроблення психологічної моделі та психодіагностичного інструментарію оцінювання адаптивних ресурсів військового лідера, а також створення тренінгових програм його цілеспрямованого розвитку з урахуванням вимог NATO Leadership Development.

Список літератури:

1. Heifetz R., Linsky M. Leadership on the Line: Staying Alive through the Dangers of Leading. Boston, MA: Harvard Business School Press. 2002. 241 pp. URL: https://www.oreilly.com/library/view/leadership-on-the/9781422148020/ (дата звернення: 20.05.2026)

2. Bass B, Avolio B. Improving Organizational Effectiveness Through Transformational Leadership. London, Sage publications. 1994. 238 pp. URL: https://ru.scribd.com/document/849774439/Bass-Avolio-Improving-Organizational-Effectiveness-Through-Transformational-Leadership (дата звернення: 22.05.2026)

3. Leadership and Ethics Reference Curriculum / Defence Education Enhancement Programme (DEEP). Brussels : NATO Headquarters, 2019. 148 p. URL: https://www.nato.int/content/dam/nato/webready/documents/deep/240719-deep-leadership-ethics-curr.pdf (дата звернення: 23.05.2026)

4. ADP 6-0, C2. Mission Command : Change No. 2 / Headquarters, Department of the Army. Washington, DC : Department of the Army, 2014. 17 pp. URL: https://adamdrake.com/static/ADP-6-0-Mission-Command.pdf (дата звернення: 25.05.2026)

5. Cîrdei I., Alixandrescu R. Military Leaders in the Face of Hybrid Threats: Building Resilience Through Adaptive Leadership. *Knowledge-Based Organization.* 2025. Vol. 31, № 1. P. 61–70. DOI: https://doi.org/10.2478/kbo-2025-0007

6. Hendra, Sumertha I. G., Priyanto. Exploring the Potential of Adaptive Leadership to Enhance Military Capabilities in Facing Hybrid Threat*. Formosa Journal of Social Sciences.* 2025. Vol. 4, № 2. P. 301–318. DOI: https://doi.org/10.55927/fjss.v4i2.353

7. Nilsson N., Weissmann M., Palmertz B. Hybrid Threats and the Intelligence Community: Priming for a Volatile Age. *International Journal of Intelligence and CounterIntelligence.* 2025. DOI: https://doi.org/10.1080/08850607.2024.2435265

8. Akturan A., Albayrak M. T., Arslan A. Adaptive Military Leadership in the Digital Age. *Bulletin of "Carol I" National Defence University*. 2025. Vol. 14, № 3. P. 29–58. DOI: https://doi.org/10.53477/2284-9378-25-35

9. Reivich, K., Seligman, P., McBride, S. Master resilience training in the U.S. Army. *American Psychologist*, 6. 2011. № 6(1), P. 25–34. DOI: https://doi.org/10.1037/a0021897

10. Maddi S. Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology.* July 2006. 1(3). 160–168. URL: https://aec6905spring2013.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/01/maddi-2006-hardiness-the-courage-to-grow-from-stresses.pdf (дата звернення: 27.05.2026)

11. Resilience Reference Curriculum / NATO Defence Education Enhancement Programme (DEEP). Brussels : NATO, 2025. 162 p. URL: https://www.nato.int/content/dam/nato/webready/documents/deep/DEEP-resilience-reference-curriculum-en.pdf (дата звернення: 28.05.2026)

12. Психологія військового лідерства: навчальний посібник [електронне видання] / І.А. Бурлакова, І.С. Остапенко, О.А. Герасимчук, О.В. Шевяков, О.М. Чередніченко. Житомир: Житомирська політехніка, 2023. 159 с. URL: https://eztuir.ztu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/8419/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F.pdf?sequence=1&isAllowed=y (дата звернення: 29.05.2026)

13. Лещенко С., Приходько І. Психологія військового лідерства: теорії, принципи, компетентності. *Психологія і суспільство.* 2024. Том 90. № 2. С. 157–178. DOI: https://doi.org/10.35774/pis2024.02.157

14. Алєщенко, В., Осьодло, В. Військове лідерство в умовах всеохоплюючої оборони. *Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень Національного університету оборони України*. 2024. № 1(80). С. 41–47. https://doi.org/10.33099/2304-2745/2024-1-80/41-48

15. Алєщенко В., Кокун, О. Психологічний супровід військовослужбовців у бойових умовах: виклики сучасності. *Психологічний часопис.* 2025. № 11(1). С. 18–33. https://doi.org/10.31108/1.2025.11.1.2

16. Золотов А. В. Сучасні моделі військового лідерства: порівняння доктрин США, НАТО та України. *Національні інтереси України : науково-практичний журнал.* 2025. № 10(15). С. 118–136. DOI: https://doi.org/10.52058/3041-1793-2025-10(15)-118-136

17. Свідерська О. Психологічні особливості адаптивного потенціалу осіб, котрі працюють в екстремальних ситуаціях. *Вісник Національного університету оборони України.* 2020. № 54(1). С. 153–159. DOI: https://doi.org/10.33099/2617-6858-2020-54-1-153-159

18. Fiedler F. A Theory of Leadership Effectiveness. New York : McGraw-Hill, 1967. 310 p. URL: https://archive.org/details/theoryofleadersh00fied (дата звернення: 01.06.2026)

19. Hersey P., Blanchard K. Management of Organizational Behavior: Utilizing Human Resources. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1969. 242 p. URL: https://books.google.com/books/about/Management_of_Organizational_Behavior.html?id=lS5HAAAAMAAJ

20. Burns J. Leadership / James MacGregor Burns. N.Y.: Harper and Row, 1978. 530 p.

21. Bass B. Transformational leadership: industrial, military, and educational impact / Bernard M. Bass. Mahwah, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates, 1998. 208 p.

22. Guerrero M. Understanding Adaptive Leadership. *NCO Journal.* 2025. 31 March. URL: https://www.armyupress.army.mil/Journals/NCO-Journal/Archives/2025/March/Understanding-Adaptive-Leadership/ (дата звернення: 03.06.2026).

23. Розов В.І. Психологія екстремальних ситуацій : адаптивність до стресу та психологічне забезпечення: науково-практичний посібник. Київ: КНТ, 2024. 711 с.

24. Розов В.І. Розвиток адаптивних здібностей особистості до стресів воєнного часу. *Габітус.* 2024. Вип. 57. С. 45–57. DOI: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.57.42

25. Biggs A.T. Military Stalemate and the Sunk Cost Fallacy: How Prior Actions BiasedProspective Decision-makingin the First World War. *Journal of Military & Strategic Studies,* 2026. Vol. 24. № 4. DOI: https://doi.org/10.55016/fvtbtm66

26. Розов В.І. Адаптивні антистресові психотехнології: навчальний посібник. Київ: Кондор, 2005. 276 с.

27. Allied Joint Publication AJP-01. Allied Joint Doctrine. Edition F, Version 1 [Electronic resource]. Brussels : NATO Standardization Office, 2022. URL: https://www.gov.uk/government/publications/ajp-01-d-allied-joint-doctrine (дата звернення: 20.06.2026).

28. Department of the Army. Developing Leaders (FM 6–22) [Electronic resource]. Washington, DC : Headquarters, Department of the Army, 2022. URL: https://www.army.mil/article/151526/army_publishes_new_doctrine_about_leader_development (дата звернення: 21.06.2026).

29. Bi-Strategic Command Education and Individual Training Directive (E&ITD) 075-007 [Electronic resource]. Brussels : NATO Allied Command Operations; Allied Command Transformation. URL: https://www.act.nato.int/ (дата звернення: 24.06.2026).

30. NATO. NATO Defence Planning Process Capability Development [Electronic resource]. Brussels : North Atlantic Treaty Organization. URL: https://www.nato.int/en/what-we-do/introduction-to-nato/nato-defence-planning-process (дата звернення: 26.06.2026).

Rozov V.I. PSYCHOLOGY OF MILITARY LEADER ADAPTABILITY: CONCEPTUAL AND APPLIED FOUNDATIONS

The article presents a theoretical analysis of the psychological foundations of military leader adaptability and substantiates its conceptual and practical significance in the context of contemporary warfare. It is demonstrated that the rapid transformation of armed conflicts, the growing level of uncertainty, information and cognitive threats, as well as the widespread integration of digital technologies and artificial intelligence, impose fundamentally new requirements on the personality of a military leader. The study argues that adaptability should be regarded as an integral psychological characteristic that ensures the effective performance of leadership functions, timely decision-making, the restructuring of operational strategies, and the maintenance of unit combat effectiveness under conditions of a dynamically changing operational environment.

The evolution of scientific approaches to adaptive leadership is analyzed, from situational and transformational leadership theories to the contemporary concept of adaptive leadership and NATO doctrinal approaches. Particular attention is given to the role of cognitive flexibility, psychological resilience, emotional self-regulation, digital adaptability, and organizational unlearning as key determinants of effective military leadership. The differences between adaptability, resilience, and stress resistance are substantiated, and their complementary role within the professional structure of military leadership is highlighted.

The paper proposes the author's definition of military leader adaptability as an integral polysystemic psychological characteristic of personality and develops its psychological structure, comprising motivational, cognitive, emotional-volitional, communicative, behavioral, and reflective components. It is emphasized that the development of adaptability should be considered not only as a task of psychological training for military personnel but also as an essential component of military capability development in accordance with contemporary NATO standards. Prospects for further research include the development of psychodiagnostic instruments for assessing military leaders' adaptability and the design of evidence-based programs aimed at its systematic development.

Keywords: *military leader adaptability, adaptive leadership, military leadership psychology, cognitive flexibility, psychological resilience, psychological structure of adaptability, military capability, the professional activities of a military leader.*

Дата першого надходження статті до видання: 05.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.98:615.8
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/12

Федорова І.М.
https://orcid.org/0009-0007-5654-0443
Криворізький державний педагогічний університет

МАЙНДФУЛНЕС-ОРІЄНТОВАНА АРТ-ТЕРАПІЯ У СТАБІЛІЗАЦІЇ ТА ІНТЕГРАЦІЇ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ

У статті представлено результати теоретичного обґрунтування та практичної апробації авторської програми майндфулнес-орієнтованої арт-терапії, спрямованої на стабілізацію психоемоційного стану та інтеграцію травматичного досвіду особистості. Актуальність дослідження зумовлена поширенням психотравмувальних подій та необхідністю пошуку психологічних підходів, які поєднують стабілізацію емоційного стану, розвиток усвідомленості, формування внутрішньої опори та безпечне опрацювання травматичного досвіду. Теоретичний аналіз дозволив розглянути психологічну травму як багатовимірний феномен, що впливає на емоційну, когнітивну, тілесну та соціальну сфери функціонування особистості. Особливу увагу приділено травмі прив'язаності, яка може бути пов'язана з порушенням базового відчуття безпеки, труднощами емоційної саморегуляції та формуванням деструктивних моделей міжособистісної взаємодії. Обґрунтовано доцільність поєднання майндфулнес-практик та арт-терапевтичних методів як взаємодоповнювальних засобів психологічного супроводу. Практичну частину дослідження реалізовано у форматі клінічного випадку. У дослідженні брала участь 25-річна клієнтка, яка звернулася зі скаргами на підвищену тривожність, емоційну нестабільність, внутрішнє виснаження, труднощі у побудові близьких стосунків та повторювані деструктивні сценарії у взаєминах. Авторська програма складалася з десяти індивідуальних сесій і передбачала послідовний перехід від стабілізації до усвідомлення, опрацювання та інтеграції травматичного досвіду. Для оцінювання динаміки психологічного стану використано шкалу депресії А. Бека, шкалу ситуативної та особистісної тривожності Ч. Спілбергера – Ю. Ханіна, Mindful Attention Awareness Scale (MAAS) та проєктивну методику «Незакінчені речення». Порівняльний аналіз результатів до та після реалізації програми засвідчив позитивну динаміку: показник за шкалою депресії А. Бека знизився з 19 до 3 балів, показник MAAS підвищився з 2,5 до 4,1 бала, а показник особистісної тривожності зменшився з 48 до 34 балів. Отримані результати розглядаються як позитивна динаміка в межах дослідженого клінічного випадку та як підстава для подальшого вивчення можливостей застосування майндфулнес-орієнтованої арт-терапії у роботі з травматичним досвідом.

Ключові слова: *психологічна травма, травма прив'язаності, майндфулнес, арт-терапія, усвідомленість, емоційна саморегуляція, травматичний досвід, психологічний супровід.*

Постановка проблеми. Сучасні соціальні умови, зокрема воєнні події, вимушене переміщення, втрата близьких, насильство та інші психотравмувальні обставини, актуалізують потребу в доступних та науково обґрунтованих способах психологічної допомоги особам, які пережили травматичний досвід. Психологічна травма може впливати не лише на емоційний стан людини, а й на її здатність до саморегуляції, побудови міжособистісних стосунків, відчуття безпеки та формування життєвих перспектив. Особливого значення набуває проблема травми прив'язаності, яка може формуватися внаслідок порушення емоційно безпечного зв'язку дитини зі значущими дорослими. Такий досвід здатний впливати на довіру, самооцінку, емоційну регуляцію та моделі близьких стосунків. У психологічній допомозі важливим є не лише зменшення окремих симптомів, а й відновлення відчуття безпеки, розвиток навичок емоційної саморегуляції та поступове включення пережитого досвіду в цілісну життєву історію [16, с. 96–99].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній психології травматичний досвід розглядається як процес, який може змінювати способи емоційного реагування, сприйняття себе

© Федорова І.М., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

та інших, характер міжособистісної взаємодії й здатність до саморегуляції. Особливого значення набуває травма прив'язаності. Теорія прив'язаності Дж. Боулбі виходить із того, що ранній емоційний зв'язок дитини зі значущим дорослим формує внутрішні робочі моделі себе, інших людей та світу. Майндфулнес у цьому підході розглядається як засіб розвитку здатності помічати власний досвід у теперішньому моменті, а також як інструмент розвитку усвідомленості та саморегуляції. Арт-терапія, своєю чергою, надає можливість працювати з досвідом через образ, символ, метафору та творчу діяльність, що особливо значущо у випадках, коли переживання складно безпосередньо вербалізувати. Запропонований підхід базується не на механічному поєднанні двох методів, а на їх функціональному розподілі: майндфулнес забезпечує переважно стабілізаційний та усвідомлювальний компонент роботи, тоді як арт-терапія створює додаткові можливості для символізації, осмислення та інтеграції досвіду [3, с. 81; 2, с. 230–241; 4, с. 823–824; 16, с. 96–99].

Постановка завдання. Метою статті є теоретичне обґрунтування та практична апробація авторської програми майндфулнес-орієнтованої арт-терапії, спрямованої на стабілізацію психоемоційного стану та інтеграцію травматичного досвіду, а також аналіз динаміки психологічного стану клієнтки в процесі її реалізації. Відповідно до мети визначено такі завдання: проаналізувати психологічні підходи до розуміння травматичного досвіду та його наслідків; визначити можливості майндфулнес-практик у стабілізації психоемоційного стану; розкрити можливості арт-терапії в усвідомленні та інтеграції травматичного досвіду; представити структуру авторської програми; проаналізувати динаміку психологічних показників до та після її реалізації.

Виклад основного матеріалу. Емпіричне дослідження проведено у форматі клінічного випадку. У ньому брала участь 25-річна клієнтка, яка звернулася у зв'язку з підвищеною тривожністю, емоційною нестабільністю, внутрішнім виснаженням, труднощами у побудові близьких стосунків та повторюваними деструктивними сценаріями взаємин. Дослідження складалося з трьох послідовних етапів: первинного психологічного обстеження; реалізації авторської програми з десяти індивідуальних сесій; повторної психодіагностики та якісного аналізу змін. Для оцінювання динаміки використано шкалу депресії А. Бека, шкалу ситуативної та особистісної тривожності Ч. Спілбергера – Ю. Ханіна, MAAS та проєктивну методику «Незакінчені речення». У магістерській роботі зазначено наявність письмової інформованої згоди на участь у дослідженні та використання анонімізованих матеріалів у наукових цілях.

Авторська програма. Авторська програма розроблена на основі поєднання майндфулнес як засобу стабілізації та розвитку усвідомленості й арт-терапії як засобу символізації та інтеграції травматичного досвіду. Десять сесій об'єднано у три послідовні етапи. Перший етап: стабілізація психоемоційного стану (1–3 сесії): встановлення терапевтичного контакту, первинна діагностика, формування психологічної безпеки та розвиток базових навичок саморегуляції. Другий етап: усвідомлення та опрацювання травматичного досвіду (4–7 сесії): дослідження дитячого досвіду, емоційних потреб, сімейних та партнерських сценаріїв із використанням mindfulness-практик, емоційно-образної терапії, арт-терапії та рефлексивних технік. Третій етап: інтеграція травматичного досвіду та закріплення результатів (8–10 сесії): усвідомлення особистісних змін, активізація внутрішніх ресурсів, формування нового образу «Я», повторна психодіагностика та закріплення набутих навичок.

Результати дослідження. Після завершення десятої сесії проведено повторне психодіагностичне обстеження. Показник за шкалою депресії А. Бека знизився з 19 до 3 балів. Показник MAAS підвищився з 2,5 до 4,1 бала. Рівень особистісної тривожності за Спілбергером – Ханіним знизився з 48 до 34 балів. Кількісні показники розглядалися разом із якісними матеріалами психологічної роботи: рефлексивними висловлюваннями, спостереженнями та продуктами арт-терапевтичної діяльності [4, с. 823–824].

Обговорення результатів. Позитивну динаміку доцільно розглядати у зв'язку зі структурою авторської програми. На першому етапі увага приділялася психологічній безпеці, стабілізації та саморегуляції; на другому: роботі з дитячим досвідом, емоційними потребами та міжособистісними сценаріями; на третьому: інтеграції змін та закріпленню результатів. Таке поетапне поєднання майндфулнес-практик та арт-терапевтичних технік є важливою особливістю програми. Водночас дослідження проводилося на одному клінічному випадку, без контрольної групи, тому виявлену позитивну динаміку не можна трактувати як доказ загальної ефективності програми. Отримані результати доцільно розглядати як попередні дані, що потребують перевірки на ширших вибірках та в порівняльному дизайні.

Висновки. У статті представлено результати теоретичного обґрунтування та практичної апробації авторської програми майндфулнес-орієнтованої арт-терапії, спрямованої на стабілізацію психоемоційного стану та інтеграцію травматичного досвіду. У межах дослідженого клінічного випадку після реалізації програми виявлено позитивну динаміку основних психодіагностичних показників: зниження показника депресивних проявів за шкалою Бека з 19 до 3 балів, підвищення MAAS з 2,5 до 4,1 бала та зниження особистісної тривожності з 48 до 34 балів. Запропоноване поєднання майндфулнес-практик та арт-терапевтичних технік можна розглядати як перспективний напрям психологічного супроводу осіб із травматичним досвідом. Водночас результати мають характер попередніх даних через одноосібний клінічний дизайн. Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні вибірки, використанні порівняльних груп та проведенні віддалених вимірювань.

Деталізація реалізації авторської програми. Практична реалізація програми відбувалася у дистанційному форматі один раз на тиждень із використанням платформи Zoom. Такий формат, за описом у магістерському дослідженні, був зумовлений безпековою ситуацією та дозволив зберегти регулярність психологічного супроводу. Для арт-терапевтичної роботи використовувалися доступні клієнтці творчі матеріали, а створені роботи ставали предметом подальшої рефлексії під час консультацій.

Сесія 1. Первинне звернення, діагностика та формування терапевтичного контакту.

Першу сесію було спрямовано на встановлення довірливого контакту, визначення запиту, первинне оцінювання психоемоційного стану та ознайомлення клієнтки з логікою подальшої роботи. Під час клінічної бесіди виявлено емоційне виснаження, труднощі у партнерських стосунках, переживання покинутості та внутрішню нестабільність. Первинна психодіагностика показала помірно виражені депресивні прояви, високий рівень особистісної тривожності та низький рівень усвідомленості. Після психоедукації застосовано коротку практику усвідомленого дихання. Домашня практика передбачала щоденне виконання дихальної вправи, спостереження за емоціями та ведення щоденника автоматичних думок.

Сесія 2. Доступ до глибинних переживань через проективну методику.

На другій сесії проаналізовано виконання домашнього завдання та результати методики «Незакінчені речення». У матеріалі проявилися переживання, пов'язані зі страхом покинутості, труднощами довіри та дефіцитом психологічної безпеки. Для стабілізації використано техніку «Безпечне місце» у поєднанні з mindfulness-практикою та рефлексією. Важливою була не інтенсифікація травматичного матеріалу, а формування можливості спостерігати його у безпечнішому контексті.

Сесія 3. Робота з дитячим досвідом та формування внутрішньої опори.

Після короткої mindfulness-практики клієнтка звернулася до дитячих спогадів, пов'язаних із розлученням батьків. В емоційно-образній роботі досліджувалися страх, самотність і потреба в підтримці. Арт-терапевтична вправа «Безпечний простір» дала змогу символічно відобразити формування внутрішнього відчуття захищеності. Таким чином, робота з дитячим матеріалом поєднувалася з пошуком актуальних ресурсів, а не лише з відтворенням складних спогадів.

Сесія 4. Усвідомлення емоційних потреб та внутрішньої нестабільності.

Четверта сесія була присвячена актуальним емоційним потребам і внутрішнім ресурсам. Після вправи на заземлення клієнтка змогла чіткіше усвідомити потребу у близькості, підтримці та безпечних стосунках, а також визначити ресурси, які допомагають їй долати складні життєві ситуації. Важливою частиною роботи стало ведення щоденника емоцій і продовження практик саморегуляції.

Сесія 5. Робота з образом батьків та внутрішнім сімейним конфліктом.

На п'ятій сесії увагу зосереджено на внутрішніх образах матері та батька і переживаннях, пов'язаних із розлученням батьків. Після усвідомленого дихання використовувалася емоційно-образна робота та рефлексія. За описом клінічного випадку, клієнтка змогла прийняти можливість зберігати позитивне ставлення до обох батьків без попереднього внутрішнього конфлікту. Наприкінці зустрічі відзначалося зменшення емоційної напруги та більше прийняття власної сімейної історії.

Сесія 6. Родові сценарії та формування образу бажаної сім'ї.

Шоста сесія була спрямована на дослідження родинних моделей і їхнього впливу на уявлення про майбутнє сімейне життя. За допомогою mindfulness-практики «Опора в тілі», емоційно-образної терапії та арт-терапевтичної вправи «Образ бажаної сім'ї» клієнтка створила символічне бачення взаємин, у якому були

представлені любов, взаємна підтримка, безпека та емоційна близькість. Рефлексія дозволила пов'язати цей образ із власними переконаннями та очікуваннями.

Сесія 7. Трансформація партнерського сценарію через МАК та арт-терапію.

Сьома сесія була присвячена партнерським стосункам. За допомогою метафоричних асоціативних карт клієнтка досліджувала переживання страху покинутості, ревнощів та емоційної залежності. Подальша арт-терапевтична робота була спрямована на створення нового образу партнерських взаємин, заснованого на повазі, довірі, близькості та безпеці. У такий спосіб попередній досвід ставав матеріалом для усвідомлення сценарію, а не його автоматичного повторення.

Сесія 8. Усвідомлення особистісних змін та виявлення внутрішніх ресурсів.

На восьмій сесії клієнтка порівнювала власний стан на початку та в процесі психологічної роботи. Вправа «Я на початку і зараз» та робота з метафоричними картами були спрямовані на усвідомлення змін, розвиток самоцінності та навичок самопідтримки. Відповідно до опису магістерського дослідження, клієнтка відзначала більшу внутрішню впевненість, здатність приймати себе та ефективніше справлятися з емоційними труднощами.

Сесія 9. Інтеграція нового образу «Я» та відпускання минулого.

Дев'ята сесія була спрямована на закріплення позитивного образу себе та інтеграцію особистісних змін. Арт-терапевтична вправа «Моє нове Я», емоційно-образна терапія, робота з метафоричними картами та практика вдячності дозволили символічно закріпити нові життєві орієнтири. У клінічному описі зазначено позитивні зміни у ставленні клієнтки до себе та міжособистісної взаємодії.

Сесія 10. Завершення психологічної роботи та закріплення результатів.

На завершальній сесії проведено повторну психодіагностику, аналіз динаміки, підсумкову рефлексію та сформульовано рекомендації щодо подальшої самостійної роботи. Клієнтка відзначила зниження тривожності, покращення емоційної саморегуляції, підвищення усвідомленості та більш позитивне ставлення до себе. Домашні рекомендації включали продовження mindfulness-практик, використання арт-терапевтичних технік як засобу самопідтримки та звернення за психологічною допомогою за потреби.

Узагальнення динаміки програми. Отже, структура десяти сесій демонструє внутрішню послідовність програми. На початковому етапі домінували завдання встановлення контакту, діагностики та стабілізації; далі фокус зміщувався до усвідомлення емоційних потреб, сімейного досвіду та партнерських сценаріїв; на завершальному етапі основними стали інтеграція змін, розвиток самоцінності та закріплення навичок саморегуляції. Така побудова узгоджується з вихідною концепцією авторської програми, у якій майндфулнес виконує стабілізаційну й усвідомлювальну функції, а арт-терапія – функції символізації та інтеграції.

Особливо важливим є те, що психологічна робота здійснювалася поступово. У магістерському дослідженні прямо зазначено, що другий етап розпочинався після досягнення достатнього рівня емоційної стабілізації та формування безпечного терапевтичного простору. Це дозволило звертатися до дитячого й травматичного матеріалу не як до самоцілі, а як до частини процесу його усвідомлення та інтеграції.

Якісні зміни доповнювалися кількісними. На початку програми клієнтка характеризувалася високою особистісною тривожністю, помірно вираженими депресивними проявами та низьким рівнем усвідомленої уваги. Під час завершальних сесій у клінічному описі фіксуються більша відкритість у вираженні переживань, здатність розпізнавати емоції без надмірної самокритики, поява реалістичних життєвих планів і відчуття власної цінності.

Окремим якісним індикатором у дослідженні виступали арт-терапевтичні роботи. У матеріалах магістерської зазначено, що на початку програми переважали образи самотності, темні кольори та символи небезпеки, тоді як надалі з'являлися елементи захисту, світліші кольори, образи підтримки та внутрішнього ресурсу. У завершальних роботах переважали цілісні композиції, образи розвитку та внутрішньої сили. Ці спостереження не розглядаються як самостійний доказ ефективності, але доповнюють психодіагностичні дані та допомагають описати процес змін.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки рукопису автор використовувала інструмент ChatGPT для мовностилістичного редагування, структурування та технічного опрацювання тексту. Науковий зміст дослідження, методологія, емпіричні дані, їх аналіз та висновки належать автору. Автор перевірила зміст рукопису та несе відповідальність за його достовірність, оригінальність і якість.

Список літератури:

1. Ainsworth M. D. S., Blehar M. C., Waters E., Wall S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1978.
2. Bishop S. R., Lau M., Shapiro S. et al. Mindfulness: A Proposed Operational Definition. *Clinical Psychology: Science and Practice*. 2004. Vol. 11, No. 3. P. 230–241. DOI: 10.1093/clipsy.bph077.
3. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. New York: Basic Books, 1969.
4. Brown K. W., Ryan R. M. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003. Vol. 84, No. 4. P. 822–848. DOI: 10.1037/0022-3514.84.4.822.
5. Cassidy J., Shaver P. R. (Eds.). Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications. 3rd ed. New York: Guilford Press, 2016.
6. Herman J. L. Trauma and Recovery. New York: Basic Books, 1992.
7. Kabat-Zinn J. Full Catastrophe Living. New York: Delacorte Press, 1990.
8. Levine P. A. In an Unspoken Voice. Berkeley: North Atlantic Books, 2010.
9. Malchiodi C. A. The Art Therapy Sourcebook. 2nd ed. New York: McGraw-Hill, 2007.
10. Siegel D. J. The Developing Mind. 3rd ed. New York: Guilford Press, 2020.
11. Spielberger C. D. Manual for the State-Trait Anxiety Inventory. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1983.
12. Van der Kolk B. The Body Keeps the Score. New York: Viking, 2014.
13. Yin R. K. Case Study Research and Applications: Design and Methods. 6th ed. Thousand Oaks: Sage Publications, 2018.
14. Вознесенська О. Л., Сидоркіна М. Ю. Арт-терапія у подоланні психічної травми: програма курсу підвищення кваліфікації. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2015.
15. Гундертайло Ю. Д. Використання арт-терапевтичних методів для накопичення ресурсів особами, що пережили травматичні події. Київ: Міленіум, 2015. С. 57–67.
16. Пасько К. М. Психологічні особливості роботи з травмою у методі арт-терапії. *Психологія і суспільство*. 2025. № 1. DOI: https://doi.org/10.32782/psyspu/2025.1.17

Fedorova I.M. MINDFULNESS-ORIENTED ART THERAPY IN THE STABILIZATION AND INTEGRATION OF TRAUMATIC EXPERIENCE

The article presents the theoretical substantiation and practical approbation of an author-developed mindfulness-oriented art therapy program aimed at stabilizing the emotional state and supporting the integration of traumatic experience. The theoretical analysis considers psychological trauma as a multidimensional phenomenon affecting emotional, cognitive, bodily, and social functioning. Particular attention is paid to attachment trauma and difficulties in emotional regulation, trust, safety, and interpersonal relationships. The empirical part was conducted as a clinical case. The participant was a 25-year-old female client with increased anxiety, emotional instability, internal exhaustion, difficulties in close relationships, and recurrent maladaptive interpersonal patterns. The author-developed program consisted of ten individual sessions and followed a gradual transition from stabilization to awareness, processing, and integration of traumatic experience. Assessment included the Beck Depression Inventory, the Spielberger–Khanin State-Trait Anxiety Inventory, the Mindful Attention Awareness Scale (MAAS), and the "Incomplete Sentences" projective technique. Comparison of initial and final results showed positive dynamics: the Beck score decreased from 19 to 3 points, the MAAS score increased from 2.5 to 4.1 points, and trait anxiety decreased from 48 to 34 points. The findings are interpreted as positive dynamics within the investigated clinical case rather than evidence of general program effectiveness. The single-case design and absence of a control group determine the need for further research with larger samples and comparative designs.

Keywords: *psychological trauma, attachment trauma, mindfulness, art therapy, awareness, emotional self-regulation, traumatic experience, psychological support.*

Дата першого надходження статті до видання: 17.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 14.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.944.4:159.923.2
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/13

Харaджи М.В.
https://orcid.org/0000-0003-0454-7620
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Хоменко Т.В.
https://orcid.org/0009-0006-1100-5001
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

ОСОБЛИВОСТІ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ В ДОРОСЛОМУ ВІЦІ ЗАСОБАМИ ТЕХНІК ПСИХІЧНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ

У статті здійснено теоретичний аналіз особливостей подолання стресу в дорослому віці засобами технік психічної саморегуляції. Актуальність дослідження зумовлена зростанням рівня психоемоційного навантаження, соціальної нестабільності, професійного виснаження та необхідності постійної адаптації людини до змінних умов сучасного життя. Визначено, що дорослий вік характеризується високим рівнем відповідальності, поєднанням професійних, сімейних і соціальних ролей, що підвищує ризик хронічного стресу, емоційного виснаження та порушення психологічного благополуччя особистості. У роботі проаналізовано сучасні вітчизняні та зарубіжні наукові підходи до розуміння сутності стресу, його психологічних механізмів та особливостей переживання у дорослому віці. Розкрито значення когнітивно-трансактного, ресурсного та біопсихосоціального підходів у поясненні процесів формування стресових реакцій і психологічної адаптації особистості. Встановлено, що ефективність подолання стресу значною мірою залежить від рівня розвитку психічної саморегуляції, емоційної стійкості, самоконтролю та здатності людини використовувати адаптивні копінг-стратегії. Уточнено сутність психічної саморегуляції як складного інтегративного утворення, що охоплює когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові механізми контролю власного психоемоційного стану. Проаналізовано основні групи технік психічної саморегуляції, зокрема фізіологічні, когнітивні, емоційно-рефлексивні та поведінкові методи. Висвітлено особливості використання дихальних вправ, прогресивної м'язової релаксації, mindfulness-практик, аутогенного тренування, технік візуалізації та емоційної саморефлексії у процесі подолання стресу. Висвітлено значення технік психічної саморегуляції у зниженні психоемоційного напруження, підтриманні емоційної стійкості, відновленні внутрішніх ресурсів та збереженні психологічного благополуччя дорослої людини.

Ключові слова: *стрес, подолання стресу, дорослий вік, психічна саморегуляція, техніки психічної саморегуляції, емоційна саморегуляція, психоемоційне напруження, психологічна стійкість, копінг-стратегії, психологічне благополуччя.*

Постановка проблеми. Сучасні соціальні умови характеризуються високим рівнем психоемоційного навантаження, інформаційним перенасиченням, професійною нестабільністю та постійною необхідністю адаптації до змінних життєвих обставин. У дорослому віці стрес набуває особливої інтенсивності через поєднання професійної відповідальності, сімейних обов'язків, соціальних ролей та дефіциту часу на психологічне відновлення, що нерідко призводить до емоційного виснаження, тривожності та зниження якості життя.

У зв'язку з цим особливого значення набуває проблема розвитку навичок психічної саморегуляції як важливого внутрішнього ресурсу подолання стресу та підтримання психологічного благополуччя особистості. Використання сучасних технік психічної саморегуляції сприяє зниженню рівня внутрішнього напруження, формуванню емоційної стійкості, розвитку самоконтролю та підвищенню здатності людини конструктивно реагувати на стресогенні впливи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема стресу, психологічної стійкості та

© Харaджи М.В., Хоменко Т.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

психічної саморегуляції особистості є актуальним напрямом сучасних психологічних досліджень. Теоретичні підходи до розуміння стресу та механізмів його подолання висвітлено у працях Т. Циганчук [12], Д. Кравцова [3], К. Компанець та І. Науменко [2], де стрес розглядається як складний психофізіологічний феномен, пов'язаний із процесами адаптації особистості. У зарубіжних дослідженнях М. Фовер, Е. Кларк, К. Шварц [13], А. Максуд, С. Гул, Н. Нурін, А. Ясві [15], Ф. Гасемі, Д. Беверсдорф, К. Герман [14] акцентується увага на ролі емоційної регуляції, когнітивної оцінки ситуації та копінг-стратегій у подоланні стресу. Питання психічної саморегуляції та ефективності її технік розкрито у працях О. Кулешової та О. Росолович [4], Д. Романовської [6], У. Михайлишин та І. Шмідзен [5], А. Рочняка [8]. Попри значну кількість наукових праць, проблема подолання стресу в дорослому віці засобами психічної саморегуляції потребує подальшого теоретичного узагальнення.

Постановка завдання. Мета статті – теоретично проаналізувати особливості подолання стресу в дорослому віці засобами технік психічної саморегуляції, визначити психологічні механізми саморегуляції особистості та обґрунтувати ефективність сучасних технік психічної саморегуляції у зниженні психоемоційного напруження й підтриманні психологічної стійкості дорослої людини.

Виклад основного матеріалу. Сучасні умови життя характеризуються підвищеним психоемоційним навантаженням, інформаційним перенасиченням і тривалим впливом стресогенних чинників. У дорослому віці це поєднується з виконанням професійних, сімейних і соціальних ролей, що підвищує значення психічної саморегуляції як ресурсу збереження емоційної рівноваги та подолання стресу.

У сучасній психології стрес розглядається як багаторівневий феномен, що охоплює психофізіологічні, емоційні, когнітивні та поведінкові реакції. Т. Циганчук визначає його як індивідуально зумовлену реакцію на ситуацію, що супроводжується емоційними переживаннями та змінами у психічній, поведінковій і психосоматичній сферах, виокремлюючи клініко-фізіологічний і психологічний підходи до його вивчення [12]. Д. Кравцов [3] трактує стрес як стан психічної напруги, що може порушувати адаптаційні можливості особистості, та наголошує на значенні психологічної адаптації, емоційної стійкості й ресурсів подолання труднощів. К. Компанець та І. Науменко [2] розглядають стрес як результат взаємодії особистості й середовища та підкреслюють роль індивідуально-психологічних особливостей у визначенні вразливості людини до стресогенних впливів. Отже, у вітчизняних дослідженнях важливими ресурсами подолання стресу постають психологічна адаптація, емоційна стійкість і психічна саморегуляція.

Подібний комплексний підхід представлений у закордонних дослідженнях. М. Фовер, Е. М. Кларк та К. Е. Шварц розглядають стрес як багаторівневий психофізіологічний процес, на який впливають зовнішні стресори та попередній психологічний досвід особистості. Запропонована ними модель розвитку стресу інтегрує теорію Г. Сельє, когнітивний підхід Р. Лазаруса та біопсихосоціальну модель Дж. Енгеля, акцентуючи увагу на ризику формування хронічного стресу й алостатичного навантаження [13]. А. Максуд, С. Гул, Н. Нурін та А. Ясві [15] наголошують на ролі суб'єктивної когнітивної оцінки ситуації, яка визначає вибір копінг-стратегій, емоційну регуляцію та характер психологічної адаптації. Ф. Гасемі, Д. Беверсдорф та К. Герман [14] розглядають стрес у межах біопсихосоціального підходу та підкреслюють значення когнітивно-поведінкових методів, соціальної підтримки й розвитку навичок його подолання.

Вітчизняні та закордонні дослідження засвідчують, що переживання стресу визначається взаємодією зовнішніх стресогенних чинників, індивідуально-психологічних особливостей і внутрішніх ресурсів особистості. У зв'язку з цим психічна саморегуляція виступає важливим ресурсом адаптивного реагування та подолання стресу в дорослому віці.

Особливості переживання стресу у дорослому віці значною мірою зумовлені високим рівнем соціальної відповідальності, необхідністю виконання професійних, сімейних і міжособистісних ролей, а також постійною потребою адаптації до змінних умов життя. На відміну від інших вікових періодів, стрес у дорослому віці часто має хронічний характер та пов'язаний не лише з окремими кризовими подіями, а з тривалим психоемоційним навантаженням, дефіцитом часу на відновлення та накопиченням внутрішнього напруження.

Важливими чинниками розвитку стресу у дорослих є професійне перевантаження, емоційне вигорання, економічна нестабільність, сімейні труднощі та високий рівень відповідальності. Тривале психоемоційне напруження може спричиняти тривожність, емоційне виснаження, порушення сну, дратівливість і психосоматичні прояви. Особливістю дорослого віку є необхідність збереження

зовнішньої стабільності навіть в умовах внутрішнього психологічного перевантаження.

За таких умов психічна саморегуляція виступає важливим ресурсом підтримання психологічної рівноваги та подолання стресу. Сформованість навичок саморегуляції сприяє контролю емоційних реакцій, своєчасному розпізнаванню психоемоційного перенапруження та відновленню внутрішніх ресурсів особистості.

О. Кулешова та О. Росолович розглядають психічну саморегуляцію як здатність особистості усвідомлено керувати емоційними станами, поведінкою та внутрішніми психічними процесами. Вона виступає важливим механізмом психологічної адаптації, що забезпечує емоційну рівновагу та ефективне подолання психоемоційного напруження [4]. Н. Сергієнко та О. Сугак визначають психічну саморегуляцію як систему складних реакцій, що координують психофізіологічний стан людини відповідно до вимог середовища та охоплюють інтелектуальні, емоційні, мотиваційні й вольові аспекти [9].

О. Фурс характеризує структуру психічної саморегуляції як «сукупність рефлексивно-суб'єктних елементів, які зберігаються при змінах умов діяльності» [11, с. 47] та виокремлює ціннісно-мотиваційний, когнітивний, емоційно-вольовий і поведінково-діяльнісний компоненти. Д. Романовська [6] акцентує увагу на емоційній саморегуляції як здатності усвідомлювати, контролювати й коригувати емоційні реакції, що сприяє зниженню психоемоційного напруження та підтриманню психологічної стійкості в умовах стресу.

Психічна саморегуляція є інтегративним утворенням, що поєднує когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові механізми й забезпечує здатність особистості конструктивно реагувати на стресогенні впливи та зберігати внутрішню стабільність.

Особливої актуальності проблема психічної саморегуляції набуває у дорослому віці, оскільки саме цей період пов'язаний із високим рівнем соціальної відповідальності, професійними труднощами, необхідністю прийняття важливих рішень та постійною адаптацією до змінних умов життя. Психоемоційне перевантаження у дорослому віці може проявлятися у формі тривожності, емоційного виснаження, дратівливості, порушення сну, зниження концентрації уваги, психосоматичних розладів та втрати внутрішніх ресурсів. Тривалий вплив стресогенних чинників негативно позначається не лише на психологічному стані особистості, а й на її професійній діяльності, міжособистісних взаєминах та загальній якості життя.

Ю. Ахтирська, Н. Завацька, І. Родченкова та К. Голобородько [1] зазначають, що високий рівень саморегуляції пов'язаний із самовладанням, наполегливістю, контролем емоцій та здатністю долати фруструючі впливи, тоді як її недостатня сформованість може супроводжуватися емоційною нестабільністю й конфліктністю.

У. Михайлишин та І. Шмідзен [5] розглядають методи психічної саморегуляції як засоби свідомого впливу на психоемоційний стан, що сприяють зниженню стресу й емоційного напруження, відновленню внутрішніх ресурсів та підвищенню психологічної стійкості. Отже, техніки психічної саморегуляції є важливим ресурсом підтримання психологічної рівноваги та формування адаптивного реагування на стресогенні чинники.

Техніки психічної саморегуляції можна умовно поділити на декілька основних груп залежно від механізму їх впливу на психоемоційний стан особистості. До фізіологічних технік належать дихальні вправи, нервово-м'язова релаксація та методи тілесного розслаблення, спрямовані на зниження рівня фізичного напруження та стабілізацію роботи нервової системи. Когнітивні техніки охоплюють самонавіювання, позитивну переоцінку ситуації, аутогенне тренування та способи свідомого контролю негативних думок. Емоційно-рефлексивні методи передбачають розвиток емоційної усвідомленості, медитативні практики, візуалізацію та саморефлексію, що сприяють усвідомленню власних переживань і зниженню внутрішнього напруження. До поведінкових технік належать контроль поведінкових реакцій, переключення діяльності, формування адаптивних копінг-стратегій та розвиток навичок конструктивного реагування у стресогенних ситуаціях.

Психічна саморегуляція розглядається як свідомий процес управління психоемоційним станом, спрямований на зниження внутрішнього напруження та відновлення психологічних ресурсів. А. Рочняк [8] до ефективних методів психічної саморегуляції відносить нервово-м'язову релаксацію, аутогенне та ідеомоторне тренування, сенсорну репродукцію образів. Зазначені техніки ґрунтуються на концентрації уваги, самонавіюванні та довільному розслабленні, що сприяє стабілізації емоційного стану й подоланню стресу.

У. Михайлишин та І. Шмідзен [5] підкреслюють, що техніки психічної саморегуляції є ефективним засобом профілактики та подолання стресу. До найбільш поширених методів автори відносять антистресове дихання, медитацію, релаксацію, візуалізацію та аутогенне тренування,

використання яких сприяє зниженню тривожності, емоційної напруги та формуванню психологічної стійкості особистості.

Важливо зазначити, що ефективність технік психічної саморегуляції значною мірою залежить від регулярності їх використання, рівня усвідомленості особистості та здатності людини своєчасно розпізнавати власні емоційні стани. Систематичне застосування дихальних вправ, технік м'язового розслаблення, медитативних практик і візуалізації сприяє зниженню рівня тривожності, покращенню концентрації уваги, нормалізації сну та відновленню емоційної рівноваги. Крім того, техніки психічної саморегуляції позитивно впливають на розвиток навичок самоконтролю, емоційної усвідомленості та психологічної гнучкості, що є важливими чинниками ефективного подолання стресу в дорослому віці.

Л. Тютюнник [10] виокремлює базальну емоційну, вольову та ціннісну саморегуляцію, а також поточну, ситуативну й довготривалу, що забезпечують адаптацію особистості, підтримання психічної рівноваги та контроль реакцій у складних життєвих ситуаціях.

Л. Романовська та М. Новак [7] наголошують на значенні емоційного, поведінкового й когнітивного компонентів саморегуляції, розвиток яких ґрунтується на саморефлексії, самомотивації та контролі стресу й сприяє адаптивному подоланню психоемоційного напруження.

Враховуючи зазначене, психічна саморегуляція виступає важливим внутрішнім ресурсом особистості, що забезпечує здатність людини підтримувати емоційну рівновагу, контролювати власні реакції та конструктивно долати стресогенні ситуації. Сформованість механізмів саморегуляції сприяє зниженню психоемоційного напруження, профілактиці емоційного виснаження та підвищенню психологічної стійкості в умовах сучасних соціальних викликів. У зв'язку з цим особливого значення набуває впровадження ефективних технік психічної саморегуляції як засобу подолання стресу в дорослому віці.

Методичні рекомендації щодо подолання стресу в дорослому віці засобами психічної саморегуляції повинні бути спрямовані насамперед на розвиток навичок емоційної усвідомленості, самоконтролю та своєчасного розпізнавання ознак психоемоційного перенапруження. Важливим є формування здатності людини усвідомлювати власні емоційні реакції, визначати джерела стресу та аналізувати способи реагування на складні життєві ситуації. Розвиток саморефлексії сприяє зниженню імпульсивності, підвищенню рівня емоційної стійкості та формуванню навичок конструктивного подолання стресогенних ситуацій.

Ефективним засобом психічної саморегуляції є систематичне використання дихальних технік, спрямованих на стабілізацію емоційного стану та зниження рівня внутрішнього напруження. Доцільним є застосування техніки «4–7–8», яка передбачає повільний вдих протягом чотирьох секунд, затримку дихання на сім секунд та повільний видих упродовж восьми секунд. Використання цієї техніки сприяє нормалізації фізіологічних реакцій організму, зменшенню тривожності та відновленню емоційної рівноваги.

Важливе значення у подоланні стресу має прогресивна м'язова релаксація Джекобсона, що ґрунтується на почерговому напруженні та розслабленні різних груп м'язів. Така практика допомагає усвідомити тілесні прояви стресу, знизити рівень психоемоційного напруження та досягти стану психофізичного розслаблення. Ефективними є також короткі mindfulness-практики, спрямовані на концентрацію уваги на власному диханні, тілесних відчуттях та емоційному стані без їх оцінювання. Це сприяє розвитку емоційної усвідомленості, психологічної гнучкості та здатності людини контролювати власні реакції у стресових ситуаціях.

У ситуаціях гострого психоемоційного напруження доцільним є використання техніки «емоційної паузи», що передбачає короткочасне свідоме припинення діяльності з подальшим переключенням уваги на власний емоційний і фізичний стан. Під час виконання вправи людині пропонується зосередитися на диханні, визначити власні емоції, тілесні відчуття та рівень внутрішнього напруження без їх пригнічення чи оцінювання. Така практика сприяє відновленню емоційного контролю, зниженню імпульсивності та формуванню навичок усвідомленого реагування.

Для підтримання психологічної рівноваги та збереження внутрішнього відчуття безпеки ефективною є вправа «безпечне місце», що передбачає створення уявного образу простору, пов'язаного зі спокоєм, захищеністю та емоційним комфортом. Систематичне використання цієї техніки сприяє зниженню рівня тривожності, емоційного виснаження та відновленню внутрішніх психологічних ресурсів особистості.

Важливими умовами подолання стресу є розвиток адаптивних копінг-стратегій та емоційної гнучкості, соціальна підтримка, фізична активність, дотримання балансу між працею й відпочинком. Водночас формування культури психічного

здоров'я передбачає усвідомлене ставлення до власного емоційного стану, своєчасне застосування технік саморегуляції та звернення по психологічну допомогу за потреби, що сприяє збереженню психологічної стійкості й благополуччя особистості.

Висновки. Подолання стресу в дорослому віці є актуальною проблемою в умовах тривалого психоемоційного навантаження, соціальної нестабільності та необхідності поєднання професійних, сімейних і соціальних обов'язків. Важливим ресурсом збереження психологічної рівноваги за таких умов є психічна саморегуляція, що охоплює когнітивні, емоційні, мотиваційні та поведінкові механізми. Її розвиток сприяє усвідомленню й контролю власних реакцій, зниженню внутрішнього напруження, підвищенню психологічної гнучкості та використанню адаптивних способів подолання стресу.

Теоретичний аналіз показав доцільність застосування технік психічної саморегуляції, зокрема дихальних вправ, прогресивної м'язової релаксації, медитативних практик, аутогенного тренування, візуалізації та прийомів усвідомленого регулювання емоцій. Систематичне використання таких технік сприяє стабілізації психоемоційного стану, відновленню внутрішніх ресурсів і підвищенню здатності конструктивно реагувати на стресогенні ситуації. Таким чином, психічна саморегуляція є важливим механізмом підтримання психологічної стійкості та благополуччя особистості в дорослому віці.

Перспективи подальших досліджень полягають в емпіричному вивченні ефективності різних технік психічної саморегуляції для окремих категорій дорослого населення та розробленні практичних програм психологічної підтримки й профілактики негативних наслідків стресу.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об'єктів як результатів академічної діяльності.

Список літератури:

1. Ахтирська Ю., Завацька Н., Родченкова І., Голобородько К. Психічна саморегуляція молоді у міжособистісній взаємодії в умовах проблемного соціуму. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2022. № 3 (59). С. 83–93. DOI: https://doi.org/10.33216/2219-2654-2022-59-3-83-93

2. Компанець К. А., Науменко І. О. Управління стресостійкістю персоналу підтриємства в сучасних умовах війни. XI міжнародної Науково-практичної конференції «Modern problems of science, education and society». 10.01. 2024. С. 293–297. URL: https://sciconf.com.ua/wp-content/uploads/2024/01/MODERN-PROBLEMS-OFSCIENCE-EDUCATION-AND-SOCIETY-8-10.01.2024.pdf (дата звернення: 12.08.2026).

3. Кравцов Д. Р. Поняття стресу та психологічної стійкості в межах різних теоретичних підходів. *Габітус*. 2020. Вип. 18. Т. 1. С. 112–116. DOI: https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.18.1.20.

4. Кулешова О. В., Росолович О. В. Особливості саморегуляції особистості в складних життєвих ситуаціях. *Modern strategies of global scientific solutions* : матеріали V International scientific and practical conference. Stockholm, Sweden : International Scientific Unity, 2023. С. 346–349.

5. Михайлишин У. Б., Шмідзен І. Ю. Методи психічної саморегуляції особистості. *Theoretical and science bases of actual tasks* : матеріали XXIII International Scientific and Practical Conference. Lisbon, Portugal, 2022. С. 548–550. URL: https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/42402 (дата звернення: 15.08.2026).

6. Романовська Д. Д. Розвиток емоційної саморегуляції педагогів України під час війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. № 3. С. 76–79. DOI: https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.3.15

7. Романовська Л., Новак М. Саморегуляція як ключова психологічна компетентність майбутнього соціального працівника. *Психологічні травелоги*. 2025. № 2. С. 259–266. DOI: https://doi.org/10.31891/PT-2025-2-25

8. Рочняк А. Ю. Методи саморегуляції психічних станів як засіб корекції стану баскетболістів. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2018. № 1 (15). С. 56–61. DOI: https://doi.org/10.32342/2522-411502018-0-15-56-6

9. Сергієнко Н. П., Сугак О. С. Психологічні особливості саморегуляції особистості. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2017. № 21.

10. Тютюнник Л. Саморегуляція як психологічний феномен. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. № 5 (87). С. 207–215. DOI: https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-87-5-207-215

11. Фурс О. Й. Психічна саморегуляція фахівців екстремальних видів діяльності: поняття, зміст, особливості та структура. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія*. 2017. Т. 1. Вип. 47. С. 44–49.

12. Циганчук Т. В. Стрес у професійній діяльності. *Проблеми сучасної психології*. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/11693/1/T_Tsyhanchuk_KPP_IL.pdf (дата звернення: 13.08.2026).

13. Fauver M., Clark E. M., Schwartz C. E. A new framework for understanding stress and disease: a developmental stress model applied to multiple sclerosis. *Frontiers in Integrative Neuroscience.* 2024. Vol. 18. URL: https://www.frontiersin.org/journals/integrativeneuroscience/articles/10.3389/fnint.2024.1393012/full (дата звернення: 13.08.2026).

14. Ghasemi F., Beversdorf D. C., Herman K. C. Stress and stress responses: A literature review from physiological mechanisms to intervention approaches. *Journal of Psychological Nursing.* 2024. URL: https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/18344909241289222 (дата звернення: 14.08.2026).

15. Maqsood A., Gul S., Noureen N., Yaswi A. Dynamics of Perceived Stress, Stress Appraisal, and Coping Strategies in an Evolving Educational Landscape. *Behavioral Sciences.* 2024. Vol. 14, No. 7. Article 532. https://doi.org/10.3390/bs14070532

Kharadzhy M.V., Khomenko T.V. FEATURES OF COPING WITH STRESS IN ADULTHOOD BY MEANS OF MENTAL SELF-REGULATION TECHNIQUES

The article provides a theoretical analysis of the peculiarities of coping with stress in adulthood through the use of mental self-regulation techniques. The relevance of the study is determined by the growing level of psycho-emotional stress, social instability, professional exhaustion, and the need for constant adaptation to changing conditions of modern life. It has been determined that adulthood is characterized by a high level of responsibility and the combination of professional, family, and social roles, which increases the risk of chronic stress, emotional exhaustion, and disturbances in an individual's psychological well-being. The paper analyzes modern Ukrainian and foreign scientific approaches to understanding the essence of stress, its psychological mechanisms, and the peculiarities of experiencing stress in adulthood. The significance of cognitive-transactive, resource-based, and biopsychosocial approaches in explaining the processes of stress response formation and psychological adaptation of the individual is revealed. It has been established that the effectiveness of coping with stress largely depends on the level of development of mental self-regulation, emotional stability, self-control, and the individual's ability to use adaptive coping strategies. The essence of mental self-regulation has been clarified as a complex integrative construct encompassing cognitive, emotional, motivational, and behavioral mechanisms for controlling one's psycho-emotional state. The main groups of mental self-regulation techniques, including physiological, cognitive, emotional-reflective, and behavioral methods, are analyzed. The article highlights the peculiarities of using breathing exercises, Jacobson's progressive muscle relaxation, mindfulness practices, autogenic training, visualization techniques, and emotional self-reflection in the process of coping with stress. The significance of mental self-regulation techniques in reducing psycho-emotional tension, maintaining emotional stability, restoring internal resources, and preserving the psychological well-being of adults is highlighted.

Keywords: *stress, stress coping, adulthood, mental self-regulation, mental self-regulation techniques, emotional self-regulation, psycho-emotional tension, psychological resilience, coping strategies, psychological well-being.*

Дата першого надходження статті до видання: 17.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 14.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 378. 159.9
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/14

Харченко С.І.
https://orcid.org/0009-0003-1451-9081
Білоцерківський національний аграрний університет

Зайцева О.Л.
https://orcid.org/0000-0003-4254-2433
Національний університет «Запорізька політехніка»

Харлай Л.О.
https://orcid.org/0000-0002-7633-933X
Державний заклад вищої освіти «Університет менеджменту освіти»

ІНТЕГРАЦІЯ МЕТОДІВ КРЕАТИВНОГО РОЗВИТКУ У ІНДИВІДУАЛЬНУ, ГРУПОВУ ТА СІМЕЙНУ ПСИХОТЕРАПІЮ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

У процесі дослідження авторами проаналізовано теоретичні засади інтеграції методів креативного розвитку в індивідуальну, групову та сімейну психотерапію у професійній підготовці майбутніх психологів. Досліджено потенціал творчих, інтерактивних, тренінгових, арттерапевтичних, асоціативних і проблемно-моделювальних методів у формуванні професійної готовності здобувачів освіти до здійснення психотерапевтичної діяльності. Актуальність дослідження підкреслюється трансформацією сучасної психологічної практики, зростанням складності запитів клієнтів, поширенням кризових і стресогенних станів та необхідністю підготовки психологів, здатних гнучко, творчо й професійно обґрунтовано проєктувати психотерапевтичну взаємодію. У процесі дослідження були використані системний, компетентнісний та інформаційний підходи, які дозволили комплексно розглянути професійну підготовку майбутніх психологів як цілісну систему взаємопов›язаних теоретичних, практичних і особистісно-професійних компонентів; визначити роль креативних методів у формуванні професійних компетентностей; систематизувати наукову інформацію щодо сучасних підходів до організації психотерапевтичної та тренінгової діяльності. Застосовано методи теоретичного аналізу, синтезу, систематизації та узагальнення наукових джерел. У результаті дослідження встановлено, що інтеграція методів креативного розвитку створює умови для поєднання теоретичної підготовки майбутніх психологів із практичним моделюванням реальних професійних ситуацій. Обґрунтовано, що в індивідуальній психотерапії креативні методи сприяють розвитку здатності до поглибленого аналізу переживань клієнта, професійної рефлексії та варіативного добору психологічних засобів. У груповій психотерапії вони забезпечують активізацію групової динаміки, формування навичок фасилітації, спостереження та управління міжособистісною взаємодією. У сімейно-психотерапевтичній роботі творчі методи сприяють системному аналізу сімейних зв›язків, ролей, комунікативних патернів і сценаріїв.

Ключові слова: *креативний розвиток, професійна підготовка, майбутні психологи, індивідуальна психотерапія, групова психотерапія, сімейна психотерапія, освітній процес.*

Постановка проблеми. Сучасні тенденції розвитку психологічної науки та психотерапевтичної практики зумовлюють трансформацію вимог до професійної підготовки майбутніх психологів. Динамічність соціальних процесів, зростання різноманітності психологічних запитів населення, поширення кризових і стресогенних ситуацій актуалізують потребу в підготовці фахівців, здатних гнучко реагувати на індивідуальні потреби клієнтів, проєктувати ефективну психотерапевтичну

© Харченко С.І., Зайцева О.Л., Харлай Л.О., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

взаємодію та творчо застосовувати професійний інструментарій. За таких умов оволодіння ґрунтовними теоретичними знаннями вже не може розглядатися як достатня передумова професійної компетентності психолога. Особливого значення набувають практичні вміння, розвинена професійна рефлексія, креативність, психологічна гнучкість та здатність добирати й модифікувати методи роботи відповідно до специфіки психотерапевтичної ситуації [1]. Аналіз наукових досліджень [8; 7; 3] дозволяє стверджувати, що професійна діяльність психолога передбачає застосування різних форматів психотерапевтичної взаємодії, серед яких індивідуальна, групова та сімейна психотерапія. Кожен із зазначених форматів характеризується специфічною структурою комунікації, особливостями терапевтичного контакту та механізмами психологічних змін. Це зумовлює необхідність формування у майбутніх психологів не лише здатності відтворювати засвоєні алгоритми професійної діяльності, а й готовності до творчого пошуку, варіативного мислення та конструювання нестандартних способів розв›язання професійних завдань.

Актуальність досліджуваної проблеми посилюється наявністю суперечностей між зростанням потреби психотерапевтичної практики у фахівцях із розвиненим творчим потенціалом та недостатньою системністю розвитку креативності в процесі їхньої професійної підготовки; між різноманітністю методів креативного розвитку й обмеженим методичним обґрунтуванням їх інтеграції в підготовку до індивідуальної, групової й сімейної психотерапії; між необхідністю моделювання реальних професійних ситуацій і переважанням традиційних репродуктивних форм навчання. З огляду на зазначене особливого значення набуває інтеграція методів креативного розвитку в професійну підготовку майбутніх психологів. Автори дослідження [5] відзначають, що використання творчих, проєктивних, асоціативних, рольових і проблемно-моделювальних методів потенційно забезпечує поєднання теоретичної підготовки з практичним досвідом, сприяє розвитку професійної уяви, дивергентного мислення та рефлексивних умінь. Водночас їх застосування дає змогу моделювати ситуації індивідуальної, групової та сімейно-психотерапевтичної взаємодії, формуючи здатність майбутніх психологів до усвідомленого, професійно доцільного і етично виваженого вибору психотерапевтичних засобів. Саме тому наукового осмислення потребують теоретичні засади, зміст і напрями інтеграції методів креативного розвитку в систему професійної підготовки майбутніх психологів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема вдосконалення професійної підготовки майбутніх психологів та впровадження активних, інтерактивних і тренінгових методів навчання представлена в сучасному українському науковому дискурсі. Дослідниці Н. Волкова та І. Олійник [2] висвітлили теоретичні засади соціально-психологічного тренінгу як методу інтерактивного навчання в процесі підготовки майбутніх психологів до здійснення соціально-психологічної підтримки громадян в умовах війни. Науковиці акцентували увагу на потенціалі тренінгової взаємодії для інтеграції теоретичних знань із практичним досвідом та розвитку професійно значущих умінь майбутніх фахівців. Важливими для досліджуваної проблематики є наукові напрацювання В. Лагодзінської [6], яка обґрунтувала структуру та зміст тренінгу розвитку креативного потенціалу в контексті забезпечення психічного здоров’я і психологічного благополуччя в умовах війни та післявоєнного відновлення. Авторкою актуалізовано використання психоедукації та методів активного соціально-психологічного впливу, що підтверджує доцільність цілеспрямованого розвитку креативного потенціалу засобами тренінгової роботи. Науковиця Л. Дунець [4] досліджувала тренінг розвитку креативності як метод діяльності практичного психолога, наголошуючи на значенні групової рефлексії, психологічної атмосфери та активної взаємодії учасників у процесі розвитку творчого потенціалу особистості. У роботі К. Василенко описується формування дослідницької компетентності майбутніх психологів у процесі професійної підготовки та обґрунтувала необхідність реалізації спеціально організованих педагогічних умов і практико-орієнтованої моделі підготовки. Проблематика формування та розвитку креативності особистості набула ґрунтовного теоретичного осмислення в дослідженнях українських науковців, зокрема В. Клименка, Є. Лузік, О. Потебні, В. Роменця, Л. Шелестової та інших, які розкривали психологічну природу творчості, механізми активізації творчого потенціалу та педагогічні умови розвитку креативних здібностей особистості.

Постановка завдання. Метою дослідження є теоретичне обґрунтування доцільності інтеграції методів креативного розвитку в індивідуальну, групову та сімейну психотерапію в процесі професійної підготовки майбутніх психологів, а також визначення їх потенціалу для формування професійної гнучкості, креативного мислення та готовності до практичної психотерапевтичної

діяльності. Для досягнення поставленої мети передбачено проаналізувати сучасні наукові підходи до розвитку креативності майбутніх психологів; розкрити особливості застосування креативних методів у різних форматах психотерапевтичної взаємодії; систематизувати інтерактивні, тренінгові, арттерапевтичні, проєктивні та проблемно-моделювальні методи; визначити їх роль у поєднанні теоретичної підготовки з практичним досвідом

Виклад основного матеріалу. Сучасний етап розвитку психологічної науки та психотерапевтичної практики характеризується суттєвим ускладненням проблематики, з якою працюють фахівці психологічного профілю. Соціокультурні трансформації, воєнні події, вимушена міграція, економічна нестабільність, порушення усталених соціальних зв›язків та зростання психоемоційного напруження актуалізують необхідність пошуку гнучких і науково обґрунтованих моделей психологічної допомоги. Підвищений рівень стресу, тривалі кризові переживання, емоційне виснаження та труднощі соціально-психологічної адаптації спостерігаються серед різних категорій населення й формують нові професійні виклики для психологів. Відповідно, система професійної підготовки майбутніх фахівців має орієнтуватися не лише на засвоєння теоретичних концепцій і традиційних психотерапевтичних технік, а й на розвиток здатності творчо проєктувати психологічну взаємодію відповідно до індивідуального запиту клієнта. Особливого значення набуває проблема інтеграції методів креативного розвитку в індивідуальну, групову та сімейну психотерапію. Креативність у професійній діяльності психолога доцільно розглядати не як здатність до спонтанного використання нестандартних вправ, а як професійно значущий ресурс гнучкого мислення, варіативного аналізу психотерапевтичної ситуації та конструювання адекватних способів психологічного впливу. Креативний психолог здатний виходити за межі шаблонного відтворення психотерапевтичних алгоритмів, водночас зберігаючи наукову обґрунтованість, професійну етику та відповідальність за результати взаємодії з клієнтом.

Аналіз сучасної психотерапевтичної практики та наукової літератури [3; 8] дає підстави стверджувати, що ізольоване використання окремих методів не завжди відповідає складності психологічних проблем особистості. Запит клієнта нерідко охоплює взаємопов›язані емоційні, когнітивні, поведінкові та соціальні компоненти. Відтак актуалізується інтегративний підхід, що передбачає осмислене поєднання психотерапевтичних засобів відповідно до цілей, контексту та динаміки психологічної роботи. Важливо наголосити, що інтеграція не означає механічного комбінування технік різних психотерапевтичних напрямів. Її сутність полягає в концептуально обґрунтованому доборі методів та усвідомленні психологічних механізмів їхнього впливу. У межах індивідуальної психотерапії методи креативного розвитку можуть виконувати діагностично-рефлексивну, експресивну та трансформаційну функції. Застосування метафор, асоціативних образів, творчого письма, візуального моделювання, арттерапевтичних технік і створення символічних композицій сприяє вербалізації переживань, які клієнтові складно безпосередньо описати. Для майбутнього психолога опанування таких методів є важливим у контексті розвитку професійної чутливості та здатності працювати з багатозначністю психологічного матеріалу. При цьому здобувач освіти має навчитися не нав›язувати клієнтові власну інтерпретацію створеного образу, а організовувати простір для його самодослідження й особистісного осмислення.

Доцільним методом підготовки майбутніх психологів до індивідуальної роботи є адаптація техніки «Колесо життєвого балансу». Здобувачі освіти аналізують основні сфери життєдіяльності умовного клієнта або навчального кейсу, визначають суб›єктивний рівень задоволеності кожною з них і візуалізують отриману структуру. Однак професійна цінність вправи полягає не у формальному заповненні схеми, а в подальшому формулюванні терапевтичних запитань, висуванні альтернативних гіпотез та визначенні ресурсних і проблемних зон. Така робота розвиває клініко-психологічне мислення, рефлексивність і здатність бачити проблему клієнта в системі його життєвих контекстів.

У груповій психотерапії креативні методи набувають іншого функціонального значення, оскільки їхній потенціал пов›язаний із груповою динамікою, міжособистісною взаємодією та формуванням спільного психологічного простору. Під час практичної підготовки майбутніх психологів ефективними є робота в малих групах, аналіз проблемних ситуацій, групові дискусії, моделювання професійних кейсів, мозковий штурм, шеринг, творчі та арттерапевтичні завдання [7]. Зазначені методи дозволяють здобувачу одночасно перебувати в різних професійних позиціях: учасника, спостерігача, фасилітатора та ведучого групового процесу. Показовою є вправа «Дух групи», спрямована на символічне відображення актуального стану групової взаємодії. Учасникам

пропонується уявити, що на вільному стільці перебуває умовний «дух групи», який уособлює її емоційну атмосферу, напруження, ресурси та приховані процеси. Один з учасників займає відповідну позицію й від імені символічного образу описує власне бачення групи. У професійній підготовці психологів така вправа може використовуватися для розвитку спостережливості, здатності аналізувати групову динаміку та усвідомлювати невербалізовані аспекти міжособистісної взаємодії. Водночас майбутній психолог навчається оцінювати можливі ризики застосування проєктивних методів та визначати межі їх етично коректного використання. Не менш важливим вважаємо і метод «Групова скульптура», який передбачає створення учасниками спільного символічного об›єкта, що відображає їхнє розуміння згуртованості, взаємодії або актуального стану групи. Використання паперу, пластиліну, фольги чи інших матеріалів активізує невербальні способи самовираження. У процесі виконання завдання стають помітними особливості розподілу ініціативи, прийняття рішень, лідерства та відповідальності. Для майбутніх психологів особливо важливим є подальший професійний аналіз вправи: які групові феномени спостерігалися, як змінювалася комунікація, які дії ведучого сприяли або перешкоджали продуктивній взаємодії.

Значний потенціал креативні методи мають у сімейній психотерапії, де психолог працює не лише з індивідуальними переживаннями окремих членів родини, а із системою взаємозв›язків, сімейних ролей, комунікативних патернів і способів емоційного реагування. Сім›я є важливим середовищем психологічного розвитку особистості, а тривалі порушення сімейної взаємодії можуть поглиблювати кризові переживання. Тому професійна підготовка майбутніх психологів має формувати здатність аналізувати психологічну проблему в системному контексті. До методів креативного розвитку, перспективних для моделювання сімейно-психотерапевтичної роботи, можна віднести створення сімейних метафор, візуальних карт взаємин, символічне моделювання сімейної системи, рольову реконструкцію комунікативних ситуацій і творчий аналіз сімейних сценаріїв. Адаптованим варіантом є завдання «Мапа часу», у межах якого здобувачі відтворюють хронологічну послідовність значущих подій у житті умовної сім›ї. Кожна подія доповнюється поясненням її можливого впливу на сімейну систему. Надалі майбутні психологи аналізують, які зміни відбулися в ролях, емоційних зв›язках і способах комунікації членів родини. Така вправа сприяє розвитку системного бачення та запобігає спрощеному пошуку «винного» в сімейній проблемі.

Важливим напрямом професійної підготовки є поєднання психотерапевтичних і тренінгових технологій [3; 1]. Психотерапія традиційно орієнтується на осмислення травматичного досвіду, внутрішніх конфліктів, дисфункційних переконань та механізмів емоційного реагування. Однак усвідомлення психологічної проблеми не завжди автоматично забезпечує формування нових моделей поведінки. Саме тренінгові методи створюють простір для апробації комунікативних стратегій, розвитку емоційної регуляції та перевірки нових способів реагування в умовах психологічно контрольованої взаємодії.

Узагальнюючи вищезазначене, інтеграція методів креативного розвитку в індивідуальну, групову та сімейну психотерапію має здійснюватися вже на етапі професійної підготовки майбутніх психологів. Методично організована творча діяльність сприяє розвитку дивергентного мислення, професійної рефлексії, психологічної гнучкості та здатності до варіативного проєктування психотерапевтичної взаємодії. Водночас принципово важливим є формування у майбутніх психологів розуміння, що креативність у психотерапії не означає довільності професійних дій. Її реалізація має ґрунтуватися на науковій обґрунтованості, усвідомленні механізмів психологічного впливу, дотриманні професійної етики та врахуванні індивідуальних особливостей клієнта чи групи. Саме таке поєднання творчості та професійної відповідальності може розглядатися як один із перспективних напрямів удосконалення підготовки майбутніх психологів до сучасної психотерапевтичної практики.

Висновки. У процесі дослідження авторами встановлено, що інтеграція методів креативного розвитку в індивідуальну, групову та сімейну психотерапію є перспективним напрямом удосконалення професійної підготовки майбутніх психологів. Сучасна психотерапевтична практика потребує фахівців, здатних не лише відтворювати засвоєні теоретичні положення та стандартні алгоритми психологічної допомоги, а й гнучко аналізувати психотерапевтичну ситуацію, враховувати індивідуальні й соціально-психологічні особливості клієнтів та здійснювати обґрунтований вибір професійного інструментарію. З›ясовано, що використання творчих, асоціативних, проєктивних, арттерапевтичних, рольових і проблемно-моделювальних методів сприяє

розвитку дивергентного мислення, професійної рефлексії, психологічної гнучкості та здатності майбутніх психологів до варіативного проєктування психотерапевтичної взаємодії. Авторами зазначено, що в індивідуальній психотерапії креативні методи можуть забезпечувати поглиблення самопізнання, вербалізацію складних емоційних переживань і пошук особистісних ресурсів. У груповій роботі їх застосування активізує міжособистісну взаємодію, сприяє усвідомленню групової динаміки, розвитку навичок фасилітації та аналізу психологічних процесів. У контексті сімейної психотерапії творчі методи створюють можливості для візуалізації сімейних зв›язків, осмислення рольової структури, комунікативних патернів і сімейних сценаріїв. Обґрунтовано доцільність поєднання психотерапевтичних і тренінгових технологій у професійній підготовці майбутніх психологів. Така інтеграція забезпечує перехід від теоретичного засвоєння психологічних знань до їх практичного застосування, моделювання реальних професійних ситуацій та формування досвіду прийняття професійно відповідальних рішень. Водночас наголошено, що креативність у психотерапевтичній діяльності не повинна ототожнюватися з довільністю застосування психологічних технік, а має ґрунтуватися на принципах наукової обґрунтованості, етичності та професійної доцільності. *Перспективи подальших досліджень* вбачаємо в розробленні моделі інтеграції методів креативного розвитку в професійну підготовку майбутніх психологів.

Список літератури:

1. Амплєєва О. М. Особливості підготовки майбутніх психологів в сучасних умовах. Ідеї. Практики. Перспективи сучасної освіти: наук.-метод. альм. : у 2-х ч. Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2025. Ч. 1. С. 31–36.

2. Волкова Н. П., Олійник І. В. Соціально-психологічний тренінг як метод інтерактивного навчання у процесі підготовки майбутніх психологів до соціально-психологічної підтримки громадян в умовах війни. *Педагогічна академія: наукові записки*. 2025. Вип. 16. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.15101894

3. Децюк Т., Шестаковська Т., Галкіна К. Синергетика психотерапевтичних методів, тренінгових технологій і сімейної психології: міждисциплінарний підхід. *Psychology Travelogs.* 2025. Вип. 2. С. 276–292. https://doi.org/10.31891/PT-2025-2-27

4. Дунець Л. Тренінгові програми як інструмент формування психологічної резилієнтності майбутніх психологів у період війни. *Ментальне здоровя.* 2026. Вип.1 DOI: https://doi.org/10.32782/3041-2005/2026-1.11

5. Зливков В.Л., Чайка В.О. Тренінгові технології розвитку особистісних ресурсів фахівця в умовах суспільної кризи. *Психологія і суспільство.* 2022. № 2. С. 45–54. DOI: https://doi.org/10.35774/pis2022.02.045.

6. Лагодзінська В. Тренінг розвитку креативного потенціалу персоналу освітніх організацій як детермінанти забез-печення його психічного здоров'я та благополуччя в умовах війни й післявоєнного відновлення. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2024. Вип. 33(3–4). С. 42–51. DOI: https://doi.org/10.31108/2.2024.3.33

7. Макаров Д. І. Проєктні технології у професійній освіті: теорія і практика впровадження. IV International Scientific and Theoretical Conference «Current scientific goals, approaches and challenges»: June 13, 2025; Dresden, Germany. p. 246. Primedia E-launch LLC.

8. Потюк С. В. Методологічні засади викладання дисципліни «Основи психологічного тренінгу» у професійній підготовці майбутніх психологів. *Професійно-прикладні дидактики*. 2026. Вип. 1. С. 162–167. DOI: https://doi.org/10.37406/2521-6449/2026-1-25

Kharchenko S.I., Zaitseva O.L., Kharlai L.O. THE INTEGRATION OF CREATIVE DEVELOPMENT METHODS INTO INDIVIDUAL, GROUP AND FAMILY PSYCHOTHERAPY IN THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE PSYCHOLOGISTS

In the course of this study, the authors analysed the theoretical foundations for integrating creative development methods into individual, group and family psychotherapy within the professional training of future psychologists. The potential of creative, interactive, training, art-therapeutic, associative and problem-modelling methods in shaping the professional readiness of trainee psychologists to practise psychotherapy was investigated. The relevance of the study is underscored by the transformation of contemporary psychological practice, the increasing complexity of clients' needs, the prevalence of crisis and stress-inducing conditions, and the need to train psychologists capable of designing psychotherapeutic interactions in a flexible, creative and professionally sound manner. The study employed systemic, competence-based and information-based

approaches, which enabled a comprehensive examination of the professional training of future psychologists as a holistic system of interrelated theoretical, practical and personal-professional components; to determine the role of creative methods in the development of professional competences; and to systematise scientific information regarding contemporary approaches to the organisation of psychotherapeutic and training activities. Methods of theoretical analysis, synthesis, systematisation and generalisation of academic sources were employed. It has been demonstrated that, in individual psychotherapy, creative methods contribute to the development of the ability to conduct an in-depth analysis of the client's experiences, professional reflection and the flexible selection of psychological techniques. In group psychotherapy, they facilitate the activation of group dynamics and the development of skills in facilitation, observation and the management of interpersonal interaction. In family psychotherapy, creative methods facilitate a systemic analysis of family relationships, roles, communication patterns and scripts.

Keywords: *creative development, professional training, future psychologists, individual psychotherapy, group psychotherapy, family psychotherapy, educational process.*

Дата першого надходження статті до видання: 15.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 07.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.98:615.851:314.15-026.49
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/15

Шель Н.В.
https://orcid.org/0000-0001-5965-5288
Донецький національний університет імені Василя Стуса

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВНУТРІШНЬОПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЗАСОБАМИ ПОЗИТИВНОЇ ТЕРАПІЇ

У статті розглянуто можливості позитивної психотерапії у психологічній реабілітації внутрішньо переміщених осіб в умовах воєнних викликів сучасної України. Актуальність дослідження зумовлена значним зростанням кількості осіб, які були змушені залишити місце постійного проживання внаслідок воєнних дій та зіткнулися з численними психологічними труднощами, серед яких підвищена тривожність, емоційне виснаження, порушення адаптації, зниження психологічного благополуччя, криза ідентичності та прояви посттравматичного стресу. Українські дослідники наголошують, що внутрішньо переміщені особи потребують комплексної психологічної підтримки, спрямованої не лише на подолання наслідків психотравматизації, а й на відновлення особистісних ресурсів та життєстійкості.

Обґрунтовано доцільність використання позитивної психотерапії як ресурсно-орієнтованого підходу, який сприяє активізації внутрішнього потенціалу особистості, розвитку резильєнтності та формуванню адаптивних стратегій подолання життєвих труднощів. Висвітлено основні теоретичні положення позитивної психотерапії Н. Пезешкіана та розкрито її значення для роботи з внутрішньо переміщеними особами. Особливу увагу приділено можливостям актуалізації особистісних ресурсів, розвитку життєстійкості, відновлення психологічного благополуччя, гармонізації емоційного стану та покращення соціально-психологічної адаптації.

Зазначено, що застосування технік позитивної психотерапії сприяє переосмисленню травматичного досвіду, відновленню позитивного бачення майбутнього, зміцненню відчуття особистісної компетентності та підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя. Використання балансної моделі, наративних технік, метафор і ресурсного аналізу дозволяє особистості віднайти внутрішні джерела психологічної підтримки та сформувати конструктивні способи реагування на кризові життєві обставини.

Ключові слова: *позитивна психотерапія, психологічна реабілітація, внутрішньо переміщені особи, життєстійкість, психологічне благополуччя, адаптація, резильєнтність, особистісні ресурси.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні спричинила зростання кількості внутрішньопереміщених осіб (ВПО), які змушені були залишити свої домівки через загрозу життю та безпеці. Вимушене переселення супроводжується не лише матеріальними втратами та соціальними труднощами, а й значними психологічними наслідками, серед яких підвищений рівень тривожності, депресивні переживання, емоційне виснаження, посттравматичні стресові реакції, порушення адаптації та зниження суб'єктивного благополуччя. Внутрішньо переміщені особи є однією з найбільш уразливих категорій населення щодо розвитку психічних розладів та погіршення якості життя. В умовах тривалої воєнної загрози особливої актуальності набуває пошук ефективних психотерапевтичних підходів, спрямованих не лише на подолання наслідків психотравми, але й на відновлення психологічних ресурсів, особистісного потенціалу та здатності до конструктивної адаптації. Одним із таких підходів є позитивна психотерапія Носсрата Пезешкіана, яка ґрунтується на ресурсно-орієнтованому баченні особистості та розглядає людину не через призму дефіцитів і симптомів, а через її внутрішні здібності, сильні сторони та потенціал розвитку. Позитивна психотерапія поєднує гуманістичний, психодинамічний, системний та когнітивно-поведінковий підходи, що забезпечує комплексний вплив на особистість

© Шель Н.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

клієнта та створює можливості для інтеграції травматичного досвіду в систему життєвих смислів. Використання принципів надії, балансу та самодопомоги сприяє формуванню позитивного бачення майбутнього, відновленню внутрішньої активності та зміцненню психологічної стійкості. Такий підхід є особливо важливим для осіб, які пережили втрату соціального середовища, звичних умов життя та відчуття безпеки. При цьому вітчизняна наука потребує подальшого вивчення можливостей позитивної психотерапії як засобу психологічної реабілітації ВПО в умовах воєнного часу, що й визначає актуальність цієї публікації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У психологічній літературі висвітлені різні аспекти психологічної допомоги внутрішньопереміщених осіб, зокрема В. Кердивар дослідив «синдром жертви» у внутрішньо переміщених осіб із зони локального воєнного конфлікту; Л. Шестопалова, В. Кожевнікова, О. Бородавко, Ю. Бучок та інші вчені вивчали клініко-психологічні прояви постстресових розладів у внутрішньо переміщених осіб; М. Грудій, Л. Мельник, Г. Остапчук, Ю. Пилипас, І. Семенко розробили засади психосоціальної допомоги внутрішньо переміщеним дітям та їхнім батькам.

Теоретичний аналіз наукових джерел свідчить, що позитивна психотерапія Н. Пезешкіана має значний потенціал у психологічній реабілітації внутрішньо переміщених осіб завдяки своїй ресурсно-орієнтованій спрямованості. На відміну від підходів, що концентруються переважно на симптомах травми, позитивна психотерапія акцентує увагу на внутрішніх ресурсах особистості, розвитку життєстійкості, резильєнтності та пошуку нових життєвих смислів. Важливість розвитку особистісних ресурсів для подолання кризових ситуацій підкреслює О. А. Чиханцова, яка розглядає позитивну психотерапію як чинник формування життєстійкості особистості.

Постановка завдання. Метою статті є вивчення проблеми внутрішнньо переміщених осіб, необхідність їх психологічної реабілітації та використання засобів позитивної терапії у цьому процесі.

Виклад основного матеріалу. Внутрішньо переміщені особи – це категорія населення, яка внаслідок вимушеного переміщення в межах країни переживає порушення звичного способу життя, втрату соціального середовища та необхідність адаптації до нових умов існування [8]. ВПО є групою підвищеного ризику щодо розвитку стресових реакцій, тривожності, депресивних станів, посттравматичних симптомів та труднощів соціально-психологічної адаптації.

І. Трубавіна зазначає, що психологічні проблеми, які виникають у внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні, включають такі аспекти:

– загальні проблеми, що стосуються всієї сім'ї: відсутність перспектив на майбутнє, розбалансованість та розгубленість, психологічні травми, викликані спогляданням воєнних подій та насильства, почуття провини через необхідність звертатися за допомогою до інших людей, втрата групової ідентичності, відчуття себе жертвою, втрата контролю над власним життям, відсутність ідентифікації з новою громадою, відчуття самотності, зниження самооцінки та необхідність адаптації до обмеженого простору;

– чоловічі переживання: почуття провини за неможливість забезпечення безпеки та матеріального благополуччя для сім'ї, неможливість знайти роботу, труднощі в контролі емоцій та виявленні агресії через безпорадність та втрату близьких людей;

– жіночі переживання: страхи, зумовлені пережитими подіями, та тривога за невизначене майбутнє для себе та дітей, що компенсується збільшеним доглядом за родиною, страхи, спричинені зростанням відповідальності за щастя родини та почуття самотності;

– дитячі переживання: розлади психічного розвитку, низька стресостійкість, складнощі з розумінням та виявленням емоцій, відчуття самотності та ізоляції, що виникають через труднощі у спілкуванні з однолітками на новому місці, почуття розгубленості, що пов'язане із втратою колишнього колективу та новим місцем навчання [9, с. 439–441].

О. Блинова пропонує методи психологічної підтримки ВПО, такі як стабілізація емоцій, мотивація внутрішніх ресурсів для подолання стресу та сприяння адаптації. Це може допомогти переселенцям самостійно шукати роботу, відновлювати соціальні зв'язки та отримувати підтримку для емоційного та соціального благополуччя [1, с. 62–66].

Психологічна реабілітація та соціальна адаптація – взаємопов'язані поняття, адже мають спільні цілі – це допомогти особі пристосуватися до середовища, відновити психічне здоров'я. Якщо ми говоримо про соціальну адаптацію ВПО, то варто ураховувати, що такі особи покинули й/або втратили житло, роботу, зв'язки з рідними та близькими [7, с. 78–82].

Для здійснення якісної психологічної реабілітації для осіб, що зазнали вимушеного переселення, необхідно насамперед ураховувати їхні нагальні потреби, а саме:

– перебування в постійному стресі внаслідок утрати;

– підвищена тривожність і страх через невпевненість у майбутньому;

– фіксація на втратах та обмеження комунікативних зв'язків [7, с. 84].

Крім того В. О. Чорна та Л. М. Жердєва зазначають, що для ВПО характерні підвищена тривожність, труднощі у прийнятті рішень, дезорієнтація у нових соціальних умовах і порушення адаптивної поведінки [11, с. 224–226]. Серйозною проблемою для ВПО, на думку авторів є емоційне виснаження та депресивні переживання. Втрата домівки, звичного соціального середовища, роботи та майбутніх перспектив часто супроводжується почуттям безпорадності, пригніченості, апатії та зниженням життєвої активності [11, с. 224].

Дослідник О.В. Михайлич ще однією характерною проблемою називає труднощі соціально-психологічної адаптації. Результати дослідження О. В. Михайлич свідчать, що ВПО нерідко стикаються з труднощами інтеграції в нове соціальне середовище, відчуттям відчуження, недостатністю соціальної підтримки та потребою вибудовувати нові міжособистісні зв'язки. Успішність адаптації значною мірою залежить від ставлення приймаючої громади та наявності соціальної підтримки [5, с. 24–34].

О. В. Котух зазначає, що внутрішньо переміщені особи часто демонструють низький рівень психологічного благополуччя, що проявляється у незадоволеності життям, труднощах самореалізації та використання власних ресурсів для досягнення життєвих цілей. Від рівня психологічного благополуччя безпосередньо залежить успішність адаптації та інтеграції людини у нову громаду [3, с. 58–60].

Психологічна реабілітація передбачає варіативність інтервенцій з урахуванням як характеру отриманої травми, так і природи особистості, її життєвої історії, значущого оточення, наявного потенціалу.

Ще на етапі задоволення потреби в безпеці варто активізувати перехід від моделі «жертви» до моделі «відповідального». Застрягання на першій моделі призводить до фіксації втрати, на споживацькій життєвій позиції. І лише перехід до стратегії людини, здатної брати відповідальність за власне життя й життя своїх близьких, дає змогу розглядати вимушене переселення як складне життєве завдання, що потребує творчого вирішення й зорієнтовано на отримання позитивного результату [6].

Позитивна психотерапія, заснована Н. Пезешкіаном, є одним із ресурсно-орієнтованих напрямів психологічної допомоги, що акцентує увагу на актуалізації внутрішніх ресурсів особистості, розвитку адаптивних здібностей та зміцненні психологічного благополуччя. У роботі з внутрішньо переміщеними особами цей підхід набуває особливої значущості, оскільки дозволяє не лише долати наслідки психотравматичного досвіду, але й сприяє відновленню життєстійкості та адаптаційного потенціалу особистості.

Однією з основних можливостей позитивної психотерапії є актуалізація особистісних ресурсів. За даними О. Чиханцової, розвиток життєстійкості ґрунтується на усвідомленні власних сильних сторін, здібностей і можливостей конструктивного подолання складних життєвих обставин. В умовах вимушеного переселення такий підхід допомагає особистості перейти від фокусування на втраті до усвідомлення власного потенціалу й формування нових життєвих перспектив [10, с. 376].

Важливим напрямом застосування позитивної психотерапії є розвиток життєстійкості та резильєнтності. Т. Кириченко зазначає, що ефективна психологічна реабілітація внутрішньо переміщених осіб має передбачати оптимізацію психологічних ресурсів життєстійкості, які забезпечують успішну адаптацію до нових умов життя [2, с. 146–148].

У свою чергу, О. Чиханцова доводить, що позитивна психотерапія сприяє формуванню оптимістичної життєвої позиції, відповідальності та впевненості у власних можливостях, що є важливими чинниками подолання кризових ситуацій [10, с. 376].

Дослідники психологічних проблем вимушених переселенців В. Чорна та Л. Жердєва підкреслюють, що одним із найпоширеніших наслідків вимушеного переміщення є підвищена тривожність, емоційне виснаження, дезорієнтація та втрата контролю над життєвими обставинами [11, с. 226]. У цьому контексті позитивна психотерапія дає можливість переосмислити життєву ситуацію крізь призму особистісного розвитку та пошуку нових можливостей, що сприяє зниженню рівня психологічного дистресу.

Суттєве значення для роботи з внутрішньо переміщеними особами має балансна модель позитивної психотерапії, яка дозволяє відновити

гармонію між основними життєвими сферами особистості. Як зазначає О. Лесик, аналіз сфер діяльності, міжособистісних відносин, фізичного здоров'я та життєвих цінностей допомагає людині усвідомити причини внутрішніх конфліктів та знайти шляхи їх конструктивного вирішення [4]. Для ВПО це особливо важливо через втрату звичного способу життя, соціальних контактів та відчуття безпеки.

Особливого значення позитивна психотерапія набуває у процесі соціально-психологічної адаптації вимушених переселенців. О. Михайлич відзначає, що успішність адаптації внутрішньо переміщених осіб значною мірою залежить від психологічного благополуччя, соціальної підтримки та здатності особистості формувати нові соціальні зв'язки [5, с. 28].

Аналогічну позицію висловлює О. Котух, яка підкреслює, що психологічне благополуччя виступає одним із ключових чинників інтеграції ВПО в нову громаду та подолання наслідків вимушеного переселення. Ще однією можливістю позитивної психотерапії є подолання наслідків кризи ідентичності [3].

Найбільш поширені техніки позитивної терапії, які є ефективними у роботі із ВПО: техніка «Моє життя до, під час і після переселення» (інтеграція життєвого досвіду та відновлення безперервності особистісної історії), техніка «Скарб пережитого досвіду» (виявлення позитивного досвіду подолання труднощів); робота із притчами та метафорами, техніка позитивної інтерпретації (допомогти побачити приховані ресурси навіть у складних життєвих обставинах), техніка «Мій внутрішній капітал» (позитивна психотерапія розглядає здібності людини як капітал), техніка «Лист подяки собі» (розвиток самопідтримки та позитивної самооцінки), техніка ресурсного балансу (модель балансу Пезешкіана для визначення сфер життя, які постраждали внаслідок вимушеного переселення, та пошук ресурсів для їх відновлення у 4 сферах: тіло (здоров'я, сон, відпочинок); діяльність (робота, навчання); контакти (соціальні зв'язки); смисли та майбутнє (цінності, віра, цілі); техніка «Формування майбутнього образу» (відновлення перспективи майбутнього).

Отже, теоретичний аналіз проблеми психологічної реабілітації внутрішньопереміщених осіб показав, що наслідки війни мають руйнівний вплив на всі сфери їх життя: від зміни середовища до проблем із здоровям. Своєчасне реагування на виклики внтутрішнього переміщення допоможе не тільки їм адаптуватися та інтегруватися в нові громади, але й поверне відчуття стабільності та психологічного благополуччя. Українські дослідники визначають позитивну психотерапію як один із напрямів роботи із ВПО, через її екологічну спрямованість та можливість використання з метою самодопомоги робить її доступною для осіб, які змушені переїздити.

Висновки. Таким чином, позитивна психотерапія є ефективним ресурсно-орієнтованим підходом у психологічній реабілітації внутрішньо переміщених осіб, оскільки сприяє актуалізації особистісних ресурсів, формуванню життєстійкості, подоланню тривожності та наслідків травматичного досвіду, відновленню психологічного благополуччя й успішній соціально-психологічній адаптації. Доцільність застосування такого підходу підтверджується дослідженнями українських науковців, які розкривають псиихологічні наслідки переміщення громадян України та наголошують на важливості розвитку внутрішніх ресурсів особистості в умовах вимушеного переселення.

Техніки позитивної психотерапії є ефективним інструментом психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб, оскільки спрямовані не лише на опрацювання травматичного досвіду, а й на виявлення та активізацію внутрішніх ресурсів особистості. Використання вправ, пов'язаних з інтеграцією життєвого досвіду, позитивною інтерпретацією подій, роботою з метафорами, розвитком самопідтримки та відновленням життєвого балансу, сприяє формуванню стійкості, підвищенню самооцінки та відновленню почуття контролю над власним життям. У комплексі зазначені техніки сприяють адаптації ВПО до нових умов життя, інтеграції травматичного досвіду, відновленню особистісної цілісності та формуванню позитивного бачення майбутнього.

Список літератури:

1. Блинова О. Є. Соціально-психологічні засади адаптації вимушених мігрантів. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ: Танком, 2016. Т. IX: *Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія.* Вип. 9. С. 58–66.

2. Кириченко Т. В. Психологічна реабілітація та соціальна адаптація внутрішньо переміщених осіб. *Habitus.* 2024. № 58. С. 145–149. DOI: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.58.23

3. Котух О. В. Психологічне благополуччя внутрішньо переміщеної особи: адаптація та інтеграція в нову громаду. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки.* 2023. С. 55–61. DOI: https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2023-1-7

4. Лесик О. А. Позитивна психотерапія як ефективний метод в роботі психолога: магістерська робота. Луцьк: Волинський національний університет імені Лесі Українки, 2024. 63 с. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/items/9e094e0c-37f1-4233-a071-c0c3749650e5

5. Михайлич О. В. Соціально-психологічні особливості адаптації внутрішньо переміщених осіб. ***Психологія та соціальна робота***. 2023. Вип. 2 (58). С. 26–34. DOI: https://doi.org/10.32782/2707-0409.2023.2.3

6. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навчальний посібник / за заг. ред. Л. Гридковець. Київ: ОБСЄ, 2018. Т. 3. 236 с.

7. Плескач Б. В., Уркаєв В. С. Соціально-психологічні аспекти психотерапевтичної допомоги внутрішньо переміщеним особам // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том III: Консультативна психологія і психотерапія. 2017. Вип. 13. Вінниця: С. 74–91.

8. Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб: Закон України від 20.10.2014 № 1706–VII. URL: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1706-18#Text

9. Трубавіна І. М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа соціально-педагогічної роботи з ними. П*едагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.* 2015. № 8 (52). С. 434–446.

10. Чиханцова О. А. Позитивна психотерапія як фактор сприяння розвитку життєстійкості особистості. А*ктуальні проблеми психології.* 2015. Т. 7. Вип. 39. С. 373–381.

11. Чорна В. О., Жердєва Л. М. Психологічна криза внутрішньо переміщених осіб: причини, прояви та шляхи подолання. *Ментальне здоров'я.* 2025. С. 224–228. DOI: https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-4.37

Schell N.V. PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS USING POSITIVE THERAPY PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS USING POSITIVE THERAPY

The article examines the possibilities of positive psychotherapy in the psychological rehabilitation of internally displaced persons in the context of military challenges in modern Ukraine. The relevance of the study is due to the significant increase in the number of people who were forced to leave their place of permanent residence as a result of military operations and faced numerous psychological difficulties, including increased anxiety, emotional exhaustion, impaired adaptation, decreased psychological well-being, identity crisis and manifestations of post-traumatic stress. Ukrainian researchers emphasize that internally displaced persons need comprehensive psychological support aimed not only at overcoming the consequences of psychotraumatization, but also at restoring personal resources and resilience.

The feasibility of using positive psychotherapy as a resource-oriented approach that contributes to the activation of the internal potential of the individual, the development of resilience and the formation of adaptive strategies for overcoming life difficulties is substantiated. The main theoretical provisions of N. Pezeshkian's positive psychotherapy are highlighted and its significance for working with internally displaced persons is revealed. Special attention is paid to the possibilities of actualizing personal resources, developing resilience, restoring psychological well-being, harmonizing the emotional state and improving socio-psychological adaptation.

It is noted that the use of positive psychotherapy techniques contributes to the rethinking of traumatic experience, restoring a positive vision of the future, strengthening the sense of personal competence and increasing the level of subjective well-being. The use of a balanced model, narrative techniques, metaphors and resource analysis allows the individual to find internal sources of psychological support and form constructive ways of responding to crisis life circumstances.

Keywords: *positive psychotherapy, psychological rehabilitation, internally displaced persons, resilience, psychological well-being, adaptation, resilience, personal resources.*

Дата першого надходження статті до видання: 10.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ; ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

UDC 159.923.7
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/16

Vasylchenko O.M.
https://orcid.org/0000-0002-2502-8072
"KROK" University

Morzevska T.S.
https://orcid.org/0009-0009-6186-915X
"KROK" University

RESOURCE-ORIENTED MODEL OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR WOMEN WITH CHILDREN IN THE CONTEXT OF WAR-INDUCED FORCED MIGRATION

This article presents the findings of an empirical study on the psychological resources of women with children experiencing war-induced forced migration and substantiates a resource-oriented model of psychological support designed to enhance their psychological well-being and adaptation. The relevance of the study is due by the urgent need to support Ukrainian women who, following the outbreak of the full-scale war, have been compelled to adapt to new sociocultural environments while simultaneously managing maternal, social, and professional roles under conditions of prolonged stress and uncertainty.

The aim of this study is to develop and provide a theoretical rationale for a resource-oriented model of psychological support based on the findings of an empirical investigation into the psychological characteristics of women with children experiencing forced migration.

The study involved 160 women with children who left Ukraine after 24 February 2022 and are currently residing in European countries. The research employed T. Tytarenko's Life Perspective of Personality technique, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), the Social-Psychological Adaptation Inventory developed by C. Rogers and R. Dymond, and the Sentence Completion Test. The data were analyzed using descriptive statistics, Pearson's correlation analysis, and qualitative content analysis.

The findings indicate a moderate level of social-psychological adaptation among the participants. Emotional comfort emerged as the most vulnerable component of adaptation, whereas internality was identified as the primary psychological resource, reflecting the preservation of an internal locus of control. Strong positive correlations were found among social-psychological adaptation, self-acceptance, emotional comfort, acceptance of others, and internality. Family was identified as the primary source of perceived social support, while support from friends was reported to be comparatively less pronounced. The analysis of participants' life perspectives revealed a predominance of short-term planning, with major priorities centered on ensuring children's safety, achieving stability in living conditions, and facilitating professional integration. Motherhood was identified as a key meaning-making psychological resource that supports resilience and future-oriented coping.

Based on the empirical findings, a resource-oriented model of psychological support was developed. The model encompasses five interrelated components: psycho-emotional stabilization, activation of internal psychological resources, the development of a positive life perspective, strengthening of social support, and the enhancement of maternal competence and social integration.

The practical significance of the study lies in the potential application of the proposed model by psychologists, psychotherapists, social workers, support centers for forcibly displaced persons, non-governmental organizations, and international humanitarian programs. The findings contribute

© Vasylchenko O.M., Morzevska T.S., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

to a deeper understanding of the psychological resources that facilitate the adaptation of Ukrainian women with children experiencing war-induced forced migration and may serve as a foundation for the development of comprehensive psychosocial support interventions.

Keywords: *war-induced forced migration, women with children, psychological support, resource-oriented approach, psychological resources, psychological adaptation, life perspective, social support, emotional support, hope, motherhood, interpersonal interaction.*

Formulation of the problem. Russia's full-scale invasion of Ukraine has triggered one of the largest humanitarian crises in twenty-first-century Europe, resulting in the mass forced migration of millions of Ukrainians (United Nations High Commissioner for Refugees [22]). Women with children constitute the largest group among those forcibly displaced. Alongside the challenges of adapting to unfamiliar sociocultural environments, they must simultaneously fulfill parental, social, and economic responsibilities while coping with the loss of home, disrupted social networks, professional displacement, and prolonged war-related stress.

The psychological adaptation of women with children depends not only on the severity of traumatic experiences but also on the availability of internal and external psychological resources, including hope, a positive life perspective, perceived social support, and adaptive coping capacities. These resources promote psychological well-being and facilitate successful adaptation to the host society.

Current psychological support for forcibly displaced populations primarily emphasizes crisis intervention and trauma-related care, whereas comparatively less attention is devoted to strengthening personal resources, fostering hope, and enhancing long-term social-psychological adaptation. Contemporary research identifies the resource-oriented approach as one of the most effective frameworks for promoting resilience and personal growth following traumatic experiences. However, comprehensive resource-oriented models specifically designed for women with children experiencing war-induced forced migration remain insufficiently developed.

Accordingly, there is a need for an empirically grounded resource-oriented model of psychological support that integrates the development of internal psychological resources, a positive life perspective, and social support. Such a model can contribute not only to mitigating the consequences of forced migration but also to strengthening resilience, psychological well-being, and successful social integration among women with children.

Analysis of recent research and publications. Psychological support for women with children experiencing war-induced forced migration has become an important area of research in psychology, social work, psychiatry, and migration studies. Existing research has focused on the psychological consequences of forced displacement, adaptation mechanisms, personal resources, social support, and psychosocial interventions.

The theoretical foundations of forced migration and psychological adaptation were established by R. F. Mollica [13], S. E. Hobfoll [8, p. 345], M. Ungar [21], A. S. Masten [12], and G. A. Bonanno [4, p. 20], who highlighted the role of psychological resources, resilience, perceived social support, and adaptive coping in overcoming traumatic experiences. Trauma-informed care for women experiencing forced migration has recently been further developed by L. Jolof, P. Rocca, and T. Carlsson [9, p. 594].

The resource-oriented approach is grounded in the works of A. Antonovsky [2], C. R. Snyder [17, p. 249; 18, p. 256], and M. E. P. Seligman [16], whose theories of salutogenesis, hope, and positive psychology emphasize the importance of strengthening individuals' internal psychological resources.

Among Ukrainian researchers, important contributions have been made by T. Tytarenko [20], L. Karamushka [10, p. 7], O. Vasylchenko [23], and I. Synhaivska [19, p. 473]. In particular, T. Tytarenko conceptualizes life perspective as a dynamic process of constructing the future, which becomes especially important under crisis conditions.

The psychological consequences of Russia's full-scale invasion for Ukrainian women and refugees have been examined by A. Adedeji [1], while O. Lytovchenko [11, p. 224] emphasized the implementation of trauma-informed support systems in Ukraine based on safety, trust, empowerment, and interdisciplinary collaboration.

Despite extensive research on forced migration and psychosocial adaptation [3, p. 5; 7, p. 1309; 5, p. 107; 6], existing interventions remain predominantly trauma-focused. Comprehensive resource-oriented models integrating hope, life perspective, social support, and social-psychological adaptation for women with children experiencing war-induced forced migration remain insufficiently developed. This gap provided the rationale for the present study.

Task statement. The aim of this study is to develop and provide a theoretical justification for a resource-oriented model of psychological support for women with children experiencing war-induced forced migration, based on empirical findings regarding their life perspective, perceived social support, social-psychological adaptation, and subjective experiences.

Outline of the main material of the study. The study included 160 women with children who left Ukraine after the Russian Federation's full-scale invasion on 24 February 2022 and were residing in European countries under temporary protection or other forms of forced migration status at the time of data collection.

Most participants were in early or middle adulthood, with the largest age groups being 31–35 years (40.0%, n = 64) and 36–40 years (33.8%, n = 54). Divorced women constituted the largest marital-status group (38.8%, n = 62), followed by married (28.8%, n = 46) and single women (17.5%, n = 28), indicating that many participants were raising children independently. Most respondents had one (30.0%, n = 48) or two children (40.0%, n = 64), primarily of school age or adolescence.

Seventy percent of participants (n = 112) held a higher education degree, and the same proportion had been employed in positions matching their qualifications before the war. After forced migration, however, only 30.0% (n = 48) remained employed in their professional fields, highlighting substantial barriers to labour market integration and the disruption of established professional roles.

The largest proportion of respondents originated from Kyiv and the Kyiv region (40.0%, n = 64), while many others came from eastern and southern regions of Ukraine severely affected by military hostilities. All participants had lived in European host countries for two to four years, allowing the assessment of longer-term adaptation following forced migration.

Regarding living arrangements, 40.0% (n = 64) resided with both children and relatives, whereas 35.0% (n = 56) lived exclusively with their children. Many participants simultaneously fulfilled the roles of mother, primary caregiver, breadwinner, and newcomer adapting to an unfamiliar sociocultural environment.

Overall, the sample comprised highly educated women of working age who had lost their familiar social and professional environments because of the war. The combined challenges of childcare, employment, language barriers, social integration, and war-related stress created a substantial psychological burden, underscoring the need for a resource-oriented model of psychological support.

Life Perspective. Life perspective represents one of the core components of the proposed resource-oriented model of psychological support, as it reflects an individual's capacity to plan for the future, set meaningful goals, and maintain an active life orientation under conditions of uncertainty. To examine this construct, T. Tytarenko's *Life Perspective of Personality* technique [20] was employed. Qualitative content analysis of the participants' responses made it possible to identify the characteristics of life planning, temporal orientation, and the psychological resources and barriers associated with the adaptation of women with children experiencing war-induced forced migration.

The findings indicate that the war profoundly transformed the participants' life plans and future orientations. Whereas prior to the full-scale invasion their aspirations had primarily centered on professional self-realization and personal development, following forced displacement their priorities shifted toward ensuring safety, stability, and the well-being of their children. The most frequently reported life goals included providing a safe living environment for their children (73.8%), securing employment and achieving financial independence (66.9%), attaining stable housing conditions (48.1%), and learning the host country's language while facilitating integration into the new sociocultural environment (43.8%).

Participants' life perspectives were found to be heterogeneous. While some women reported clearly defined plans regarding employment, education, or returning to Ukraine, 61.9% indicated substantial difficulties with long-term planning due to uncertainty about the future. At the same time, 61.9% of the respondents expressed an optimistic outlook, associating their future with the end of the war, successful professional reintegration, and improved living conditions for their children. In contrast, 27.5% of the responses reflected fear, anxiety, and a predominant focus on day-to-day survival.

Most future plans were short-term in nature and centered on obtaining legal residence status, securing employment, finding stable housing, acquiring proficiency in the host country's language, and facilitating their children's adaptation. Motherhood emerged as the central meaning-making psychological resource, with 88.8% of participants identifying their children as the primary source of motivation and psychological resilience.

The principal resources supporting the realization of future goals included professional experience and educational attainment (66.9%), support from children

and family members (56.2%), hope for the end of the war (43.8%), personal agency, and support from the host community. The most frequently reported barriers were language barriers and cultural differences (61.9%), difficulties in obtaining employment and achieving financial stability (39.4%), uncertainty about the future (32.5%), emotional exhaustion (24.4%), and social isolation (21.2%).

These findings indicate that the participants' life perspectives are characterized by a combination of a strong motivation to ensure their children's well-being and persistent experiences of uncertainty, accompanied by difficulties in long-term planning. These characteristics provided the empirical rationale for incorporating into the proposed resource-oriented model of psychological support a dedicated component aimed at restoring a positive life perspective, strengthening future-oriented planning skills, and enhancing personal agency.

Social-Psychological Adaptation. The social-psychological adaptation of women with children experiencing war-induced forced migration was assessed using the *Social-Psychological Adaptation Inventory* developed by C. Rogers and R. Dymond [14]. This instrument measures overall social-psychological adaptation as well as its key dimensions, including self-acceptance, acceptance of others, emotional comfort, internality, and dominance orientation.

The findings (Table 1) indicate that the participants demonstrated a moderate overall level of social-psychological adaptation (M = 58.6%, SD = 18.9), suggesting partial adjustment to the new sociocultural environment while reflecting substantial individual variability. Similarly, self-acceptance (M = 60.0%, SD = 20.6) and acceptance of others (M = 55.9%, SD = 18.3) were within the moderate range, indicating generally positive self-perceptions and a willingness to establish new social relationships in the host environment.

Emotional comfort emerged as the most vulnerable dimension of social-psychological adaptation (M = 54.6%, SD = 23.3), indicating elevated levels of anxiety, emotional exhaustion, and persistent uncertainty despite prolonged residence in the host countries. In contrast, the highest scores were observed for internality (M = 64.4%, SD = 15.0), suggesting the preservation of an internal locus of control, personal responsibility, and an active life orientation. Dominance orientation remained at a moderate level (M = 50.5%, SD = 17.3), indicating that most participants tended to favor cooperation and compromise rather than assertive or controlling interpersonal behavior.

Correlation analysis (Table 2) revealed statistically significant positive associations among all dimensions of social-psychological adaptation ($p < .001$). The strongest correlations were observed between overall adaptation and self-acceptance (r = .97), emotional comfort (r = .95), acceptance of others (r = .91), and internality (r = .91). Self-acceptance was also strongly associated with emotional comfort (r = .93), highlighting the systemic and interconnected nature of the adaptation process.

Table 1

Descriptive Statistics for the Social-Psychological Adaptation Indicators

No.	Indicator	*M (%)*	*SD*	Level
1	Social-psychological adaptation	58.6	18.9	Moderate
2	Self-acceptance	60.0	20.6	Moderate
3	Acceptance of others	55.9	18.3	Moderate
4	Emotional comfort	54.6	23.3	Low
5	Internality	64.4	15.0	Moderately high
6	Dominance orientation	50.5	17.3	Moderate

Table 2

Pearson Correlation Matrix for the Social-Psychological Adaptation Indicators

Variables	1	2	3	4	5	6
1. Social-psychological adaptation	1	.97***	.91***	.95***	.91***	.81***
2. Self-acceptance		1	.81***	.93***	.83***	.81***
3. Acceptance of others			1	.82***	.85***	.63***
4. Emotional comfort				1	.81***	.74***
5. Internality					1	.81***
6. Dominance orientation						1

*** $p < .001$.

The correlation analysis indicates that the social-psychological adaptation of women with children is shaped by the dynamic interaction of personal and social factors. Internality emerged as the principal internal psychological resource, whereas emotional comfort represented the most vulnerable dimension of the adaptation process. These findings provided the empirical basis for the development of the proposed resource-oriented model of psychological support, which incorporates psycho-emotional stabilization, the strengthening of an internal locus of control, the promotion of positive self-attitudes, and the enhancement of supportive social relationships.

Perceived Social Support. Perceived social support represents a key psychological resource that facilitates individuals' adaptation to crisis situations. In the context of war-induced forced migration, social support helps compensate for the loss of established social networks, alleviates psychological distress, and promotes successful integration into the host society. Perceived social support was assessed using the *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* [24, p. 30].

The findings (Table 3) indicate that the participants reported a moderate overall level of perceived social support (M = 4.91, SD = 1.97). The highest mean score was observed for the **Family** subscale (M = 5.02, SD = 2.05), confirming the central role of family as the primary source of emotional support even under conditions of forced separation. Slightly lower scores were obtained for the **Significant Others** subscale (M = 4.98, SD = 2.20), suggesting that meaningful interpersonal relationships remained an important source of support, although the strength of these relationships varied considerably across participants.

The lowest mean score was observed for the **Friends** subscale (M = 4.72, SD = 2.15), reflecting the disruption of established social networks and the challenges associated with developing new friendships in the host country due to language barriers, cultural differences, and the experience of forced displacement. The relatively high standard deviations across all MSPSS subscales (SD = 1.97–2.20) indicate substantial heterogeneity within the sample: whereas some participants reported well-developed support networks, others experienced pronounced social isolation and loneliness.

These findings confirm that perceived social support constitutes a critical psychological resource for adaptation following forced migration. However, the moderate overall level of perceived support, together with the comparatively limited support received from friends, underscores the need to strengthen participants' social capital. Accordingly, the proposed resource-oriented model of psychological support incorporates a dedicated component focused on reinforcing family relationships, expanding social support networks, promoting peer support groups, and facilitating greater engagement with the social resources available within host communities.

Subjective Experiences of War-Induced Forced Migration. To obtain a deeper understanding of the subjective experiences of women with children, an author-modified version of the *Sentence Completion Test*, based on the projective approach developed by J. Sacks [15], was employed. The instrument was designed to explore participants' emotional experiences of war-induced forced migration, attitudes toward themselves, their future, motherhood, their social environment, and their internal psychological resources. The responses were analyzed using qualitative content analysis, enabling their systematic classification into the principal thematic categories.

The findings indicate that, for most participants, forced migration represented not merely a change of residence but a profound life crisis characterized by the loss of safety, social relationships, professional identity, and a familiar way of life. In 73.8% of the responses, the war, occupation, and forced displacement were described as a major turning point that fundamentally transformed participants' life plans and value systems (Table 4).

A substantial proportion of participants (60.6%) expressed a profound sense of longing for Ukraine, their homes, familiar places, and their pre-war lives.

Table 3

Descriptive Statistics for Perceived Social Support Among Women with Children Experiencing War-Induced Forced Migration

Indicator	*M*	*SD*	Level
1.Significant Others	4.98	2.20	Moderate
2.Family	5.02	2.05	Moderate
3.Friends	4.72	2.15	Moderate
4.Overall perceived social support	4.91	1.97	Moderate

Responses frequently included statements such as *"I miss my home"*, *"I want to return home"*, *"What I miss most is my family"*, and *"The war divided our lives into a 'before' and an 'after'"*. These narratives suggest that many participants continue to experience unresolved grief while maintaining a strong emotional attachment to their homeland.

At the same time, 56.9% of the respondents described their lives prior to the outbreak of the war in positive terms, characterizing them as stable, fulfilling, predictable, and satisfying. The pronounced contrast between their pre-war and current circumstances appears to intensify experiences of loss and uncertainty.

Despite the considerable challenges associated with forced migration, more than half of the participants (55.0%) perceived the experience as an opportunity for personal growth. Many respondents reported that the adversity they had faced had strengthened their resilience, increased their independence and sense of responsibility, enhanced their decision-making abilities, and improved their capacity to adapt to new life circumstances. These findings point to a substantial potential for psychological resilience and positive cognitive reappraisal of traumatic experiences.

Motherhood occupied a central position in the participants' subjective experiences. For 53.8% of the respondents, the birth of their children was identified as the most significant event in their lives, while in 88.8% of the responses children were described as the primary source of motivation, psychological resilience, and meaning in life. Participants emphasized that their responsibility toward their children enabled them to cope with adversity, sustain hope, and continue planning for the future despite prolonged uncertainty.

At the same time, motherhood under conditions of forced migration was associated with a substantial psychological burden. A total of 71.9% of participants described motherhood as a major challenge requiring them to simultaneously ensure their children's safety, support their emotional well-being, address financial difficulties, and adapt to an unfamiliar sociocultural environment. Nearly half of the respondents (46.2%) expressed concern about their children's psychological well-being, adaptation to new educational settings, loss of friendships, and the long-term consequences of war-related experiences.

The analysis of participants' responses concerning the principal challenges of adaptation revealed that the most frequently reported difficulties were language barriers and cultural differences (61.9%), barriers to employment and financial stability (39.4%), uncertainty about the future (32.5%), emotional exhaustion (24.4%), and social isolation (21.2%). Many responses also reflected a persistent sense of temporariness, difficulties in planning for the future, and the ongoing expectation of further changes and instability.

Table 4

Major Psychological Experiences of Women with Children Experiencing War-Induced Forced Migration (Based on the Content Analysis of the Sentence Completion Test)

Thematic category	*n*	%
1. War and forced migration as a major life turning point	118	73.8
2. Feelings of losing one's home and former way of life	104	65.0
3. Sadness and longing for Ukraine	97	60.6
4. High levels of uncertainty about the future	99	61.9
5. Emotional exhaustion and anxiety	39	24.4
6. Social isolation	34	21.2

Table 5

Primary Psychological Resources Reported by Women with Children

Resource	*n*	%
1. Children	142	88.8
2. Family	90	56.2
3. Education and professional experience	107	66.9
4. Personal agency	77	48.1
5. Hope for the end of the war	70	43.8
6. Friends' support	53	33.1
7. God and prayer	52	32.5
8. Nature and recreation	37	23.1

At the same time, the study identified the principal psychological resources that support women in coping with forced migration. The most frequently reported sources of inner strength were children and family (56.2%), faith and prayer (32.5%), nature, rest, and opportunities for solitude and self-reflection (23.1%), support from friends (33.1%), and hope for the end of the war and a return to peaceful life (43.8%). Many respondents also emphasized that professional activity, continuing education, volunteering, and confidence in their own ability to overcome adversity helped them maintain psychological balance (Table 5).

Particularly noteworthy was the ambivalent nature of the participants' emotional experiences. Alongside feelings of fear, loss, anxiety, and uncertainty, their narratives also reflected hope, confidence in their own abilities, aspirations for personal growth, and a strong

commitment to securing a better future for their children. This coexistence of profound loss and preserved internal psychological resources may be considered a distinctive psychological characteristic of women with children experiencing war-induced forced migration.

Overall, the content analysis indicates that the experience of forced migration is multidimensional, encompassing cognitive, emotional, motivational, and meaning-related aspects of psychological functioning. Despite the substantial psychological burden associated with displacement, most participants demonstrated the preservation of essential internal resources, including responsibility for their children, faith, hope, adaptive capacity, and a willingness to rebuild their lives (Table 6).

The findings of the content analysis indicate that the psychological experiences of women with children undergoing war-induced forced migration are inherently dual in nature. On the one hand, participants' narratives were dominated by experiences of loss, uncertainty, emotional exhaustion, and adaptation difficulties associated with war, forced displacement, language barriers, and professional disruption. On the other hand, the majority of respondents demonstrated the preservation of substantial psychological resources. The most prominent resources identified were children (88.8%), family (56.2%), professional experience (66.9%), hope for the end of the war (43.8%), and personal agency (48.1%).

These findings suggest that psychological support for women with children experiencing war-induced forced migration should extend beyond addressing the consequences of traumatic experiences. Instead, effective interventions should adopt a resource-oriented perspective that promotes the identification, strengthening, and activation of both internal and external psychological resources, thereby enhancing resilience, facilitating adaptation, and supporting long-term psychological well-being.

Table 6

Primary Life Goals and Future Orientation

Response category	*n*	%
1. Providing a safe future for children	118	73.8
2. Employment and professional self-realization	107	66.9
3. Uncertainty about the future	99	61.9
4. Learning the host-country language and social integration	84	52.5
5. Financial stability	77	48.1
6. Returning to Ukraine after the war	70	43.8
7. Purchasing a home	41	25.6
8. Continuing education	39	24.4

Summary of the Empirical Findings. A comprehensive analysis of the data obtained using T. Tytarenko's *Life Perspective of Personality* technique, the *Social-Psychological Adaptation Inventory* developed by C. Rogers and R. Dymond, the *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), and the *Sentence Completion Test* made it possible to identify the principal psychological characteristics of women with children experiencing war-induced forced migration.

The findings demonstrate that even after two to four years of residence abroad, the majority of participants continue to experience the psychological consequences of war, the loss of their familiar social environment, and persistent adaptation challenges. The most prominent difficulties include uncertainty about the future, emotional exhaustion, language barriers, professional disruption, and reduced social connectedness. Specifically, 73.8% of respondents perceived the war as a major turning point in their lives, 65.0% reported experiencing the loss of home, 61.9% described significant uncertainty regarding the future, and 60.6% expressed a profound longing for Ukraine.

At the same time, the findings reveal the preservation of considerable psychological resource potential. The overall level of social-psychological adaptation was moderate (M = 58.6%, SD = 18.9), while internality emerged as the most prominent internal psychological resource (M = 64.4%, SD = 15.0). Emotional comfort remained the most vulnerable dimension of adaptation (M = 54.6%, SD = 23.3), highlighting the need for interventions specifically targeting psycho-emotional stabilization.

The majority of participants were oriented toward short-term life goals, primarily focused on ensuring their children's safety, obtaining employment, achieving financial stability, and facilitating integration into the host society. The overall level of perceived social support was moderate (M = 4.91, SD = 1.97), with family serving as the primary source of support, whereas support from friends was comparatively limited.

Motherhood emerged as the central meaning-making dimension of the participants' lives. For 88.8% of respondents, their children constituted the primary source of motivation and psychological resilience. At the same time, the maternal role was accompanied by a substantial emotional burden, reflecting the multiple responsibilities associated with ensuring children's safety, well-being, and adaptation under conditions of forced migration.

The integration of the empirical findings enabled the identification of the principal risk

factors–including uncertainty about the future, reduced emotional comfort, language barriers, professional disruption, and limited social connectedness–as well as the key protective resources, namely an internal locus of control, positive self-acceptance, family support, professional competence, personal agency, motherhood, and hope for the end of the war. Collectively, these findings provided the empirical foundation for the development of a resource-oriented model of psychological support aimed at mobilizing and strengthening the internal and external psychological resources of women with children experiencing war-induced forced migration.

The proposed model integrates five interrelated domains of psychological support: psycho-emotional stabilization, the development of internal psychological resources, the enhancement of maternal competence, the strengthening of social support, and the cultivation of a positive life perspective. Its implementation is intended to promote social-psychological adaptation, strengthen psychological resilience, enhance personal agency, and restore women's capacity for effective functioning within new sociocultural environments. The integration of empirical evidence with a practice-oriented intervention model constitutes the principal scientific contribution of the study and underscores its practical significance for the development of comprehensive psychosocial support programs for women with children experiencing war-induced forced migration.

Conclusions. The study identified the key psychological characteristics of women with children experiencing war-induced forced migration and provided an empirical basis for developing a resource-oriented model of psychological support.

Participants demonstrated a moderate level of social-psychological adaptation (M = 58.6%, SD = 18.9). Emotional comfort was the most vulnerable dimension (M = 54.6%, SD = 23.3), whereas internality showed the highest scores (M = 64.4%, SD = 15.0), indicating the preservation of an internal locus of control and personal agency. Significant positive correlations were found between adaptation, self-acceptance, emotional comfort, acceptance of others, and internality.

Perceived social support was moderate overall (M = 4.91, SD = 1.97), with family identified as the primary source of support and friends as the least prominent. Participants' life perspectives were predominantly short-term, focusing on children's safety, employment, housing, and financial stability. Motherhood emerged as both a major psychological challenge and the principal source of resilience, motivation, and future orientation.

The main protective resources included an internal locus of control, family support, professional competence, personal agency, hope, and a future orientation centered on children's well-being, whereas reduced emotional comfort, uncertainty, professional disruption, and limited social support represented the primary vulnerability factors.

Based on these findings, a resource-oriented model of psychological support was developed, integrating psycho-emotional stabilization, activation of internal resources, the development of a positive life perspective, the strengthening of social support, and the enhancement of maternal competence and social integration. The model may be applied in psychosocial support services for forcibly displaced women with children. Future research should evaluate its effectiveness through intervention studies.

Bibliography:

1. Adedeji A., Kaltenbach S., Metzner F., Kovach V., Rudschinat S., Arrizabalaga I. M., Buchcik J. Mental health outcomes among female Ukrainian refugees in Germany: A mixed-method approach exploring resources and stressors. Healthcare. 2025. Vol. 13, No. 3. Article 259. DOI: https://doi.org/10.3390/healthcare13030259.

2. Antonovsky A. Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Francisco : Jossey-Bass, 1987.

3. Berry J. W. Immigration, acculturation, and adaptation. Applied Psychology. 1997. Vol. 46, No. 1. P. 5–34. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x

4. Bonanno G. A. Loss, trauma, and human resilience. American Psychologist. 2004. Vol. 59, No. 1. P. 20–28. DOI: https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20.

5. Budosan B., Castro J., Kortusova P., Svobodova I. Challenges and opportunities for mental health and psychosocial support programming during the Ukraine refugee crisis in Czechia. Intervention. 2023. Vol. 21, No. 2. P. 107–115. DOI: https://doi.org/10.4103/intv.intv_19_23

6. Chudzicka-Czupała A. E., Zhou N., Tay A., Chiang S.-K., Capińska M., Pomyluiko V., Ostafińska-Molik B., Czupała M., Żywiołek-Szeja M., Yen C.-F., McIntyre R. S., Ho R. C. Mental health, psychological wellbeing, and coping with stress by Ukrainian war refugees staying in Poland. Frontiers in Public Health. 2026. Vol. 13. Article 1731764. DOI: https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1731764.

7. Fazel M., Wheeler J., Danesh J. Prevalence of serious mental disorder in 7,000 refugees resettled in Western countries: A systematic review. The Lancet. 2005. Vol. 365, No. 9467. P. 1309–1314. DOI: https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)61027-6.

8. Hobfoll S. E., Hall B. J., Canetti D., Johnson R. J. Refining our understanding of traumatic growth. Applied Psychology. 2007. Vol. 56, No. 3. P. 345–366. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00296.x.

9. Jolof L., Rocca P., Carlsson T. Trauma-informed care for women who are forced migrants: A qualitative study among service providers. Scandinavian Journal of Public Health. 2025. Vol. 53, No. 6. P. 594–599. DOI: https://doi.org/10.1177/14034948241237591.

10. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : методичні рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с.

11. Lytovchenko O., Lytovchenko O. Trauma informed approach: Relevance for Ukrainian social work. Social Work and Education. 2025. Vol. 12, No. 2. P. 224–231. DOI: https://doi.org/10.25128/2520-6230.25.2.8.

12. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience in development. New York : Guilford Press, 2014.

13. Mollica R. F. Healing invisible wounds: Paths to hope and recovery in a violent world. Nashville : Vanderbilt University Press, 2006.

14. Rogers C. R., Dymond R. F. Psychotherapy and personality change: Coordinated research studies in the client-centered approach. Chicago : University of Chicago Press, 1954.

15. Sacks J. M. The Sentence Completion Test. New York : New York University, 1950.

16. Seligman M. E. P. Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. New York : Free Press, 2011.

17. Snyder C. R. Hope theory: Rainbows in the mind. Psychological Inquiry. 2002. Vol. 13, No. 4. P. 249–275. DOI: https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01.

18. Snyder C. R., Rand K. L., Sigmon D. R. Hope theory: A member of the positive psychology family. Handbook of positive psychology / ed. by C. R. Snyder, S. J. Lopez. New York : Oxford University Press, 2002. P. 257–276.

19. Сингаївська І., Чистякова М. Міжнародний досвід інтеграції вимушених переселенців під час війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2025. № 1 (77). С. 473–480. DOI: https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-77-473-480

20. Психологія життєтворення особистості в сучасному світі : монографія / Ю. Д. Гундертайло, В. О. Климчук, О. Я. Кляпець та ін. ; за наук. ред. Т. М. Титаренко. Київ : Міленіум, 2016. 320 с.

21. Ungar M. (Ed.). The social ecology of resilience: A handbook of theory and practice. New York : Springer, 2011. DOI: https://doi.org/10.1007/978-1-4614-0586-3.

22. United Nations High Commissioner for Refugees. Ukraine refugee situation. 2025. URL: https://data.unhcr.org/en/situations/ukraine (дата звернення: 31.08.2026).

23. Васильченко О., Валєнса Г. Гармонізація системи ідентичності українських жінок в умовах життєвих викликів. інтегративний підхід. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2025. (4(80). 353–362. https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-80-353-362

24. Zimet G. D., Dahlem N. W., Zimet S. G., Farley G. K. The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. Journal of Personality Assessment. 1988. Vol. 52, No. 1. P. 30–41. DOI: https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

Васильченко О.М., Моржевська Т.С. РЕСУРСНО-ОРІЄНТОВАНА МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ЖІНОК З ДІТЬМИ В УМОВАХ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ, СПРИЧИНЕНОЇ ВІЙНОЮ

У статті представлено результати емпіричного дослідження психологічних ресурсів жінок із дітьми, які переживають вимушену міграцію, спричинену війною, та обґрунтовано ресурсно-орієнтовану модель психологічної підтримки, спрямовану на підвищення їхнього психологічного благополуччя й адаптації. Актуальність дослідження зумовлена нагальною потребою у підтримці українських жінок, які після початку повномасштабної війни були змушені адаптуватися до нового соціокультурного середовища, одночасно виконуючи материнські, соціальні та професійні ролі в умовах тривалого стресу й невизначеності.

Метою дослідження є розроблення та теоретичне обґрунтування ресурсно-орієнтованої моделі психологічної підтримки на основі результатів емпіричного вивчення психологічних особливостей жінок із дітьми, які перебувають в умовах вимушеної міграції.

У дослідженні взяли участь 160 жінок із дітьми, які виїхали з України після 24 лютого 2022 року та нині проживають у країнах Європи. У дослідженні було використано методику Т. Титаренко «Життєва перспектива особистості», Багатовимірну шкалу сприйманої соціальної підтримки (MSPSS),

методику діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда, а також тест незакінчених речень. Для аналізу даних застосовано методи описової статистики, кореляційний аналіз Пірсона та якісний контент-аналіз.

Результати дослідження свідчать про помірний рівень соціально-психологічної адаптації учасниць. Найбільш вразливим компонентом адаптації виявився емоційний комфорт, тоді як інтернальність була визначена як провідний психологічний ресурс, що відображає збереження внутрішнього локусу контролю. Встановлено сильні позитивні кореляційні зв'язки між соціально-психологічною адаптацією, самоприйняттям, емоційним комфортом, прийняттям інших та інтернальністю. Основним джерелом сприйманої соціальної підтримки визначено сім'ю, тоді як підтримка з боку друзів виявилася порівняно менш вираженою. Аналіз життєвих перспектив учасниць засвідчив переважання короткострокового планування, а основними пріоритетами були забезпечення безпеки дітей, досягнення стабільності умов проживання та професійна інтеграція. Материнство визначено як ключовий смислотворчий психологічний ресурс, що підтримує життєстійкість і спрямовані на майбутнє стратегії подолання труднощів.

На основі отриманих емпіричних результатів розроблено ресурсно-орієнтовану модель психологічної підтримки. Модель охоплює п'ять взаємопов'язаних компонентів: психоемоційну стабілізацію, активізацію внутрішніх психологічних ресурсів, розвиток позитивної життєвої перспективи, зміцнення соціальної підтримки, а також підвищення материнської компетентності та сприяння соціальній інтеграції.

Практичне значення дослідження полягає у можливості застосування запропонованої моделі психологами, психотерапевтами, соціальними працівниками, центрами підтримки вимушено переміщених осіб, неурядовими організаціями та міжнародними гуманітарними програмами. Отримані результати поглиблюють розуміння психологічних ресурсів, які сприяють адаптації українських жінок із дітьми в умовах вимушеної міграції, спричиненої війною, та можуть слугувати основою для розроблення комплексних програм психосоціальної підтримки.

Ключові слова: *вимушена міграція, спричинена війною, жінки з дітьми, психологічна підтримка, ресурсно-орієнтований підхід, психологічні ресурси, психологічна адаптація, життєва перспектива, соціальна підтримка, емоційна підтримка, надія, материнство, міжособистісна взаємодія.*

Дата першого надходження статті до видання: 07.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/17

Волошин В.М.
https://orcid.org/0009-0003-4084-4013
Заклад вищої освіти «Подільський державний університет»

ТРАВМА-ІНФОРМОВАНИЙ ПІДХІД ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті здійснено теоретико-аналітичне дослідження сутності, принципів та особливостей застосування травма-інформованої психологічної підтримки особистості в умовах воєнного стану. Актуальність теми зумовлена масовою психотравматизацією населення України внаслідок бойових дій, вимушеного переміщення, втрати близьких, руйнування звичного способу життя та тривалого перебування в ситуації невизначеності. Традиційні підходи до психологічної допомоги часто виявляються недостатніми, оскільки не завжди враховують специфіку травматичного досвіду та ризик вторинної травматизації.

Розкрито зміст поняття травма-інформованої психологічної підтримки як сучасного підходу, що базується на усвідомленні поширеності психотравмуючого досвіду, розумінні його впливу на психіку, емоційний стан, поведінку та функціонування людини, а також на прагненні запобігти повторній травматизації. Відповідно до концепції SAMHSA індивідуальна травма визначається як результат події або сукупності обставин, які людина переживає як фізично чи емоційно шкідливі або такі, що загрожують життю, і які мають тривалий негативний вплив на її благополуччя.

Проаналізовано шість ключових принципів травма-інформованого підходу: безпека; надійність і прозорість; підтримка і співпраця; розширення можливостей, голос і вибір; культурна, історична та гендерна чутливість; протидія повторній травматизації. Показано, що на відміну від традиційних моделей цей підхід зосереджується не лише на подоланні наслідків травми, а й на створенні безпечного середовища, у якому людина зберігає контроль над процесом відновлення.

Обґрунтовано універсальність підходу та доцільність його застосування щодо різних категорій осіб: цивільного населення, внутрішньо переміщених осіб, військовослужбовців і ветеранів, працівників правоохоронних органів, ДСНС, медичних працівників, дітей, підлітків, сімей, а також фахівців, які надають допомогу. Визначено особливості реалізації підтримки для кожної категорії з урахуванням специфіки їхнього досвіду та потреб. Підкреслено, що травма-інформований підхід не є окремим методом психотерапії, а являє собою комплексну концепцію організації допомоги, яку можна інтегрувати в психологічну, соціальну, медичну та освітню практику.

Впровадження принципів травма-інформованої підтримки сприяє підвищенню ефективності психологічної допомоги, відновленню ресурсів особистості, розвитку резильєнтності та формуванню більш гуманної системи підтримки населення в умовах воєнного стану.

***Ключові слова*:** *травма-інформований підхід, травма-інформована психологічна підтримка, психотравма, психологічна допомога, воєнний стан, психічне здоров'я, психологічна безпека, вторинна травматизація, резильєнтність, психологічне відновлення.*

Постановка проблеми. Сучасні умови воєнного стану в Україні супроводжуються масовою психотравматизацією населення, що зумовлює зростання потреби в ефективній психологічній підтримці особистості. Традиційні підходи до надання психологічної допомоги часто виявляються недостатніми, оскільки не враховують специфіку травматичного досвіду, його вплив на психіку та поведінку людини, а також ризик вторинної травматизації під час взаємодії з фахівцями.

© Волошин В.М., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

У цьому контексті особливої актуальності набуває травма-інформований підхід, який розглядає психологічну підтримку через призму розуміння травми, її наслідків і принципів безпеки, довіри, співпраці та розширення можливостей особистості [6]. Попри зростаючий інтерес до цього підходу у зарубіжній практиці, у вітчизняній психології та суміжних галузях досі недостатньо розробленими залишаються його теоретичні засади, психолого-правові аспекти реалізації та особливості застосування саме в умовах воєнного стану.

Актуальність дослідження зумовлена також тим, що відсутність чіткого розуміння сутності травма-інформованої психологічної підтримки, її принципів і меж застосування може знижувати ефективність допомоги, створювати ризики для психічного здоров'я як отримувачів послуг, так і самих фахівців. Отже, існує потреба в системному аналізі травма-інформованої психологічної підтримки особистості в умовах воєнного стану з метою визначення її змісту, принципів і психолого-правових підстав.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема травма-інформованої психологічної підтримки особистості в умовах війни активно розробляється як у зарубіжній, так і у вітчизняній науці. Класичні засади підходу були закладені в роботах М. Гарріс і Р. Фаллот, які ще на початку 2000-х років обґрунтували необхідність створення травма-інформованих систем допомоги, що базуються на принципах безпеки, довіри, вибору, співпраці та розширення можливостей особистості [9]. Подальшого розвитку ця концепція набула в керівництві Управління з питань зловживання психоактивними речовинами та психічного здоров'я США (SAMHSA), де було сформульовано чотири ключові припущення – усвідомлювати (realize), розпізнавати (recognize), реагувати (respond) та протистояти повторній травматизації (resist re-traumatization), а також шість принципів травма-інформованого підходу [14].

У зарубіжних дослідженнях останніх років акцент зміщується на застосування травма-інформованих практик у контексті збройних конфліктів і масової травматизації. Зокрема, аналізуються особливості надання психологічної допомоги біженцям і постраждалим від війни, підкреслюється важливість уникнення вторинної травматизації та створення безпечного середовища [10]. Окрему увагу приділено адаптації травма-фокусованих методів (зокрема TF-CBT) для роботи з дітьми та дорослими в умовах війни в Україні [12].

У вітчизняній психології інтерес до травма-інформованого підходу суттєво зріс після 2022 року. О. Литовченко розглядає актуальність цього підходу для української соціальної роботи та підкреслює необхідність його інтеграції в систему допомоги постраждалим [11]. О. Лазаренко досліджує особливості травма-інформованої супервізії в роботі з внутрішньо переміщеними особами, наголошуючи на її ролі у профілактиці професійного вигорання фахівців [5]. Н. Мосол і Л. Залановська аналізують можливості застосування травма-інформованого підходу в соціально-психологічній допомозі в умовах війни та визначають його як перспективний напрям реабілітації населення [7].

Окремі дослідження присвячені впровадженню травма-інформованих практик в освіті, роботі з молоддю та публічному секторі [3]. Водночас більшість наявних публікацій мають прикладний або описовий характер. Недостатньо розробленими залишаються саме теоретичні підстави травма-інформованої психологічної підтримки особистості, її психолого-правові аспекти та специфіка реалізації в умовах тривалого воєнного стану.

Постановка завдання. Мета статті полягає у здійсненні теоретико-аналітичного дослідження сутності, принципів та психолого-правових аспектів травма-інформованої психологічної підтримки особистості в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу. У сучасних умовах воєнного стану поняття травма-інформованої психологічної підтримки набуває особливої актуальності, оскільки значна частина населення стикається з наслідками психотравмуючих подій, пов'язаних із бойовими діями, вимушеним переміщенням, втратою близьких, руйнуванням звичного способу життя та тривалим перебуванням у ситуації невизначеності. Такі обставини суттєво впливають на психічне здоров'я людини, її емоційний стан, поведінку, міжособистісні взаємини та здатність ефективно виконувати професійні й соціальні ролі. У зв'язку з цим зростає потреба у впровадженні підходів до психологічної допомоги, які враховують специфіку пережитого травматичного досвіду та забезпечують безпечні умови для відновлення особистості.

Травма-інформована психологічна підтримка особистості є сучасним підходом до надання психологічної допомоги, що ґрунтується на усвідомленні широкої поширеності психотравмуючого досвіду, розумінні його впливу на психіку, емоційний стан, поведінку та повсякденне функціонування

людини, а також на прагненні запобігти повторній (вторинній) травматизації під час взаємодії з фахівцями [4].

Відповідно до концепції Управління з питань зловживання психоактивними речовинами та психічного здоров'я США (SAMHSA), індивідуальна травма є наслідком окремої події, серії подій або сукупності обставин, які людина переживає як фізично чи емоційно шкідливі або такі, що становлять загрозу її життю. Такі переживання мають тривалий негативний вплив на психічне, фізичне, соціальне, емоційне та духовне благополуччя особистості, а також можуть істотно порушувати її повсякденне функціонування [14].

На відміну від традиційних моделей психологічної допомоги, травма-інформований підхід зосереджується не лише на подоланні наслідків психотравми, а й на створенні підтримувального середовища, у якому людина почувається захищеною, відчуває довіру, повагу до власного досвіду, має можливість здійснювати вибір і зберігати контроль над процесом власного відновлення. Основна ідея цього підходу полягає в тому, що фахівець має розглядати поведінкові, емоційні та когнітивні реакції людини крізь призму її можливого травматичного досвіду, а не трактувати їх як прояви небажання співпрацювати, неслухняності чи інших «проблемних» особливостей поведінки. Саме такий підхід сприяє формуванню безпечних, довірливих взаємин між фахівцем і людиною, підвищує ефективність психологічної допомоги та створює передумови для успішного психологічного відновлення.

Травма-інформований підхід базується на шести ключових принципах, запропонованих SAMHSA, які наведено в таблиці 1.

В умовах воєнного стану травма-інформований підхід є актуальним для широкого кола осіб, які безпосередньо або опосередковано зазнають впливу психотравмуючих подій. Насамперед він спрямований на підтримку цивільного населення, яке переживає обстріли, окупацію, втрату житла, вимушене розлучення з родиною чи смерть близьких людей. Особливої уваги потребують внутрішньо-переміщені особи, які змушені адаптуватися до нових умов життя та долати наслідки втрати звичного соціального середовища [2].

Водночас цей підхід є важливим для військовослужбовців, ветеранів, працівників правоохоронних органів, Державної служби України з надзвичайних ситуацій, медичних працівників та інших представників професій, діяльність яких пов'язана з постійним перебуванням у небезпечних або психоемоційно напружених умовах. Не менш значущим є його застосування у роботі з дітьми, підлітками та сім'ями, які пережили травматичні події, адже психотравма може суттєво впливати на їхній емоційний розвиток, соціальну адаптацію та міжособистісні взаємини.

Окремою категорією є фахівці, які надають психологічну, соціальну, медичну чи гуманітарну допомогу постраждалим. Використання травма-інформованого підходу у їхній професійній діяльності сприяє не лише підвищенню якості допомоги, а й профілактиці вторинної травматизації, професійного вигорання та хронічного стресу [8].

Водночас слід зазначити, що травма-інформований підхід не є окремим методом психотерапії, як, наприклад, когнітивно-поведінкова терапія. Він являє собою комплексну концепцію організації допомоги, що може інтегруватися у різні види

Таблиця 1

Основні принципи травма-інформованої психологічної підтримки

Принцип	Зміст принципу
Безпека (Safety)	Забезпечення фізичної, психологічної та емоційної безпеки як для особи, яка отримує підтримку, так і для фахівця. Людина має відчувати, що вона в безпеці, або знати, що саме їй потрібно для цього відчуття.
Надійність і прозорість (Trustworthiness and Transparency)	Відкритість процедур, чіткість правил і послідовність дій фахівця, що формує довіру.
Підтримка і співпраця (Peer Support / Collaboration)	Визнання цінності досвіду самої людини та залучення її до спільного прийняття рішень.
Розширення можливостей, голос і вибір (Empowerment, Voice and Choice)	Відновлення відчуття контролю, надання можливості вибору та голосу в процесі допомоги.
Культурна, історична та гендерна чутливість (Cultural, Historical and Gender Issues)	Урахування культурного, історичного, гендерного та індивідуального контексту травми.
Протидія повторній травматизації (Resist re-traumatization)	Уникнення будь-яких дій, процедур чи ставлення, які можуть нагадувати травматичний досвід або посилювати його наслідки.

Таблиця 2

Особливості реалізації травма-інформованого підходу щодо різних категорій осіб

Категорія осіб	Як реалізується
Цивільне населення	Створення безпечного простору, емоційна підтримка, психоедукація, допомога у відновленні відчуття контролю над життям
Внутрішньо-переміщені особи (ВПО)	Сприяння адаптації, формування довірливих взаємин, підтримка соціальної інтеграції та психологічної стійкості
Військовослужбовці та ветерани	Врахування бойового досвіду, психологічна підтримка, профілактика повторної травматизації, сприяння реінтеграції
Працівники правоохоронних органів, ДСНС, медичні працівники	Психологічний супровід, розвиток навичок саморегуляції, профілактика професійного вигорання та вторинної травматизації
Діти, підлітки та сім'ї	Створення психологічно безпечного середовища, підтримка емоційного розвитку, залучення сім'ї до процесу відновлення
Фахівці, які надають допомогу	Супервізія, психоедукація, навчання принципам травма-інформованого підходу, профілактика професійного виснаження

психологічної, соціальної, медичної, психосоціальної та освітньої підтримки. Його основною метою є врахування можливого травматичного досвіду людини на всіх етапах взаємодії з нею та створення умов, які мінімізують ризик повторної травматизації [13].

Врахування специфіки пережитого травматичного досвіду є необхідною умовою ефективного застосування травма-інформованого підходу. Саме тому психологічна підтримка різних категорій осіб повинна здійснюватися з урахуванням їхніх потреб, життєвих обставин та характеру психотравмуючих чинників. Основні особливості реалізації травма-інформованого підходу щодо різних категорій осіб в умовах воєнного стану наведено в таблиці 3.

Для всіх категорій спільними залишаються принципи забезпечення психологічної безпеки, формування довірливих взаємин, поваги до особистого досвіду, підтримки автономії та запобігання повторній травматизації. Диференціація форм і методів психологічної підтримки дозволяє підвищити її ефективність, сприяє відновленню психологічних ресурсів, розвитку резильєнтності та успішній адаптації особистості до наслідків воєнних подій.

Застосування травма-інформованого підходу є доцільним не лише у діяльності практичних психологів, а й у роботі соціальних працівників, медичних фахівців, педагогів, працівників правоохоронних органів та інших спеціалістів, які взаємодіють із людьми, що пережили психотравмуючі події. Комплексне впровадження принципів травма-інформованої допомоги сприяє формуванню більш гуманної, безпечної та ефективної системи психологічної підтримки населення в умовах воєнного стану [1].

Висновки. Травма-інформована психологічна підтримка особистості в умовах воєнного стану є актуальним і перспективним підходом до надання психологічної допомоги. Вона ґрунтується на усвідомленні поширеності травматичного досвіду, розумінні його впливу на психіку, поведінку та функціонування людини, а також на створенні безпечного середовища, яке запобігає повторній травматизації.

Ключовими засадами цього підходу є шість принципів: безпека, надійність і прозорість, підтримка і співпраця, розширення можливостей (голос і вибір), культурна, історична та гендерна чутливість, а також протидія повторній травматизації. Дотримання цих принципів дозволяє фахівцям розглядати реакції людини крізь призму її можливого травматичного досвіду і будувати довірливі, емпатійні взаємини.

Травма-інформований підхід є універсальним і може застосовуватися до різних категорій осіб: цивільного населення, внутрішньо переміщених осіб, військовослужбовців і ветеранів, працівників правоохоронних органів, ДСНС, медичних працівників, дітей, підлітків, сімей, а також фахівців, які надають допомогу. При цьому форми реалізації підтримки мають враховувати специфіку потреб і досвіду кожної категорії.

Важливо підкреслити, що травма-інформований підхід не є окремим методом психотерапії, а являє собою комплексну концепцію організації допомоги, яку можна інтегрувати в різні види психологічної, соціальної, медичної та освітньої діяльності. Його впровадження сприяє підвищенню ефективності психологічної підтримки, відновленню ресурсів особистості, розвитку резильєнтності та формуванню більш гуманної системи допомоги в умовах воєнного стану.

Список літератури:

1. Бартош О., Тафій І. Травмоінформована допомога як втручання та організаційний підхід: американський досвід. *Ввічливість. Humanitas*. 2025. Вип. 4. С. 3–9. DOI: https://doi.org/10.32782/humanitas/2025.4.1
2. Брусенко А. С. Травма-інформований підхід у роботі з внутрішньо переміщеними особами в Україні: психологічні та соціальні аспекти. Актуальні питання розвитку галузей науки : матеріали Міжнародної наукової конференції (м. Житомир, 9 травня 2025 р.). Житомир : МЦНД, 2025. С. 68–70.
3. Бужинська С. М., Толмачова І. М., Бровченко А. К. Принципи забезпечення травма-інформованого підходу в освітньому процесі ЗВО: психолого-педагогічний аспект. *Перспективи та інновації науки*. 2026. № 3(61). С. 3175–3188. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-4952-2026-3(61)-3175-3188.
4. Кухарук О. Ю. Травма-інформований підхід: концептуальні засади, принципи та особливості реалізації в українському контексті війни. *Проблеми політичної психології*. 2026. Вип. 19 (33). С. 67–80. DOI: https://doi.org/10.33120/popp-Vol19-Year2026-241
5. Лазаренко О. Особливості травма-інформованої супервізії в ході психологічної допомоги ВПО, постраждалим від війни в Україні на основі кейс-аналізу. *Психологічні травелоги*. 2025. № 1. С. 28–34. DOI: https://doi.org/10.31891/PT-2025-1-3
6. Мартинчук О. В., Скрипник Т. В. *Проблема підготовки фахівців зі спеціальної освіти до впровадження травма-інформованого підходу в умовах воєнних викликів*. Освіта без бар'єрів: євроінтеграційні виміри : матеріали XI Міжнародного конгресу зі спеціальної педагогіки та психології, 23–24 жовтня 2025 р. Київ : Інститут спеціальної педагогіки та психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України, 2025. С. 238–241. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/53844.
7. Мосол Н. О., Залановська Л. І. Травма-інформований підхід в реалізації соціально-психологічної допомоги. *Psychological Patterns of Social Processes and Personality Development in Modern Society*. 2024. С. 118–129. DOI: https://doi.org/10.30525/978-9934-26-481-8-8-8
8. Павловська-Кравчук В. А., Єгонська-Спенсер Н. О. Психологічні детермінанти розвитку вторинної травматизації у персоналу сил безпеки України. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2026. Вип. 1 (11). DOI: https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2026-1-10
9. Harris M., Fallot R. D. Using Trauma Theory to Design Service Systems. *New Directions for Mental Health Services*. №. 89. San Francisco : Jossey-Bass, 2001. 120 p.
10. Herman J. L. Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence – From Domestic Abuse to Political Terror. New York : Basic Books, 1992. 290 p.
11. Lytovchenko O., Lytovchenko O. Trauma-informed approach: Relevance for Ukrainian social work. *Social Work and Education*. 2025. Vol. 12, № 2. P. 224–231. DOI: https://doi.org/10.25128/2520-6230.25.2.8
12. Pfeiffer E., Beer R., Birgersson A., Cabrera N., Cohen J. A., Deblinger E., et al. Implementation and evaluation of trauma-focused cognitive behavioral therapy (TF-CBT) during the war in Ukraine: A feasibility and effectiveness study. *European Psychiatry*. 2025. Vol. 68, e32. DOI: https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2025.10032
13. Pisl V., te Meerman S., Batstra L., Frances A. Trauma-Informed Care as a New Universal Model of Psychopathology? A Critical Discourse Analysis of Trauma-Informed Care Manual. *Culture, Medicine, and Psychiatry*. 2025. Vol. 49, No. 4. P. 1226–1245. DOI: https://doi.org/10.1007/s11013-025-09938-5
14. SAMHSA. Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. Rockville, MD : Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2014. 51 p.

Voloshyn V.M. A TRAUMA-INFORMED APPROACH TO PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE PERSON IN WAR CONDITIONS

The article presents a theoretical and analytical study of the essence, principles, and specific features of trauma-informed psychological support for individuals under martial law. The relevance of the topic is determined by the widespread psychological traumatization of the Ukrainian population caused by military actions, forced displacement, the loss of loved ones, the destruction of familiar ways of life, and prolonged exposure to uncertainty. Traditional approaches to psychological assistance often prove insufficient because they do not always take into account the specific nature of traumatic experiences and the risk of secondary traumatization.

The paper reveals the concept of trauma-informed psychological support as a contemporary approach based on recognizing the prevalence of traumatic experiences, understanding their impact on mental health, emotional well-being, behavior, and daily functioning, as well as preventing re-traumatization. According to the Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA), individual trauma is defined as the result of an event or a series of circumstances experienced as physically or emotionally harmful or life-threatening, with long-term adverse effects on an individual's overall well-being.

The study analyzes the six core principles of the trauma-informed approach: safety; trustworthiness and transparency; peer support and collaboration; empowerment, voice, and choice; cultural, historical, and gender responsiveness; and resistance to re-traumatization. It is demonstrated that, unlike traditional models of psychological assistance, this approach focuses not only on overcoming the consequences of trauma but also on creating a safe and supportive environment in which individuals maintain control over their recovery process.

The universality of the trauma-informed approach and the feasibility of its application to various population groups are substantiated, including civilians, internally displaced persons, military personnel and veterans, law enforcement officers, emergency service personnel, healthcare professionals, children, adolescents, families, and helping professionals. The specific features of providing support to each category are identified, taking into account the nature of their traumatic experiences and individual needs. It is emphasized that the trauma-informed approach is not a separate psychotherapeutic method but rather a comprehensive framework for organizing assistance that can be integrated into psychological, social, medical, and educational practice.

The implementation of trauma-informed principles contributes to improving the effectiveness of psychological support, restoring personal resources, strengthening resilience, and developing a more humane and effective system of assistance for the population under martial law.

Keywords: *trauma-informed approach, trauma-informed psychological support, psychological trauma, psychological assistance, martial law, mental health, psychological safety, secondary traumatization, resilience, psychological recovery.*

Дата першого надходження статті до видання: 30.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 19.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9:316.48:347.963
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/18

Марченко О.Г.
https://orcid.org/0000-0003-1007-9560
Харківський національний університет внутрішніх справ

ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕОРІЇ СОЦІАЛЬНОГО КОНФЛІКТУ ЯК НАУКОВЕ ПІДГРУНТЯ МЕДІАТИВНОЇ ПРАКТИКИ

У статті здійснено теоретико-методологічний аналіз провідних психологічних теорій соціального конфлікту як фундаменту для оптимізації сучасної медіативної практики в Україні. Актуальність дослідження зумовлена загостренням суспільних викликів, зростанням рівня стресу та необхідністю впровадження ефективних інструментів альтернативного врегулювання спорів в умовах воєнного стану, коли адміністративно-правові механізми стають менш гнучкими.

Методологічну базу роботи становлять психоаналітична парадигма (З. Фройд) та когнітивно-поведінковий підхід (А. Бек, М. Дойч). Автором обґрунтовано, що психоаналітичний підхід надає медіатору необхідні інструменти для роботи з несвідомими механізмами психологічного захисту сторін (проєкцією, раціоналізацією, заміщенням), що сприяє екологічному контейнеруванню емоцій та відновленню раціонального зв'язку з реальністю.

Окрему увагу приділено когнітивній моделі конфлікту, що дозволяє трансформувати деструктивні пізнавальні схеми – такі як «тунельний зір», «ілюзія власної правоти» та «фундаментальна помилка атрибуції». Доведено, що застосування комунікативних технік рефреймінгу, децентрації та мікротехнік запитань є визначальним фактором для детоксикації мови конфлікту та переорієнтації учасників спору з жорстких позицій на їхні глибинні інтереси.

У роботі проаналізовано відповідність психологічних інструментів медіатора нормативним вимогам Закону України «Про медіацію» та Кодексу етики медіатора Національної асоціації медіаторів України (НАМУ). Доведено, що глибоке розуміння психологічної природи конфлікту не лише забезпечує дотримання принципу неупередженості, а й гарантує технологічну ефективність процедури. Результати дослідження окреслюють перспективи подальшого вивчення ролі медіативної компетентності у розробці систем внутрішньоуніверситетського врегулювання конфліктів та онлайн-медіації в умовах хронічного стресу суспільства.

Ключові слова: *соціальний конфлікт, медіація, психодинамічний підхід, когнітивне спотворення, рефреймінг, децентрація, психологічний захист, медіативна компетентність, емоційне контейнерування, психологічне підґрунтя медіації.*

Постановка проблеми. У сучасних реаліях суспільного розвитку дослідження конфлікту як складного соціально-психологічного феномену набуває критичного значення. Специфіка глобальних викликів, вектори державного поступу та високий рівень загального психоемоційного напруження вимагають системного перегляду багатофакторної природи, структурно-змістових характеристик соціального конфлікту, деструктивного впливу конфліктної взаємодії на динаміку суспільного розвитку, а також впровадження альтернативних інструментів врегулювання конфліктів. У зв'язку із зазначеним наукова дискусія довкола цієї проблематики є надзвичайно актуальною.

Особливої злободенності ця проблема набуває в умовах повномасштабної війни росії проти України, коли міжособистісні та міжгрупові суперечності загострилися через травматичний досвід та хронічний стрес, натомість традиційні адміністративно-правові можливості управління ними суттєво обмежуються. Це зумовлює необхідність пошуку та теоретичного обґрунтування мирних, партисипативних способів вирішення колізій, серед яких провідне місце посідає медіація. Потреба у практичному застосуванні медіативних технологій, своєю чергою, актуалізує глибоке переосмислення фундаментальних психологічних теорій соціального конфлікту, які виступають

© Марченко О.Г., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

надійним науково-методологічним підґрунтям для діяльності сучасного медіатора.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретико-методологічний фундамент дослідження конфліктів є міждисциплінарним, проте саме в межах психологічної науки накопичено значний масив знань щодо внутрішніх та інтеракційних механізмів виникнення суперечностей. У межах психологічного та соціогуманітарного вимірів соціального конфлікту класичні парадигми (психоаналітична, біхевіоральна, когнітивна) досліджували такі зарубіжні вчені, як З. Фройд, К. Левін, Л. Козер, М. Дойч, а також представники гарвардської школи переговорів Р. Фішер та В. Юрі. У вітчизняному науковому дискурсі вагомий внесок у вивчення загальної психології конфлікту, його динаміки та детермінант внесли такі дослідники, як Г. Ложкін, Н. Пов'якель, О. Блінов, М. Пірен та інші.

Водночас із прийняттям в Україні Закону «Про медіацію» (2021) та загостренням суспільних викликів, вектор наукових пошуків змістився в бік прикладного застосування конфліктологічних знань щодо альтернативних способів вирішення протиріч, одним з яких є медіація. Зміст, сутнісні ознаки, процедуру та галузеву специфіку медіації досліджували науковці О. Белінська, Т. Білик, Г. Єрьоменко, Н. Крестовська, К. Канішева, К. Наровська, Л. Романадзе, Л. Момот, Ю. Притика, Д. Проценко, Ю. Сліпченко, Г. Ульянова, С. Чернета та ін. Питання психологічного супроводу медіації, формування медіативної компетентності та специфіки роботи медіатора в різних сферах активно розробляють сучасні українські науковці, зокрема Л. Романова, О. Барабаш, Н. Коваль, Т. Синявська, С. Пасічник та В. Землянська.

Попри наявність ґрунтовних праць, досі недостатньо висвітленим залишається аспект безпосередньої екстраполяції класичних психологічних теорій на алгоритми медіативної процедури в умовах воєнного стану, коли психоемоційний стан сторін вимагає від медіатора глибшого розуміння несвідомих механізмів захисту та когнітивних упереджень учасників спору.

Постановка завдання. Мета статті полягає в теоретико-методологічному аналізі провідних психологічних теорій соціального конфлікту та обґрунтуванні їхньої ролі як фундаментального наукового підґрунтя для формування та оптимізації сучасної медіативної практики в Україні.

Для досягнення мети дослідження використано комплекс методів: аналіз наукової літератури з метою уточнення сутності ключових понять дослідження, правовий аналіз змісту положень нормативних документів, що регламентують процедуру медіації, статус і компетентність медіатора; системний підхід – для формулювання висновків за результатами дослідження; прогностичний – для визначення перспектив подальших розвідок.

Виклад основного матеріалу. Теоретичне підґрунтя дослідження становять концепції, які визначають філософсько-соціологічний вимір і психологічну детермінацію конфлікту. Так, у філософському контексті будь-який конфлікт є наслідком дії закону діалектичної єдності та боротьби протилежностей. Розв'язання зазначеної суперечності є рушійною силою розвитку, насамперед це стосується розвитку суспільства, матеріальних відносин, взаємодії суб'єктів і груп, їхньої суспільно-політичної свідомості.

У соціальному конфлікті йдеться про конфлікт цінностей, інтересів, ідентифікації, що проявляється у зіткненні певних сил і позицій (державних, політичних, групових, релігійних тощо). Серед різноманітних сфер конфліктної соціальної взаємодії виділяють політичну, міжособистісну, економічну, партійну, релігійну, міждержавну та ін. Особливою формою прояву такої суперечності є протистояння громадянина та суспільства, а також протиріччя між особами різних типів спрямованості особистості.

Якщо філософський і соціологічний підходи фіксують переважно макроструктурні параметри соціального протистояння, то психологічний вимір дозволяє виявити суб'єктивний зміст конфлікту, особливості його сприйняття, переживання та транслювання учасниками через призму їхнього індивідуального досвіду. Тому вивчення психологічних основ медіативної практики вимагає ретельного аналізу класичних психологічних парадигм конфліктної взаємодії, які по-різному трактують детермінанти конфліктної поведінки (див. табл. 1).

У табл. 1 систематизовано положення наукових праць [1; 2; 4].

Першим фундаментальним підґрунтям для розуміння ірраціональної та високоемоційної поведінки сторін у конфлікті є психодинамічна (психоаналітична) теорія З. Фройда, який визначав внутрішній конфлікт передумовою та проявом руху й динаміки душевного життя особистості. Розв'язок і розвиток психіки позначений боротьбою між її компонентами: «Воно» (Id), «Я» (Ego) і «Над-Я» (Superego) [1].

«Воно» є найглибшим компонентом у структурі психіки, цариною несвідомого й первинних інстинктів (бажання володарювати, деструктивні інтенції). «Воно» є вільним від соціальних норм, не визнає настанов на самозбереження, а прагне лише

Таблиця 1

Теоретичні підходи до пояснення конфлікту та їх прикладне значення

Психологічний підхід / Теорія	Що пояснює в конфлікті?	Як це використовує медіатор на практиці?
Психоаналітичний підхід *(З. Фройд, К. Юнг)*	Пояснює дію несвідомих механізмів захисту (проєкція, раціоналізація, заміщення), коли власні деструктивні інтенції приписуються опоненту.	Медіатор розуміє природу ірраціональної поведінки, не реагує на неї особисто, використовує кокус для контейнування емоцій.
Теорія динамічних систем / Полімотиваційні теорії *(К. Левін)*	Конфлікт як зіткнення внутрішніх і зовнішніх сил та потреб («хочу, але боюсь»), рух у психологічному полі сил.	Медіатор керує атмосферою переговорів через правила (контрактинг), допомагає перейти від жорстких позицій до глибинних інтересів.
Когнітивний підхід *(А. Бек, М. Дойч, Л. Фестінгер)*	Пояснює викривлення сприйняття, «тунельний зір» сторін, когнітивний дисонанс, коли кожен бачить лише власну правоту.	Медіатор використовує техніки рефреймінгу, децентрації та мікротехніки запитань для розширення та перебудови когнітивного поля сторін.
Гуманістичний підхід *(А. Маслоу, К. Роджерс)*	Конфлікт як наслідок незадоволення базових або вищих актуальних потреб особистості.	Виступає фундаментом для концепції переговорів за інтересами, орієнтує на виявлення первинних людських потреб.

до задоволення потреб за принципом задоволення. Натомість «Над-Я» формується внаслідок інтеріоризації дитиною суспільних норм і цінностей батьків у процесі соціалізації. «Над-Я» трансформує зовнішній контроль у самоконтроль (совість). «Я» є складником психіки, який відповідає за прийняття рішень, зв'язок із навколишнім середовищем та діє за принципом реальності, намагаючись зберегти цілісність організму та знайти соціально прийнятні рішення для задоволення бажань [1].

У ситуації гострого конфлікту «Воно» і «Над-Я», як правило, об'єднуються проти упослідженого «Я». Якщо вони стають надто сильними, їм удається послабити «Я», порушивши або знищивши його адекватний зв'язок із реальністю [2]. Ця деструктивна коаліція пояснює поведінку сторін на стадії ескалації конфлікту. Первинні імпульси й агресивні тенденції («Воно») у поєднанні з жорсткими, догматизованими внутрішніми установками («Над-Я») повністю блокують раціональне мислення. Як наслідок, «Я» втрачає зв'язок із реальністю, що проявляється у висуванні ультимативних вимог до протилежної сторони та ірраціональній комунікації.

В умовах воєнного стану, коли хронічний стрес руйнує базове почуття безпеки, у сторін спору гіпертрофуються несвідомі механізми психологічного захисту [3]:

- *проєкція* – наділення опонента власними негативними рисами та інтенціями;
- *раціоналізація* – пошук псевдологічних виправдань своїй жорсткій позиції;
- *заміщення* – перенесення агресії з недоступного об'єкта на доступний.

Практичне значення психодинамічного підходу для медіатора полягає у розумінні того, що задекларована стороною «жорстка позиція» – це не просто прояв свідомої ворожості, а первинний захисний «панцир» ослабленого психічного апарату. Професійна діяльність медіатора в межах цього підходу реалізується як технологічна послідовність дій з повернення «Я» до реальності (див. табл. 2).

Таблиця 2

Технологічний алгоритм медіації в психодинамічному вимірі

Етап медіаційної процедури	Психологічний зміст процесу	Операційні дії медіатора
Початковий етап (Спільна сесія)	Контейнування деструктивних імпульсів «Воно»	Виконання ролі «зовнішнього контейнера» емоцій. Запровадження чітких правил (контрактингу) для зниження афекту та збереження комунікативного простору.
Проміжний етап (Кокус / Індивідуальна сесія)	Послаблення захисних механізмів особистості.	Створення безпечного середовища. Допомога стороні відокремити ірраціональні страхи від фактів, що знижує тривогу без ризику «втратити обличчя».
Етап генерації рішень (Тест на реальність)	Повернення «Я» до принципу реальності.	Виведення з полону ілюзій «Над-Я» про тотальну правоту. Застосування інструментів BATNA та WATNA через систему рефлексивних запитань.

У табл. 2 систематизовано положення та висновки наукових праць [7–10].

Якщо психодинамічний підхід допомагає медіатору стабілізувати психоемоційний стан сторін, то фаза конструктивного діалогу вимагає роботи з інформацією «тут і тепер», що й актуалізує когнітивно-поведінковий підхід як теоретичне підґрунтя подолання ментальних спотворень і реалізації комунікативних технологій рефреймінгу. Спирання на когнітивно-поведінковий підхід і когнітивно орієнтовану соціогуманітарну конфліктологію, на противагу психоаналізу, зміщує факус на процеси сприйняття й інтерпретації змісту інформаційних сигналів від конфліктуючих сторін. Якщо психоаналіз шукає коріння проблем у переживаннях минулого досвіду, то когнітивно-поведінкова методологія підкреслює домінантну роль актуальних думок і поточних патернів поведінки [4].

У контексті конфлікту цей підхід зосереджений на процесах мислення, які безпосередньо передують конфліктній поведінці та детермінують вибір стратегій здолання протиріччя [5]. Деструктивний перебіг конфлікту є наслідком деформації пізнавальних схем – когнітивних спотворень, серед яких найчастіше виникають:

- *«тунельний зір»* (селективне сприйняття, коли фіксуються виключно негативні дії опонента);
- *«ілюзія власної правоти»* (егоцентрична переконаність у бездоганності своєї позиції);
- *«фундаментальна помилка атрибуції»* (пояснення власних промахів зовнішніми обставинами, а помилок опонента – його деструктивною природою).

У когнітивно-поведінковому підході основними інструментами медіатора є комунікативні техніки рефреймінгу, феномен децентрації та робота з автоматичними думками через мікротехніки запитань.

Рефреймінг (від англ. *reframe* – заново пристосувати, по-новому сформулювати) передбачає зміну точки зору чи способу пред'явлення проблеми. На відміну від негативно забарвленого фрейму сторони, рефреймінг є складною навичкою, тісно пов'язаною з активним слуханням. Він виступає частиною «трансформації конфлікту», здійснюючи зсув рівнів абстракції та змінюючи спосіб класифікації слів у зв'язку з іншими поняттями.

У практиці медіації рефреймінг реалізує низку критично важливих функцій:

1. *Детоксикація мови* – видалення звинувачень, образ та агресивних висловів;

2. *Спрямування уваги на позитив* – усунення деструктивних елементів мови особистості;

3. *Зосередження на інтересах* – відмова від посилань на позиції та виявлення базових потреб;

4. *Фокусування на майбутньому* – переорієнтація з минулих образ на майбутні інтереси;

5. *Акцент на деталях* – перехід від широких загальних заяв до конкретних дій;

6. *Двостороннє формулювання проблеми* – уникнення однобічних егоцентричних оцінок [6–8].

У медіації застосовується також *«рефреймінг змісту»* (трансформація сенсу стимулу чи контексту без його фактичної зміни), що дозволяє переорієнтувати весь тон дискусії, адже зміна мови трансформує сприйняття, а змінене сприйняття веде до зміни поведінки. При цьому рефреймінг має бути явно чи неявно прийнятий самими сторонами конфлікту [9; 10].

Рефреймінг у процедурі медіації виступає безпосереднім тригером децентрації. Децентрація – це соціально-психологічний феномен, який забезпечує здатність людини поступатися своєю егоцентричною позицією, сприймати, розуміти погляди та усвідомлювати цінності інших людей. Джерелом децентрації є спілкування, під час якого зіткнення протилежних поглядів стимулює суб'єкта до перетворення системи образів і понять у власній пізнавальній позиції. Якщо гостра ескалація блокує децентрацію та замикає людину в «тунельному зорі», медіатор через рефреймінг розширює це звужене сприйняття. Трансформуючи фрейм проблеми, медіатор допомагає стороні інтегрувати свою позицію з позицією опонента у нову, спільну реальність. Досягнення сторонами децентрації є головним свідченням успішної когнітивної трансформації [11; 12].

Для ефективної реалізації цих завдань медіатор застосовує техніку активного слухання та мікротехніки запитань, що дозволяють виявити *автоматичні думки* (внутрішні розмови з самим собою, які виникають при афективних розладах внаслідок когнітивних викривлень). Активне слухання дозволяє медіатору «читати між рядків», помічати невизнані емоції, які перешкоджають переходу до переговорів [13]. Воно реалізується через невербальну комунікацію, уточнення, перефразування, резюмування, парафраз та віддзеркалення почуттів. Важливим інструментом є також техніка *«Кільце»*:

1) поставити запитання;
2) вислухати;
3) повторити сказане;
4) перевірити розуміння;
5) поставити наступне запитання.

Професійно структурована система запитань базується на принципах нейтральності й недирективності, переводячи фокус сторін з емоцій та вимог на інтереси й потреби (див. табл. 3).

Подолання когнітивних спотворень інструментами медіації подано в табл. 4.

Табл. 3, 4 складено з урахуванням рекомендацій, викладених у [14].

Варто наголосити, що прикладний вимір медіації в Україні безпосередньо регламентується Законом України «Про медіацію» [15], який визначає правові засади та фундаментальні принципи цієї процедури – зокрема, добровільність, конфіденційність, самовизначення сторін, а також незалежність, нейтральність та неупередженість самого посередника. Ці засади поглиблюються у Кодексі етики медіатора Національної асоціації медіаторів України (НАМУ) [16], де особливий акцент робиться на професійній компетентності фахівця та його здатності діяти без оціночних суджень щодо позицій, поведінки чи рішень сторін. Водночас нормативні вимоги щодо неупередженості та нейтральності медіатора потребують не просто декларативного виконання, а володіння гнучким інструментарієм психологічного регулювання. Саме класичні психологічні теорії дають змогу на операційному рівні реалізувати ці правові та етичні стандарти: наприклад, збалансувати емоційні сплески сторін або трансформувати когнітивні упередження через техніки децентрації та активного слухання, забезпечуючи тим самим реальне втілення принципу нейтральності у медіаційному процесі.

Висновки. Проведений теоретико-методологічний аналіз дозволяє стверджувати, що класичні та сучасні психологічні теорії соціального конфлікту виступають безпосереднім операційним підґрунтям для оптимізації медіативної практики в Україні, особливо в умовах воєнного стану.

1. Доведено, що психодинамічна парадигма З. Фройда забезпечує медіатора інструментами розуміння ірраціональної поведінки конфліктантів. Установлено, що деструктивна коаліція «Воно» та «Над-Я» блокує его-структури особистості, трансформуючи захисні механізми (проєкцію, раціоналізацію) у жорсткі екзальтовані позиції. Обґрунтовано, що застосування кокусу є інструментом екологічного контейнерування емоцій та реставрації функцій «Я» на засадах принципу реальності через оцінку альтернатив BATNA та WATNA.

Таблиця 3

Система мікротехнік запитань у когнітивно-поведінковому просторі медіації

Вид запитання	Мета застосування	Прикладний інструментарій медіатора
Відкриті	Заохочення до розгорнутої відповіді, з'ясування фрейму особистості.	*«Як ви бачите ситуацію, яка склалася?», «Розкажіть, що саме сталося?»*
Закриті	Уточнення конкретних фактів, дат, отримання однозначної відповіді.	*«Чи підписували ви цей документ?», «Чи відбулася зустріч вчора?»*
Циркулярні / Гіпотетичні	Стимулювання децентрації особистості, розвиток емпатії.	*«Як ви гадаєте, що в цій ситуації найбільше хвилює іншу сторону?», «Що відкриває розуміння її позиції?»*
Проєктивні	Перенесення уваги з минулого в майбутнє, моделювання виходу з кризи.	*«Уявіть, що завтра проблему вирішено. Яким буде ваш перший крок?», «Що має статися для руху далі?»*
Уточнюючі / Фокусуючі	Звуження дискусії до конкретної конструктивної деталі, центрування	*«Ви згадали про кілька випадків. Давайте зупинимося на останньому. Що там відбулося?»*

Таблиця 4

Проєкція когнітивних спотворень на інструменти медіації

Когнітивне спотворення у сторін	Психологічний зміст деструкції	Інструмент медіатора (Екстраполяція в практику)
«Тунельний зір» *(Селективне сприйняття)*	Фіксація виключно на негативних діях опонента, ігнорування конструктиву.	Рефреймінг змісту та контексту: переформатування негативних звинувачень у нейтральні формулювання інтересів.
Фундаментальна помилка атрибуції	Власні промахи – через обставини, помилки опонента – через його «деструктивну природу».	Децентрація: Зміна егоцентричної позиції через техніки активного слухання та циркулярні запитання.
«Ілюзія власної правоти»	Тотальна переконаність у бездоганності своєї позиції, блокування компромісів.	Робота з автоматичними думками: Проведення «тесту на реальність» через мікротехніки запитань (BATNA / WATNA).

2. З'ясовано, що когнітивно-поведінковий підхід переорієнтовує увагу посередника на подолання когнітивних спотворень сторін («тунельного зору», «ілюзії власної правоти», «фундаментальної помилки атрибуції»). Ключовою комунікативною технологією тут виступає рефреймінг, який виконує функції детоксикації мови, реконтекстуалізації смислів та децентрації сприйняття, що дозволяє змінити первинний деструктивний фрейм взаємодії на конструктивний чи нейтральний.

3. Інтеграція зазначених підходів у діяльність медіатора дозволяє здійснювати гнучкий перехід від стабілізації психоемоційного стану учасників спору (психодинамічний вимір) до раціональної перебудови їхнього інформаційно-комунікативного простору (когнітивний вимір).

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі пов'язані з емпіричним дослідженням специфіки формування інформаційної культури та медіативної компетентності викладачів вищої школи в межах розробки систем внутрішньоуніверситетського врегулювання конфліктів, а також із вивченням особливостей психологічного супроводу онлайн-медіації в умовах тривалого хронічного стресу суспільства.

Список літератури:

1. Фройд З. Нарис психоаналізу. Частина 2. Практичні завдання. *Український психоаналітичний журнал*. 2023. № 1(2). С. 60–66. DOI: https://doi.org/10.32782/upj/2023-2-8.

2. Зубарєв О. Фройд і війна. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Соціологічні дослідження сучасного суспільстві*. 2023. Вип. 51. С. 7–16. DOI: https://doi.org/10.26565/2227-6521-2023-51-01

3. Кулік Ю. Негативні автоматичні думки в осіб з проявами депресії під час воєнного стану. *Особистість в екстремальних умовах: матеріали XI Всеукраїнської науково-практичної конференції*. Львів, 2024. С. 139–141. URL: https://lnu.edu.ua/ (або офіційний сайт конференції).

4. Білогур В., Сивохоп Е., Семаль Н., Скрипченко І., Карабанов Є. Вплив когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) та методів спортивної психології на розвиток ментальної стійкості спортсменів. *Humanities studies*. 2025. Вип. 22 (99). С. 156–168. DOI: https://doi.org/10.32782/hst-2025-22-99-17.

5. Кожанов П. Ю. Стратегії поведінки в конфліктних ситуаціях. *Філософія спілкування*. 2025. № 11. С. 204–214. URL: https://www.google.com/search?q=https://philosophy.kh.ua.

6. Кучеренко С. Образний рефреймінг як метод першої психологічної допомоги студентам в умовах війни. *Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору*. 2024. Вип. 92 (I). С. 51–60. DOI: https://doi.org/10.38014/osvita.2023.92.05.

7. Поліщук О. Рефреймінг як комунікативна навичка медіатора. *Комунікація як чинник транспарентності соціальної взаємодії: психологічний, історичний, правовий, економічний та політичний виміри: матеріали III Міжнар. наук.-практ. конф.* Тернопіль: ЗУНУ, 2024. Т. 1. С. 89–93. https://dspace.wunu.edu.ua/

8. Field R. Lockdown Dispute Resolution 101 #17: Effective communication strategies – Reframing in lockdown: Part 1. 2020. URL: https://adrnetwork.blog/2020/04/28/lockdown-dispute-resolution-101-17-effective-communication-strategiesreframing-in-lockdown-part-1/.

9. Greco S., Jermini-Martinez Soria C. Mediators' reframing as a constitutive element of a reconciliatory argumentative style. *Journal of Argumentation in Context*. 2021. Vol. 10(1). P. 73–96. DOI: https://doi.org/10.1075/jaic.20019.gre.

10. King D. Reframing in Mediation and Negotiation. 2016. URL: https://www.donitakinglaw.com/mediation/reframing-in-mediation-and-negotiation

11. Скороходько К. В. Психологічні особливості децентрації особистості. *Вісник психології і педагогіки*. 2012. Вип. 9. URL: https://www.psyh.kiev.ua.

12. Putnam L. L. Transformation as a critical moment in negotiations. *Negotiation Journal*. 2004. Vol. 20(2). P. 275–295. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1571-9979.2004.00023.x.

13. Bogdanoski T. The importance and challenge of active listening in mediation. *Australasian Dispute Resolution Journal*. 2009. Vol. 20, No. 4. P. 201–206. https://www.austlii.edu.au.

14. Волинець В. Техніки та методи медіації, які корисно застосовувати в роботі юриста. *Юридична Газета*. 2024. № 9 (715). URL: https://yur-gazeta.com/publications/practice/mizhnarodniy-arbitrazh-ta-adr/tehniki-ta-metodi-mediaciyi-yaki-korisno-zastosovuvati-v-roboti-yurista.html

15. Про медіацію: Закон України від 16.11.2021 р. № 1875-IX. Відомості Верховної Ради України. 2022. № 7. Ст. 51. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1875-20.

16. Кодекс етики медіатора: прийнятий Національною асоціацією медіаторів України (НАМУ). URL: https://namu.com.ua/kodeks-etyky.

Marchenko O.G. PSYCHOLOGICAL THEORIES OF SOCIAL CONFLICT AS A SCIENTIFIC BASIS FOR MEDIATION PRACTICE

The article provides a theoretical and methodological analysis of leading psychological theories of social conflict as a foundation for optimizing contemporary mediation practice in Ukraine. The relevance of the study is driven by the intensification of societal challenges, rising stress levels, and the necessity of implementing effective alternative dispute resolution tools under martial law, when administrative-legal mechanisms become less flexible.

The methodological framework of the study comprises the psychoanalytic paradigm (S. Freud) and the cognitive-behavioral approach (A. Beck, M. Deutsch). The author argues that the psychodynamic approach provides mediators with the necessary tools to address the parties' unconscious psychological defense mechanisms (projection, rationalization, displacement), which facilitates the ecological containment of emotions and the restoration of a rational connection with reality.

Particular attention is paid to the cognitive model of conflict, which allows for the transformation of destructive cognitive schemas, such as «tunnel vision», «the illusion of being right», and «the fundamental attribution error». It is demonstrated that the application of communicative technique – specifically reframing, decentration, and micro-questioning – is a decisive factor in detoxifying the language of conflict and reorienting disputants from rigid positions toward their underlying interests.

The study analyzes the alignment of psychological mediation tools with the regulatory requirements of the Law of Ukraine «On Mediation» and the Code of Ethics for Mediators of the National Association of Mediators of Ukraine (NAMU). It is proven that a profound understanding of the psychological nature of conflict not only ensures adherence to the principle of impartiality but also guarantees the procedural effectiveness of mediation. The research results outline prospects for further study of the role of mediation competence in the development of university-based conflict resolution systems and online mediation in the context of chronic societal stress.

Keywords: *social conflict, mediation, psychodynamic approach, cognitive bias, reframing, decentration, psychological defense, mediation competence, emotional containment, psychological foundations of mediation.*

Дата першого надходження статті до видання: 23.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 14.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.922.8:316.6:355.01(477)
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/19

Алєксєєва О.В.
https://orcid.org/0000-0003-3390-536X
Національна академія внутрішніх справ

ПРИЧИНИ ТА НАСЛІДКИ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ДЕЗАДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЕКСТРЕМУМУ

Стаття присвячена дослідженню феномена підліткової психосоціальної дезадаптації в умовах війни, передумов та чинників її виникнення, а також можливих негативних наслідків цього явища як для особистості, що тільки формується, так і для суспільства загалом. Доведено зумовленість дезадаптивних станів у дітей підліткового віку сукупністю соціальних, психологічних та інших факторів (як-от розрив соціальних зв'язків через міграцію, виключення безпосередньої міжособистісної взаємодії під час навчального процесу, наявність стійких стресових реакцій тощо), що виникають унаслідок негативних трансформаційних процесів в Україні під час повномасштабного вторгнення, створюючи ситуацію безперервного фонового психоемоційного напруження, руйнації базової довіри до світу. Розглянуто емоційні, поведінкові, соціальні та інші прояви психосоціальної дезадаптації дітей підліткового віку. Підкреслюється, що психічне благополуччя дітей є стратегічною суспільною проблемою, позаяк саме воно визначає якість людського капіталу в майбутньому.

Наголошено на необхідності формування життєстійкості в молоді як здатності особистості адаптуватися до життєвих випробувань та відновлюватися. Для цього необхідно формувати й зміцнювати «внутрішній стрижень» підлітка за формулою «свобода+відповідальність+підтримка», зокрема, через установленння чітких правил, формування цінностей, розвиток емоційної регуляції, залучення до групової взаємодії тощо.

Таким чином, обґрунтовано необхідність системного всебічного підходу до підтримки дітей підліткового віку, відповідно до якого підліток виступає не як пасивний об'єкт психологічного впливу, а як суб'єкт, здатний перетворити травмівний досвід на джерело розвитку, формуючи нові моделі стійкості та посттравматичного зростання.

Ключові слова: *психосоціальна дезадаптація, психосоціальний розвиток, підлітки, війна, екстремум, детермінанта, соціально дезадаптована поведінка, резилієнс, соціалізація, посттравматичне зростання.*

Постановка проблеми. Упродовж 2024–2026 років в Україні значно почастішали випадки вчинення дітьми підліткового віку насильницьких дій, у тому числі групового характеру, булінгу в цифровому середовищі, а також учинення самогубств. На тлі істотного демографічного скорочення населення (через міграцію, зниження народжуваності та руйнування соціальної інфраструктури тощо), а відтак, значного зменшення чисельності контингенту дітей подібні тенденції виступають особливо тривожним індикатором як значного криміногенного тиску на підлітків, так і гострої соціальної дисфункційності середовища, котре породжує безліч негативних зовнішніх стресорів для психоемоційного стану молоді, як-от руйнування соціальних зв'язків, психотравмівний досвід, перманентний стрес тощо. Кількість підлітків із ознаками емоційної нестабільності, внутрішнього напруження дедалі зростає, і часто за відсутності в них достатньо сформованих навичок емоційної регуляції такі діти вчиняють імпульсивні дії асоціального характеру, виявляють агресію, демонструють інші

© Алєксєєва О.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

прояви девіантної поведінки, що стають способом адаптації до нестабільної реальності, швидкою, але неефективною реакцією на стрес або пережиті травми. Усе зазначене вище актуалізує потребу дослідження з метою вирішення проблеми психосоціальної дезадаптації неповнолітніх як стану порушення процесу соціально-психологічної адаптації в період підліткового віку, котрий полягає в стійкій невідповідності між індивідуальними психологічними ресурсами підростаючої особистості та вимогами соціуму, що, своєю чергою, унеможливлює майбутню конструктивну інтеграцію в суспільство як систему міжособистісних взаємодій.

Аналіз останніх досліджень. Проблема соціально-психологічної дезадаптованості особистості є мультидисциплінарною за сутністю й активно досліджується на перетині клінічної психології, соціальної психології, педагогіки та інших наук. Підвалини цього напряму було закладено такими видатними вченими-психологами як Еміль Дюркгейм, Роберт Мертон, Зигмунд Фрейд, Карл Роджерс, Абрахам Маслоу, Курт Левін, Ерік Еріксон, Лев Виготський, Георгій Костюк та іншими, котрі активно досліджували взаємодію людини, зокрема, особистості, що тільки формується, й середовища, в якому вона живе. Надалі проблеми психосоціальної дезадаптації дітей вивчали як зарубіжні (John Bowlby, Mary Ainsworth, Erik Erikson, Urie Bronfenbrenner, Howard Becker, Daniil Elkonin і т. д.), так і українські науковці (Наталія Максимова, Василь Панок, Сергій Максименко, Анжеліка Шамне, Анастасія Челахова та інші).

Проблеми психологічних детермінант, категорій та проявів адаптивності – дезадаптивності підлітків під час російського повномасштабного вторгнення висвітлено в науковому доробку Алли Сердюк, Геннадія Пасхіна, Валерія Зливкова, Олени Щербакової, Олени Сергієні тощо.

Постановка завдання. Отже, *метою* написання статті стало дослідження феномена психосоціальної дезадаптації дітей підліткового віку, спричиненої повномасштабним вторгненням росії в Україну, визначення її ознак, детермінант, причин та наслідків, попередження проявів та пошуку шляхів подолання.

Виклад основного матеріалу. «Перехідний» підлітковий вік є складним періодом формування особистісної ідентичності, фізіологічної та психологічної перебудови, активного соціального розвитку та становлення життєвих орієнтирів. Саме в цей час формуються базові структури особистості, що визначають подальший життєвий шлях людини, її поведінкові стратегії та способи взаємодії із соціальним середовищем [1, с. 175–176]. Підліток – це вже не дитина, але й ще не дорослий. Подібне маргінальне становище є джерелом його фрустрації, що доповнюється різко вираженими психоендокринними зрушеннями, ризиками виникнення різних прикордонних нервово-психічних розладів, пов'язаних із ними поведінкових девіацій. [2, с. 73; 3, с. 11] Тому в цей час як ніколи важливими стають підтримка соціальних інституцій, передбачуваність майбутнього та наявність сталих соціальних зв'язків. Однак в умовах війни ці базові психологічні опори особистості зазнають системної руйнації. Втрачено «ілюзію безпечного світу», яка була основою відчуття стабільності та довіри до соціального середовища, коло звичного спілкування, можливість мріяти та планувати майбутнє. Повномасштабне вторгнення росії в Україну спричинило тривалий екстремум – стан, коли психічне навантаження втрачає характер короткочасної стресової реакції і переходить у фазу постійного фону існування [4, с. 66]. В таких умовах психіка людини змушена функціонувати в режимі безперервної адаптації до загроз, що призводить до виснаження адаптаційних механізмів, порушення емоційної регуляції та зниження здатності до відновлення психологічної рівноваги. Для підлітків стан такої психосоціальної дестабілізації є особливо критичним, оскільки він накладається на період інтенсивного становлення особистості й украй негативно позначається на процесах адаптації до нових умов життя.

Таким чином, психосоціальну дезадаптацію підлітків в умовах війни слід розглядати не як прояв «поганої поведінки» або вікової нестабільності. Вона є закономірною реакцією особистості на надмірний і тривалий стрес, який перевищує її адаптаційні можливості і виявляється в порушенні взаємодії із соціальним середовищем, ускладненні

Таблиця 1

Фактори виникнення психосоціальної дезадаптації підлітків (2022–2026 роки)

2022 – фаза мобілізації	Гострий стрес, шок, страх за життя, мобілізація психіки через адреналін і надію на швидке завершення війни
2023–2024 – фаза стагнації	Усвідомлення тривалості війни, виснаження, невизначеність, руйнування довгострокових планів, соціальна ізоляція
2025–2026 – фаза виснаження	Емоційне вигорання, "синдром відкладеного життя", апатія, нормалізація небезпеки, дефіцит страху, пошук швидких дофамінових стимулів

комунікації з однолітками та дорослими, внутрішньому психологічному конфлікті, що виникає між потребою в стабільності та реальністю постійної загрози, а також пасивних (соціальне відчуження, підвищена тривожність, замкнутість, уникнення контактів та зниження соціальної активності) і активних (агресивна поведінка, конфліктність, девіантні та делінквентні дії, а також різні види залежностей) формах дезадаптованої поведінки (ці форми є взаємопроникними: залежно від обставин внутрішня замкнутість може перерости у відкритий протест, і навпаки) [5, с. 58].

Ведучи мову про детермінанти і передумови виникнення дезадаптації підлітків у воєнний період, слід зауважити, що це явище є результатом синергії багатьох стресорів – факторів екстремуму [6, с. 64], які можна віднести до трьох взаємопов'язаних рівнів впливу на різні сфери життя, що одночасно руйнуються. Усі ключові опори розвитку особистості, що формується, – безпека, соціальні зв'язки та сімейна стабільність – порушуються одночасно або за короткі проміжки часу, породжуючи екстремальні загрози, соціальну деструкцію та сімейну нестабільність, що здатні не лише ускладнити адаптацію, а й негативно вплинути на саму структуру психічного розвитку. Одні такі стресори підсилюють дію інших, створюючи накопичувальний ефект психосоціального стресу [7, с. 97]. Розглянемо їх докладніше.

На першому, найбільш глибокому рівні перебувають фактори безпосереднього впливу на особистість воєнних дій, результатом чого стає втрата базового відчуття безпеки та контролю над реальністю, загроза життю та екзистенційні втрати. Перебування під обстрілами, життя на окупованих територіях, у зоні бойових дій – у ситуаціях екстремального стресу, в постійному очікуванні загрози, призводить до того, що стрес стає постійним фоном життя підлітків, які не мають можливості «відновитися» між подіями, оскільки загроза сприймається як безперервна. Це формує стан гіпервразливості нервової системи, підвищену реактивність на зовнішні подразники та зниження порогу стресостійкості. Збереження емоційних зв'язків є життєво необхідним для підлітків, і їх розірвання призводить до порушення процесів прив'язаності, глибоких емоційних розладів, переживання покинутості тощо. Втрата близьких або постійне очікування втрат формує в підлітка екзистенційний страх, пов'язаний із крихкістю життя. Це може проявлятися у вигляді нав'язливих думок, страху майбутнього або емоційного «застигання», коли психіка захищається через «вимкнення» емоційних реакцій.

Другий рівень включає чинники т. зв. соціальної деструкції. В умовах війни до них відносять вимушену міграцію та дистанційне навчання. Переїзд до іншої місцевості, а тим більше за кордон для дитини підліткового віку означає не лише фізичну зміну місця проживання, а й повну втрату звичного соціального контексту: друзів, навчального середовища, сформованих раніше зв'язків, що часто супроводжується відчуттям ізоляції, невпевненості та соціальної напруги, пригніченості. Підліток втрачає не лише друзів, а й соціальні ролі, які він виконував у групі (лідер, організатор, «свій у компанії» тощо). Це створює відчуття соціальної «невидимості» та обумовлює необхідність постійної адаптації до нових умов. Онлайн-освіта не передбачає такої важливої складової виховання як жива міжособистісна взаємодія, яка є критично важливою для підліткового віку, оскільки забезпечує формування комунікативних компетенцій, соціальних навичок, емоційну підтримку.

Третій рівень чинників стосується найближчого соціального оточення – родини, яка в умовах війни часто перетворюється на дисфункційну й передовсім утрачає важливу функцію психологічного захисту дітей, залишаючи їх сам на сам зі своїм украй нестабільним внутрішнім світом, у ситуації раннього дорослішання, до якого вони ще не готові. Дорослі, набуваючи травмівний досвід, відчувають підвищену тривожність, стають дратівливими, часто перебувають у депресивному стані. Така емоційна виснаженість батьків не може не накладатися на власні переживання підлітка, посилюючи кризу ідентичності (здатність відповісти на запитання «Хто я?» та «Яке моє місце у світі?»), породжуючи почуття екзистенційної самотності, невизначеності, беззахисності.

За звичайних обставин сім'я забезпечує дитині емоційну підтримку та відчуття психологічної безпеки. Проте в умовах війни ця захисна функція нерідко послаблюється, через що підліток змушений самостійно справлятися з емоційними переживаннями, не маючи для цього достатньої психологічної зрілості. Унаслідок цього посилюються почуття самотності, тривоги та внутрішньої нестійкості.

В умовах кризи можна нерідко спостерігати явище парентифікації, коли підлітки змушені передчасно виконувати ролі, притаманні дорослим: підтримувати молодших членів сім'ї, допомагати у вирішенні побутових чи навіть фінансових проблем. Подібне передчасне дорослішання створює надмірне психологічне навантаження та може негативно впливати на природний процес особистісного розвитку.

Прояви психосоціальної дезадаптації підлітків завжди є своєрідним «криком про допомогу», що виявляється в *агресії* та *девіантній поведінці* (конфліктність із батьками й однолітками, порушення правил поведінки, шкільні прогули, замкнутість або демонстративність, схильність до ризикованих вчинків і шкідливих звичок, вживання психоактивних речовин як спроба «заглушити» внутрішній біль); *соціальній ізоляції* (складнощі у спілкуванні, ізоляція в колектив, відсутність друзів або, навпаки, «погана компанія», відхід у віртуальний світ); зниженні *когнітивних здібностей,* що здебільшого виявляється в різкому зниженні успішності через проблеми з концентрацією уваги, та *психосоматичних розладах* (швидка втомлюваність, порушення сну, головний біль, апатія, депресивні переживання, суїцидальні думки, панічні атаки, ПТСР, порушення харчової поведінки та інші) [8, с. 69]. Якщо залишити дитину сам-на-сам із проживанням травмівного досвіду, зазначені прояви психосоціальної дезадаптації можуть набути хронічного характеру й украй негативно позначитися на її психічному здоров'ї, гармонійному розвитку, соціалізації, професійної реалізації, адаптації до дорослого життя. Особливо небезпечною в умовах перманентної нестабільності та небезпеки є втрата життєвої перспективи, усвідомлення позбавленості сенсу, невизначеності та безнадійності майбутнього як детермінант вчинення самогубств або вживання заборонених речовин.

Протидія психосоціальній дезадаптації підлітків повинна мати системний та комплексний характер і бути спрямованою на формування в них резильєнтності, або життєстійкості – природної здатності психіки відновлюватися після важких випробувань, адаптуватися до стресових змін та навіть зростати через пережитий досвід.

Можна виокремити кілька основних чинників, що сприяють формуванню резильєнтності в підлітків. Передусім це підтримка значущого дорослого, який проявляє довіру, прийняття та віру в можливості дитини [9, с. 102]. Важливе місце посідають розвиток соціальних навичок: уміння ефективно спілкуватися, взаємодіяти з іншими, конструктивно вирішувати конфлікти та за потреби звертатися по допомогу. Значну роль також відіграє емоційний інтелект, котрий є здатністю усвідомлювати власні переживання та контролювати їх, а також когнітивна гнучкість, яка допомагає підліткам аналізувати труднощі з різних позицій, віднаходити позитивний досвід навіть у складних обставинах [10, с. 114]. Підґрунтям резильєнтності є й сформована самооцінка та віра у власні сили.

Процес формування резильєнтності, або резилієнс – це передовсім про формування «внутрішнього стрижня» зростаючої особистості, що в часі війни стає не просто питанням психологічного комфорту, а базовою стратегією виживання й вимагає об'єднання зусиль родини та різних соціальних інституцій [11, с. 75–82].

Особливу роль у цьому процесі відіграють заклади освіти, які повинні стати не лише місцем здобуття знань, а й безпечним простором, джерелом психологічної підтримки та емоційного розвантаження [12, с. 89, 13, с. 6]. Важливим напрямом є також відновлення соціальних контактів через створення молодіжних хабів, волонтерських програм, творчих і громадських проєктів. Завдяки таким ініціативам підлітки можуть відчути власну цінність, усвідомити значущість для інших, приналежність та корисність для спільноти. Не менш істотною в резилієнсі є робота з батьками підлітків, адже емоційний стан дорослих безпосередньо впливає на психологічне благополуччя дітей, а для підлітка головним фактором життєстійкості є наявність принаймні одного дорослого, якому він довіряє.

Навчання батьків технік саморегуляції, емоційної підтримки та ефективної комунікації допомагає їм стати для підлітків джерелом безпеки, стабільності та опори [2, с. 73]. Водночас надзвичайно важливо створити умови для відвертого вираження почуттів і переживань підлітків.

Війна знищує передбачуваність світу, тому важливою умовою успішного резилієнсу підлітків є відновлення контролю над власним життям, повернення режиму суб'єктності («я дію, а не просто зі мною щось відбувається»), зокрема, шляхом дотримання режиму дня, виставляння та досягнення коротстрокових цілей (на день або тиждень).

Таким чином, подолання психосоціальної дезадаптації підлітків потребує комплексного, системного, міждисциплінарного підходу, що включає зміцнення сімейної підтримки, розвиток доступних психологічних служб, створення безпечного освітнього середовища та впровадження програм психосоціальної реабілітації [14, с. 26]. Своєчасне виявлення проблем і системна допомога є ключовими умовами збереження психічного благополуччя молодого покоління та його повноцінного розвитку навіть у складних життєвих умовах.

Висновки. Отже, психосоціальна дезадаптація підлітків в умовах війни є складним багатовимірним явищем, яке включає індивідуальні психологічні процеси і глибинні соціальні трансформації, за якої на звичні соціально-психологічні фактори,

що зумовлюють вразливість підліткового віку, зокрема недостатню сформованість механізмів емоційної саморегуляції, притаманних підлітковому віку як періоду інтенсивного особистісного становлення, наклалися фактори війни (воєнні дії, вимушене переміщення, економічна нестабільність, порушення звичного способу життя тощо). Це не просто «погана поведінка», а неспроможність підлітка пристосуватися до нових екстремальних умов, що призводить до порушення взаємодії із соціумом та внутрішнього психологічного розладу. Війна виступає лакмусовим папірцем життєстійкості. Вона не має часових кордонів і є випробуванням для життєстійкості індивіда, а особливо підлітка, оскільки виявляє, як він може пристосовуватись до життя в таких надскладних умовах і з якою інтенсивністю особистість буде психологічно відновлюватись.

Своєчасне виявлення ризиків, комплексна профілактика та впровадження ефективних реабілітаційних практик є ключовими умовами мінімізації негативних наслідків психосоціальної дезадаптації. Це дозволяє не лише зберегти психічне здоров'я підлітків, але й сприяти їхній успішній соціалізації, розвитку життєстійкості та здатності конструктивно долати виклики сучасності.

Наше завдання як суспільства – не таврувати ці прояви, а створити умови, за яких підліток зможе інтегрувати травматичний досвід у свою особистість і знайти сили рухатися далі. Від того, наскільки успішно ми допоможемо їм адаптуватися сьогодні, залежить психічне здоров'я нації завтра.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об'єктів як результатів академічної діяльності.

Список літератури:

1. Сойма Н. Д. Причини та наслідки формування дезадаптації у підлітків. Науковий вісник Ужгородського університету: Серія: Педагогіка. Соціальна робота / гол. ред. І. В. Козубовська. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2015. Вип. 35. С. 175–176.

2. Назарук Н. В. Психологічні особливості розвитку резильєнтності підлітків. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. Том 36 (75). № 6. С. 72–78. https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.6/11

3. Мельцер С. В. Особливості соціально-психологічної адаптації українських підлітків в умовах евакуації до європейських країн під час війни: кваліфікаційна робота бакалавра. Одеса, 2024. 85 с.

4. Пасхін Г. І. Особливості психологічного та емоційного стану осіб молодого віку під час військових конфліктів. *Ментальне здоров'я*. 2025. № 2. С. 65–69. https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-2.11

5. Лобанова А. С, Черноус Л. С., Шимко І. М. Соціальні травми дітей та підлітків в умовах війни: характер, види, наслідки і шляхи їх подолання. *Габітус*. Вип. 75. Т. 1. 2025. С. 55–61. https://doi.org/10.32782/hbts.75.1.9

6. Герасименко Л. О. Психосоціальна дезадаптація (сучасні концептуальні моделі). *Український вісник психоневрології*. 2018. Вип. 1 (94). Том 26. С. 62–65.

7. Кузікова С., Зливков В., Лукомська С., Щербак Т., Котух О. Психологічний супровід особистості в умовах війни: навч. посібник. Київ.-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М. М., 2024. 260 с.

8. Щербакова О. О., Кондрацька Л. В., Беженська А. А. Вікові особливості психоемоційного стану підлітків в умовах війни. *Габітус*. 2023. Вип. 55. С. 67–72. https://doi.org/10.32782/2663-5208. 2023.55.11

9. Коляда О., Оніщенко Н. Особ ливості психоемоційного стану дітей. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2024. № 1(7). С. 93–104. https://doi.org/10.52363/dcpp-2024.1.7

10. Прядко Н. О. Резильєнтність в контексті прояву емоційного інтелекту особистості. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2025. Вип. 2(8) С. 113–118. https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2025-2-16

11. Сердюк А. А. Психологічні особливості життєстійкості осіб підліткового віку в складних життєвих ситуаціях: дис. … докт. філософії за спеціальністю «Психологія». Київ: Український державний університет імені Михайла Драгоманова, 2024. 222 с.

12. Холоденко Н. В., Вошколуп Г. Ю. Психоемоційний стан дітей в умовах стресових соціальних змін: психологічна підтримка та адаптація. *Габітус*. 2026. № 84. С. 86–90. https://doi.org/10.32782/hbts.84.14

13. Дудіцька С. П., Мосейчук Ю. Ю. Підтримка та соціально-психологічна адаптація дітей та підлітків в умовах війни. *Академічні візії.* 2025. Вип. 43. С. 1–9. https://doi.org/10.5281/zenodo.15363272

14. Сторожик Т. І. Психологічні особливості переживання підлітками вікової кризи в умовах воєнного стану: кваліфікаційна магістерська робота. Київський столичний університет імені Бориса Грінченка; факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти. Київ, 2025. 73 с.

Alieksieieva O.V. CAUSES AND CONSEQUENCES OF PSYCHOSOCIAL MALADAPTATION OF UKRAINIAN ADOLESCENTS UNDER CONDITIONS OF WARTIME EXTREME STRESS

The article is devoted to the study of the phenomenon of adolescent psychosocial maladjustment in war conditions, the prerequisites and factors of its occurrence, as well as possible negative consequences of this phenomenon for both the emerging personality and society as a whole. It is proven that maladaptive states in adolescents are caused by a combination of social, psychological and other factors (such as the rupture of social ties due to migration, the exclusion of direct interpersonal interaction during the educational process, the presence of persistent stress reactions, etc.), which arise as a result of negative transformation processes in Ukraine during a full-scale invasion, creating a situation of continuous background psycho-emotional tension, the destruction of basic trust in the world. Emotional, behavioral, social and other manifestations of psychosocial maladjustment in adolescents are considered. In this regard, it is emphasized that the mental well-being of children is a strategic social problem, since it is it that determines the quality of human capital in the future.

The need to form resilience in youth as an individual's ability to adapt to life's challenges and recover is emphasized. To do this, it is necessary to form and strengthen the "inner core" of the teenager according to the formula "freedom + responsibility + support", in particular, through the establishment of clear rules, the formation of values, the development of emotional regulation, involvement in group interaction, etc.

Thus, the need for a systemic comprehensive approach to supporting adolescent children is substantiated, according to which the teenager acts not as a passive object of psychological influence, but as a subject capable of transforming traumatic experience into a source of development, forming new models of resilience and post-traumatic growth.

Keywords: *psychosocial maladaptation, psychosocial development, adolescents, war, extreme, determinant, socially maladapted behavior, resilience, socialization, post-traumatic growth.*

Дата першого надходження статті до видання: 14.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 03.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.944.4:159.923.2-057.875
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/20

Вальчишин О.С.
https://orcid.org/0009-0002-5965-5960
Західноукраїнський національний університет

Гірняк Г.С.
https://orcid.org/0000-0002-6985-3306
Західноукраїнський національний університет

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Стаття присвячена обґрунтуванню стресостійкості як важливого чинника психологічного благополуччя студентської молоді. Стресостійкість визначено як інтегральну психологічну характеристику особистості, що забезпечує її здатність зберігати емоційну рівновагу, самоконтроль, адаптивність і конструктивну поведінку в умовах дії стресогенних чинників, а психологічне благополуччя – як спроможність підтримувати позитивне самоставлення, цілеспрямованість, конструктивні взаємини з оточенням і відчуття осмисленості власного життя. Показано, що психологічне благополуччя студентів, окрім суб'єктивного відчуття задоволеності своїм життям, охоплює позитивне самоприйняття, особистісну автономію, конструктивні взаємини, життєві цілі, особистісне зростання, здатність до соціальної адаптації та підтримання внутрішньої рівноваги. Акцентовано увагу на стресостійкості студентської молоді як вагомого внутрішнього ресурсу збереження їх психічного здоров'я. Охарактеризовано структуру стресостійкості в контексті психологічного благополуччя здобувачів вищої освіти, що охоплює когнітивний, емоційний, поведінковий, особистісний, соціальний та ціннісно-смисловий компоненти. Обґрунтовано психологічний механізм впливу стресостійкості на психологічне благополуччя студентської молоді, що розгортається від стресогенної ситуації до її суб'єктивної оцінки, виявляється в емоційній саморегуляції, реалізується через копінг-поведінку, забезпечує відновлення особистісних ресурсів та спричинює підвищення рівня психологічного благополуччя. Доведено, що розвинена стресостійкість забезпечує здатність студентів осмислено реагувати на виникаючі труднощі, регулювати власні емоційні стани та афективні переживання, використовувати конструктивні способи подолання стресу та зберігати позитивну спрямованість особистісного й професійного розвитку.

Ключові слова: *стресостійкість, психологічне благополуччя, студентська молодь, психоемоційне здоров'я, емоційна саморегуляція, копінг-поведінка, психологічні чинники, особистісні ресурси, психологічний механізм.*

Постановка проблеми. Навчання в закладі вищої освіти – важливий період особистісного становлення студентів, формування їх життєвих цілей, професійної ідентичності, розвитку навичок саморегуляції та здатності до самостійного прийняття рішень. Водночас молоді люди часто стикаються із психоемоційним напруженням, високою тривожністю, фізичною перевтомою, труднощами адаптації до освітнього довкілля та потребою поєднувати освітньо-професійну діяльність із особистим становленням. За таких умов важливою передумовою їх навчальної успішності, соціальної активності, внутрішньої рівноваги та готовності до майбутньої фахової діяльності постає психологічне благополуччя, а одним з важливих чинників підтримання останнього – стресостійкість, яка забезпечує здатність особистості зберігати емоційну стабільність, адаптуватися до складних ситуацій, конструктивно долати труднощі та відновлювати внутрішні ресурси. Тому дослідження стресостійкості як чинника психологічного благополуччя має важливе значення для психологічного супроводу здобувачів вищої освіти.

© Вальчишин О.С., Гірняк Г.С., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема психологічного благополуччя особистості посідає важливе місце у сучасних дослідженнях. Зокрема, у працях Е. Дінера, Р. Еммонса, Р. Ларсена і С. Гріффіна аналізоване явище розглядається крізь призму суб'єктивної задоволеності життям, позитивного емоційного досвіду та загальної оцінки якості власного життя [16]. Ріфф К. і Кіз К. обґрунтовують багатовимірну модель психологічного благополуччя, у структуру якої включають самоприйняття, позитивні стосунки з іншими людьми, персональну автономію, управління довкіллям, особистісне зростання та наявність життєвих цілей [18]. Каргіна Н. акцентує увагу на ресурсах і чинниках психологічного благополуччя особистості, підкреслюючи роль внутрішнього потенціалу, самоставлення, ціннісної сфери та здатності людини використовувати наявні ресурси [5]. Федотова Т. розглядає суб'єктивне благополуччя як важливий показник психічного здоров'я особистості, що відображає її задоволеність життям, позитивний емоційний стан і якість соціального функціонування [14]. Розова Т. пропонує інтегративний підхід до розуміння психологічного благополуччя як чинника підвищення якості життя людини, наголошуючи на необхідності врахування його емоційних, особистісних, соціальних, ціннісних аспектів [10]. Гуляєва О., досліджуючи чинники психологічного благополуччя студентів з труднощами у здоров'ї, підкреслює значення соціальної підтримки, адаптації до освітнього середовища, позитивного самоставлення і внутрішніх ресурсів особистості [3]. Крім того, А. Лазарук характеризує резильєнтність людини в аксіопсихологічному вимірі [8], а Н. Савелюк, здійснюючи порівняльний аналіз психологічного благополуччя студентів у ковідному і воєнному контекстах, простежує вплив кризових умов на їх емоційний стан, соціальну адаптацію та суб'єктивне відчуття задоволеності життям [11]. О. Савченко та О. Калюк, аналізуючи структуру суб'єктивного благополуччя студентів, відносять до неї не тільки внутрішню рівновагу, а й емоційну стабільність, особистісну активність, соціальні зв'язки та здатність до позитивного сприйняття власного досвіду [12]. Науковці К. Фоменко та О. Кириленко, обґрунтовуючи умови забезпечення психологічного благополуччя студентів під час дистанційного навчання, звертають увагу на організацію освітнього процесу, підтримку з боку батьків і викладачів, міжособистісну комунікацію, а також сформованість навчальної мотивації здобувачів та їх здатність до саморегуляції [15]. До того ж А. Кічук розглядає особистісні особливості психоемоційного здоров'я сучасних студентів, підкреслюючи, що їх емоційна стабільність, самоконтроль, внутрішня гармонія і здатність до адаптації сприяють збереженню психоемоційного благополуччя [6].

Закономірно, що проблема стресостійкості особистості досліджується і у зв'язку з її професійною підготовкою, адаптацією, емоційною стійкістю та подоланням складних обставин. Так, Г. Бердник розглядає стресостійкість майбутнього практичного психолога під час фахової підготовки у ЗВО, підкреслюючи значення аналізованої риси для їх професійної ефективності й особистісної готовності до роботи з людьми [1]. Дубчак Г. обґрунтовує психологічні основи професійної стресостійкості майбутніх фахівців, розглядаючи її як складне особистісне утворення, що охоплює емоційну саморегуляцію, адаптивність, вольову стійкість, конструктивне мислення, а також здатність зберігати працездатність у складних умовах повсякдення [4]. Тептюк Ю., досліджуючи психологічні умови розвитку стресостійкості у дорослому віці, зосереджує увагу на значенні особистісних ресурсів, соціальної підтримки, самоконтролю й готовності особистості до подолання труднощів [13]. Вчені Л. Коломієць та А. Степова, вивчаючи психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку з різним рівнем стресостійкості, показують залежність рівня їх стресостійкості від активності, упевненості, здатності до саморозвитку й конструктивного подолання труднощів [7]. Дослідник О. Малхазов розкриває особливості розвитку емоційної стійкості осіб, які переживають наслідки травматичних подій [9], а Д. Немет і Т. Олів'є підкреслюють значення інноваційних підходів до розвитку стресостійкості особистості й групи у складних життєвих обставинах [17].

Відтак, у сучасних дослідженнях ґрунтовно висвітлено суть психологічного благополуччя, його структуру, чинники, вікові особливості та зв'язок із психічним здоров'ям, якістю життя й соціальною адаптацією особистості. Водночас увага приділяється й стресостійкості як важливому особистісному ресурсу, що забезпечує здатність людини витримувати психічне напруження, долати труднощі, зберігати емоційну рівновагу та ефективно функціонувати в мінливих умовах. Разом із тим, питання стресостійкості як чинника психологічного благополуччя студентської молоді потребує подальшого змістового уточнення та наукового обґрунтування.

Постановка завдання. Мета статті – дослідження стресостійкості як інтегративного чинника психологічного благополуччя студентської молоді.

Виклад основного матеріалу. Упродовж навчання в закладі вищої освіти молода людина формує уявлення про себе, власні можливості, майбутню професію, життєві цілі та способи взаємодії з довкіллям, що може посилювати її психоемоційне напруження й знижувати відчуття внутрішньої рівноваги. При цьому проблема психологічного благополуччя студентів може бути пов'язана як із суб'єктивним самопочуттям, так і з адаптацією до умов навчання, особистісним розвитком, фаховим самовизначенням і готовністю долати труднощі. За таких умов особливого значення в підтриманні психологічного благополуччя студентської молоді набуває стресостійкість – важливий ресурс збереження самоконтролю і позитивного самоставлення.

Зазначимо, що стресостійкість студентської молоді постає чинником їх психологічного благополуччя за допомогою таких психологічних механізмів: 1) емоційна саморегуляція – забезпечує здатність усвідомлювати власні емоції, розуміти причини їх виникнення, знижувати інтенсивність негативних переживань і не допускати руйнівного впливу стресу на власну поведінку; 2) когнітивна оцінка ситуації – студент із вищою стресостійкістю сприймає труднощі не як загрозу, а завдання, яке можна проаналізувати, структурувати й вирішити; 3) самовідновлення – здатність помічати втому, звертатися за підтримкою, змінювати режим діяльності та повертатися до продуктивного функціонування після стресу; 4) копінг-поведінка – передбачає, що студент, не обмежуючись переживанням проблеми або її уникненням, намагається зрозуміти актуальну ситуацію, визначити можливі способи дії, використати внутрішні ресурси, звернутися до оточуючих за допомогою, переосмислити існуючі труднощі та знайти прийнятні способи їх подолання чи уникнення.

На основі узагальнення наукових підходів до проблем психічного здоров'я, стресостійкості, емоційної саморегуляції та соціальної адаптації, стресостійкість студентської молоді розглядаємо як інтегральне утворення, що забезпечує збереження внутрішньої рівноваги, позитивного самоставлення, навчальної активності, соціальної інтеграції та здатності до особистісно-професійного розвитку. При цьому досліджуване явище доцільно трактувати як систему взаємопов'язаних складових-компонентів, які сукупно впливають на психологічне благополуччя особистості здобувача вищої освіти (табл. 1).

Охарактеризуємо структуру стресостійкості як чинника психологічного благополуччя студентської молоді:

1. Когнітивний компонент – визначає, як студент сприймає і пояснює стресову ситуацію. Одна подія може розглядатися студентом як загроза, як доказ власної неспроможності, як неконтрольована перешкода або, навпаки, як складне, але розв'язуване завдання, тому характер такої оцінки значним чином визначає його емоційну реакцію та поведінку. Якщо особа схильна до перебільшення труднощів, негативного прогнозування й самозвинувачення, то навіть типові навчальні ситуації

Таблиця 1

Структура стресостійкості як чинника психологічного благополуччя студентської молоді

Компонент	Зміст компонента	Значення для благополуччя
Когнітивний компонент	Визначає, як студент сприймає, пояснює та оцінює проблемну ситуацію	Сприяє зниженню тривожності, розгубленості й самозвинувачення
Емоційний компонент	Пов'язаний зі здатністю здобувача усвідомлювати, приймати й регулювати власні емоційні реакції	Забезпечує емоційну стабільність, самоконтроль і здатність не допускати дезорганізації поведінки й діяльності
Поведінковий компонент	Виявляється у способах і прийомах подолання актуальних труднощів	Дає студентові відчуття контролю, компетентності та здатності впливати на власне життя
Особистісний компонент	Пов'язаний з умінням підтримувати, зберігати й відновлювати власні психологічні ресурси	Запобігає перевтомі, емоційному виснаженню й втраті мотивації, допомагає зберігати внутрішню рівновагу, позитивне самоставлення
Соціальний компонент	Відображає здатність використовувати підтримку одногрупників, викладачів, родини та друзів	Зменшує відчуття ізольованості, підвищує впевненість, забезпечує емоційне прийняття поради або практичної допомоги
Ціннісно-смисловий компонент	Забезпечує здатність студента бачити у труднощах не лише джерело напруження, а й умову особистісного розвитку	Допомагає сприймати навчальні труднощі як важливий етап становлення, підтримує мотивацію, цілеспрямованість, відчуття сенсу

можуть викликати тривожність, розгубленість і відчуття безпорадності. Натомість реалістична оцінка ситуації, розуміння її тимчасового характеру, усвідомлення власних можливостей і бачення кількох варіантів дії допомагають суб'єкту зберігати відчуття контролю.

2. Емоційний компонент – пов'язаний зі здатністю здобувача освіти усвідомлювати, приймати й регулювати власні емоційні реакції. Відомо, що стрес майже завжди супроводжується психічним напруженням, хвилюванням, невпевненістю, роздратуванням або страхом невдачі, однак визначальний не факт переживання негативних емоцій, а здатність особистості керувати ними. За достатнього рівня розвитку емоційної саморегуляції студент визнає власне хвилювання, але, щоб не дезорганізувати поведінку, здатний зробити паузу, знизити інтенсивність своїх переживань, переключити увагу, звернутися до раціонального аналізу ситуації та обрати конструктивний спосіб реагування. В протилежному випадку у нього виникає тривожність, емоційне вигорання, імпульсивні реакції або уникання діяльності.

3. Поведінковий компонент – виявляється у конкретних способах і прийомах подолання поточних труднощів, даючи студентові відчуття контролю, компетентності та здатності впливати на власне життя. Оскільки стресостійкість не обмежується внутрішнім переживанням чи розвиненою здатністю витримувати складні обставини, конструктивними способами подолання стресу стають планування навчальної діяльності, звернення за допомогою, комунікація і взаємодія, уточнення вимог, вирішення конфліктів і поетапне подолання труднощів. Таке активне реагування допомагає особі переходити до діяльності й вирішення проблеми, натомість уникання, прокрастинація, відкладання важливих рішень, втеча у другорядні заняття або надмірне зосередження на власних афективних переживаннях не усувають причини стресу, хоча й можуть тимчасово знижувати напруження.

4. Особистісний компонент – пов'язаний з умінням підтримувати, зберігати й відновлювати власні психічні ресурси. Відомо, що в період навчання у виші значна частина психічного напруження виникає через збільшення навчального навантаження, нестачу відпочинку, порушення режиму, втому та постійне відчуття незавершених справ, тому важлива ознака стресостійкості – здатність не тільки мобілізуватися в момент труднощів, а й відновлювати сили. Вказане охоплює вміння помічати ознаки виснаження, організовувати свій відпочинок, звертатися за соціальною підтримкою, зберігати баланс між навчанням і особистим життям, підтримувати значущі контакти й займатися діяльністю, котра уможливлює відчуття сенсу.

5. Соціальний компонент – відображає здатність особи використовувати наявні соціальні зв'язки як ресурс подолання стресу. Зокрема, психологічне благополуччя студентської молоді значним чином залежить від якості взаємин з одногрупниками, викладачами, родиною, друзями та іншими значущими людьми. Соціальна підтримка допомагає зменшити відчуття ізольованості, підвищує впевненість, емоційне прийняття, дає змогу отримати пораду чи практичну допомогу. Здатність здобувача визнавати потребу в допомозі, відкрито комунікувати про власні труднощі, приймати зовнішню підтримку і водночас зберігати активну позицію у вирішенні проблем підтримує його психологічне благополуччя. Водночас важливо, щоб звернення студента за такою підтримкою не перетворювалося на повну залежність від зовнішньої оцінки оточуючих або перекладання відповідальності на інших людей.

6. Ціннісно-смисловий компонент – забезпечує здатність студента бачити у труднощах не лише джерело психічного напруження, а й умову власного особистісного розвитку. В період навчання у ЗВО значна кількість стресів пов'язана з майбутньою професією, фаховим самовизначенням, необхідністю відповідати заданим вимогам, приймати складні рішення і поступово входити у доросле життя. Якщо навчальні труднощі сприймаються здобувачем як беззмістовний тиск, вони, як правило, викликають виснаження, внутрішній опір і втрату мотивації. Якщо ж студент бачить зв'язок між прикладеними зусиллями, професійними цілями, особистісним зростанням і майбутньою самореалізацією, така ситуація набуває для нього позитивного значення, оскільки може сприйматися як екзистенційний виклик, життєвий досвід, важливий етап особистісного становлення, сенсосмислового зростання або можливість перевірити й розвинути власні вольові риси.

Проведений аналіз компонентів стресостійкості особистості дав змогу розробити психологічний механізм її впливу на психологічне благополуччя студентської молоді (табл. 2).

Отож вплив стресостійкості на психологічне благополуччя особи відбувається поступово: від зіткнення з проблемною ситуацією – до її суб'єктивного осмислення, емоційного врегулювання, вибору способу уникнення чи подолання, відновлення особистісних ресурсів і підтримання

Таблиця 2

Психологічний механізм впливу стресостійкості на психологічне благополуччя студентської молоді

Етап	Зміст етапу	Вплив на психологічне благополуччя студентів
Проблемна ситуація	Навчальна, соціальна, особистісна або професійна ситуація, що викликає психічне напруження, певну невизначеність чи актуалізує потребу в мобілізації внутрішніх ресурсів	Актуалізує внутрішні ресурси студента та створює достатні умови, у яких перевіряється здатність зберігати емоційну рівновагу, високу адаптивність і психологічну стійкість
Суб'єктивна оцінка ситуації	Осмислення студентом проблемної ситуації: а) як загрози, б) невдачі, в) втрати контролю або г) складного, але розв'язуваного завдання	Визначає подальшу емоційну реакцію суб'єкта: реалістична оцінка підтримує відчуття достатнього контролю й упевненості в собі, тоді як перебільшення значущості події посилює тривожність і знижує психологічний комфорт
Саморегуляція	Здатність особистості усвідомлювати, приймати й регулювати свої емоційні реакції, знижувати психічне напруження та не допускати дезорганізації діяльності	Забезпечує збереження особою внутрішньої рівноваги, достатнього самоконтролю, емоційної стабільності та здатності діяти конструктивно в умовах психічного напруження
Копінг-стратегія	Вибір суб'єктом способів подолання життєвих труднощів: планування дій, пошук інформації, звернення за підтримкою, активне вирішення проблеми чи уникнення діяльності	Конструктивний копінг підтримує відчуття власної компетентності, автономії та контролю над проблемною ситуацією; уникнення й пасивність істотно сприяють накопиченню стресу та зниженню психологічного благополуччя
Відновлення ресурсів	Відновлення емоційних, фізичних, когнітивних, емоційних і соціальних ресурсів після пережитого психічного напруження	Запобігає перевтомі, емоційному виснаженню й втраті мотивації, допомагає студентові підтримувати високу працездатність, позитивне самоставлення та навчальну активність
Психологічне благополуччя	Результат ефективного подолання стресу, що виявляється у збереженні позитивного самоприйняття, персональної автономії, життєвих цілей, гармонійних взаємин і внутрішньої рівноваги	Постає результатом впливу стресостійкості як особистісного утворення, що дає змогу студентові не тільки витримувати певний рівень стресу, а й використовувати складні ситуації для самопізнання, мобілізації ресурсів та особистісного розвитку

психологічного благополуччя. У цьому контексті стресостійкість можна визначити як здатність студента перетворювати стресову ситуацію – з чинника дезорганізації на ситуацію мобілізації, самопізнання, саморегуляції та особистісного розвитку. Така здатність особливо важлива в період навчання у виші, коли молода людина не тільки долає поточні труднощі, а й формує власний стиль реагування на персональні виклики, що впливатиме на її подальше професійне становлення, рівень психічного здоров'я та якість життя. Запропонований психологічний механізм дає змогу простежити характер цього зв'язку: проблемна ситуація активізує суб'єктивну оцінку події, яка визначає емоційну реакцію, вибір копінг-стратегії, можливість відновлення ресурсів і, зрештою, рівень психологічного благополуччя. Якщо студент здатний сприймати труднощі як потенційно керовані, регулювати власні емоції, діяти конструктивно й відновлювати внутрішні ресурси, у нього зберігається позитивне самоприйняття, персональна автономія, конструктивні взаємини, самісно значущі цілі, а також забезпечується особистісне зростання та відчуття контролю над власним життям.

Висновки. Стресостійкість є важливим чинником психологічного благополуччя студентської молоді, що забезпечує здатність особистості зберігати емоційну рівновагу, адаптуватися до складних умов навчання, конструктивно долати труднощі та підтримувати позитивне ставлення до себе й власного майбутнього. У період особистісно-професійного становлення особистості, формування життєвих цілей й набуття професійної ідентичності, її стресостійкість набуває значення як внутрішній ресурс збереження й підтримання власного психоемоційного здоров'я, допомагаючи студентові не тільки витримувати навчальне навантаження, а й осмислювати проблемні ситуації, регулювати емоційні реакції, використовувати конструктивні копінг-стратегії та відновлювати особистісні ресурси. Структура стресостійкості як чинника психологічного благополуччя здобувачів охоплює когнітивний, емоційний, поведінковий, особистісний, соціальний і ціннісно-смисловий компоненти, що дає змогу розглядати досліджуване явище як психологічний механізм, що забезпечує адаптацію, саморегуляцію, самопідтримку, соціальну взаємодію та особистісний розвиток

людини. Такий механізм розгортається від проблемної ситуація, охоплює її суб'єктивну оцінку, зумовлює емоційну саморегуляцію, спричинює вибір копінг-стратегії, забезпечуючи, врешті-решт, відновлення внутрішніх ресурсів й психологічне благополуччя суб'єкта. У цьому контексті низький рівень стресостійкості студента може спричинити емоційне вигорання, особистісну тривожність, тотальне уникання проблем, невпевненість у собі та зниження якості життя. Натомість дотримання аналізованої процесуальної логіки сприяє позитивному самоприйняттю, персональній автономії, конструктивним взаєминам й особистому зростанню.

Перспективи подальших досліджень убачаємо в емпіричній перевірці запропонованого механізму впливу стресостійкості на психологічне благополуччя студентської молоді, а також у розробленні та впровадженні програм психологічного супроводу здобувачів вищої освіти.

Список літератури:

1. Бердник Г.Б. Дослідження стресостійкості особистості майбутнього практичного психолога в процесі професійної підготовки у ВНЗ. *Вісник післядипломної освіти.* 2009. №11 (2). С. 19–28.
2. Гірняк А.Н., Шаюк Я.О. Фактори психологічного благополуччя особистості на різних етапах вікового розвитку: циклічно-вчинковий вимір. *Наукові інновації та передові технології*. 2025. № 2 (42). С. 110–121. DOI : https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-8(48)-1366-1384.
3. Гуляєва О.В. Чинники психологічного благополуччя у студентів з обмеженими можливостями здоров'я: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Харків, 2018. 207 с.
4. Дубчак Г.М. Психологічні основи професійної стресостійкості майбутніх фахівців : монографія. Київ : Талком, 2017. 321 с.
5. Каргіна Н.В. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Одеса, 2018. 269 с.
6. Кічук А. В. Особистісні особливості психоемоційного здоров'я студентів : монографія. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2020. 406 с.
7. Коломієць Л.І., Степова А.С. Психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку з різним рівнем стресостійкості. *Психологічний часопис*. 2017. № 3. С. 70–81.
8. Лазарук А.Ф. Резильєнтність людини в аксіопсихологічному вимірі: постановка проблеми. *Резильєнтність в умовах війни: теорія, практика та ресурси: збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції здобувачів освіти і молодих учених* (м. Тернопіль, 23 квітня 2025 р.). Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2025. С. 99–105.
9. Малхазов О. Р. Розвиток емоційної стійкості осіб, що переживають наслідки травматичних подій : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 215 с.
10. Розова Т. Психологічне благополуччя як фактор підвищення якості життя: інтегративний підхід. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки*. 2025. Вип. 26 (71). С. 80–89. DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2025.26(71).07
11. Савелюк Н. М. Психологічне благополуччя студентської молоді: порівняльний аналіз у ковідному і воєнному контекстах. *Психологічні перспективи*. 2022. Вип. 39. С. 322–340. DOI: https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-39-sav
12. Савченко О., Калюк О. Структура суб'єктивного благополуччя студентів. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2021. № 4 (24). С. 61–67. DOI: https://doi.org/10.31108/2.2021.4.24.8.
13. Тептюк Ю. В. Психологічні умови розвитку стресостійкості особистості у дорослому віці. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2018. Вип. 1 (38). С. 44–47. DOI: https://doi.org/10.17721/1728-2217.2018.38.44-47.
14. Федотова Т. О. Особливості вияву суб'єктивного благополуччя як показника психічного здоров'я особистості (на прикладі працівників державної служби). *Психологічні перспективи*. 2018. Вип. 31. С. 280–291. DOI: https://doi.org/10.29038/2227-1376-2018-31-280-291.
15. Фоменко К.І., Кириленко О.В. Умови забезпечення психологічного благополуччя здобувачів під час дистанційного навчання. *Психологія і суспільство*. 2025. № 2. С. 133–145. DOI: https://doi.org/10.35774/pis2025.02.133.
16. Diener E., Emmons R. A., Larsen R. J., Griffin S. The Statisfaction With Life Scale. *Journal of Personaliti Assessment*. 1985. Vol. 49. №1. P. 71–75.
17. Nemeth D., Olivier T. (Eds.). Innovative approaches to individual and community resilience: from theory to practice. New York: Academic Press, 2018. 167 p.
18. Ryff C.D., Keyes C.L. M. The structure of psychological well-being revisited. *J ournal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69 (4). P. 719–727.

Valchyshyn O.S., Hirnyak H.S. STRESS RESILIENCE AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN STUDENT YOUTH

The article is devoted to substantiating stress resilience as an important factor of psychological well-being in student youth. Stress resilience is defined as an integral psychological characteristic of personality that ensures the ability to maintain emotional balance, self-control, adaptability, and constructive behavior under the influence of stressogenic factors. Psychological well-being is understood as the capacity to maintain positive self-attitude, goal orientation, constructive relationships with others, and a sense of meaningfulness in one's own life. It is shown that students' psychological well-being, in addition to the subjective feeling of satisfaction with life, includes positive self-acceptance, personal autonomy, constructive relationships, life goals, personal growth, the ability for social adaptation, and the maintenance of inner balance. Attention is focused on the stress resilience of student youth as a significant internal resource for preserving their mental health. The structure of stress resilience in the context of psychological well-being among higher education students is characterized as comprising cognitive, emotional, behavioral, personal, social, and value-semantic components. The psychological mechanism of the influence of stress resilience on the psychological well-being of student youth is substantiated. This mechanism unfolds from a stressogenic situation to its subjective appraisal, is manifested in emotional self-regulation, is implemented through coping behavior, ensures the restoration of personal resources, and leads to an increase in the level of psychological well-being. It is demonstrated that developed stress resilience ensures students' ability to respond meaningfully to emerging difficulties, regulate their emotional states and affective experiences, use constructive ways of coping with stress, and preserve a positive orientation toward personal and professional development.

Keywords: *stress resilience, psychological well-being, student youth, psycho-emotional health, emotional self-regulation, coping behavior, psychological factors, personal resources, psychological mechanism.*

Дата першого надходження статті до видання: 23.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 12.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9:37.043-056.36+364.692
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/21

Довгопола К.С.
https://orcid.org/0000-0002-5306-4505
Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка
Національної академії педагогічних наук України

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗРОБЛЕННЯ ІНТЕГРОВАНОЇ МОДЕЛІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

У статті здійснено теоретико-практичне обґрунтування інтегрованої моделі психологічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану. Актуальність теми визначається високою вразливістю цієї групи дітей до повторної травматизації, освітньої дезадаптації, порушення рутини, сімейного виснаження та обмеження доступу до спеціальних й інклюзивних сервісів. Метою дослідження є наукове обґрунтування логіки побудови інтегрованої моделі, яка поєднує освітній, психологічний, психосоціальний і міжвідомчий контури допомоги. Дослідження має теоретико-прикладний дизайн і належить до робіт з розроблення складних психосоціальних інтервенцій. Методологічну основу становили підходи до розроблення складних інтервенцій, scoping reviеw та міжнародні стандарти психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в освіті під час криз. У результаті запропоновано модель, що включає універсальний, цільовий та спеціалізований рівні підтримки; модулі безпечного середовища, раннього виявлення, сімейного супроводу, міжвідомчої маршрутизації та моніторингу; а також алгоритм динамічного посилення (послаблення) переходу між рівнями допомоги. Виділено базові принципи моделі: безпека; права дитини та недискримінація; інклюзивна доступність; сімейно-центричність; міжвідомча координація; багаторівневість; доказова поміркованість; гнучкість формату; безперервність підтримки. Доведено, що науково продуктивним є поєднання екологічного, травмаінформованого, інклюзивного, сімейно-центричного й багаторівневого підходів. Практична цінність моделі полягає в її придатності для впровадження у закладах освіти, інклюзивно-ресурсних центрах і громадах України в очному, дистанційному та змішаному форматах. Перспективи подальших досліджень пов'язані з експертною валідацією, пілотуванням моделі та емпіричною перевіркою її ефективності за різних профілів особливих освітніх потреб.

Ключові слова: *діти з особливими освітніми потребами, психічне здоров'я, психосоціальна підтримка, воєнний стан, інклюзивна освіта, спеціальна освіта, багаторівнева підтримка, школа, сім'я.*

Постановка проблеми. Війна в Україні радикально змінила саму екологію дитячого розвитку. Освітній простір перестав бути відносно стабільним середовищем і став простором високої невизначеності, де навчання поєднується з досвідом повітряних тривог, перебування в укритті, переміщення, втрат, тривалого дистанційного режиму та постійного очікування небезпеки. За даними ЮНІСЕФ [1], діти у прифронтових районах часто проводять години в укриттях, третина опитаних дорослих помічає у дітей ознаки психосоціального дистресу, половина підлітків повідомляє про труднощі зі сном, а кожен п'ятий – про нав'язливі думки та флешбеки; приблизно 1,5 мільйону дітей загрожує ризик розвитку депресії та тривожності; близько 250 000 дітей регулярно переживають обстріли, що робить їх вразливими до ПТСР. На цьому тлі психічне здоров'я дітей стабільно входить до числа головних батьківських запитів [2].

Діти з особливими освітніми потребами страждають від цих процесів непропорційно сильніше. У нормативній логіці української системи освіти

© Довгопола К.С., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

особливі освітні проблеми (ООП) не зводяться лише до статусу інвалідності, а означають потребу в додатковій постійній або тимчасовій підтримці в освітньому процесі. Це принципово важливо, бо воєнний стан робить групу дітей, які потребують додаткової підтримки, ширшою: до неї входять як діти з інтелектуальними, мовленнєвими, сенсорними, поведінковими чи нейророзвитковими труднощами, так і діти, у яких додаткові потреби загострилися через травматичні події, вимушене переміщення, ізоляцію або тривалий розрив у навчанні [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Міжнародні гуманітарні документи наголошують, що діти з інвалідністю та іншими складними профілями розвитку часто випадають із загальних програм допомоги, якщо інклюзивність не закладається в них спеціально. Психосоціальні, освітні та захисні сервіси в кризових умовах нерідко організовуються через школи, тимчасові освітні простори або простори, дружні до дітей, однак саме ці середовища можуть бути фізично, сенсорно чи комунікативно недоступними для дітей з ООП. Окрім цього, сім'ї інколи приховують дитину через стигму, а фахівці – недооцінюють потребу в адаптаціях, що додатково посилює ризик виключення [4].

Українські та міжнародні дослідження останніх років показують, що йдеться не лише про симптоми тривоги або посттравматичного стресу, а про складну психосоціальну дезорганізацію: порушення сну, емоційну лабільність, регрес навичок, падіння навчальної мотивації, труднощі соціальної взаємодії, зростання потреби у зовнішній регуляції, виснаження батьків та шкільних команд [5]. Для дітей з інвалідністю та ООП важливими виявляються не тільки клінічні втручання, а й стабільність рутини, чіткість комунікації, прогнозованість середовища, участь сім'ї, доступність формату та своєчасне перенаправлення до спеціалізованої допомоги [6].

Попри очевидну потребу, на практиці допомога часто залишається фрагментарною: психологічна служба закладу освіти, інклюзивно-ресурсний центр, соціальні служби, медична ланка й громадські ініціативи можуть діяти паралельно, але не як єдина система [1]. Саме ця розірваність між рівнями й форматами допомоги робить теоретично обґрунтовану інтегровану модель особливо необхідною.

Постановка завдання. Мета статті – на основі сучасних українських і міжнародних досліджень обґрунтувати логіку розроблення моделі психологічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану та описати її структурні й функціональні компоненти.

Завдання – визначити теоретично-практичні засади розроблення інтегрованої моделі психологічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу. Аналіз джерел показав, що інтегрована модель психологічної підтримки дітей з ООП під час воєнного стану має спиратися не на одну вузьку теорію, а на конвергенцію кількох підходів. Екологічний підхід потрібен для розуміння того, що дистрес дитини виникає і підтримується на перетині сімейного, освітнього, громадського та безпекового контекстів. Травмаінформований підхід необхідний, щоб не інтерпретувати стресові реакції як «погану поведінку» або «неуспішність». Інклюзивний підхід забезпечує доступність інтервенцій, а ПЗПСП підхід – логіку багаторівневої системи підтримки. Дослідження щодо ролі школи у підтримці психічного здоров'я додатково показують, що саме школа є найбільш реалістичною точкою входу до допомоги, якщо її не ізолювати від сім'ї й громади [7].

На цій основі виділено базові принципи моделі: безпека; права дитини та недискримінація; інклюзивна доступність; сімейно-центричність; міжвідомча координація; багаторівневість; доказова поміркованість; гнучкість формату; безперервність підтримки. У прикладному розумінні це означає, що жодна інтервенція не повинна плануватися поза реальністю повітряних тривог, доступу до укриттів, змішаного навчання, переміщення чи ресурсного виснаження сім'ї; водночас жоден із цих чинників не може слугувати підставою для виключення дитини з підтримки.

Методи дослідження. Дослідження має теоретико-прикладний дизайн і належить до робіт з розроблення складних психосоціальних інтервенцій. Методологічним каркасом стали сучасні підходи до комплексних втручань, стандарти scoping review та міжнародні рамки психічного здоров'я та психосоціальної підтримки (ПЗПСП) у кризових освітніх середовищах. Такий дизайн був обраний тому, що предметом статті побудова програмно-логічної моделі, здатної інтегрувати різні рівні підтримки, різні формати надання послуг і різні профілі ООП в умовах воєнного стану.

Матеріалом дослідження стали українські та міжнародні наукові публікації, гуманітарні стандарти, технічні настанови, нормативно-правові акти й аналітичні документи, релевантні до чотирьох проблемних блоків: психічне здоров'я

дітей в умовах війни в Україні; психосоціальна підтримка в гуманітарних кризах; підтримка дітей з ООП і дітей з порушеннями розвитку; шкільні та сімейно-громадські моделі допомоги. До корпусу джерел включалися праці, в яких або описувалися ризики, або аналізувалися інтервенції, або пропонувалися концептуальні рамки.

На етапі аналізу застосовано взаємодоповнювані методи: теоретичний аналіз і синтез, проблемно-тематичне групування, порівняльний аналіз, структурно-функціональне моделювання та елементи програмної теорії змін. Аналітична процедура включала: виявлення груп ризику та захисних чинників; картографування найбільш підтриманих доказами практик; співвіднесення цих практик із логікою української інклюзивної освіти; опис рівнів інтенсивності допомоги; побудову маршруту випадку від первинного виявлення до повторного оцінювання.

Критеріями якості теоретичної конструкції моделі виступали: концептуальна узгодженість; контекстна валідність для умов війни; інклюзивна придатність для різних профілів ООП; міжвідомча реалізованість; наявність чітких індикаторів результату. Етичною максимою дослідження став принцип «не нашкодь», який у воєнному контексті означає відмову від будь-яких інтервенцій, що перевищують ресурсну або часову місткість конкретного середовища, і пріоритет безпечних, доступних та адаптованих форматів допомоги.

Результати дослідження. Запропонована модель має три рівні інтенсивності. Перший, універсальний, адресований усім дітям у закладі освіти і спрямований на підтримання базової психологічної стійкості. Його змістом є безпечна рутина, передбачуваність навчального середовища, соціально-емоційне навчання, психоосвіта для батьків і педагогів, доброзичливий клімат, чіткі правила кризового реагування. Для дітей з ООП універсальний рівень не може бути «однаковим для всіх»: він потребує візуальних алгоритмів, адаптованих інструкцій, сенсорних пауз, альтернативної комунікації, доступних дистанційних матеріалів, індивідуальних регуляційних опор. Саме на цьому рівні школа перестає бути просто місцем навчання і стає простором профілактики дистресу [8].

Другий, цільовий, рівень адресований дітям групи ризику, у яких уже є виражені ознаки дистресу, регресу навичок, поведінкової дезорганізації, соціального уникання, труднощів повернення до навчальної участі або сімейної дезадаптації. Цей рівень включає короткі структуровані інтервенції: індивідуальні підтримувальні зустрічі, малі групи розвитку саморегуляції, корекційно-розвиткові заняття з вираженим психосоціальним компонентом, підтримувальні батьківські консультації, групи з навчання копінг-стратегій, кризове консультування. Міжнародні огляди показують, що саме сфокусовані психосоціальні втручання в гуманітарних умовах найчастіше дають позитивний ефект щодо посттравматичних симптомів, функціонування, надії, копінгу та соціальної підтримки, хоча ефекти щодо тривоги і депресії залежать від контексту і якості реалізації. Отже, цільовий рівень має бути не масовим і не шаблонним, а контекстно адаптованим [8].

Третій рівень – індивідуалізована та спеціалізована допомога дітям із тяжким дистресом, суттєвим порушенням повсякденного функціонування, коморбідними психічними труднощами,

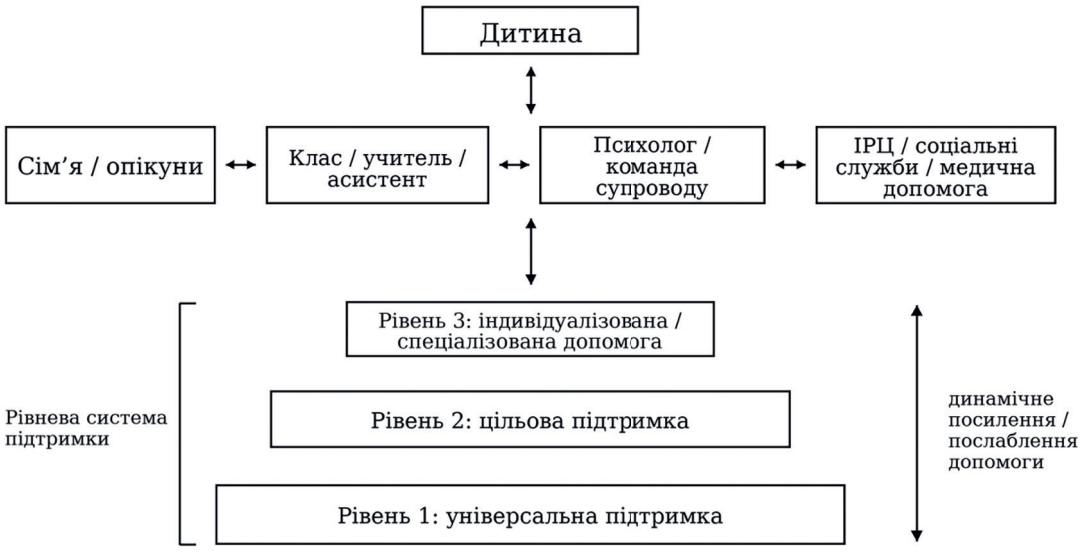


Рис. 1. Інтегрована модель психологічної підтримки дітей з особливими освітніми потребами

кризовими станами, високим рівнем сімейного неблагополуччя або ризиком самопошкодження. На цьому рівні функція шкільного психолога або фахівця супроводу трансформується: він здійснює первинну оцінку ризику, координує випадок, ініціює міжвідомчу взаємодію, підтримує зв'язок між сім'єю, закладом освіти, інклюзивно-ресурсним центром, медичними чи соціальними службами. Така логіка відповідає сучасним міжнародним вимогам до інтегрованої допомоги, де роль закладу освіти полягає у своєчасному вході в проблему, підтримці участі дитини та грамотній маршрутизації [9].

Особливу вагу має сімейний модуль моделі. Дослідження дітей з порушеннями розвитку та інших дітей з високою потребою в підтримці послідовно показують, що психічний стан дитини тісно пов'язаний із психоемоційним ресурсом її найближчих дорослих. Відповідно, робота з сім'єю не є додатковою опцією, а становить структурний компонент моделі. Він включає психоосвіту щодо стресових реакцій дитини, навчання співрегуляції, допомогу в збереженні рутини, підтримку батьківської компетентності, зниження стигми, спільне планування адаптацій і кризових дій. Нові дослідження родин дітей з інвалідністю з деокупованих територій Півдня України додатково показують, що саме невидиме повсякденне навантаження на батьків є одним із центральних чинників психосоціальної нестабільності сім'ї [10].

Не менш важливим є освітній модуль, оскільки вчителі та асистенти найчастіше першими помічають зміни в стані дитини. Українські дослідження, присвячені дітям з ООП під час війни, наголошують на високій частоті проявів тривоги, емоційної нестабільності, роздратованості та дезадаптації, які саме педагогічні працівники ідентифікують у щоденному спостереженні [11]. Отже, модель має передбачати короткі алгоритми дій для педагога, регулярні супервізійні зустрічі, інструкції щодо мовленнєвої й сенсорної адаптації, а також підтримку благополуччя самих фахівців, щоб запобігати вторинній травматизації та професійному вигоранню.

Важливою новацією моделі є маршрут психосоціального супроводу, який запобігає хаотичності та дублюванню дій. Спочатку відбувається первинне виявлення труднощів через спостереження педагога, звернення батьків або короткий скринінг, адаптований до можливостей комунікації дитини. Далі здійснюється коротка функціональна оцінка: які прояви є ключовими, які тригери їх підтримують, які ресурси доступні, чи є кризові ризики. Після

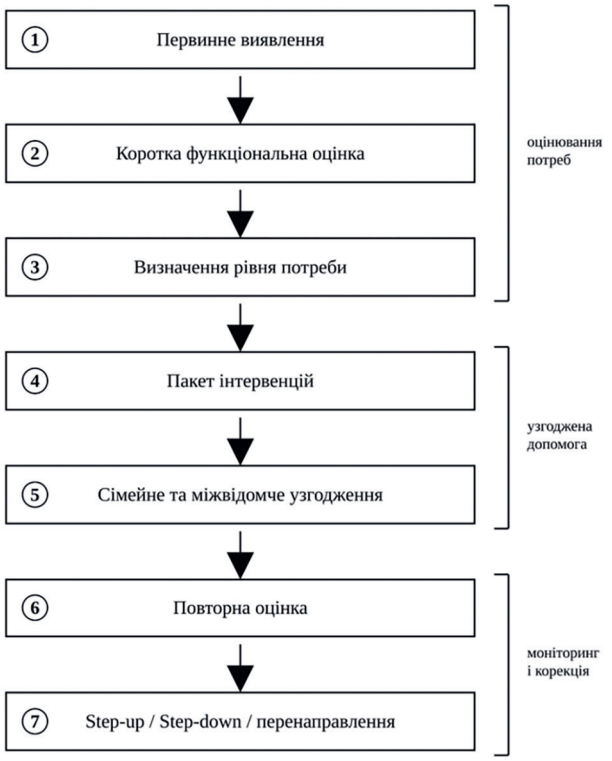


Рис. 2. Маршрут підтримки дитини з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану

цього команда визначає рівень підтримки й пакет інтервенцій; надалі проводиться повторне оцінювання і приймається рішення про посилення, зниження або зміну формату допомоги. Такий маршрут дозволяє поєднати гнучкість і стандартизованість, що особливо важливо у воєнному контексті [3].

Окремо визначено умови ефективності моделі. По-перше, у закладі або громаді має бути координатор випадку чи координуюча команда. По-друге, сама модель повинна бути процедурно простою і не перевантаженою документуванням. По-третє, обов'язковою є інклюзивна компетентність виконавців: уміння адаптувати комунікацію, темп, формат та очікування під профіль конкретної дитини з ООП. По-четверте, підтримка має бути мультиформатною – очною, дистанційною, змішаною і, за потреби, мобільною. По-п'яте, необхідний реальний моніторинг доступності: модель не може вважатися успішною, якщо найкраще працює лише для дітей із мінімальною потребою в адаптаціях.

Для оцінювання результативності моделі доцільно використовувати п'ять груп індикаторів: індикатори доступності; процесуальні індикатори; індикатори психічного стану; індикатори освітньої участі; індикатори сімейної стабілізації та міжвідомчої координації. Така логіка дає змогу перевіряти не лише «чи стало дитині краще», а й чому

саме це сталося або чому цього не сталося. Отже, у представленій моделі школа мислиться як базова, але не єдина точка входу до підтримки, а дитина з ООП – як суб'єкт, чий психосоціальний стан пов'язаний із сім'єю, командою супроводу, громадою і системою сервісів одночасно.

Висновки. Проведене теоретико-прикладне дослідження дало змогу обґрунтувати, що психологічна підтримка дітей з особливими освітніми потребами в умовах воєнного стану має будуватися як інтегрована, багаторівнева й міжвідомча система, а не як сукупність розрізнених заходів. Найбільш продуктивною для її побудови є конвергенція екологічного, травмаінформованого, інклюзивного, сімейно-центричного та MHPSS-підходів.

Теоретичне значення статті полягає в тому, що запропонована модель поєднує правову визначеність цільової групи, програмну теорію змін, рівні інтенсивності втручання, маршрут супроводу та критерії оцінювання в одному концептуальному каркасі. Її практичне значення полягає у придатності до впровадження в закладах освіти, інклюзивно-ресурсних центрах і громадах України в очному, дистанційному та змішаному форматах.

Принципово важливим висновком є те, що воєнний контекст не лише ускладнює допомогу, а змінює саму її архітектоніку. Тому ефективна модель повинна включати модулі безпеки, змішаних форматів надання послуг, сімейного супроводу, супервізії фахівців та адаптації до різних профілів ООП. Умовою її результативності є локальна координація, міжвідомча взаємодія, інклюзивна компетентність персоналу та реалістичний моніторинг.

Перспективи подальшого дослідження вбачаємо в експертній валідації моделі, її пілотному впровадженні в різних регіонах України, емпіричній перевірці чутливості окремих модулів до різних профілів ООП, а також у розробленні стандартизованого пакета інструментів для первинного скринінгу, повторної оцінки та оцінювання ефективності програм психологічної підтримки у воєнний і післявоєнний періоди.

Список літератури:

1. UNICEF. Situation analysis of children in Ukraine: 2024. UNICEF, 2024. URL: https://www.unicef.org/ukraine/en/reports/sitan2024. (дата звернення 26.06.2026)

2. Goto R., Pinchuk I., Kolodezhny O., Pimenova N., Churbakova O., Guerrero A. P. S. et al. Mental health of adolescents exposed to the war in Ukraine. *JAMA Pediatrics*. 2024. Vol. 178, No. 5. P. 480–488. DOI: https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2024.0295

3. Education Cannot Wait. Multi-year resilience programme for Ukraine 2024–2026. 2024. URL: https://www.educationcannotwait.org/sites/default/files/2024-03/ecw_myrp_for_ukraine_2024-2026.pdf. (дата звернення 26.06.2026)

4. Heslon K., Hanson J. H., Ogourtsova T. Mental health in children with disabilities and their families: red flags, services' impact, facilitators, barriers, and proposed solutions. *Frontiers in Rehabilitation Sciences*. 2024. Vol. 5. Article 1347412. DOI: https://doi.org/10.3389/fresc.2024.1347412

5. Purgato M., Gross A. L., Betancourt T., Bolton P., Bonetto C., Gastaldon C. et al. Focused psychosocial interventions for children in low-resource humanitarian settings: a systematic review and individual participant data meta-analysis. *The Lancet Global Health*. 2018. Vol. 6, No. 4. P. e390–e400. DOI: https://doi.org/10.1016/S2214-109X(18)30046-9

6. Sinclair J., Holmes S. R., Knowles C., Bromley K. W., Rodriguez G., Stadelman S. et al. Including students with disabilities within school-based mental health multi-tiered systems of supports. *School Mental Health*. 2025. Vol. 17. P. 1113–1128. DOI: https://doi.org/10.1007/s12310-025-09777-8

7. Lasater M. E., Flemming J., Bourey C., Nemiro A., Meyer S. R. School-based MHPSS interventions in humanitarian contexts: a realist review. *BMJ Open*. 2022. Vol. 12, No. 4. Article e054856. DOI: https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-054856

8. Marsh R. J., Mathur S. R. Mental health in schools: an overview of multitiered systems of support. *Intervention in School and Clinic*. 2020. Vol. 56, No. 2. P. 67–73. DOI: https://doi.org/10.1177/1053451220914896

9. Education Cannot Wait. Technical guidance note on mental health and psychosocial support (MHPSS) in education in emergencies and protracted crises (EiEPC). 2021. URL: https://www.educationcannotwait.org/resource-library/technical-guidance-note-mhpss-in-eiepc. (дата звернення 26.06.2026)

10. Bondar K., Shestopalova O., Barow T. The situation of children with disabilities from the de-occupied territories of southern Ukraine: coping strategies and perspectives of families affected. *Scandinavian Journal of Disability Research*. 2026. Vol. 28, No. 1. P. 130–145. DOI: https://doi.org/10.16993/sjdr.1385

11. Nabochenko O. O., Dovhopola K. S., Kostenko T. M. et al. Teachers' assessment of the mental health of children with special educational needs during the war. *Wiadomości Lekarskie*. 2024. Vol. 77, No. 6. P. 1217–1223. DOI: https://doi.org/10.36740/WLek202406116

Dovhopola K.S. THEORETICAL AND PRACTICAL PRINCIPLES FOR DEVELOPING AN INTEGRATED MODEL OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS UNDER MARTIAL LAW

This article presents a theoretical and practical justification for an integrated model of psychological support for children with special educational needs in a state of martial law. The relevance of the topic stems from this group of children's high vulnerability to re-traumatisation, educational maladjustment, disruption of routine, family exhaustion and restricted access to specialised and inclusive services. The aim of the study is to provide a scientific justification for the logic behind the construction of an integrated model that combines educational, psychological, psychosocial and inter-agency support frameworks. The study has a theoretical-applied design and falls within the scope of work on the development of complex psychosocial interventions. The methodological framework was based on approaches to the development of complex interventions, a scoping review, and international standards for mental health and psychosocial support in education during crises. As a result, a model has been proposed that includes universal, targeted and specialised levels of support; modules for a safe environment, early detection, family support, inter-agency referral and monitoring; as well as an algorithm for dynamically strengthening (or weakening) the transition between levels of support. The following core principles of the model have been identified: safety; children's rights and non-discrimination; inclusive accessibility; family-centredness; inter-agency coordination; multi-level approach; evidence-based moderation; flexibility of format; and continuity of support. It has been demonstrated that a combination of ecological, trauma-informed, inclusive, family-centred and multi-level approaches is scientifically productive. The practical value of the model lies in its suitability for implementation in educational institutions, inclusive resource centres and communities across Ukraine in face-to-face, distance and blended formats. Prospects for further research relate to expert validation, piloting of the model and empirical testing of its effectiveness across different profiles of special educational needs.

Keywords: *children with special educational needs, mental health, psychosocial support, martial law, inclusive education, special education, multi-tiered support, school, family.*

Дата першого надходження статті до видання: 05.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 05.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.947.5:378.091.212
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/22

Кульматицький А.В.
https://orcid.org/0000-0003-3486-1143
Державне некомерційне товариство «Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького»

Климків Р.І.
https://orcid.org/0000-0002-1747-6844
Комунальний заклад вищої освіти Львівської обласної ради «Львівська медична академія імені Андрея Крупинського»

Червоношапка М.О.
https://orcid.org/0000-0001-9180-6402
Комунальний заклад вищої освіти Львівської обласної ради «Львівська медична академія імені Андрея Крупинського»

АКАДЕМІЧНА БЕЗПОРАДНІСТЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ФОРМУВАННЯ ТА НАПРЯМИ ПОДОЛАННЯ

У статті теоретично обґрунтовано академічну безпорадність як психологічний феномен, що формується внаслідок повторюваного досвіду суб'єктивно неконтрольованих навчальних труднощів і виявляється у зниженні очікування результативності власних дій. Мета дослідження – уточнити сутність академічної безпорадності здобувачів вищої освіти, систематизувати психологічні механізми її формування, побудувати структурно-функціональну модель та визначити напрями попередження і подолання. Використано методи теоретичного аналізу, порівняння, систематизації, узагальнення та концептуального моделювання. На основі інтеграції теорії навченої безпорадності, атрибутивного підходу, соціально-когнітивної теорії самоефективності, теорії самодетермінації та концепції саморегульованого навчання академічну безпорадність визначено як набутий, відносно стійкий і контекстно зумовлений патерн когнітивних оцінок, негативних емоцій, мотиваційного згасання, поведінкового уникнення та дефіциту саморегуляції. Обґрунтовано структурно-функціональну модель, що охоплює когнітивно-атрибутивний, мотиваційно-регулятивний, емоційний, поведінковий і метакогнітивний компоненти; центральною ланкою визначено суб'єктивну оцінку контролю. Показано циклічний механізм розвитку феномена: невдача або перевантаження посилюють оцінку неконтрольованості, несприятливі атрибуції, зниження самоефективності, тривогу й уникнення, що скорочує ефективні дії та підвищує ризик повторної невдачі. Визначено критерії відмежування безпорадності від прокрастинації, академічного вигорання, тимчасового зниження мотивації та об'єктивної неготовності. Запропоновано багаторівневі напрями подолання: відновлення зв'язку «дія – результат», атрибутивне перенавчання, досвід поступового успіху, розвиток саморегуляції, процесно орієнтований зворотний зв'язок, підтримку автономії та зменшення непередбачуваності освітнього середовища. Наукова новизна полягає в інтеграції зазначених механізмів у єдину модель із розмежуванням реальної та суб'єктивної неконтрольованості. Практичне значення моделі полягає в можливості її використання для раннього розпізнавання ризику й планування адресної підтримки здобувачів вищої освіти.

Ключові слова: *академічна безпорадність, самоефективність, атрибутивний стиль, суб'єктивній контроль, саморегульоване навчання, освітнє середовище.*

© Кульматицький А.В., Климків Р.І., Червоношапка М.О., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Постановка проблеми. Сучасне навчання у закладі вищої освіти вимагає значного обсягу самостійної роботи, тривалої концентрації на цілях, самоконтролю та здатності змінювати стратегію після невдачі. Тому академічне функціонування визначається не лише знаннями й здібностями, а й тим, як здобувач оцінює власну компетентність, керованість ситуації та залежність результату від докладених зусиль. Якщо зв'язок між дією і наслідком систематично не усвідомлюється, локальні труднощі можуть переходити у стійкіший патерн пасивності, уникнення та передчасної відмови від спроб. Проблема особливо актуальна за освітньої невизначеності, тривалого стресу й накопичення академічних труднощів. Водночас академічну безпорадність нерідко змішують із прокрастинацією, амотивацією, вигоранням і низькою успішністю, що ускладнює вибір адекватної підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженнями авторів [5] показано, що безпорадність університетських студентів пов'язана як з індивідуальними уявленнями про власні можливості, так і з навчальним контекстом, у якому здобувач не бачить передбачуваного шляху поліпшення результату. Автори С. Гейз, Д. Дусе та Р. П. Беді, аналізуючи досвід студентів, які подолали навчену безпорадність, виокремили значення автономії, підтримувальних взаємодій, конкретних досяжних цілей, корисного зворотного зв'язку та відновлення відчуття контролю [6]. Атрибутивна реформуляція концепції пояснює стійкість безпорадності характером причинних пояснень невдачі [7], а сучасне переосмислення теорії підкреслює захисну роль попереднього досвіду контролю [8].

Для розуміння феномена важливі також дослідження самоефективності, самодетермінації та саморегульованого навчання. Самоефективність визначає очікування особистості щодо спроможності організувати й виконати дії, необхідні для конкретного результату [9], і позитивно пов'язана з академічною залученістю та результативністю [10]. Українські автори показують значення соціального порівняння у структурі самоефективності [1], взаємозв'язок когнітивних і метакогнітивних стратегій [2] та відмінності здобувачів із різним рівнем метакогнітивної активності [3]. Водночас дані про резильєнтність і навчальну мотивацію не дають підстав розглядати стійкість як універсальний пояснювальний чинник [4]. Невирішеною залишається потреба в моделі, яка поєднує реальну та суб'єктивну керованість ситуації з когнітивними, мотиваційними, емоційними, поведінковими й метакогнітивними механізмами безпорадності.

Постановка завдання. Мета статті – теоретично обґрунтувати академічну безпорадність здобувачів вищої освіти, систематизувати психологічні механізми її формування, побудувати структурно-функціональну модель та визначити багаторівневі напрями попередження і подолання. Застосовано теоретичний аналіз, порівняння, систематизацію, узагальнення та концептуальне моделювання за логікою «умови академічної ситуації – суб'єктивна оцінка контролю – психологічні механізми – прояви – наслідки – напрями втручання».

Виклад основного матеріалу. У класичній моделі навченої безпорадності визначальним є досвід неконтрольованості – відсутності залежності між реакцією суб'єкта та подією [7]. Значущим є не лише фактичний зв'язок між дією і наслідком, а його когнітивна репрезентація: повторювані невдалі спроби формують очікування, що майбутній результат також не залежатиме від активності. Тому ініціатива може знижуватися навіть після зміни умов і появи реальної можливості впливу. Попередній досвід контролю, навпаки, полегшує розпізнавання дієвих способів реагування [8].

Академічну безпорадність пропонуємо визначати як набутий, відносно стійкий і контекстно зумовлений патерн когнітивних оцінок, негативних емоцій, мотиваційного згасання, поведінкового уникнення та дефіциту саморегуляції, що формується внаслідок повторюваного досвіду суб'єктивно неконтрольованих академічних труднощів і виявляється у зниженні очікування результативності власних дій навіть за наявності реальної можливості впливати на навчальний результат. Визначення акцентує на набутості феномена, центральній ролі оцінки контролю та збереженні пасивності після появи доступного способу дії.

Необхідно розмежовувати реальну і суб'єктивну неконтрольованість. Якщо критерії оцінювання суперечливі, вимоги непередбачувано змінюються або здобувач не має необхідних ресурсів і базових знань, слабка активність може бути реалістичною реакцією на середовище. Психологічна безпорадність виявляється тоді, коли очікування неконтрольованості переноситься на ситуації, у яких дієві способи вже доступні. Тому первинний аналіз має починатися з перевірки реальної керованості ситуації, доступності ресурсів і зрозумілості критеріїв успіху.

Психологічні механізми формування. Когнітивно-атрибутивний механізм пояснює, чому однакова невдача не в усіх спричиняє стійку безпорадність. Внутрішні, стабільні та глобальні пояснення невдачі погіршують очікування майбутнього

успіху й сприяють генералізації негативних висновків [7]. Особливо несприятливим є пояснення невдачі стійким браком здібностей, а успіху – випадком або легкістю завдання. Це пов'язано із самоефективністю – переконанням людини у здатності організувати й виконати дії, необхідні для досягнення конкретного результату [9]. Повторювані невдачі скорочують кількість спроб і досвіду майстерності, тому низьке очікування успіху саме підтримує недостатню активність і нову невдачу.

Мотиваційно-регулятивний механізм пов'язаний із якістю мотивації та задоволенням потреб в автономії, компетентності й пов'язаності [11]. Метааналітичні дані засвідчують зв'язок автономної мотивації з адаптивними академічними результатами, наполегливістю та благополуччям, тоді як амотивація асоціюється з несприятливими наслідками [12]. За безпорадності здобувач може усвідомлювати цінність освіти, але не очікувати, що зусилля змінять результат. Непередбачувані вимоги, надмірний зовнішній контроль і негативне соціальне порівняння додатково послаблюють відчуття компетентності та автономії.

Метакогнітивний механізм охоплює порушення постановки цілей, планування, вибору стратегії, моніторингу розуміння, контролю зусиль, звернення по допомогу та рефлексії результату – ключових процесів саморегульованого навчання [13]. За безпорадності помилка сприймається як доказ неспроможності, а не як інформація про стратегію. Вітчизняні дослідження підтверджують значення взаємозв'язку когнітивних і метакогнітивних стратегій [2] та рівня метакогнітивної активності [3]. Емоційно-поведінковий механізм виявляється у тривозі, соромі, фрустрації, скороченні наполегливості, відкладанні, формальному виконанні мінімуму, уникненні оцінювання й допомоги. Такі дії тимчасово зменшують дискомфорт, але позбавляють здобувача коригувального зворотного зв'язку та нового досвіду успіху.

Контекст підтримки модифікує зазначені механізми. Дисбаланс між навчальними зусиллями та отриманим результатом може знижувати залученість, а навчена безпорадність частково опосередковує цей зв'язок; соціальна підтримка послаблює негативний вплив дисбалансу [14]. Отже, безпорадність не можна пояснювати лише особистісними особливостями: важливо враховувати передбачуваність вимог, доступність допомоги та реальну можливість коригувати результат.

Структурно-функціональна модель. Узагальнення дає підстави описати циклічний механізм: академічна складність, невдача або перевантаження → оцінка ситуації як неконтрольованої → несприятливі атрибуції → зниження самоефективності й автономної мотивації → негативні емоції → уникнення та скорочення ефективних дій → дефіцит практики й зворотного зв'язку → повторне погіршення результату. Центральною ланкою є суб'єктивна оцінка контролю. Модель охоплює когнітивно-атрибутивний, мотиваційно-регулятивний, емоційний, поведінковий і метакогнітивний компоненти. Їх розмежування має практичне значення, оскільки однакова зовнішня пасивність може підтримуватися різними механізмами, а втручання доцільно спрямовувати на провідну ланку циклу.

Межі поняття та напрями подолання. Прокрастинація передбачає добровільне відкладання запланованої дії попри очікувані негативні наслідки; за безпорадності відкладання підтримується насамперед переконанням у марності дії. Академічне вигорання охоплює виснаження, цинічне дистанціювання та відчуття неефективності й негативно пов'язане з академічними досягненнями [15], однак безпорадність можлива без вираженого виснаження, а виснаження – без переконання у неконтрольованості результату. Короткочасне зниження інтересу або низький результат через брак базових знань також не є безпорадністю, якщо після надання ресурсів і зрозумілого способу дії активність відновлюється.

Подолання безпорадності має бути спрямоване насамперед на відновлення зв'язку «дія – результат». Доцільно розкладати завдання на посильні етапи з чіткими критеріями, організовувати повторну спробу після конкретної корекції, фіксувати індивідуальний прогрес і створювати градуйовані ситуації успіху [6]. Атрибутивне перенавчання передбачає перехід від глобального висновку про нездатність до конкретного й змінюваного пояснення – неефективної стратегії, браку практики або потреби в консультації. Процесно орієнтований зворотний зв'язок має показувати, що виконано правильно, яка прогалина знижує результат і яка наступна дія допоможе її виправити.

Другий напрям становить розвиток саморегуляції: постановка операціоналізованих цілей, короткі робочі цикли, вибір стратегії відповідно до типу завдання, самоперевірка, аналіз помилок і своєчасне звернення по допомогу. За високої тривоги або сорому важливі розпізнавання емоцій, нормалізація помилки як складової навчання та поступове наближення до ситуації оцінювання. На міжособистісному й інституційному рівнях

потрібні підтримка автономії, доступність консультацій, поважна комунікація, узгоджені правила оцінювання, завчасно відомі критерії та стабільні канали комунікації [11]. Індивідуальна психологічна робота матиме обмежений ефект, якщо реальні джерела неконтрольованості освітнього середовища не усунуті.

Наукова новизна та практичне значення. Новизна полягає в інтеграції атрибутивного, соціально-когнітивного, мотиваційного, емоційного та метакогнітивного підходів у структурно-функціональну модель, де суб'єктивна оцінка контролю є центральною ланкою. Модель розмежовує реальну й суб'єктивну неконтрольованість та визначає точки втручання на індивідуальному, міжособистісному й інституційному рівнях. Практично її можна застосовувати для раннього розпізнавання ризику, вибору адресної підтримки та проєктування профілактичних програм у закладах вищої освіти.

Висновки. Академічна безпорадність здобувачів вищої освіти є набутим, відносно стійким і контекстно зумовленим психологічним патерном, у якому досвід суб'єктивно неконтрольованих труднощів поєднується з несприятливими атрибуціями, зниженням самоефективності й автономної мотивації, негативними емоціями, уникненням та дефіцитом саморегуляції. Центральним механізмом є втрата очікування, що власна цілеспрямована дія здатна змінити академічний результат. Запропонована модель охоплює п'ять взаємопов'язаних компонентів і описує цикл від оцінки неконтрольованості до скорочення ефективних дій та повторного погіршення результату. Подолання безпорадності має поєднувати відновлення зв'язку «дія – результат», атрибутивне перенавчання, досвід поступового успіху, процесно орієнтований зворотний зв'язок, розвиток саморегульованого навчання, роботу з емоціями та усунення реальних джерел непередбачуваності освітнього середовища. Перспективами подальших досліджень є операціоналізація моделі, психометрична перевірка відповідного інструментарію для українських здобувачів вищої освіти та оцінювання ефективності профілактичних програм. Теоретичний характер роботи обмежує можливість визначення емпіричної ваги окремих компонентів і їх причинної послідовності.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки рукопису використовувався ChatGPT (OpenAI) як допоміжний інструмент для пошуку потенційно релевантних наукових джерел та мовно-стилістичного редагування. Відбір і перевірку джерел, теоретичний аналіз, інтерпретацію наукових положень, формулювання авторської позиції та висновків здійснювали автори. Автори несуть повну відповідальність за зміст рукопису, достовірність використання джерел і дотримання принципів академічної доброчесності.

Список літератури:

1. Завацька Н., Омелянюк С., Лукашов О., Петренко М. Соціальне порівняння в організації структури самоефективності здобувачів вищої освіти. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*. 2024. № 12. С. 290–310. DOI: https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-13

2. Нечипорук М. В., Романюк В. О. Когнітивні та метакогнітивні стратегії освоєння інформації як основа саморегульованого навчання. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія».* 2025. № 18. С. 135–143. DOI: https://doi.org/10.25264/2415-7384-2025-18-135-143

3. Ватан Ю. П. Психологічні особливості здобувачів вищої освіти з різним рівнем метакогнітивної активності. *Габітус*. 2022. Вип. 44. С. 58–62. DOI: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.44.9

4. Бєляєва Н. Є. Мотивація до навчання у здобувачів вищої освіти з різним рівнем резильєнтності. *Габітус*. 2025. Вип. 74. С. 144–148. DOI: https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.74.26

5. Ziegler A., Bedenlier S., Gläser-Zikuda M., Kopp B., Händel M. Helplessness among university students: An empirical study based on a modified framework of implicit personality theories. *Education Sciences*. 2021. Vol. 11, No. 10. Article 630. DOI: https://doi.org/10.3390/educsci11100630

6. Hayes S., Doucet D., Bedi R. P. University students who overcame learned helplessness: What helped or hindered? *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy.* 2021. Vol. 55, No. 3. P. 334–362. DOI: https://doi.org/10.47634/cjcp.v55i3.69678

7. Abramson L. Y., Seligman M. E. P., Teasdale J. D. Learned helplessness in humans: Critique and reformulation. *Journal of Abnormal Psychology*. 1978. Vol. 87, No. 1. P. 49–74. DOI: https://doi.org/10.1037/0021-843X.87.1.49

8. Maier S. F., Seligman M. E. P. Learned helplessness at fifty: Insights from neuroscience. *Psychological Review*. 2016. Vol. 123, No. 4. P. 349–367. DOI: https://doi.org/10.1037/rev0000033

9. Bandura A. Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*. 1977. Vol. 84, No. 2. P. 191–215. DOI: https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191

10. Meng Q., Zhang Q. The influence of academic self-efficacy on university students' academic performance: The mediating effect of academic engagement. *Sustainability*. 2023. Vol. 15, No. 7. Article 5767. DOI: https://doi.org/10.3390/su15075767

11. Ryan R. M., Deci E. L. Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*. 2020. Vol. 61. Article 101860. DOI: https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860

12. Howard J. L., Bureau J., Guay F., Chong J. X. Y., Ryan R. M. Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science. 2021*. Vol. 16, No. 6. P. 1300–1323. DOI: https://doi.org/10.1177/1745691620966789

13. Zimmerman B. J. Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice.* 2002. Vol. 41, No. 2. P. 64–70. DOI: https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2

14. Liu S., Wang Y., He W., Chen Y., Wang Q. The effect of students' effort–reward imbalance on learning engagement: The mediating role of learned helplessness and the moderating role of social support. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 15. Article 1329664. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1329664

15. Madigan D. J., Curran T. Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. *Educational Psychology Review*. 2021. Vol. 33, No. 2. P. 387–405. DOI: https://doi.org/10.1007/s10648-020-09533-1

Kulmatytskyi A.V., Klymkiv R.I., Chervonoshapka M.O. ACADEMIC HELPLESSNESS AMONG HIGHER EDUCATION STUDENTS: PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF FORMATION AND APPROACHES TO OVERCOMING IT

The article provides a theoretical substantiation of academic helplessness as a psychological phenomenon that develops through repeated experiences of subjectively uncontrollable learning difficulties and is manifested in reduced expectations that one's own actions can influence academic outcomes. The purpose of the study is to clarify the nature of academic helplessness among higher education students, systematize the psychological mechanisms of its formation, construct a structural-functional model, and identify directions for prevention and overcoming. The methods included theoretical analysis, comparison, systematization, generalization, and conceptual modelling. By integrating learned helplessness theory, the attributional approach, social-cognitive self-efficacy theory, self-determination theory, and the concept of self-regulated learning, academic helplessness is defined as an acquired, relatively stable, context-dependent pattern of cognitive appraisals, negative emotions, motivational decline, behavioural avoidance, and self-regulation deficits. A structural-functional model comprising cognitive-attributional, motivational-regulatory, emotional, behavioural, and metacognitive components is substantiated, with perceived control identified as its central link. The cyclical mechanism is described as follows: failure or overload strengthens appraisals of uncontrollability, maladaptive attributions, reduced self-efficacy, anxiety, and avoidance; these processes decrease effective action and increase the risk of repeated failure. Criteria are proposed for distinguishing academic helplessness from procrastination, academic burnout, temporary motivational decline, and objective lack of readiness. Multilevel approaches to overcoming the phenomenon include restoring the action–outcome contingency, attributional retraining, graduated mastery experiences, development of self-regulation, process-focused feedback, autonomy support, and reducing unpredictability in the educational environment. The scientific novelty lies in integrating these mechanisms into a unified structural-functional model that distinguishes actual from perceived uncontrollability. The practical value of the model lies in its potential use for early risk recognition and planning targeted psychological and educational support in higher education.

Keywords: *academic helplessness, self-efficacy, attributional style, perceived control, self-regulated learning, educational environment.*

Дата першого надходження статті до видання: 17.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 11.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.922
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/23

Мітіна С.В.
https://orcid.org/0000-0001-9520-0272
Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

Власова Д.А.
https://orcid.org/0009-0003-4397-2889
Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського

ВПЛИВ АЛКОЗАЛЕЖНОСТІ БАТЬКІВ НА КОГНІТИВНИЙ, ЕМОЦІЙНИЙ ТА СОЦІАЛЬНИЙ РОЗВИТОК ДИТИНИ

Стаття присвячена комплексному аналізу наукової літератури, що розкриває деструктивний вплив алкогольної залежності батьків на розвиток особистості дитини. Обґрунтовано актуальність дослідження, зумовлену високими показниками споживання алкоголю, що в умовах хроничного стресу, викликаний війною, додатково підвищує ризики поширення алкогольної залежності серед населення України. Розглядається алкозалежна сім'я як первинна дисфункційна система, в якій хронічна адикція батьків виступає головним психотравмуючим чинником розвитку дитини. Також наголошено, що дитяча травматизація у дисфункційній сім'ї не обмежується дитячим віком, а трансформується у стійкі особистісні деформації в дорослому житті. Описано специфіку соціально-поведінкової дезадаптації, феномен передчасної парентифікації та механізми засвоєння захисних сімейних ролей (Опікун, Герой, Цап-відбувайло, Клоун, Втрачена дитина) за класифікацією Ш. Вегшайдер. Систематизовано наукові дані щодо нейрокогнітивних порушень у дітей, які зазнали пренатального та постнатального впливу алкоголю: фетальний алкогольний синдром, зниження інтелекту, дефіцит виконавчих функцій, затримка психічного й мовленнєвого розвитку, висока частоти виявлення РДУГ. Проаналізовано особливості емоційного розвитку дитини в умовах хронічної депривації, що призводить до дефіциту емоційного інтелекту, порушення механізмів саморегуляції, зростання ризику виникнення залежностей та суїцидальної поведінки у майбутньому. Висвітлено роль «табуйованості» сімейної проблеми, сорому, стигматизації та ризиків віктимізації й булінгу. Окреслені мультидисциплінарні підходи до подолання проблеми, включаючи методи аналізу сімейного сценарію та створення підтримувального освітнього середовища в контексті роботи з дітьми. Визначено перспективи подальших лонгітюдних та нейрофізіологічних досліджень в цьому напрямку.

Ключові слова: *алкогольна залежність батьків, сім'я, розвиток дитини, дисфункціональність, захисні ролі.*

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку українського суспільства характеризується глибокими трансформаційними процесами, які зачіпають усі сфери життєдіяльності людини. Особливої уваги в умовах тривалого соціокультурного та економічного кризового стану набувають явища, пов'язані з різними видами залежностей, зокрема зловживання алкоголем. Актуальність проблеми зумовлена масштабністю та небезпекою цієї деформації, і підтверджуються соціологічними даними, де Україна входить до п'ятірки країн із найвищим рівнем споживання алкоголю на душу населення у світі. За даними «Національного звіту щодо алкогольної ситуації в Україні за 2026 рік (за даними 2025 року)», підготовленого Центром громадського здоров'я МОЗ України, вживання алкоголю залишається значним чинником ризику для медичної системи та громадської безпеки в умовах воєнного стану. У 2025 році через психічні та поведінкові розлади, спричинені вживанням алкоголю, до ЕСОЗ звернулися 94 125 пацієнтів, а також зафіксовано 56 092 випадків надання екстреної медичної допомоги через інтоксикацію чи синдром відміни [1, с. 131–133].

По-друге, довгострокові наслідки дитячої травматизації в сім'ях із залежними батьками мають пролонгований характер: вони не зникають із досягненням повноліття, а трансформуються у стійкі

© Мітіна С.В., Власова Д.А., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

особистісні деформації дорослої людини, унеможливлюючи формування ментально та соціально здорового підростаючого покоління. Тривалий воєнний конфлікт негативно впливає на ситуацію: надмірне споживання алкоголю все частіше стає стратегією боротьби із тривалим стресом та тривогою; а моніторинг та профілактичні заходи щодо споживання алкоголю суттєво обмежені, враховуючи ситуацію в країні. Наукові дослідження підтверджують, що в умовах збройного конфлікту та вимушеного переміщення особи, які зазнали кумулятивного травматичного впливу та страждають від розладів тривожного спектра, демонструють критично високу схильність до формування розладів, пов'язаних із вживанням алкоголю. Зокрема, масштабні національні опитування внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в Україні (ще після початку військових дій у 2014 році) виявили, що зловживання алкоголем ураженим населенням виступає супроводжується небезпечною тенденцією, коли особи з ознаками алкогольної залежності на 43% рідше звертаються по професійну допомогу до служб психічного здоров'я та стикаються з вищим ризиком розвитку коморбідності (ПТСР, депресія та тривожність) [7, с. 1143].

Додатковим дестабілізуючим фактором стала вимушена зміна звичних практик споживання алкоголю після введення воєнного стану в лютому 2022 року. Хоча держава впровадила інструменти обмеження доступу до спиртного, історичний та сучасний досвід демонструє амбівалентність таких заходів. В умовах загальної мобілізації та екстремального хронічного стресу в зоні бойових дій суворі заборони часто призводять до зворотних наслідків, стимулюючи споживання сурогатів або алкоголізацію в домашніх умовах. Традиції вживання алкоголю як універсального засобу розрядки, що мають глибокі корені в суспільстві, в поєднанні з послабленням профілактичного моніторингу через війну, призводять до деформації культури споживання [8, с. 154]. Тим самим, постає питання вирішення цієї проблеми, але не тільки в контексті самої алкогольної залежності, а її довгострокового впливу на суспільство загалом.

Зв'язок цієї проблеми з практичними завданнями сучасної психологічної науки полягає у гострій потребі психологів і психотерапевтів у науково обґрунтованому інструментарії для створення комплексних програм превенції та реабілітації. Практична реалізація таких програм є запорукою збереження людського капіталу та забезпечення національної безпеки у вимірі охорони психічного здоров'я нації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення впливу алкогольної залежності батьків на розвиток дітей у вітчизняній психології вивчалося і раніше, але отримало нового поштовху в умовах сьогодення. У посібнику О. Ковальової зазначається, що батьківська деструкція, байдужість або жорстокість, які супроводжують хронічну залежність, виступають потужними соціально-психологічними чинниками затримки психічного розвитку (ЗПР) дитини [2, с. 11]. Дослідниця Л. Климанська та колеги вивчали вживання алкоголю в історичному та сучасному контексті українського суспільства і зробили висновок, що у нашому суспільстві «існує особливий механізм, який зберігає та зміцнює схильність до позитивного ставлення до алкоголю у дитини, починаючи з раннього дитинства» [10, с. 1912].

Сучасні зарубіжні дослідження фокусуються на всебічному деструктивному впливі батьківської залежності, розкриваючи довготривалі наслідки для соматичного, психологічного та соціального розвитку дитини. Норвезьке дослідження Сірі Хаугланда та колег показує, що навіть епізодичне спостереження алкогольного сп'яніння батьків дітьми пов'язана зі зростанням ризику низки несприятливих дитячих досвідів та негативних психологічних реакцій у підлітковому віці [14]. Дослідження Сільвії Кассай та колег, було присвячене аналізу життєвого досвіду дорослих, які зростали з батьками що мали адикцію – акцентуючи увагу на довготривалих наслідках емоційного нехтування, парентифікації, таємничості та втрати особистісної ідентичності. За допомогою рефлексивного тематичного аналізу автори виокремили три ключові образи/теми зростання в подібних сім'ях: «Відчуття слона у вітальні» (табуйованість), «Невизначений образ батьків» (невизначеність) та «Втрачене дитинство» (втрата себе) [12]. Проте, незважаючи на певну кількість напрацювань, відчувається нестача наукових джерел, особливо в контексті вітчизняної психології. Поза увагою дослідників часто залишаються інтегративні механізми, які пов'язують когнітивні порушення у дитини з її соціально-поведінковими проявами; недостатньо вивченими залишаються особливості формування різноманітних копінг-стратегій у дітей, які змушені адаптуватися до подвійного стресу: хронічного зловживання алкоголю вдома та нестабільності в країні.

Постановка завдання. Метою статті є детальний аналіз специфіки впливу батьківської алкогольної залежності на когнітивний, емоційний та соціально-поведінковий розвиток дитини, а також

визначення патологічних копінг-механізмів, що формуються в дисфункційному сімейному середовищі.

Виклад основного матеріалу. Сім'я виступає первинною клітиною та фундаментальним соціальним інститутом держави, який забезпечує багатогранне виховання майбутнього покоління. В противагу цьому, головною системною ознакою алкоголізованої родини є хронічна дисфункція та деструктивність середовища проживання. В першу чергу саме батьки є тим елементом, що забезпечує дитині відчуття базової безпеки, починаючи з перших днів її життя. В умовах сучасної української реальності цей процес набагато ускладнюється, але навіть в цих умовах уважні та відповідальні батьки можуть забезпечити повноцінний та гармонійний розвиток дитини. В тих же сім'ях, де один з батьків чи обоє мають залежність, наслідки подібної поведінки на розвиток та становлення особистості дитини можуть бути катастрофічними: різноманітні когнітивні ускладнення, поведінкові порушення, виникнення деструктивних копінг-стратегій у майбутньому, ментальні розлади, соціальна дезадаптація.

У межах системного підходу дитина змушена адаптуватися до викривлених правил алкогольного середовища, перебираючи на себе специфічні ролі, які допомагають сімейній системі утримувати певний баланс. Ці ролі є не чим іншим, як ранніми механізмами психологічного захисту та копінгу, зумовленими внутрішнім страхом та незахищеністю.

За класифікацією Ш. Вегшайдер, дитина може виконувати роль «Опікуна», який намагається мінімізувати шкоду для родини, виправдовуючи залежного батька, згладжуючи конфлікти та беручи на себе його безпосередні обов'язки. Дитина, яка виконує роль «Герой» є перфекціоністом і надвідповідальною, демонструє надвисокі досягнення в навчанні чи спорті, намагаючись своєю ідеальністю компенсувати родинний сором, через що часто страждає від хронічного стресу та у дорослому віці формує особистість типу А зі схильністю до трудоголізму. «Цап-відбувайло» демонструє протестну, девіантну або агресивну поведінку, і система відкидає таку дитину, роблячи її винною в усіх внутрішньосімейних негараздах. «Клоун» (або Лялька) використовує гумор та іронію як психологічний захист, намагаючись розрядити напругу в домі та відвернути увагу від страху й болю. «Втрачена дитина» ізолюється від сімейного хаосу, проводить час наодинці, тікаючи від жорстокої реальності у світ власних фантазій, і зазвичай залишається непоміченою та тотально ігнорованою батьками [17, с. 7].

Сучасні емпіричні дослідження підтверджують, що засвоєні в дитинстві адаптивні сімейні ролі закріплюються як сталі патерни поведінки та ментальні схеми, які продовжують проявлятися й у дорослому віці. Зокрема, дослідження Л. Соколв'як серед молодих жінок показало, що особи з алкозалежних родин мають нижчий рівень всіх інтерперсональних компетентностей порівняно з особами з неалкогозалежних родин. А дисфункціональні сімейні ролі, такі як Цап-відбувайло, Втрачена дитина та Лялька, пов'язані з нижчим рівнем інтерперсональних компетентностей, включаючи асертивність, навички встановлення і підтримки взаємовідносин та вирішення конфліктів [4, с. 6].

Окремо, враховуючи окреслені вище ролі, слід виділити феномен парентифікації. Він виступає як один із провідних деструктивних наслідків батьківської залежності, що призводить до хронічної деформації дитинства. Через емоційну недоступність та недієздатність залежних дорослих дитина змушена передчасно перебирати на себе батьківські ролі, де «в умовах емоційної парентифікації вони реагують на емоційні потреби батьків, братів і сестер або діють як їх довірені особи та виконують роль миротворця у сім'ї при виникненні конфліктів» [6, с. 6].

Для дитини зловживання матір'ю чи батьком алкоголем може мати свої наслідки вже при її народженні, і однією з форм такого прояву вважають фетальний алкогольний синдром (ФАС). Це найтяжчий розлад групи станів, що можуть виникати в дитини, мати якої вживала алкоголь під час вагітності. Такий стан найчастіше призводить до глобальних функціональних порушень мозку, що в свою чергу викликає різноманітні фізичні, розумові та поведінкові порушення. Офіційні медичні рекомендації наголошують, що безпечної дози спиртного під час вагітності або її планування не існує взагалі, оскільки ФАС є абсолютно незворотним, але водночас стовідсотково превентивним станом [5]. І хоча зловживання батьком алкоголю багатьма не сприймається як проблема, насправді ж вживання спиртних напоїв до зачаття асоціюється з підвищеним ризиком формування різних дефектів у плода.

Клінічні дослідження пренатального впливу алкоголю демонструють, що спектр нейрокогнітивних ушкоджень виходить далеко за межі очевидних фізичних ознак. На емпіричному рівні зафіксовано суттєве зниження загального рівня інтелекту (IQ), виражені труднощі у сферах вербального навчання, візуально-просторової обробки інформації, математичних обчислень та швидкості сприйняття й кодування нової інформації у детей, матері яких

під час вагітності вживали алкоголь. Такі діти демонструють дефіцит виконавчих функцій, проблеми з робочою пам'яттю, абстрактним мисленням та гнучкістю пізнавальних процесів [16, с. 364–365].

Діти, що зростають в алкозалежних сім'ях, зазвичай недоотримують належної уваги до розвитку різноманітних навичок: тим самим діти часто мають затримку психічного та мовленнєвого розвитку, довільної уваги та пам'яті. Це може бути обумовлено як психофізіологічною першопричиною, де під впливом травми пам'ять стає фрагментарною; так і наслідком занедбаності, коли дитину не залучають до розвивальних ігор та культурно-інтелектуальних активностей, і не приділяють достатньо часу для розвитку вищих психічних функцій. Індійські дослідники, що аналізували глибинну когнітивну архітектуру дітей, які зазнали тривалого впливу батьківської адикції, підсумовують, що показники розладів із зовнішніми проявами – таких як РДУГ (розлад дефіциту уваги та гіперактивності), порушення поведінки, труднощі в навчанні, емоційні проблеми та соматизація – є значно вищими у дітей, чиї батьки мають алкогольну залежність [18, с. 11].

Емоційний розвиток дитини в алкоголізованій родині відбувається в умовах тривалої сенсорної та емоційної депривації, тому діти в подібних сім'ях часто наслідують деструктивні емоційні патерни. Зловживання алкоголю батьками може супроводжуватися проявами агресії – фізичної, психологічної, вербальної. Або ж, навпаки, періоди активного вживання алкоголю супроводжуються ігноруванням дитини, навіть нехтуванням її базових потреб. Емпіричні дані підтверджують, що сини залежних батьків мають значно нижчі показники за багатьма параметрами емоційного інтелекту порівняно з однолітками зі здорових родин, зокрема у сферах управління емоціями, їхнього розпізнавання, оптимізму та самомотивації. Попри те, що емоційна гнучність в них отримує високі бали, її скоріш можна назвати результатом адаптації до постійних умов невизначеності [15, с. 5–6].

Подібний емоційний дефіцит має довгострокові наслідки: занедбаність внаслідок алкогольної залежності батьків та низький емоційний інтелект трансформує перенесений сімейний стрес у вищу схильність до вживання психоактивних речовин – можливо, як способу впоратися з негативними емоціями або регулювати їх [19, с. 6].

Соціально-психологічний розвиток дітей в залежних сім'ях набуває своїх особливостей, тим паче коли дитина починає взаємодіяти із вторинними агентами соціалізації, тобто починає вчитися в школі, знаходить нових друзів, вливається у інші колективи. Для деяких дітей новий досвід соціалізації стає рятівним, для багатьох інших сімейні деструктивні патерни настільки вкорінюються, що стають на заваді нормальному функціонуванню в новоутвореному соціальному колі.

Дітям в подібних сім'ях закладається принцип («не розповідай»), що забороняє говорити про те, що відбувається вдома та про наслідки алкогольної залежності. Така поведінка призводить до руйнування комунікації не лише всередині сім'ї, а й у стосунках із ровесниками, формуючи коло заборонених тем і сімейних таємниць, які діти змушені приховувати через сором, страх і надію на те, що ситуація може змінитися на краще. Унаслідок цього дитина виробляє захисну та замкнену позицію щодо навколишньої дійсності [13, с. 114–115]. Також важливо зазначити, що діти в алкозалежних сім'ях часто піддаються стигматизації: ровесники можуть піддавати їх булінгу, дорослі – не визнавати досягнень, а сама суспільна система, в якій зростають діти, обмежує можливості до реалізації власного потенціалу через упередженість та недостатню просвіту.

Також подібна ситуація зростання часто призводить до нестабільності, коли занедбана дитина шукає турботу та підтримку усюди, де має можливість: це часто призводить до віктимізації дитини як усередині родини, так і зовні. Дослідження підтверджують стійкий зв'язок між пережитим у дитинстві досвідом сімейної залежності та суїцидальними думками і спробами як у молодому, так і дорослому віці – де найвищий ризик спостерігається у дітей тих батьків, які мають найбільш проблемний характер вживання алкоголю, зокрема в тих випадках, коли їх затримували за нетверезий стан або діагностували в них розлади, пов'язані з вживанням алкоголю [11, с. 571].

В контексті роботи з дітьми словацькі дослідниці Андрея Юхасова та Петра Балажова наголошують на важливості системи підтримувального навчання та психолого-педагогічної допомоги в освітньому середовищі, необхідності створення безпечного простору, де діти можуть вільно висловлювати свої почуття та долати відчуття ізоляції. Авторки обґрунтовують [9] необхідність мультидисциплінарної взаємодії шкільних психологів, педагогів і соціальних працівників, а також застосування спеціалізованих групових програм, індивідуального консультування та просвітницьких обговорень. Науковиці А. І. Лиманкіна та В. В. Зарицька описуючи методику роботи із сімейною історією клієнта, засновану на елементах

аналітичної психодрами та наративного підходу. Вони зазначають, що «застосування методики корекції деструктивних проявів поведінки за допомогою аналізу сімейного сценарію допоможе здійснити необхідну його трансформацію» [3, с. 131].

Висновки. Війна та хронічний стрес суттєво загострили проблему алкогольної залежності в Україні, зробивши її потужним чинником деструкції сімейної системи та загрозою для психічного здоров'я нації. Батьківська алкогольна залежність має комплексний і пролонгований руйнівний вплив на розвиток дитини, який охоплює всі ключові сфери її життєдіяльності. У когнітивній сфері пренатальний та постнатальний вплив алкоголю на розвиток дитини призводить до нейрокогнітивних ушкоджень, зниження інтелектуальних здібностей, дефіциту виконавчих функцій, затримки психічного та мовленнєвого розвитку, а також зростання ризику виникнення РДУГ (розладу дефіциту уваги та гіперактивності) і труднощів у навчанні. В емоційному плані розвиток дитини в умовах депривації, непередбачуваності та агресії формує дефіцит емоційного інтелекту, низький рівень саморегуляції, хронічну тривожність і підвищує схильність до виникнення залежностей чи суїцидальної поведінки в майбутньому. На соціально-поведінковому рівні хронічна дисфункція змушує дитину засвоювати патологічні захисні ролі та проходити через передчасну парентифікацію, що руйнує інтерперсональні компетентності, провокує ізоляцію через сором і «табуйованість» сімейних проблем, а також підвищує ризик віктимізації та булінгу. Подолання окресленої проблеми вимагає відходу від однобічних інтервенцій та впровадження мультидисциплінарного підходу: ефективна психолого-педагогічна допомога в освітньому середовищі та робота з трансформацією деструктивних сімейних сценаріїв є необхідною умовою для мінімізації довгострокових травм і збереження людського капіталу України.

Перспективи подальших досліджень. Робота у цьому напрямку має розгортатися першочергово в бік більш системних досліджень, з великою вибіркою учасників. Перспективними є можуть набути нейрофізіологічні дослідження, особливо в поєднанні з лонгітюдним методом: для більш чіткої диференціації фізіологічних та психологічних наслідків тривалої травматизації.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об'єктів як результатів академічної діяльності.

Список літератури:

1. Іванчук І. О., Гриценко В. В., Коваленко І. М. Національний звіт щодо наркотичної та алкогольної ситуації в Україні 2026 (за даними 2025 року). Київ : Держ. установа «Центр громад. здоров'я МОЗ України», 2026. 179 с. URL: https://phc.org.ua/sites/default/files/users/user/Національний звіт щодо алкогольної ситуації в Україні 2026 (за даними2025року).pdf.

2. Ковальова О. Психологічні поради батькам, які виховують дитину із затримкою психічного розвитку : навч.-метод. посіб. 2-ге вид. Запоріжжя : Мелітоп. держ. пед. ун-т ім. Богд. Хмельн., 2023. 109 с. URL: https://lnk.ua/SVyo5a1kc.

3. Лиманкіна А., Зарицька В. Корекція співзалежності через трансформацію родового сценарію. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. № 1. С. 128–132. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/21.

4. Соколв'як Л. Сімейні ролі та міжособистісні компетентності молодих жінок із сімей з алкогольною залежністю. *Psychosomatic medicine and general practice*. 2024. Т. 9, № 1. DOI: https://doi.org/10.26766/pmgp.v9i1.489.

5. Фетальний алкогольний синдром, або чому немає безпечної дози алкоголю для вагітних. *Міністерство охорони здоров'я України*. URL: https://moz.gov.ua/uk/fetalnij-alkogolnij-sindrom-abo-chomu-nemaye-bezpechnoyi-dozi-alkogolyu-dlya-vagitnih.

6. Яблонська Т., Баліна А. Вплив парентифікації на розвиток дитини: соціокультурні та індивідуально-психологічні аспекти. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2025. № 6. С. 98–106. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.6/15.

7. Ramachandran A. et al. Alcohol use among conflict-affected persons in Ukraine: risk factors, coping and access to mental health services. *European journal of public health*. 2019. Т. 29, № 6. С. 1141–1146. DOI: https://doi.org/10.1093/eurpub/ckz117

8. Klymanska L. et al. Enforced sobriety and drinking practices in the context of the war in Ukraine. *Alcoholism and drug addiction*. 2024. DOI: https://doi.org/10.5114/ain.2024.149305.

9. Juhásová A., Balážiová P. Supportive education for children with alcohol-dependent parents. *Zbornik radova Pedagoskog fakulteta Uzice*. 2021. № 23. С. 27–42. DOI: https://doi.org/10.5937/zrpfu2123027j.

10. Klymanska L. D. et al. Historical and contemporary contexts of alcohol consumption in modern ukraine / *Wiadomości lekarskie*. 2022. Т. 75, № 8. С. 1908–1913. DOI: https://doi.org/10.36740/wlek202208116.

11. Landberg J., Danielsson A.-K, Hemmingsson T. Fathers' alcohol use and suicidal behaviour in offspring during youth and young adulthood. *Acta psychiatrica scandinavica*. 2019. Т. 140, № 6. С. 563–573. DOI: https://doi.org/10.1111/acps.13098.

12. Kassai S. et al. Lost childhood: lived experiences of growing up with a parent with addiction. *Children and youth services review*. 2026. Т. 188. С. 109102. DOI: https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2026.109102.

13. Mączyńska A. Social exclusion and hatred towards children from alcoholic families in peer environment. peculiarities of pedagogical support. *Journal of vasyl stefanyk precarpathian national university*. 2024. Т. 11, № 1. С. 111–118. DOI: https://doi.org/10.15330/jpnu.11.1.111-118.

14. Haugland S. H. et al. Parental alcohol intoxication, adverse childhood experiences, and negative psychological reactions to childhood adversities: cross-sectional and prospective data from the population-based HUNT study . *Journal of child & adolescent trauma*. 2024. Vol. 17. 1225–1237. DOI: https://doi.org/10.1007/s40653-024-00651-4.

15. Personality traits in children of alcoholic parents / H. Mansharamani та ін. *Cognitive behavioral therapy – basic principles and application areas*. Лондон, 2023. С. 1–17. DOI: https://doi.org/10.5772/intechopen.106961.

16. Raman V., Prasad S., Appaya P. Children of men with alcohol dependence: psychopathology, neurodevelopment and family environment. *Indian journal of psychiatry*. 2010. Т. 52, № 4. С. 360. DOI: https://doi.org/10.4103/0019-5545.74313.

17. Singh A., Irfan M. Motional intelligence among sons of alcoholic fathers. *International journal*. 2022. Т. 4, № 2. С. 1–7. URL: https://www.researchgate.net/publication/358045951_Emotional_Intelligence_among_Sons_of_Alcoholic_Fathers_A_Singh_M_Irfan_IDC_International_Journal_4_2_1-7.

18. Sudevan S. S., Vidyadharan V., Tharayil H. M. Behavioral types and cognitive functions of parents with and without alcohol use disorder: a cross-sectional comparative study. *Telangana journal of IMA*. 2024. Т. 4, № 1. С. 7–12. DOI: https://doi.org/10.4103/tjima.tjima_6_24.

19. Substance use and mental health outcomes in children and adolescents exposed to household dysfunction: mediating role of emotional intelligence / M. Ramírez та ін. *BJPsych open*. 2026. Т. 12, № 4. DOI: https://doi.org/10.1192/bjo.2026.12005.

Mitina S.V., Vlasova D.A. THE IMPACT OF PARENTAL ALCOHOL DEPENDENCE ON COGNITIVE, EMOTIONAL AND SOCIAL DEVELOPMENT OF A CHILD

The article illustrates comprehensive analysis of the scientific literature revealing the destructive impact of parental alcohol dependence on various aspects of a child's personality development. Given the high rates of alcohol consumption, which, in the context of chronic stress caused by the war, further increases the risk of the spread of alcohol dependence among the population of Ukraine. An alcohol-dependent family is considered a primary dysfunctional system in which the parents' chronic addiction acts as the main psychotraumatic factor in the child's development. It is also emphasized that trauma in a dysfunctional family is not limited to childhood but transforms into persistent personality distortions in adulthood. The paper describes the specifics of social and behavioral maladjustment, the phenomenon of premature parentification, and the mechanisms of adopting defensive family roles (Caregiver, Hero, Scapegoat, Clown, Lost Child) according to S. Wegschneider's classification. Scientific data on neurocognitive disorders in children exposed to prenatal and postnatal alcohol effects have been systematized: fetal alcohol syndrome, reduced intelligence, executive function deficits, delays in mental and speech development, and a high prevalence of ADHD. The characteristics of a child's emotional development under conditions of chronic deprivation have been analyzed, which leads to deficits in emotional intelligence, disturbances in self-regulation mechanisms, and an increased risk of developing addictions and suicidal behavior in the future. The role of the "taboo" surrounding family problems, shame, stigmatization, and the risks of victimization and bullying is highlighted. Multidisciplinary approaches to addressing the problem are outlined, including methods for analyzing family dynamics and creating a supportive educational environment in the context of working with children. Prospects for further longitudinal and neurophysiological research in this area are identified.

Keywords: *parental alcohol dependence, family, child development, dysfunction, protective roles.*

Дата першого надходження статті до видання: 16.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.922.8:316.356.2:159.97
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/24

Мостова Т.Д.
https://orcid.org/0000-0002-3478-7652
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

БАТЬКІВСЬКА ТУРБОТА ТА КОНТРОЛЬ ЯК СІМЕЙНІ КОРЕЛЯТИ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДІ

У статті представлено результати теоретичного й емпіричного дослідження зв'язків між особливостями батьківської взаємодії та адиктивними тенденціями молоді. У центрі аналізу перебувають два базові виміри батьківського зв'язку – турбота та контроль. Їх співвідношення визначає, чи підтримує сімейне середовище становлення автономії, чи посилює залежність молодої людини від зовнішньої регуляції. Актуальність роботи зумовлена поширенням поведінкових і цифрових форм залежності та необхідністю точніше окреслити сімейні чинники психологічної вразливості в період ранньої дорослості. Мета дослідження полягала у встановленні характеру зв'язків між батьківською турботою, контролем, загальною адиктивною схильністю та інтернет-залежністю молоді. Вибірку становили 44 особи віком від 18 до 24 років (M = 21), серед яких 70,5 % жінок і 29,5 % чоловіків. Застосовано Parental Bonding Instrument, 20-пунктову скринінгову шкалу адиктивної схильності та тест інтернет-залежності К. Янг. Дані опрацьовано за допомогою описової статистики й кореляційного аналізу Пірсона. Високий рівень батьківського контролю відзначили 45,5 % респондентів, високий рівень турботи – 40,9 %. Середній і високий рівні адиктивної схильності разом виявлено у 75,0 % вибірки; таку саму частку становили учасники із середнім і високим рівнями інтернет-залежності. Батьківська турбота обернено корелювала з адиктивною схильністю (r = –0,42; p = 0,005) та інтернет-залежністю (r = –0,35; p = 0,020). Контроль, навпаки, прямо корелював з адиктивною схильністю (r = 0,46; p = 0,002) й інтернет-залежністю (r = 0,41; p = 0,006). Результати інтерпретовано з урахуванням змісту шкали контролю PBI, яка відображає передусім надмірну опіку, нав'язливість і обмеження автономії. Тому виявлені зв'язки не можна автоматично переносити на конструктивний батьківський моніторинг, що ґрунтується на зрозумілих правилах, емоційному прийнятті та повазі до самостійності. Практичне значення дослідження полягає в обґрунтуванні сімейно орієнтованої профілактики адиктивної поведінки, спрямованої на посилення емоційної доступності батьків, зменшення психологічного тиску, узгодження меж і поступове формування автономної саморегуляції молоді.

Ключові слова: *адиктивна поведінка, молодь, сімейне середовище, батьківська турбота, батьківський контроль, прив'язаність, інтернет-залежність, автономія.*

Постановка проблеми. Залежна поведінка молоді давно вийшла за межі проблеми вживання психоактивних речовин. Поряд із хімічними адикціями дедалі помітнішими стають поведінкові форми, пов'язані з цифровими технологіями, соціальними мережами, онлайн-іграми, неконтрольованим споживанням контенту та іншими способами швидкої зміни психоемоційного стану. Спільним для цих проявів є не конкретний об'єкт залежності, а поступова втрата довільного контролю, звуження репертуару способів подолання напруження та закріплення поведінки, що забезпечує короткочасне полегшення. У компонентній моделі адикції до основних ознак належать домінування діяльності у психічному житті, зміна настрою, толерантність, симптоми відміни, конфлікт і повернення до попередньої поведінки після спроб її припинити [6, с. 191–197]. Така логіка дає змогу аналізувати різні залежності в єдиному психологічному полі, не ототожнюючи, водночас, ризикову поведінку з клінічним діагнозом.

У ранній дорослості людина формально набуває значної самостійності, проте способи регулювання емоцій, ставлення до меж і переживання власної автономії значною мірою залишаються пов'язаними з досвідом сімейних взаємин. Сім'я не визначає адиктивну поведінку безпосередньо, але створює психологічний контекст, у якому

© Мостова Т.Д., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

формується здатність витримувати фрустрацію, звертатися по підтримку, відкладати задоволення та приймати рішення без надмірної залежності від зовнішнього схвалення. Емоційно доступні стосунки можуть виконувати захисну функцію; натомість холодність, непослідовність, принизливий психологічний тиск або надмірне втручання в особистий простір ускладнюють розвиток внутрішньої саморегуляції.

Особливої уваги потребує поняття батьківського контролю. У повсякденній мові ним позначають і турботливий моніторинг, і чіткі правила, і жорстке обмеження автономії. Психологічно ці явища не є тотожними. Поведінковий контроль передбачає зрозумілі вимоги, поінформованість про діяльність дитини та послідовні межі. Психологічний контроль реалізується через провину, знецінення, вилучення любові, маніпулювання переживаннями й нав'язування рішень. Лонгітюдні дані показують, що поведінковий контроль у теплих стосунках може бути захисним, тоді як психологічний контроль пов'язаний із вищим ризиком проблемного користування інтернетом [9, art. 642]. Отже, для інтерпретації емпіричних результатів важливо з'ясувати, який саме зміст вкладає психодіагностична шкала в категорію контролю.

У Parental Bonding Instrument (PBI) контроль розглядається разом із надмірною опікою та обмеженням автономії. Тому високий бал за цією шкалою радше характеризує досвід нав'язливої регуляції й труднощі сепарації, а не здорову батьківську залученість [4, с. 1–10]. Саме таке розуміння контролю покладено в основу цієї статті. Воно дозволяє уникнути спрощеного висновку про шкідливість будь-яких меж і водночас дослідити, чи пов'язана сімейна надрегуляція з адиктивними тенденціями молодих людей.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні підходи трактують адиктивну поведінку як багатофакторний феномен, у якому біологічна вразливість, особистісні особливості, способи подолання стресу та соціальне середовище взаємодіють, а не діють ізольовано. В українських дослідженнях наголошується на ролі емоційної нестійкості, дефіциту самоконтролю, труднощів рефлексії та обмеженого репертуару конструктивних копінг-стратегій [1, с. 15–22; 2, с. 9–17]. Інтернет-залежність при цьому розглядають як один із варіантів поведінкової адикції, що супроводжується надмірною залученістю, втратою контролю над часом і порушенням балансу між онлайн – та офлайн-активністю [3, с. 194–204; 5, с. 237–244].

Клінічні та систематичні огляди застерігають від механічного прирівнювання інтенсивного користування інтернетом до залежності. Значення мають функціональні наслідки: чи витісняє онлайн-активність навчання, працю, сон і близькі стосунки; чи стає вона переважним способом регуляції настрою; чи зберігає людина здатність припинити користування відповідно до власного наміру [7, с. 143–176]. Компенсаторна модель проблемного користування інтернетом пояснює його як спробу впоратися з негативним станом або незадоволеними психологічними потребами. Така стратегія може бути короткочасно ефективною, але за регулярного повторення послаблює розвиток інших способів саморегуляції [14, с. 351–354].

Перший системний інструмент для ретроспективної оцінки батьківського зв'язку – PBI – запропонували G. Parker, H. Tupling та L. B. Brown. Його двовимірна модель описує турботу і надмірну опіку/контроль, поєднання яких утворює різні профілі батьківського ставлення [4, с. 1–10]. Турбота включає тепло, прийняття, емоційну доступність і підтримку. Протилежний полюс представлений холодністю та відкиданням. Вимір контролю охоплює нав'язливість, гіперопіку, обмеження самостійності й тенденцію приймати рішення замість дитини. Таким чином, низький контроль у PBI не означає байдужості, а високий – не є синонімом відповідального моніторингу.

Емпіричні роботи послідовно вказують на зв'язок між раннім досвідом прив'язаності та проблемним користуванням цифровими технологіями. A. E. Kalaitzaki та J. Birtchnell показали, що ранній батьківський зв'язок пов'язаний з інтернет-залежністю молодих дорослих через характер взаємин з іншими людьми [8, с. 733–736]. У дослідженні C. Trumello та співавторів батьківська турбота й психічне здоров'я підлітків були взаємопов'язаними складниками ризику інтернет-залежності [10, с. 12876]. Ці результати узгоджуються з припущенням, що цифрове середовище може ставати заміною передбачуваної емоційної підтримки або безпечної близькості.

Водночас зв'язок між контролем і проблемним користуванням інтернетом залежить від типу контролю та якості стосунків. Трирічне дослідження D. T. L. Shek, X. Zhu та C. M. S. Ma продемонструвало різноспрямовані ефекти поведінкового й психологічного контролю: чітка регуляція поведінки могла бути захисною, тоді як психологічне втручання в автономію було пов'язане з вищими показниками інтернет-залежності [9, art. 642]. Схожий висновок отримано у дослідженні X. Zhu,

C. Deng і W. Bai: характер батьківського контролю необхідно розглядати разом із якістю взаємин, оскільки однакові за формою обмеження мають різний психологічний зміст у приймальному та конфліктному сімейному контексті [11, art. 1190534].

Метааналіз 35 досліджень із загальною вибіркою 40 587 осіб засвідчив, що позитивні стилі виховання обернено пов'язані з проблемним користуванням інтернетом, а негативні, особливо каральні, – прямо; зв'язок із негативними стилями виявився сильнішим [12, с. 652–669]. Важливо, що метааналітичні результати не підтримують ідею єдиного універсального «правильного рівня контролю». Скоріше йдеться про якість регуляції: правила стають ресурсом, коли вони послідовні, зрозумілі й не руйнують суб'єктність молодої людини. У роботі C. Chou та Y. H. Lee також показано, що стилі інтернет-виховання модифікують зв'язок між батьківською поведінкою, очікуваннями від мережі та інтернет-залежністю [13, с. 137–146].

Попри накопичені дані, недостатньо дослідженим залишається поєднання батьківської турботи й надконтролю як сімейних корелятів не лише інтернет-залежності, а ширшої адиктивної схильності в ранній дорослості. Більшість робіт зосереджена на підлітках, тоді як у віці 18–24 років сімейні патерни вже співіснують із завданнями сепарації, професійного самовизначення та побудови дорослих стосунків. Саме цей перехідний контекст робить аналіз сімейної взаємодії особливо значущим.

Постановка завдання. Мета статті – емпірично дослідити зв'язки між батьківською турботою й контролем та проявами адиктивної поведінки молоді. Для досягнення мети поставлено такі завдання: охарактеризувати розподіл показників батьківської турботи й контролю; визначити рівні загальної адиктивної схильності та інтернет-залежності; встановити силу й напрям кореляцій між показниками батьківської взаємодії та адиктивними проявами; окреслити практичні орієнтири сімейно спрямованої профілактики.

Виклад основного матеріалу. Організація та методи. Емпіричне дослідження проведено у дистанційному форматі за допомогою Google Forms. У ньому взяли участь 44 молоді люди віком від 18 до 24 років; середній вік становив 21 рік. Жінки складали 70,5 % вибірки, чоловіки – 29,5 %. Чотирнадцять учасників мали середню освіту, тридцять – вищу або навчалися на відповідному рівні. В аналізі використовувалися знеособлені відповіді.

Комплекс методик включав Parental Bonding Instrument (PBI), 20-пунктову скринінгову шкалу адиктивної схильності та тест інтернет-залежності К. Янг. PBI використовувався для оцінки двох вимірів ретроспективно сприйнятого батьківського ставлення – турботи та надмірної опіки/контролю [4, с. 1–10]. Шкала турботи відображає емоційне тепло, прийняття і доступність підтримки; шкала контролю – обмеження автономії, нав'язливість і гіперопіку. Скринінгова шкала адиктивної схильності містила 20 дихотомічно оцінюваних тверджень, пов'язаних із пошуком стимуляції, орієнтацією на швидке задоволення та використанням адиктивних засобів для зміни психоемоційного стану. Тест К. Янг застосовано для оцінювання проблемності користування інтернетом [5, с. 237–244].

Статистичний аналіз охоплював частотні розподіли та коефіцієнт кореляції Пірсона. Для коефіцієнтів, наведених у дослідницькій базі, двобічні рівні значущості визначено за t-критерієм для r (df = 42), а 95 % довірчі інтервали – за z-перетворенням Фішера. Оскільки вихідні коефіцієнти були подані з точністю до двох десяткових знаків, значення p і межі довірчих інтервалів наведено як розрахункові. Результати тлумачилися як кореляційні: вони описують спільну варіативність показників, але не доводять однобічного причинного впливу сім'ї на поведінку молодої людини.

Результати дослідження. Розподіл показників PBI засвідчив, що сімейний досвід респондентів не можна описати однією домінуючою моделлю. Високий рівень турботи відзначили 18 осіб (40,9 %), середній – 16 (36,4 %), низький – 10 (22,7 %). Водночас високий рівень контролю виявлено у 20 учасників (45,5 %), середній – у 14 (31,8 %), низький – у 10 (22,7 %). Отже, емоційна підтримка у значної частини вибірки поєднувалася з досвідом

Таблиця 1

Розподіл показників батьківської турботи та контролю за PBI (n = 44)

Показник	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Турбота	18 (40,9 %)	16 (36,4 %)	10 (22,7 %)
Контроль / надмірна опіка	20 (45,5 %)	14 (31,8 %)	10 (22,7 %)

Джерело: складено авторами за результатами емпіричного дослідження.

інтенсивної зовнішньої регуляції. Така комбінація не рівнозначна емоційному відторгненню, однак може створювати суперечливе повідомлення: «про тебе піклуються, але твоїй самостійності не довіряють».

За шкалою адиктивної схильності найбільшою була група із середнім рівнем – 21 особа (47,7 %). Високий рівень виявлено у 12 респондентів (27,3 %), низький – в 11 (25,0 %). За тестом інтернет-залежності К. Янг середній рівень мали 23 учасники (52,3 %), високий – 10 (22,7 %), низький – 11 (25,0 %). В обох випадках сума середнього та високого рівнів становила 75,0 %. Цей показник слід розглядати як частку осіб у зоні потенційного ризику, а не як поширеність клінічно діагностованої залежності. Скринінгові методики фіксують інтенсивність ознак і потребують поглибленої індивідуальної оцінки для клінічних висновків.

Кореляційний аналіз виявив систему зв'язків середньої сили. Батьківська турбота обернено корелювала із загальною адиктивною схильністю ($r = –0,42$; $p = 0,005$; 95 % ДІ [–0,64; –0,14]) та інтернет-залежністю ($r = –0,35$; $p = 0,020$; 95 % ДІ [–0,59; –0,06]). Зі зростанням сприйнятого емоційного прийняття інтенсивність адиктивних ознак у вибірці зменшувалася. Цей результат підтримує уявлення про турботу як ресурс, що полегшує звернення по допомогу й знижує потребу в компенсаторній зміні стану.

Контроль/надмірна опіка мав протилежний напрям зв'язків. Його показник прямо корелював з адиктивною схильністю ($r = 0,46$; $p = 0,002$; 95 % ДІ [0,19; 0,67]) та інтернет-залежністю ($r = 0,41$; $p = 0,006$; 95 % ДІ [0,13; 0,63]). Найвищим серед аналізованих був зв'язок контролю із загальною адиктивною схильністю. Це дає підстави припустити, що досвід систематичного обмеження самостійності пов'язаний не лише з конкретною цифровою активністю, а з ширшою готовністю регулювати переживання через зовнішній стимул.

Обговорення результатів. Отримані зв'язки підтримують системне розуміння адиктивної поведінки. Адикція не виникає як прямий наслідок певного стилю виховання; сімейні стосунки впливають опосередковано – через формування автономії, довіри до власних рішень, толерантності до фрустрації та доступності міжособистісної підтримки. Тому кореляція турботи з нижчими показниками залежності не означає, що емоційне тепло автоматично усуває всі ризики. Воно створює контекст, у якому негативні переживання можна розділити з іншою людиною, а не лише швидко заглушити адиктивною дією.

Обернений зв'язок турботи з інтернет-залежністю узгоджується з висновками A. E. Kalaitzaki та J. Birtchnell, які пов'язують раннє батьківське ставлення з проблемним користуванням інтернетом через характер міжособистісного функціонування молодих дорослих [8, с. 733–736]. У дослідженні C. Trumello та співавторів батьківська турбота також розглядалася разом із психічним здоров'ям як важлива складова ризику інтернет-залежності [10, art. 12876]. У нашій вибірці захисний патерн поширюється й на загальну адиктивну схильність, що може вказувати на більш універсальну роль емоційної доступності сім'ї.

Прямий зв'язок контролю з адиктивними показниками потребує обережного тлумачення. За PBI високий контроль означає надмірну опіку, втручання і блокування самостійності. Молода людина,

Таблиця 2

Рівні адиктивної схильності та інтернет-залежності (n = 44)

Показник	Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
Адиктивна схильність	12 (27,3 %)	21 (47,7 %)	11 (25,0 %)
Інтернет-залежність	10 (22,7 %)	23 (52,3 %)	11 (25,0 %)

Джерело: складено авторами за результатами емпіричного дослідження.

Таблиця 3

Кореляції показників батьківської взаємодії з показниками адиктивної поведінки (n = 44)

Пара змінних	r	p	95 % довірчий інтервал
Турбота – адиктивна схильність	–0,42	0,005	[–0,64; –0,14]
Контроль – адиктивна схильність	0,46	0,002	[0,19; 0,67]
Турбота – інтернет-залежність	–0,35	0,020	[–0,59; –0,06]
Контроль – інтернет-залежність	0,41	0,006	[0,13; 0,63]

Примітка. Наведено двобічні p; 95 % ДІ обчислено за z-перетворенням Фішера. Джерело: розраховано авторами за даними емпіричного дослідження.

яка тривалий час пристосовується до зовнішнього керування, може мати менше можливостей тренувати власне планування, оцінювання ризику та припинення привабливої активності. За відсутності зовнішнього регулятора це проявляється не обов'язково відкритим протестом, а нестійкістю самоконтролю та пошуком швидкого полегшення. Інтернет у такій ситуації зручний тим, що надає відчуття приватності, вибору й негайної винагороди, але не вимагає складного узгодження з іншими людьми.

Водночас дані не дають підстав радити батькам повністю відмовитися від контролю. Лонгітюдне дослідження D. T. L. Shek та співавторів показало, що поведінковий і психологічний контроль мають різний зв'язок з інтернет-залежністю: прозорі правила й поінформованість можуть зменшувати ризик, тоді як маніпулювання почуттями та втручання в автономію – посилювати його [9, с. 642]. Саме тому практично значущою є не дилема «контролювати чи не контролювати», а питання способу регуляції. Конструктивні межі пояснюються, відповідають віку, можуть обговорюватися й залишають простір для відповідальності. Надконтроль підміняє відповідальність слухняністю та не дає сформувати внутрішні критерії вибору.

Метааналіз X. Niu та співавторів підтверджує, що позитивні стилі виховання пов'язані з нижчим проблемним користуванням інтернетом, а негативні – з вищим; при цьому несприятливі стилі мають сильніший зв'язок із ризиком, ніж сприятливі – із захистом [12, с. 652–669]. Це важливе уточнення для профілактики. Додавання тепла не завжди компенсує приниження, непередбачуване покарання або тотальне втручання в приватність. Якщо турбота використовується як обґрунтування контролю («ми вирішуємо за тебе, бо краще знаємо»), суб'єктивно вона може переживатися не як підтримка, а як недовіра до здатності людини впоратися самостійно.

Значущим є й те, що зв'язки з інтернет-залежністю були дещо слабшими, ніж із загальною адиктивною схильністю. Це може означати, що сімейні патерни пов'язані насамперед із базовим способом регуляції напруження, а конкретний об'єкт залежності визначається доступністю, соціальним контекстом, особистими уподобаннями та іншими чинниками. Цифрове середовище сьогодні є найбільш доступним, але психологічний механізм – прагнення швидко змінити стан і уникнути складного переживання – може реалізовуватися в різних формах [2, с. 9–17; 6, с. 191–197].

Практичні наслідки. Профілактика адиктивної поведінки в сім'ї не повинна зводитися до заборон, перевірки гаджетів чи моральних настанов. Такі заходи можуть тимчасово обмежити доступ до конкретної активності, але не розв'язують проблему саморегуляції. Доцільно працювати щонайменше у трьох напрямах. Перший – відновлення емоційної доступності: здатності вислухати без негайної оцінки, визнавати переживання та обговорювати труднощі без сорому. Другий – перехід від психологічного тиску до узгоджених поведінкових меж: конкретних правил, зрозумілих наслідків і права молодої людини брати участь у рішеннях, що стосуються її життя. Третій – підтримка автономної саморегуляції: планування часу, розпізнавання тригерів, розвиток альтернативних способів відновлення та поступове передавання відповідальності.

У психологічному консультуванні варто досліджувати не лише частоту адиктивної поведінки, а й функцію, яку вона виконує у сімейній системі. Наприклад, надмірне перебування онлайн може бути способом уникати конфлікту, створювати недоступну для контролю приватну територію або отримувати прийняття, якого бракує в близьких взаєминах. Якщо втручання спрямоване тільки на симптом, сім'я може посилити нагляд, а молода людина – приховування, і взаємний цикл недовіри закріпиться. Натомість робота з межами, способами діалогу й переживанням автономії створює умови для стійкіших змін.

Для освітніх і профілактичних програм доцільно розмежовувати моніторинг і психологічний контроль. Батьків слід навчати не лише розпізнавати ознаки проблемної поведінки, а й оцінювати власні способи реагування: чи є правила передбачуваними; чи не використовується турбота як привід для тотального втручання; чи дозволено молодій людині помилятися та відновлювати наслідки власних рішень; чи зберігається контакт поза темою проблемної поведінки. Саме ці питання переводять профілактику з площини боротьби за владу в площину розвитку відповідальності.

Висновки. Батьківська турбота і контроль утворюють не просту шкалу від «добре» до «погано», а два відносно самостійні виміри сімейного досвіду. Турбота відображає емоційне прийняття й доступність підтримки; контроль у моделі PBI – переважно надмірну опіку та обмеження автономії. У дослідженій вибірці високий рівень турботи виявлено у 40,9 % респондентів, а високий рівень контролю – у 45,5 %, що свідчить про

поширеність суперечливого поєднання близькості із зовнішньою регуляцією.

Середній і високий рівні адиктивної схильності разом охопили 75,0 % учасників; таку саму частку становили середній і високий рівні інтернет-залежності. Ці дані характеризують зону психологічного ризику, а не клінічну поширеність розладу. Вони вказують на необхідність ранньої профілактики, спрямованої на функції поведінки та механізми саморегуляції.

Батьківська турбота була пов'язана з нижчою адиктивною схильністю та інтернет-залежністю, тоді як контроль/надмірна опіка – з вищими показниками обох змінних. Найсильнішою виявилася кореляція між контролем і загальною адиктивною схильністю (r = 0,46), що підкреслює значення автономії не лише для цифрової поведінки, а й для ширшої готовності використовувати зовнішні стимули як засіб регуляції стану.

Практичний висновок полягає не у відмові від батьківських меж, а у зміні їх психологічної якості. Профілактично значущими є емоційне прийняття, чіткі й обговорювані правила, відмова від маніпулювання провиною та поступове передавання відповідальності молодій людині. З огляду на поперечний дизайн і обсяг вибірки отримані результати слід розглядати як виявлені зв'язки, а не як доказ прямого причинного впливу. Подальші дослідження доцільно здійснювати на більших і гендерно збалансованих вибірках, окремо аналізувати материнську та батьківську взаємодію, а також використовувати лонгітюдний дизайн.

Список літератури:

1. Берегова Н., Колба В. Психологічні особливості формування адиктивної поведінки у сучасної молоді. *Psychology Travelogs*. 2023. № 2. С. 15–22. DOI: https://doi.org/10.31891/PT-2023-2-4
2. Мостова Т. Д. Психологія залежної поведінки : електронний методичний посібник до практичних занять і самостійної роботи для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія. Одеса : Одеський національний університет імені І. І. Мечникова, 2025. 51 с.
3. Камінська О. В. Психологічні детермінанти формування інтернет-залежності. Проблеми сучасної психології. 2013. Вип. 22. С. 194–204.
4. Parker G., Tupling H., Brown L. B. A Parental Bonding Instrument. *British Journal of Medical Psychology.* 1979. Vol. 52, No. 1. P. 1–10. DOI: https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1979.tb02487.x
5. Young K. S. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. *CyberPsychology & Behavior*. 1998. Vol. 1, No. 3. P. 237–244. DOI: https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237
6. Griffiths M. D. A "Components" Model of Addiction within a Biopsychosocial Framework. *Journal of Substance Use*. 2005. Vol. 10, No. 4. P. 191–197. DOI: https://doi.org/10.1080/14659890500114359
7. Kuss D. J., Lopez-Fernandez O. Internet Addiction and Problematic Internet Use: A Systematic Review of Clinical Research. *World Journal of Psychiatry*. 2016. Vol. 6, No. 1. P. 143–176. DOI: https://doi.org/10.5498/wjp.v6.i1.143
8. Kalaitzaki A. E., Birtchnell J. The Impact of Early Parenting Bonding on Young Adults' Internet Addiction, through the Mediation Effects of Negative Relating to Others and Sadness. *Addictive Behaviors*. 2014. Vol. 39, No. 3. P. 733–736. DOI: https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.12.002
9. Shek D. T. L., Zhu X., Ma C. M. S. The Influence of Parental Control and Parent–Child Relational Qualities on Adolescent Internet Addiction: A 3-Year Longitudinal Study in Hong Kong. *Frontiers in Psychology*. 2018. Vol. 9. Article 642. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00642.
10. Trumello C., Vismara L., Sechi C., Ricciardi P., Marino V., Babore A. Internet Addiction: The Role of Parental Care and Mental Health in Adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021. Vol. 18, No. 24. Article 12876. DOI: https://doi.org/10.3390/ijerph182412876.
11. Zhu X., Deng C., Bai W. Parental Control and Adolescent Internet Addiction: The Moderating Effect of Parent-Child Relationships. *Frontiers in Public Health.* 2023. Vol. 11. Article 1190534. DOI: https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1190534
12. Niu X., Li J.-Y., King D. L., Rost D. H., Wang H.-Z., Wang J.-L. The Relationship between Parenting Styles and Adolescent Problematic Internet Use: A Three-Level Meta-Analysis. *Journal of Behavioral Addictions*. 2023. Vol. 12, No. 3. P. 652–669. DOI: https://doi.org/10.1556/2006.2023.00043
13. Chou C., Lee Y. H. The Moderating Effects of Internet Parenting Styles on the Relationship between Internet Parenting Behavior, Internet Expectancy, and Internet Addiction. *The Asia-Pacific Education Researcher*. 2017. Vol. 26, No. 3–4. P. 137–146. DOI: https://doi.org/10.1007/s40299-017-0334-5
14. Kardefelt-Winther D. A Conceptual and Methodological Critique of Internet Addiction Research: Towards a Model of Compensatory Internet Use. *Computers in Human Behavior.* 2014. Vol. 31. P. 351–354. DOI: https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.017

Mostova T.D. PARENTAL CARE AND CONTROL AS FAMILY CORRELATES OF ADDICTIVE BEHAVIOR AMONG YOUNG ADULTS

The article presents the findings of a theoretical and empirical study of the associations between parental interaction and addictive tendencies among young adults. The analysis focuses on two core dimensions of parental bonding – care and control-whose balance may either support the development of autonomy or reinforce reliance on external regulation. The relevance of the study is determined by the growing prevalence of behavioral and digital forms of addiction and by the need to identify family-related factors of psychological vulnerability during emerging adulthood. The study aimed to examine the associations between parental care, parental control, a general propensity for addictive behavior, and Internet addiction. The sample comprised 44 participants aged 18–24 years (M = 21), including 70.5% women and 29.5% men. The research instruments were the Parental Bonding Instrument, a 20-item screening measure of propensity for addictive behavior, and Young's Internet Addiction Test. The data were analyzed using descriptive statistics and Pearson's correlation coefficient. High parental control was reported by 45.5% of respondents, whereas high parental care was reported by 40.9%. Moderate and high levels of propensity for addictive behavior together were identified in 75.0% of the sample; the same proportion of participants displayed moderate or high levels of Internet addiction. Parental care was negatively associated with propensity for addictive behavior ($r = -0.42$; $p = 0.005$) and Internet addiction ($r = -0.35$; $p = 0.020$). In contrast, parental control was positively associated with propensity for addictive behavior ($r = 0.46$; $p = 0.002$) and Internet addiction ($r = 0.41$; $p = 0.006$). The findings are interpreted in light of the content of the PBI control dimension, which primarily reflects overprotection, intrusiveness, and restriction of autonomy. Accordingly, the identified associations should not be generalized to constructive parental monitoring based on clear expectations, emotional acceptance, and respect for the young person's agency. The practical significance of the findings lies in supporting a family-oriented approach to addiction prevention that emphasizes parental emotional availability, reduced psychological pressure, negotiated and consistent boundaries, and the gradual development of autonomous self-regulation among young adults.

Keywords: *addictive behavior, young adults, family environment, parental care, parental control, parental bonding, Internet addiction, autonomy.*

Дата першого надходження статті до видання: 06.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 11.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9:378.147
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/25

Романенкова О.Ю.
https://orcid.org/0009-0003-1099-0300
Заклад вищої освіти «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

Шиян О.М.
https://orcid.org/0000-0002-0723-8623
Приватний вищий навчальний заклад «Європейський університет»

Швентідзе С.З.
https://orcid.org/0009-0008-1939-8297
Заклад вищої освіти «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ У СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА

У статті розглянуто проблему стресостійкості майбутнього психолога в контексті сучасних вимог до професійної компетентності та змісту університетської підготовки. Метою статті визначено обґрунтування стресостійкості як важливого особистісного ресурсу професійного становлення майбутнього психолога, визначення її місця в сучасних моделях професійної компетентності та аналіз можливостей її розвитку в процесі університетської підготовки. Насамперед, обґрунтовано актуальність дослідження, яка зумовлена зростанням суспільної потреби у психологічній допомозі та необхідністю підготовки фахівців, здатних зберігати ефективність професійної діяльності в умовах високого емоційного навантаження, тривалої невизначеності й суспільних криз. На основі порівняльного контент-аналізу міжнародних та українських моделей професійної компетентності виокремлено сім узагальнених категорій професійно значущих компетентностей психолога (науково-когнітивна, практично-функціональна, комунікативно-реляційна, етико-професійна, рефлексивно-метакогнітивна, розвивально-адаптивна та саморегуляційно-ресурсна.). Встановлено, що стресостійкість переважно не представлена як самостійна професійна компетентність, проте її зміст інтегрований у характеристики, пов'язані із саморегуляцією, рефлексією, професійним розвитком і підтриманням психологічного благополуччя. Аналіз освітніх програм окремих українських і закордонних університетів засвідчив наявність компонентів, потенційно спрямованих на розвиток особистісно-ресурсної готовності майбутніх психологів, однак їх реалізація не завжди має системний характер. Обґрунтовано доцільність розглядати стресостійкість не як ізольовану професійну якість, а як інтегральний особистісний ресурс, що створює внутрішні умови для реалізації інших професійних компетентностей. Запропоновано принципи її розвитку в університетській підготовці: безперервності, інтеграції особистісного і професійного розвитку, активного досвіду та ресурсної орієнтації.

Ключові слова: *майбутній психолог, особистісні ресурси, професійна компетентність, професійна підготовка, стресостійкість, університетська освіта.*

Постановка проблеми. Психологічна допомога в сучасній Україні поступово перестає бути вузькоспеціалізованою сферою та набуває значення одного з важливих ресурсів підтримання індивідуальної й суспільної стійкості. Так, за оцінками Національного інституту стратегічних досліджень, через вплив війни психологічної допомоги різного ступеня інтенсивності можуть потребувати близько 15 млн українців, серед яких близько 1,8 млн військовослужбовців і ветеранів, 7 млн осіб старшого віку та близько 4 млн дітей і підлітків [1]. Зростання потреби у допомозі підтверджується й фактичними показниками звернень населення. За даними Міністерства охорони здоров'я України, протягом дев'яти місяців 2024 року до сімейних лікарів, терапевтів і педіатрів із питань

© Романенкова О.Ю., Шиян О.М., Швентідзе С.З., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

психічного здоров'я звернулися 353049 пацієнтів, серед яких 54464 дитини віком до 18 років. Цей показник більш ніж утричі перевищив дані за аналогічний період попереднього року. Найчастіше пацієнти зверталися через відчуття тривоги, нервування та напруженості (150236 осіб), порушення сну (98043 осіб), а також інші психологічні симптоми та скарги (58605 осіб) [6].

На тлі зростання суспільної потреби у психологічній допомозі закономірним є й високий інтерес до здобуття психологічної освіти. За підсумками основного етапу вступної кампанії 2026 року Міністерство освіти і науки України віднесло психологію (поруч з менеджментом та філологією) до переліку найпопулярніших спеціальностей [3]. Звісно, збільшення кількості осіб, які здобувають психологічну освіту, саме по собі ще не гарантує відповідного зростання якості професійної психологічної допомоги. Тож актуалізується не лише питання, скільки психологів готує система вищої освіти, а насамперед, яких психологів вона готує і наскільки вони готові до реальних умов майбутньої професійної діяльності. І тут, безумовно, втручається український контекст. Адже майбутні українські психологи опановують професію фактично в тих самих умовах тривалого стресу, війни та невизначеності, у яких перебувають їхні потенційні клієнти. Вважаємо, що це суттєво змінює вимоги до професійної підготовки фахівця.

Отже, актуальність дослідження зумовлена суперечністю між зростаючими вимогами до професійної та особистісної готовності психолога працювати в умовах тривалого стресового навантаження та переважною орієнтацією традиційної університетської підготовки на формування теоретичних знань і спеціальних професійних умінь. Це актуалізує необхідність дослідження стресостійкості не лише як індивідуально-психологічної характеристики майбутнього психолога, а як важливого ресурсу його професійного становлення та успішності майбутньої діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У міжнародній психологічній спільноті проблема професійної компетентності психолога вже тривалий час перебуває в центрі уваги професійних асоціацій та науковців. Значний внесок у розроблення компетентнісного підходу здійснили Р. А. Роу [14], Д. Бартран [9], Н. Дж. Каслоу [12], Е. Родольфа, Р. Бент, Е. Айзман [13], Н. Фуад, К. Бішке, Ф. Коллінз, Дж. Халонен[10]. Важливе місце у формуванні сучасного бачення професійної компетентності психолога посідають також нормативні документи Європейської федерації психологічних асоціацій (EFPA), зокрема модель професійних компетентностей EuroPsy [11]. В Україні вимоги до професійної підготовки майбутніх психологів відображено у Стандарті вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» [5], а структурі та умовам формування професійної компетентності присвячено дослідження Ю. Вінтюка [2], Н. Перегончук [4], Н. Шель [7] та інших науковців.

Попри це у сучасній науковій літературі не сформовано єдиного підходу до визначення сукупності характеристик, що забезпечують успішність їхньої професійної діяльності. В одних моделях домінує акцент на професійних знаннях і спеціальних навичках, в інших – на комунікативних, етичних, рефлексивних та особистісних характеристиках фахівця. Водночас питання місця стресостійкості у структурі професійної компетентності майбутнього психолога залишається недостатньо визначеним, що зумовлює необхідність подальшого аналізу професійно значущих компетентностей психолога та уточнення ролі стресостійкості в їх структурі.

Постановка завдання. Мета статті полягає в обґрунтуванні розвитку стресостійкості як одного з ключових особистісних ресурсів майбутнього психолога, аналізі сучасних підходів до її формування в процесі професійної підготовки та визначенні концептуальних засад удосконалення університетської освіти у цьому напрямі.

Виклад основного матеріалу. Діяльність психолога належить до тих видів, у яких ефективність роботи визначається не лише рівнем спеціальних знань чи сформованістю професійних умінь. Основним інструментом роботи психолога є його особистість. Саме тому професійна підготовка майбутнього фахівця має забезпечувати не лише опанування теоретичних засад психологічної науки та практичних технологій психологічної допомоги, а й розвиток особистісних ресурсів, необхідних для ефективного виконання професійної діяльності. У зв'язку з цим виникає закономірне запитання: які ж саме характеристики є професійно значущі для діяльності психолога? Відповідь на нього є принципово важливою для нашого дослідження, оскільки дає змогу визначити місце стресостійкості у структурі професійної компетентності майбутнього психолога. Для цього нами було здійснено порівняльний контент-аналіз міжнародних та українських професійних стандартів, нормативних документів та сучасних наукових досліджень, присвячених професійній підготовці психологів. Ми виділили

сім узагальнених категорій (метакомпетентностей), серед яких науково-когнітивна, практично-функціональна, комунікативно-реляційна, етико-професійна, рефлексивно-метакогнітивна, розвивально-адаптивна та саморегуляційно-ресурсна. Результати проведеного аналізу наведено в табл. 1.

Проведений порівняльний аналіз засвідчив, що міжнародні та українські моделі професійної компетентності психолога демонструють високий рівень узгодженості щодо основних вимог до майбутнього фахівця. Незалежно від країни, професійної асоціації чи авторської концепції, професійна компетентність розглядається як багатокомпонентне утворення, що охоплює не лише систему професійних знань і практичних умінь, а й комунікативні, етичні, рефлексивні та особистісні характеристики психолога.

Водночас результати проведеного аналізу дозволяють зробити ще один важливий висновок у контексті нашого дослідження. Попри те, що практично всі сучасні моделі професійної компетентності містять характеристики, пов'язані із саморегуляцією, рефлексією, професійним саморозвитком та підтриманням власного психологічного благополуччя, стресостійкість як окрема професійна компетентність у них не виокремлюється. Найчастіше її зміст інтегрується через здатність психолога підтримувати власне професійне функціонування, усвідомлювати власний психологічний стан, своєчасно використовувати професійну підтримку та зберігати ефективність діяльності в умовах значного емоційного навантаження.

На нашу думку, саме така логіка є цілком закономірною, адже стресостійкість не замінює професійні знання, етичність, емпатію чи рефлексивність. Водночас саме вона створює умови, за яких психолог здатний реалізовувати ці професійні компетентності в реальній практичній діяльності, особливо в умовах високого емоційного навантаження, тривалого контакту з людськими стражданнями, кризовими ситуаціями та невизначеністю. Такий підхід дозволяє по-новому поглянути на місце стресостійкості у структурі професійної компетентності психолога. Якщо більшість професійних моделей описують що саме повинен знати й уміти психолог, то стресостійкість визначає за яких внутрішніх умов ці компетентності можуть бути повноцінно реалізовані у професійній діяльності. Тож постає питання: на якому етапі професійного становлення психолога має розвиватися стресостійкість? Якщо професійні знання, практичні навички та етичні засади діяльності традиційно є предметом університетської підготовки, то чи можна сказати те саме про стресостійкість?

Сучасні дослідження свідчать, що стресостійкість не є виключно вродженою властивістю особистості. Її розвиток залежить від поєднання індивідуальних особливостей людини, життєвого досвіду, сформованих способів емоційної саморегуляції, професійної рефлексії, соціальної

Таблиця 1

Представленість професійно значущих компетентностей психолога в міжнародних та українських моделях

Джерело	Науково-когнітивна	Практично-функціональна	Комунікативно-реляційна	Етико-професійна	Рефлексивно-метакогнітивна	Розвивально-адаптивна	Саморегуляційно-ресурсна
Бартрам Д., Роу Р. А. (2005)	●	●	●	◐	◐	●	◐
Бішке К., Фуад Н., Коллінз Ф. молодший, Халонен Дж. (2004)	●	●	●	●	●	◐	●
Родольфа Е., Бент Р., Айзман Е. та інші (2005)	●	●	●	●	◐	◐	—
Європейська федерація психологічних асоціацій (EFPA) (2024)	●	●	●	●	●	●	●
Стандарт вищої освіти України, 053 «Психологія» (2019)	●	●	●	●	●	●	●
Перегончук Н. (2019)	●	●	◐	●	●	●	●
Шель Н. (2024)	●	●	◐	●	●	●	●
Вінтюк Ю. (2018)	●	●	◐	●	●	◐	◐

Примітка. ● – пряма відповідність; ◐ – змістова/опосередкована відповідність; — – відповідна компетентність окремо не представлена.

підтримки та спеціально організованого навчання [8]. Отже, період професійної підготовки у закладі вищої освіти можна розглядати як один із важливих етапів розвитку особистісних ресурсів майбутнього психолога.

З огляду на це нами було проведено аналіз сучасних освітніх програм підготовки психологів українських і закордонних закладів вищої освіти з метою з'ясування, яким чином у них реалізується розвиток особистісно-ресурсної готовності майбутніх фахівців до професійної діяльності. Аналіз здійснено на основі офіційно оприлюднених освітніх програм, навчальних планів, описів освітніх компонентів та інформації, розміщеної на офіційних вебсайтах закладів вищої освіти. Особливу увагу при цьому було приділено таким компонентам, як професійна рефлексія, супервізія, практична підготовка, турбота про власне психологічне благополуччя, розвиток навичок саморегуляції та іншим освітнім елементам, що потенційно сприяють формуванню стресостійкості майбутнього психолога. Результати аналізу наведено в таблиці 2.

Відтак, аналіз освітніх програм засвідчив, що розвиток особистісно-ресурсної готовності майбутніх психологів уже визнається важливою складовою професійної підготовки. Проте цей процес здебільшого реалізується фрагментарно через окремі освітні компоненти (практику, супервізію, рефлексивні форми навчання). Саме це визначає перспективність розроблення комплексної концепції розвитку стресостійкості майбутніх психологів у процесі професійної підготовки, яка має ґрунтуватися на кількох взаємопов'язаних принципах.

По-перше, принцип безперервності та поетапності. Розвиток стресостійкості майбутнього психолога не може бути результатом одноразового тренінгу, окремої вибіркової дисципліни чи короткотривалої програми. Доцільно розглядати його як наскрізний компонент професійної підготовки, зміст і завдання якого ускладнюються відповідно до етапу професійного становлення студента. На початкових курсах акцент може бути зроблений на психологічній грамотності щодо стресу, розпізнаванні власних реакцій, усвідомленні

Таблиця 2

Представленість компонентів розвитку особистісно-ресурсної готовності майбутніх психологів в освітніх програмах окремих українських та закордонних закладів вищої освіти

Заклад вищої освіти	Практична підготовка	Супервізія / інтервізія	Професійна рефлексія	Турбота про психологічне благополуччя	Саморегуляція, адаптивність	Стресостійкість визначена як окрема освітня ціль
Львівський національний університет ім. І. Франка, бакалаврська ОПП «Психологія»	●	—	◐	◐	◐	◐
Національний університет «Києво-Могилянська академія», бакалаврська ОП «Психологія»	●	—	◐	—	◐	—
Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника, бакалаврська ОП «Дитяча психологія і психологічна практика»	●	◐	●	●	●	●
Український католицький університет, магістерська ОП «Клінічна психологія з основами когнітивно-поведінкової терапії»	●	●	●	●	●	●
Університетський коледж Лондона, бакалаврська програма «Психологія»	●	—	●	◐	◐	—
Оксфордський університет, бакалаврська програма «Експериментальна психологія»	●	—	◐	—	—	—
Королівський коледж Лондона, бакалаврська програма «Психологія»	●	◐	●	●	●	—
Університет Монаша, бакалаврська програма «Психологія»	●	◐	●	◐	●	—

Примітка. ● – компонент чітко представлений в офіційних документах освітньої програми; ◐ – компонент реалізується опосередковано через окремі дисципліни, практику або програмні результати навчання; — – у відкрито оприлюднених документах окремо не представлений.

індивідуальних ресурсів і способів відновлення; на наступних – на розвитку емоційної саморегуляції, рефлексивності, навичок самодопомоги та звернення по підтримку; на етапі практичної підготовки – на здатності зберігати професійну позицію під час контакту зі складними переживаннями клієнта, витримувати невизначеність, усвідомлювати власні емоційні реакції, дотримуватися професійних меж і своєчасно використовувати супервізійну підтримку.

По-друге, принцип інтеграції особистісного і професійного розвитку. Підготовка психолога не може зводитися лише до засвоєння знань про психічні процеси, методи діагностики, консультування чи психотерапевтичні підходи. Майбутній фахівець має поступово навчатися розуміти і себе як учасника професійної взаємодії. Відповідно, особиста рефлексія студента має бути не побічним результатом навчання, а одним із його цілеспрямованих компонентів. Це може реалізовуватися через рефлексивні щоденники, аналіз власних реакцій після практичних занять, обговорення професійних меж, групові рефлексії, супервізію та інтервізію. Такий підхід змінює саму логіку підготовки: університет навчає майбутнього психолога не лише працювати з іншою людиною, а й усвідомлено поводитися із собою як з учасником професійного контакту.

По-третє, принцип активного та дозованого професійного досвіду. Стресостійкість неможливо сформувати виключно через отримання знань про стрес і способи його подолання. Вона розвивається тоді, коли студент зустрічається з посильними професійними викликами, має можливість діяти в умовах невизначеності та емоційного напруження, а потім осмислювати власний досвід у безпечному навчальному середовищі. Тому професійна підготовка має передбачати поступове ускладнення практичних завдань. Принципово важливим тут є не саме створення стресового навантаження, а цикл «досвід – рефлексія – зворотний зв'язок – осмислення – повторна дія». Завданням університетського середовища має стати створення контрольованих умов, у яких майбутній психолог може зустрітися з професійною складністю, помітити власну реакцію, отримати підтримку і сформувати більш ефективний спосіб професійного реагування.

По-четверте, принцип ресурсної орієнтації та відповідальності за власне професійне функціонування. Розвиток стресостійкості доцільно будувати не лише навколо профілактики виснаження чи професійного вигорання. Не менш важливо формувати у майбутнього психолога здатність активно підтримувати власну професійну спроможність. При цьому турбота про власний психологічний стан має розглядатися не лише як питання особистого благополуччя психолога, а і як складова професійної відповідальності, оскільки стан фахівця безпосередньо впливає на якість його присутності, професійних рішень і взаємодії з клієнтом. Важливим результатом університетської підготовки в такому разі стає не образ психолога, який «не стресує», а фахівець, який здатний помічати власний стрес, розуміти його вплив на професійне функціонування, регулювати навантаження, відновлюватися та своєчасно залучати необхідні ресурси підтримки.

Таким чином, розвиток стресостійкості майбутнього психолога доцільно розглядати не як окремий напрям підготовки, а як наскрізну логіку професійного становлення, що проходить через різні компоненти освітнього процесу. Йдеться не про введення ще однієї дисципліни «Стресостійкість психолога», а про створення освітнього середовища, у якому студент упродовж навчання послідовно вчиться усвідомлювати та регулювати себе, діяти в умовах професійного навантаження, осмислювати отриманий досвід, звертатися за підтримкою, відновлювати власні ресурси. За такого підходу стресостійкість перестає бути абстрактною особистісною характеристикою і набуває значення ресурсу професійної надійності майбутнього психолога.

Висновки. Відтак, проведений аналіз дає підстави стверджувати, що сучасне розуміння професійної компетентності психолога поступово виходить за межі традиційного компетентнісного підходу, який зосереджувався переважно на знаннях, уміннях і професійних навичках. Незважаючи на різноманітність міжнародних моделей та освітніх стандартів, усі вони демонструють спільну тенденцію: дедалі більшого значення набувають особистісні ресурси фахівця. При цьому стресостійкість майже не розглядається як самостійна професійна компетентність, проте фактично виступає психологічною основою реалізації багатьох інших компетентностей. На нашу думку, саме таке розуміння дозволяє розглядати стресостійкість не як окрему професійну якість, а як інтегральний особистісний ресурс професійного становлення психолога.

Водночас результати проведеного аналізу засвідчили певну невідповідність між сучасними вимогами до професійної діяльності психолога та підходами до його університетської підготовки.

Хоча розвиток особистісно-ресурсної готовності дедалі частіше інтегрується в освітній процес через практичну підготовку, супервізію, рефлексивні форми навчання та окремі освітні компоненти, цілісна система розвитку стресостійкості майбутніх психологів поки що залишається недостатньо представленою. У зв'язку з цим перспективними напрямами подальших досліджень є розроблення теоретично обґрунтованої моделі розвитку стресостійкості майбутніх психологів у процесі професійної підготовки, її емпірична перевірка, визначення найбільш ефективних психолого-педагогічних технологій формування цього особистісного ресурсу, а також дослідження взаємозв'язку стресостійкості з професійною компетентністю, психологічним благополуччям і успішністю майбутньої професійної діяльності психологів.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті авторами використовувався інструмент генеративного штучного інтелекту ChatGPT (OpenAI) як допоміжний засіб для мовностилістичного редагування тексту, уточнення окремих формулювань та узагальнення результатів аналізу, а також для перекладу анотації англійською мовою.

Список літератури:

1. Бойко С. Поліпшення психологічного стану населення в умовах довготривалої війни. *Національний інститут стратегічних досліджень.* 19 березня 2025. URL: https://niss.gov.ua/doslidzhennya/sotsialna-polityka/polipshennya-psykholohichnoho-stanu-naselennya-v-umovakh (дата звернення: 07.08.2026).
2. Вінтюк Ю. В. Модель формування професійної компетентності майбутніх психологів у ВНЗ. *Вісник Черкаського університету. Серія: Педагогічні науки.* 2018. № 8. С. 42–48. URL: https://ped-ejournal.cdu.edu.ua/article/view/2587 (дата звернення: 07.08.2026).
3. Вступна кампанія: у МОН назвали найпопулярніші спеціальності в університетах. *Укрінформ – актуальні новини України та світу*. 3 серпня 2026. URL: https://www.ukrinform.ua/rubric-society/4150707-vstupna-kampania-u-mon-nazvali-najpopularnisi-specialnosti-v-universitetah.html (дата звернення: 07.08.2026).
4. Перегончук Н. Психологічна структура професійної компетентності майбутніх психологів. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології».* 2019. № 43. С. 206–223. DOI: https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-43.206-223
5. Про затвердження стандарту вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти : наказ Міністерства освіти і науки України від 24.04.2019 № 565. URL: https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennya-standartu-vishoyi-osviti-za-specialnistyu-053-psihologiya-dlya-pershogo-bakalavrskogo-rivnya-vishoyi-osviti (дата звернення: 07.08.2026).
6. Українці стали втричі частіше звертатися з питань психічного здоров'я до сімейного лікаря. *Міністерство охорони здоров'я України.* 21 жовтня 2024. URL: https://moz.gov.ua/uk/ukrayinci-stali-vtrichi-chastishe-zvertatisya-z-pitan-psihichnogo-zdorov-ya-do-simejnogo-likarya (дата звернення: 07.08.2026).
7. Шель Н. В. Формування професійної компетентності майбутніх психологів на етапі їх підготовки у ВУЗі. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія Психологічні науки.* 2024. Вип. 1(4). С. 40–50. DOI: https://doi.org/10.31558/2786-8745.2024.1(4).4
8. Ang W. H. D., Lau S. T., Cheng L. J., Chew H. S. J., Tan J. H., Shorey S., Lau Y. Effectiveness of Resilience Interventions for Higher Education Students: A Meta-Analysis and Metaregression. *Journal of Educational Psychology.* 2022. Vol. 114, № 7. P. 1670–1694. DOI: https://doi.org/10.1037/edu0000719
9. Bartram D., Roe R. A. Definition and Assessment of Competences in the Context of the European Diploma in Psychology. *European Psychologist*. 2005. Vol. 10, № 2. P. 93–102. DOI: https://doi.org/10.1027/1016-9040.10.2.93
10. Bieschke K. J., Fouad N. A., Collins F. L. Jr., Halonen J. S. The Scientifically-Minded Psychologist: Science as a Core Competency. *Journal of Clinical Psychology*. 2004. Vol. 60, № 7. P. 713–723. DOI: https://doi.org/10.1002/jclp.20012
11. European Federation of Psychologists' Associations (EFPA). EuroPsy: European Certificate in Psychology. EFPA Regulations on EuroPsy and Appendices. July 2023. 92 p.
12. Kaslow N. J., Borden K. A., Collins F. L. Jr. et al. Competencies Conference: Future Directions in Education and Credentialing in Professional Psychology. *Journal of Clinical Psychology*. 2004. Vol. 60, № 7. P. 699–712. DOI: https://doi.org/10.1002/jclp.20016
13. Rodolfa E., Bent R., Eisman E. et al. A Cube Model for Competency Development: Implications for Psychology Educators and Regulators. Professional Psychology: Research and Practice. 2005. Vol. 36, No. 4. P. 347–354. DOI: https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.4.347
14. Roe R. A. What makes a competent psychologist? *European Psychologist*. 2002. Vol. 7, № 3. P. 192–203. DOI: https://doi.org/10.1027//1016-9040.7.3.192

Romanenkova O.Yu., Shyian O.M., Shventidze S.Z. STRESS RESILIENCE IN THE PROFESSIONAL TRAINING SYSTEM OF FUTURE PSYCHOLOGISTS.

The article examines stress resilience in future psychologists in the context of contemporary requirements for professional competence and the content of university training. The aim of the article is to substantiate stress resilience as an important personal resource for the professional development of future psychologists, to determine its place within contemporary models of professional competence, and to analyze opportunities for its development in university training. First, the relevance of the study is substantiated by the growing societal demand for psychological support and the need to train professionals capable of maintaining effective professional functioning under conditions of high emotional strain, prolonged uncertainty, and societal crises. Based on a comparative content analysis of international and Ukrainian models of professional competence, seven generalized categories of professionally significant competencies of psychologists were identified: scientific-cognitive, practical-functional, communicative-relational, ethical-professional, reflective-metacognitive, developmental-adaptive, and self-regulatory-resource competencies. It was established that stress resilience is generally not represented as an independent professional competence; however, its content is integrated into characteristics related to self-regulation, reflection, professional development, and the maintenance of psychological well-being. The analysis of educational programs at selected Ukrainian and international universities revealed components potentially aimed at developing the personal and resource-related readiness of future psychologists, although their implementation is not always systematic. The article substantiates the relevance of considering stress resilience not as an isolated professional quality but as an integral personal resource that creates the internal conditions necessary for the realization of other professional competencies. The following principles for its development within university training are proposed: continuity, integration of personal and professional development, active experiential learning, and resource-oriented training.

Keywords: *future psychologist, personal resources, professional competence, professional training, stress resilience, university education.*

Дата першого надходження статті до видання: 17.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 14.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.922.7:159.942
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/26

Стеценко А.І.
https://orcid.org/0000-0001-7451-2488
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Александрова Ю.М.
https://orcid.org/0009-0008-5690-0792
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСОБИ КОРЕКЦІЇ ТРИВОЖНИХ СТАНІВ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Стаття присвячена дослідженню психологічних засобів корекції тривожних станів у молодших школярів. Розкрито психологічну сутність тривожності, особливості її прояву в молодшому шкільному віці та провідні чинники формування. Акцентовано на навчально-оцінювальних і соціально значущих ситуаціях, пов'язаних із перевіркою знань, страхом помилки, самовираженням, очікуваннями оточуючих і зовнішнім оцінюванням. Обґрунтовано доцільність комплексного застосування когнітивно-поведінкових, емоційно-регуляційних, поведінково-тренувальних, арттерапевтичних та ігрових засобів. Представлено результати емпіричного дослідження 51 молодшого школяра із застосуванням тесту шкільної тривожності А. Філліпса, Багатошкального опитувальника дитячої тривожності, методики Р. Сірса, шкали тривожності Дж. Тейлора та методики «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммла, М. Доркі, В. Амена. Встановлено значну поширеність тривожних проявів та їх найбільшу вираженість у ситуаціях контролю знань, навчальних досягнень, оцінювання й самовираження. Кореляційний аналіз підтвердив взаємозв'язок загальних, шкільно-ситуаційних, соціально-оцінювальних і поведінкових компонентів тривожності. На основі одержаних результатів розроблено комплексну психологічну програму, спрямовану на розвиток емоційної саморегуляції, корекцію тривожних установок, зменшення поведінкового уникнення, формування конструктивного ставлення до помилок та підвищення впевненості дитини у власних можливостях. Програма охоплює п'ять послідовних етапів і поєднує психоосвітню, регуляційну, когнітивну, поведінкову та ресурсну роботу. Визначено практичні орієнтири застосування психологічних засобів корекції в освітньому середовищі та наголошено на значенні взаємодії психолога, педагогів і батьків для закріплення адаптивних способів реагування молодших школярів.

Ключові слова: *тривожність, тривожні стани, молодші школярі, шкільна тривожність, психологічна корекція, емоційна саморегуляція, когнітивно-поведінкові засоби, арттерапія, освітнє середовище.*

Постановка проблеми. Проблема тривожних станів у молодших школярів набуває особливої актуальності в умовах зростання психоемоційного навантаження на дитину, підвищених вимог до навчальної успішності та необхідності адаптуватися до мінливого соціального середовища. Початок систематичного навчання супроводжується зміною соціальної позиції дитини, розширенням кола обов'язків і контактів, посиленням значущості оцінювання з боку дорослих та однолітків. За недостатньої сформованості механізмів емоційної саморегуляції такі обставини можуть сприяти виникненню стійкого занепокоєння, страху помилки й невдачі, невпевненості у власних можливостях, уникненню складних навчальних ситуацій та психофізіологічному напруженню. Сучасні дослідження підтверджують актуальність проблеми дитячої тривожності та необхідність розвитку психологічної допомоги безпосередньо в освітньому середовищі.

Особливого значення у зв'язку з цим набуває пошук психологічних засобів, які не лише сприяють зменшенню інтенсивності тривожних проявів, а й забезпечують формування в молодших

© Стеценко А.І., Александрова Ю.М., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

школярів стійких навичок емоційної саморегуляції, конструктивного ставлення до помилок та оцінювання, упевненості у власних можливостях і здатності діяти в суб'єктивно складних ситуаціях. Перспективним є комплексний підхід, що передбачає поєднання когнітивно-поведінкових, емоційно-регуляційних, поведінково-тренувальних, ігрових та арттерапевтичних засобів із урахуванням вікових особливостей дітей і специфіки шкільного середовища. Результати сучасних систематичних оглядів засвідчують потенціал шкільних психологічних втручань у зниженні тривожності дітей, водночас наголошуючи на значенні теоретично обґрунтованого вибору корекційних підходів. Саме тому актуальним науково-практичним завданням є обґрунтування та систематизація психологічних засобів корекції тривожних станів молодших школярів, які можуть бути ефективно інтегровані в діяльність психологічної служби закладу освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблему тривожності молодших школярів та психологічних засобів її корекції досліджували І. Бех [1], І. Булах і С. Кузьменко [2], О. Галієва [3], Н. Кириченко [4], Т. Левицька і М. Рудницька [5], В. Петренко [6], Л. Помиткіна [7], С. Прахова [8], В. Соцький [9], І. Стрілецька [10], Ю. Чудновець і В. Бочелюк [11]. У їхніх працях розкрито сутність тривожності, вікові особливості та чинники її виникнення, специфіку шкільної тривожності й основні напрями психологічної корекції.

Водночас потребує подальшого вивчення комплексне застосування психологічних засобів корекції тривожних станів молодших школярів з урахуванням їхніх вікових особливостей та специфіки навчально-оцінювальних і соціальних ситуацій, що зумовлює необхідність обґрунтування відповідної комплексної корекційної програми.

Постановка завдання. Метою статті є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження особливостей тривожних станів у молодших школярів, а також визначення й розроблення психологічних засобів їх комплексної корекції в умовах освітнього середовища.

Виклад основного матеріалу. Тривожність є складним психологічним феноменом, що охоплює емоційні, когнітивні, поведінкові та психофізіологічні компоненти реагування. Важливим є розмежування тривоги як актуального емоційного стану, пов'язаного з конкретною або суб'єктивно значущою ситуацією, та тривожності як відносно стійкої схильності сприймати різні обставини як потенційно загрозливі.

О. Галієва визначає тривожність як стан підвищеної чутливості до реальних або уявних труднощів, що супроводжується напругою, невпевненістю та очікуванням негативного результату [3, с. 42].

І. Стрілецька [10] розглядає тривожність як індивідуально-психологічну властивість особистості, що характеризує схильність до переживання занепокоєння та емоційного напруження в ситуаціях, які суб'єктивно сприймаються як загрозливі. Авторка підкреслює, що стійкість таких реакцій дає підстави розглядати тривожність не лише як тимчасовий стан, а й як особистісну характеристику.

Узагальнення наведених наукових підходів дає підстави розглядати тривожність як багатокомпонентне психологічне утворення, що може виявлятися як актуальний емоційний стан і як відносно стійка особистісна схильність до тривожного реагування. У межах нашого дослідження під тривожністю розуміємо схильність дитини сприймати певні навчальні та соціально значущі ситуації як потенційно загрозливі, що супроводжується емоційним напруженням, негативними очікуваннями, психофізіологічними реакціями та відповідними змінами поведінки.

Особливого значення проблема тривожності набуває в молодшому шкільному віці у зв'язку зі зміною соціальної позиції дитини, провідною роллю навчальної діяльності та посиленням значущості зовнішнього оцінювання.

І. Бех акцентує на суттєвих змінах у психічному та особистісному розвитку молодшого школяра, зумовлених новою соціальною позицією, навчальною діяльністю та розширенням міжособистісних взаємин [1].

Т. Левицька та М. Рудницька [5] пов'язують підвищену вразливість дітей цього віку з емоційною чутливістю, орієнтацією на оцінку значущих дорослих і недостатньою сформованістю механізмів емоційної саморегуляції. Унаслідок цього навчальні труднощі, помилки або негативне оцінювання можуть набувати для дитини характеру суб'єктивної загрози.

Тривожні стани молодших школярів проявляються не лише занепокоєнням, а й невпевненістю в собі, очікуванням невдачі, труднощами концентрації уваги, уникненням складних завдань і відповідей, потребою в постійному підтвердженні правильності власних дій та тілесним напруженням.

Ю. Чудновець та В. Бочелюк [11] зазначають, що прояви тривожності дітей молодшого

шкільного віку охоплюють емоційну, поведінкову та психофізіологічну сфери.

Вагомим чинником тривожності є навчально-оцінювальна сфера. І. Булах та С. Кузьменко [2] пов'язують специфіку шкільної тривожності молодших школярів із ситуаціями перевірки знань, необхідністю відповідати встановленим вимогам та очікуванням значущих дорослих. Страх помилки, публічної відповіді чи невдачі може формувати очікування негативного результату та сприяти уникненню ситуацій, у яких дитина має демонструвати власні знання й можливості.

Водночас важливе значення має соціально-психологічне середовище. Л. Помиткіна [7] серед чинників шкільної тривожності виокремлює взаємодію з учителем та однолітками, особливості сімейних відносин, вимоги освітнього середовища і переживання школярем власного становища в системі соціальних взаємин.

Багатокомпонентний характер тривожності зумовлює необхідність комплексної психологічної корекції. Н. Кириченко [4] обґрунтовує доцільність послідовного впливу на емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти тривожного реагування. Одним із провідних напрямів такої роботи є когнітивно-поведінковий підхід, спрямований на розпізнавання тривожних думок, перевірку негативних прогнозів, формування реалістичнішого ставлення до помилок та освоєння конструктивних способів поведінки у складних ситуаціях.

В. Петренко [6] підкреслює, що психологічна корекція має передбачати не лише зниження емоційного напруження, а й формування конструктивних способів реагування на суб'єктивно загрозливі шкільні ситуації.

Важливим напрямом є розвиток емоційної та психофізіологічної саморегуляції. В. Соцький [9] пов'язує подолання тривожності молодших школярів з активізацією внутрішніх ресурсів, розвитком навичок саморегуляції, впевненості у власних можливостях і здатності конструктивно діяти в емоційно напружених ситуаціях. Практично це може реалізовуватися через дихальні та релаксаційні вправи, усвідомлення тілесних реакцій, переключення уваги та засвоєння доступних дитині способів самодопомоги.

Відповідними віковим особливостям молодших школярів є арттерапевтичні засоби, які забезпечують можливість безпечного символічного вираження переживань. Арттерапію розглядають як засіб психологічної корекції тривожності дітей шкільного віку, що сприяє вираженню складних переживань, зниженню внутрішнього напруження та опрацюванню емоційних труднощів. У комплексній роботі можуть застосовуватися малювання, робота з кольором і символічними образами та створення ресурсних композицій.

Не менш важливим є поведінковий компонент корекції, спрямований на зменшення уникнення тривожних ситуацій. Після засвоєння навичок саморегуляції доцільним є поступове моделювання ситуацій відповіді перед класом, перевірки знань, звернення по допомогу, висловлення власної думки та можливості припуститися помилки. Ігрові методи й рольове моделювання дають змогу відпрацьовувати адаптивні способи поведінки в психологічно безпечних умовах із подальшим перенесенням сформованих навичок у реальні ситуації.

Ефективність корекційної роботи залежить також від підтримки дитини в її повсякденному середовищі. С. Прахова та Н. Макаренко [8] наголошують на необхідності превентивної роботи зі шкільною тривожністю та створення психологічно безпечного освітнього середовища. Важливими є підтримувальний стиль педагогічної взаємодії, визнання права дитини на помилку, недопущення публічного приниження та надмірного порівняння учнів, а також співпраця психолога з батьками.

З огляду на зазначене, психологічну корекцію тривожних станів молодших школярів доцільно будувати як інтегровану систему емоційно-регуляційних, когнітивних, поведінкових, арттерапевтичних, ігрових та соціально-середовищних впливів. Її метою має бути не лише зниження інтенсивності тривоги, а й формування здатності дитини розпізнавати власні реакції, регулювати емоційне напруження, реалістично оцінювати тривожні очікування, конструктивно ставитися до помилок та продовжувати діяльність навіть за наявності хвилювання.

Для визначення провідних проявів тривожності та подальшого обґрунтування змісту корекційної роботи було проведено емпіричне дослідження, у якому взяла участь 51 дитина молодшого шкільного віку. Діагностичний комплекс включав тест шкільної тривожності А. Філліпса, Багатошкальний опитувальник дитячої тривожності (БОТД), методику діагностики тривожності Р. Сірса, «Шкалу тривожності» Дж. Тейлора (MAS) та методику «Вибери потрібне обличчя» Р. Теммла, М. Доркі та В. Амена. Поєднання зазначених методик дало змогу оцінити загальну й шкільну тривожність, її навчально-оцінювальні, соціальні, поведінкові та емоційно-ситуативні прояви.

За тестом А. Філліпса встановлено, що лише у 22 дітей (43,1 %) загальний рівень шкільної тривожності перебував у межах нормативних значень, тоді як у 19 (37,3 %) виявлено підвищений, а у 10 (19,6 %) – високий рівень. Таким чином, 56,9 % досліджуваних мали підвищену або високу шкільну тривожність. Найбільш вираженим фактором став страх ситуації перевірки знань: підвищені та високі показники зафіксовано у 62,7 % дітей. Значними також були страх не відповідати очікуванням оточуючих (54,9 %) і страх самовираження (52,9 %). Основними джерелами шкільного емоційного напруження виявилися ситуації контролю знань, зовнішнього оцінювання та необхідності відкрито демонструвати власні можливості.

Результати БОТД підтвердили переважну спрямованість тривожних переживань на навчально-оцінювальну сферу. Найбільша частка високих показників виявлена за шкалою тривоги в ситуаціях перевірки знань – 45,1 %, тривоги, пов'язаної з успіхами в навчанні, 39,2 %, тривоги щодо оцінки оточуючих – 37,3 % та тривоги в ситуаціях самовираження – 35,3 %. Водночас високий рівень загальної тривожності зафіксовано у третини досліджуваних – 33,3 %. Отримані результати показують, що для значної частини дітей тривога актуалізується передусім тоді, коли їхні знання, досягнення або особисті можливості стають предметом зовнішнього оцінювання.

Дані спостереження за методикою Р. Сірса засвідчили, що низький, адаптивний рівень поведінкових проявів тривожності характерний для 18 дітей (35,3 %), помірний/виражений – для 41,2 %, високий, дезадаптивний – для 12 дітей (23,5 %). Отже, 64,7 % школярів демонстрували помірні або високі зовнішні ознаки тривожності, що підтверджує прояв тривожних переживань не лише на рівні самооцінки, а й у поведінці дітей.

За шкалою Дж. Тейлора найбільшу частку становили діти із середнім рівнем тривожності – 25,5 %. Рівень вище середнього встановлено у 23,5 %, високий – у 17,6 %, нижче середнього – у 17,6 %, низький – у 15,7 % досліджуваних. Важливо, що вище середнього та високий рівні сукупно виявлено у 41,2 % дітей, що свідчить про значну представленість загальної емоційної напруженості у вибірці.

За методикою Р. Теммла, М. Доркі та В. Амена середній рівень тривожності встановлено у 24 дітей (47,1 %), високий – у 15 (29,4 %), низький – у 12 (23,5 %). Якісний аналіз відповідей показав, що найбільший емоційний дискомфорт викликали ситуації агресії та міжособистісної загрози,

Таблиця 1

Результати діагностики тривожності молодших школярів (n = 51)

Методика	Діагностичний показник	Рівень / прояв	n	%
Тест шкільної тривожності А. Філліпса	Загальна шкільна тривожність	нормативний	22	43,1
		підвищений	19	37,3
		високий	10	19,6
	Страх ситуації перевірки знань	підвищений та високий	32	62,7
БОТД	Загальна тривожність	високий	17	33,3
	Тривога в ситуаціях перевірки знань	високий	23	45,1
	Тривога, пов'язана з навчальними успіхами	високий	20	39,2
	Тривога щодо оцінки оточуючих	високий	19	37,3
	Тривога в ситуаціях самовираження	високий	18	35,3
Методика Р. Сірса	Поведінкові прояви тривожності	низький	18	35,3
		помірний / виражений	21	41,2
		високий	12	23,5
Шкала тривожності Дж. Тейлора (MAS)	Загальна тривожність	низький	8	15,7
		нижче середнього	9	17,6
		середній	13	25,5
		вище середнього	12	23,5
		високий	9	17,6
«Вибери потрібне обличчя» (Р. Теммл, М. Доркі, В. Амен)	Індекс тривожності	низький	12	23,5
		середній	24	47,1
		високий	15	29,4

Примітка: n – кількість досліджуваних; % – частка від загальної кількості обстежених.

негативного ставлення дорослого, ігнорування, соціальної ізоляції та перебування наодинці. Отже, поряд із навчально-оцінювальною тривожністю для частини дітей значущими є переживання, пов'язані із соціальною безпекою, прийняттям і підтримкою.

Для перевірки узгодженості виявлених проявів тривожності було проведено кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена. Встановлено статистично значущі позитивні зв'язки між показниками різних методик, що підтверджує взаємопов'язаний характер загальної, шкільної, навчально-оцінювальної, поведінкової та ситуаційно-емоційної тривожності.

Найтісніший зв'язок встановлено між страхом перевірки знань за тестом А. Філліпса та відповідною шкалою БОТД ($r_s = 0,74$; $p < 0,01$), що підтверджує провідну роль навчально-оцінювальних ситуацій у структурі тривожності досліджуваних. Сильний позитивний зв'язок також виявлено між загальною тривожністю за БОТД та шкалою Дж. Тейлора ($r_s = 0,72$; $p < 0,01$), а між загальною шкільною тривожністю за А. Філліпсом і загальною тривожністю за БОТД – $r_s = 0,68$ ($p < 0,01$). Помірні позитивні зв'язки загальної тривожності з поведінковими проявами за Р. Сірсом ($r_s = 0,52$) та індексом тривожності за методикою Р. Теммла, М. Доркі та В. Амена ($r_s = 0,50$) свідчать, що посилення внутрішньої тривоги супроводжується більш помітними поведінковими проявами та негативнішим емоційним реагуванням на соціально значущі ситуації.

Результати емпіричного дослідження за різними діагностичними методиками взаємно узгоджуються та засвідчують значну поширеність тривожних проявів серед обстежених молодших школярів. Провідною виявилася навчально-оцінювальна складова тривожності, пов'язана з перевіркою знань, можливістю помилки, навчальною успішністю, зовнішнім оцінюванням та самовираженням. Встановлені взаємозв'язки між загальними, шкільно-ситуаційними, соціально-оцінювальними та поведінковими проявами тривожності підтверджують її багатокомпонентний характер і обґрунтовують необхідність комплексного психологічного впливу, спрямованого на емоційні, когнітивні, поведінкові та психофізіологічні механізми тривожного реагування. Одержані результати стали підґрунтям для розроблення психологічної програми корекції тривожних станів у молодших школярів.

На цій основі розроблено психологічну програму корекції тривожних станів у молодших школярів. Її метою визначено зниження вираженості тривожних станів шляхом розвитку емоційної саморегуляції, корекції дезадаптивних тривожних установок і поведінкових стратегій, формування конструктивного ставлення до ситуацій оцінювання та помилок, підвищення впевненості у власних можливостях і засвоєння адаптивних способів подолання емоційного напруження в навчальних та соціально значущих ситуаціях.

Концептуально програма побудована на інтегративному підході. Провідне місце відведено когнітивно-поведінковим засобам, спрямованим на виявлення та зміну тривожних автоматичних думок, перевірку катастрофічних прогнозів і формування адаптивніших способів інтерпретації складних ситуацій. Експозиційно-поведінковий компонент орієнтований на поступове зменшення уникнення та набуття досвіду конструктивної поведінки в ситуаціях, які викликають хвилювання. Емоційно-регуляційні й майндфулнес-орієнтовані засоби спрямовані на усвідомлення тілесних та емоційних проявів тривоги, стабілізацію психофізіологічного стану й розвиток довільної саморегуляції. Арттерапевтичні, ігрові та ресурсно-орієнтовані техніки забезпечують віково доступне

Таблиця 2

Основні кореляційні зв'язки між показниками тривожності молодших школярів

Показники	r_s	p
Загальна шкільна тривожність (Філліпс) ↔ загальна тривожність (БОТД)	0,68	< 0,01
Загальна тривожність (БОТД) ↔ загальна тривожність (Тейлор)	0,72	< 0,01
Загальна шкільна тривожність (Філліпс) ↔ загальна тривожність (Тейлор)	0,61	< 0,01
Страх перевірки знань (Філліпс) ↔ тривога під час перевірки знань (БОТД)	0,74	< 0,01
Страх самовираження (Філліпс) ↔ тривога в ситуаціях самовираження (БОТД)	0,63	< 0,01
Страх не відповідати очікуванням ↔ тривога щодо оцінки оточуючих	0,66	< 0,01
Загальна тривожність (БОТД) ↔ поведінкові прояви (Сірс)	0,52	< 0,01
Загальна тривожність (БОТД) ↔ індекс тривожності (Теммл–Доркі–Амен)	0,50	< 0,01

Примітка: r_s – коефіцієнт рангової кореляції Спірмена; p – рівень статистичної значущості; статистично значущими вважалися зв'язки при $p < 0,05$.

опрацювання переживань, актуалізацію сильних сторін дитини та формування досвіду власної компетентності.

Програма розрахована на 8 групових занять тривалістю 60 хвилин, що проводяться 1–2 рази на тиждень у групі 8–10 дітей. Її логіку відображає послідовність «усвідомлюю – регулюю – переосмислюю – пробую – закріплюю», відповідно до якої дитина поступово переходить від розуміння власних тривожних реакцій до самостійного застосування адаптивних способів їх подолання. Зміст програми структуровано у п'ять взаємопов'язаних етапів.

Особливістю програми є система взаємопов'язаних авторських технік: «Моя карта тривоги», «Пульт спокою», «Лабораторія помилок», «Сходинки сміливості», «Місія: я можу» та «Рюкзак спокою». Їх послідовність відповідає загальній логіці психологічної корекції: розпізнати тривогу → обрати спосіб регуляції → змінити ставлення до помилки → поступово наблизитися до складної ситуації → діяти попри хвилювання → інтегрувати ефективні способи самодопомоги. Так, «Моя карта тривоги» допомагає дитині встановити зв'язок між ситуацією, думками, тілесними відчуттями та поведінкою; «Пульт спокою» формує індивідуальний алгоритм саморегуляції; «Лабораторія помилок» спрямована на зміну сприйняття помилки як невдачі; «Сходинки сміливості» забезпечують поступове подолання уникнення; «Місія: я можу» переносить сформовані навички у змодельовані навчальні та соціальні ситуації; «Рюкзак спокою» інтегрує набуті дитиною способи самодопомоги.

Важливою умовою реалізації програми визначено створення психологічно безпечного середовища, у якому дотримуються принципів добровільності, поступовості, вікової відповідності, активності дитини, ресурсної орієнтації та поваги до її індивідуального темпу. Корекційна робота не передбачає примусового занурення у ситуації, що викликають інтенсивну тривогу: складність завдань підвищується поступово, відповідно до готовності дитини. Для перенесення сформованих навичок за межі психологічних занять важливою є також узгоджена взаємодія психолога, педагогів і батьків.

Практичне застосування психологічних засобів корекції в освітньому середовищі доцільно доповнювати систематичним розвитком емоційної грамотності дітей, навчанням коротких технік саморегуляції, когнітивним опрацюванням страху помилки та негативного оцінювання, поступовим зменшенням поведінкового уникнення й використанням ігрових та арттерапевтичних форм роботи. Водночас психологічна допомога не повинна обмежуватися змінами самої дитини. Важливим є формування такого освітнього середовища, у якому мінімізуються публічна критика, висміювання помилок і надмірне порівняння учнів, натомість підтримуються поступовість, право на помилку, процесуальний зворотний зв'язок та досвід успішного подолання труднощів. Системна взаємодія з батьками має спрямовуватися на поєднання емоційної підтримки дитини з розвитком її самостійності, а не на повне усунення ситуацій, що викликають хвилювання.

Очікуваний корекційний ефект програми охоплює емоційний, когнітивний, поведінковий та психофізіологічний компоненти тривожного реагування. Передбачається зменшення загальної інтенсивності тривожних переживань, страху

Таблиця 3

Структура психологічної програми корекції тривожних станів у молодших школярів

Етап	Зміст корекційної роботи	Основна спрямованість
I. Орієнтаційно-психоосвітній	усвідомлення природи тривоги, розпізнавання її проявів, визначення індивідуальних тривожних реакцій	формування емоційної усвідомленості
II. Стабілізаційно-регуляційний	робота з тілесними сигналами, дихальні й релаксаційні техніки, заземлення, формування способів швидкої самодопомоги	розвиток психофізіологічної та емоційної саморегуляції
III. Когнітивно-корекційний	розпізнавання тривожних думок, перевірка негативних прогнозів, робота зі страхом помилки та оцінювання	формування адаптивних когнітивних стратегій
IV. Поведінково-тренувальний	поступове наближення до тривожних ситуацій, рольове моделювання, поведінкова репетиція	зменшення уникнення та розвиток упевненої поведінки
V. Інтеграційно-ресурсний	узагальнення набутого досвіду, актуалізація ресурсів, створення персонального алгоритму самодопомоги	закріплення та перенесення сформованих навичок у повсякденне життя

перевірки знань, помилки, самовираження й негативного оцінювання; скорочення поведінкового уникнення; підвищення готовності діяти в навчально-оцінювальних і соціальних ситуаціях; зменшення тілесного напруження та розширення здатності самостійно застосовувати засвоєні способи саморегуляції. Оцінювання результативності програми передбачає зіставлення показників первинної та повторної психодіагностики в поєднанні з якісним аналізом змін у поведінці дітей.

Висновки. Проведене дослідження засвідчило, що тривожні стани молодших школярів мають багатокомпонентний характер і формуються під впливом поєднання вікових, індивідуально-психологічних, навчально-оцінювальних та соціально-середовищних чинників. Емпірично встановлено, що найбільш психологічно напруженими для дітей є ситуації, пов'язані з перевіркою знань, можливістю помилки, оцінюванням з боку оточуючих і необхідністю демонструвати власні можливості. Виявлені взаємозв'язки між різними показниками тривожності підтверджують доцільність її розгляду як цілісного феномену, прояви якого не обмежуються емоційним переживанням, а відображаються у способах мислення, поведінці, міжособистісній взаємодії та психофізіологічному стані дитини.

Одержані результати обґрунтували необхідність комплексної психологічної корекції, орієнтованої передусім на формування здатності молодшого школяра конструктивно справлятися із ситуаціями, що викликають хвилювання. Розроблена програма поєднує взаємодоповнювальні засоби психологічного впливу та передбачає поступовий перехід від усвідомлення власних реакцій до самостійного використання способів саморегуляції й адаптивної поведінки. Перспективність такого підходу полягає у спрямованості не на усунення тривоги як природного емоційного переживання, а на запобігання її дезадаптивному закріпленню та розвиток психологічних ресурсів, необхідних дитині для впевненішого функціонування в навчальних і соціально значущих ситуаціях.

Список літератури:

1. Бех І. Д. Молодший школяр у вікових особливостях. *Початкова школа*. 2015. № 1. С. 10–15.
2. Булах І. С., Кузьменко С. В. Психологічні особливості шкільної тривожності молодших школярів. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент.* 2011. № 7. С. 150–157.
3. Галієва О. М. Теоретичний аналіз поняття «тривожність». *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 6. С. 107–109.
4. Кириченко Н. В. Корекція рівня тривожності у школярів молодшого шкільного віку : кваліфікаційна (дипломна) робота на здобуття ступеня вищої освіти «магістр» за спеціальністю 053 «Психологія» / наук. кер. О. О. Прокоф'єва ; Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького. Запоріжжя, 2024. 76 с.
5. Левицька Т. Л., Рудницька М. П. Психологічні особливості проявів тривожності у дітей молодшого шкільного віку. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологія*. 2017. № 4. С. 22–25.
6. Петренко В. Є. Психологічна корекція тривожності школярів різних типів навчальних закладів. Київ : Просвіта, 2015. 137 с.
7. Помиткіна Л. В. Соціально-психологічні чинники шкільної тривожності молодших школярів. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. 10. Вип. 27. С. 482–492.
8. Прахова С. А. Тривожність у предикторній структурі фрустраційних станів школярів різних вікових груп. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України* / за наук. ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2018. Вип. 41. С. 302–313.
9. Соцький В. В. Психологічні засоби подолання тривожності у дітей молодшого шкільного віку : робота на здобуття кваліфікаційного ступеня магістра : спец. 053 «Психологія» / наук. кер. І. М. Періг. Тернопіль : ТНТУ, 2025. 111 с.
10. Стрілецька І. І. Тривожність як індивідуальна властивість особистості (теоретичний аспект). *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія: Психологічні науки*. 2015. Вип. 1 (46). С. 266–272.
11. Чудновець Ю. С., Бочелюк В. Й. Особливості прояву тривожності у дітей молодшого шкільного віку. *Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі : матеріали ІІІ Всеукраїнської науково-практичної конференції* (28 квітня 2021 р.). Запоріжжя, 2021. С. 431–433. URL: https://zp.edu.ua/uploads/dept_s&r/2021/conf/2.3/Zbirka.pdf#page=431 (дата звернення: 10.08.2026).

Stetsenko A.I., Aleksandrova Yu.M. PSYCHOLOGICAL MEANS OF CORRECTING ANXIETY STATES IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

The article is devoted to the study of psychological means of correcting anxiety states in primary school children. The psychological nature of anxiety, the specific features of its manifestation in primary school age, and the main factors contributing to its development are examined. Particular attention is paid to learning and assessment situations and socially significant situations associated with knowledge testing, fear of making mistakes, self-expression, expectations of others, and external evaluation. The expediency of the integrated use of cognitive-behavioral, emotional regulation, behavioral training, art therapy, and play-based techniques is substantiated. The results of an empirical study involving 51 primary school children are presented. The study employed the Phillips School Anxiety Test, the Multidimensional Anxiety Scale for Children, the Sears Anxiety Scale, the Taylor Manifest Anxiety Scale (MAS), and the "Choose the Right Face" technique developed by R. Temml, M. Dorki, and V. Amen. A considerable prevalence of anxiety manifestations is identified, with the most pronounced anxiety occurring in situations involving knowledge assessment, academic achievement, external evaluation, and self-expression. Correlation analysis confirms the relationships among general, school-related, social-evaluative, and behavioral components of anxiety. Based on the findings, a comprehensive psychological correction program aimed at developing emotional self-regulation, modifying maladaptive anxiety-related attitudes, reducing avoidance behavior, fostering a constructive attitude toward mistakes, and enhancing children's confidence in their own abilities is developed. The program comprises five consecutive stages and integrates psychoeducational, regulatory, cognitive, behavioral, and resource-oriented interventions. Practical guidelines for applying psychological means of anxiety correction in the educational environment are outlined, and the importance of cooperation among psychologists, teachers, and parents in reinforcing adaptive coping and response strategies in primary school children is emphasized.

Keywords: *anxiety, anxiety states, primary school children, school anxiety, psychological correction, emotional self-regulation, cognitive-behavioral techniques, art therapy, educational environment.*

Дата першого надходження статті до видання: 17.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ; ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.942.5-058.65:[615.851:165.212]
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/27

Башлакова Ю.В.
https://orcid.org/0009-0003-7718-6798
Херсонський державний університет

ОПРАЦЮВАННЯ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ В КОНТЕКСТІ ВІЙНИ В УКРАЇНІ ЗАСОБАМИ СИМВОЛІЗАЦІЇ

Статтю присвячено теоретичному осмисленню символізації як одного з базових психічних механізмів, що уможливлює опрацювання травматичного досвіду в умовах війни в Україні. Травма в контексті війни розглядається як мультирівневий феномен, що зачіпає різні категорії постраждалих: цивільне населення, внутрішньо переміщених осіб, дітей, родини військових, свідків окупації та бойових дій, ветеранів, а також суспільство загалом як носія колективної травми. Обґрунтовано доцільність розгляду символізації не як окремої техніки чи методу, а як багаторівневого процесу, що поєднує тілесний, образний, наративний та смисловий рівні опрацювання досвіду. Проаналізовано теоретичні засади символізації у психоаналітичній (З. Фройд, К. Г. Юнг, В. Біон, Г. Кристал, Ж. Лакан, П. Марті), герменевтичній (П. Рікер), культурно-історичній (Л. Виготський, К. Гірц), семіотичній (Ч. Пірс) та нейропсихологічній (Б. ван дер Колк, К. Брюїн) традиціях. Розглянуто концепцію десимволізації як ядра травматичного синдрому, операціонального мислення як соматизаційного наслідку дефіциту символізації та ресимволізації як ключового механізму відновлення. Систематизовано наявні уявлення про рівневу організацію символічного опрацювання, узагальнені у вертикальній послідовності «тіло–образ–наратив–сенс», яка відома з поетапних моделей арттерапевтичної роботи, та показано можливості її адаптації до специфіки різних груп постраждалих. Висвітлено основні форми символізації: тілесно-сенсомоторну, образно-метафоричну, наративно-вербальну, діяльнісно-енактивну, соціально-ритуальну та культурно-меморіальну; цифрові формати розглянуто як середовище їх реалізації. Окреслено вимір колективної травми, трансгенераційної передачі несимволізованих наслідків історичних травм та культурно-меморіальних практик у сучасній Україні. Як приклад диференційованої роботи з конкретною групою розглянуто специфіку моральної травми у ветеранів.

Ключові слова: *символізація, травматичний досвід, війна, моральна травма, цивільне населення, ветерани, колективна травма, наративна реконструкція, ресимволізація, культурно-меморіальні практики, посттравматичне зростання.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна, розпочата Росією проти України у 2022 році, спричинила безпрецедентну за обсягом і складністю травматизацію населення. Травма в контексті війни є мультирівневим феноменом, що зачіпає не лише військовослужбовців, які беруть безпосередню участь у бойових діях, а й значно ширше коло постраждалих: цивільне населення, що зазнало обстрілів, втрат близьких, перебування під окупацією; внутрішньо переміщених осіб; дітей, які зростають у воєнній реальності; сім'ї військових і загиблих; свідків насильства; медичних працівників і волонтерів, які стикаються із вторинною травматизацією. Окрему категорію становить суспільство в цілому як носій колективної травми, що накладається на трансгенераційні наслідки історичних травм: Голодомору, репресій, депортацій.

Травматичний досвід у контексті війни характеризується не лише симптомами посттравматичного стресового розладу (ПТСР), а й глибокими

© Башлакова Ю.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

порушеннями на рівні тілесної регуляції, емоційної інтеграції, наративної цілісності та екзистенційно-моральних орієнтирів. Особливістю української ситуації є тривалість і безперервність травматизації: на відміну від постконфліктних контекстів, де відновлення відбувається після завершення активних бойових дій, в Україні психологічна робота розгортається в умовах триваючої війни, коли нова травматизація може відбуватися одночасно з реабілітаційним процесом.

Травмофокусовані психотерапевтичні підходи, орієнтовані переважно на вербальне опрацювання травми, мають одну з найсильніших доказових баз у сучасній психотерапії. Водночас частина постраждалих не відповідає на них повною мірою або передчасно припиняє участь, і однією з ймовірних причин цього є домінування досимволічних форм збереження травматичного досвіду в нервовій системі разом із фрагментованістю автобіографічної пам'яті, які не піддаються безпосередній вербалізації. Це актуалізує потребу в інтегративних підходах, що доповнюють вербальну роботу, враховують багаторівневу природу травматичного досвіду та залучають різні форми символізації: від тілесної регуляції до сенсотворчої трансформації, від індивідуальної терапії до колективних і культурно-меморіальних практик. Теоретико-методологічне обґрунтування таких підходів у контексті української воєнної реальності становить актуальну наукову проблему.

Аналіз актуальних досліджень і публікацій. Проблематика символізації як механізму опрацювання травматичного досвіду має багатовікову традицію теоретичного осмислення. У психоаналітичній традиції З. Фройд обґрунтував символізацію як механізм опосередкованого вираження витісненого досвіду через образи, метафори та сюжетні структури [1]. К. Г. Юнг суттєво розширив це розуміння, виходячи за межі вузько сексуальної інтерпретації Фройда: для нього символ – це не маскування, а найкраща можлива форма вираження чогось ще не пізнаного, що не може бути виражене точніше іншим способом; символи народжуються зі спонтанної діяльності несвідомого та виявляють зміст архетипів [2]. Подальший розвиток психоаналітичної парадигми здійснив В. Біон, який увів ключове розрізнення між β-елементами (несимволізовані сенсорно-афективні враження) та α-елементами (символічно опрацьовані змісти), а також концепцію α-функції як здатності психіки трансформувати нестерпний досвід у символічну форму [3]. Концепція десимволізації як наслідку травми була розроблена Г. Кристалом, який обґрунтував положення про те, що масивна травматизація руйнує здатність психіки використовувати афекти як сигнали мобілізації захистів і призводить до алекситимії [4]. Особливо цінною для розуміння соматичних наслідків десимволізації є концепція операціонального мислення (pensée opératoire) П. Марті та паризької психосоматичної школи, що описує підвищену прив'язаність до конкретної реальності та недостатність символічної переробки афекту як механізм соматизації психічного конфлікту [5].

Ж. Лакан запропонував принципово нове розуміння символізації, інтегрувавши психоаналіз зі структурною лінгвістикою Ф. де Сосюра: символічний порядок є одним із трьох реєстрів психіки поряд з уявним і реальним; символічне є порядком культури, мови і закону, а вхід у нього через мову водночас конституює суб'єкта та відчужує його від безпосередності реального [6]. У межах герменевтичної традиції П. Рікер увів принципово важливу формулу: «символ спонукає думати» (le symbole donne à penser), підкреслюючи надлишковість значення та інтерпретативний потенціал символічних форм [7]. Культурно-історичний підхід Л. Виготського розкрив соціально-знакову природу символізації як форми опосередкування вищих психічних функцій, які спершу існують в інтерпсихічній (міжособистісній) формі і лише потім інтеріоризуються [8]. Семіотична традиція (Ч. Пірс) розрізняє три типи знаків: іконічні (подібні до об'єкта), індексальні (причинно пов'язані з ним) та символічні (пов'язані з ним конвенційно), – що дає змогу диференційовано аналізувати різні типи репрезентаційних відношень, задіяних у роботі з травматичним досвідом [9]. Розрізнення символічного рівняння, за якого символ переживається як тотожний позначуваному, і власне символу запропонувала Г. Сігал [10].

Б. ван дер Колк узагальнив дані сучасних нейробіологічних досліджень, згідно з якими травматичний досвід зберігається передусім у вигляді тілесних патернів, фрагментованих сенсорних образів та емоційних слідів, які не інтегровані у декларативну пам'ять [11]. К. Брюїн зі співавторами обґрунтував теорію подвійного представлення ПТСР, згідно з якою травматична пам'ять кодується у двох системах: вербально-доступній (VAM) та ситуаційно-доступній (SAM), при тому інтеграція досвіду вимагає переходу між ними [12]. Н. Гасс-Коен і Дж. Клей пропонують розглядати реконсолідацію пам'яті як спільний нейрокогнітивний механізм, що лежить в основі ефективності символічних підходів до травми: під час

реактивації травматичного спогаду в поєднанні з новим символічним досвідом пам'ять стає пластичною й відкритою для модифікації [13].

В українському науковому полі тема символічного опрацювання травми війни найбільш системно розгорнута у працях Т. М. Титаренко, яка розробила концепцію наративної ретикуляції та посттравматичного життєтворення як механізмів відновлення суб'єктності в умовах тривалої травматизації [14; 15]. Колективні монографії за редакцією З. Г. Кісарчук представляють комплексні моделі допомоги різним категоріям постраждалих: військовослужбовцям, внутрішньо переміщеним особам, членам сімей загиблих, зниклих безвісти та тих, хто перебуває у полоні – з акцентом на смислопородженні та комунікативних територіях особистості [16; 17]. Арт-терапевтичний напрям представлений працями О. Л. Вознесенської та колективу авторів збірника «Простір арт-терапії», у яких символізація розглядається як ядро механізму терапевтичного впливу при колективній травмі [18]. У сучасних публікаціях О. В. Радько запропонована чотириетапна модель символізації травматичного досвіду засобами арттерапії [19]. Колектив авторів під керівництвом В. В. Турбан у методичних рекомендаціях обґрунтував залучення емоційних, тілесних і символічних рівнів переживання як необхідну умову посттравматичного зростання [20]. Технологія наративної реконструкції розроблена Г. В. Мироненко на основі мультимодальної моделі SEE FAR CBT М. Лаада та колег [21]. Психодинамічну концептуалізацію травми та підходи до її опрацювання представлено в науково-методичному посібнику Д. Ю. Старкова, В. В. Ярого, О. В. Олішевського [22].

У міжнародному науковому полі значущими є концепції реконструкції сенсів Р. Наймаєра, посттравматичного зростання Р. Тедескі та Л. Калхуна, моделі сенсотворення К. Парк [23; 24; 25]. Феномен моральної травми у військовому контексті концептуалізований у фундаментальних роботах Б. Літца та колег [26], а якісне дослідження Я. Грімела дає свідчення на користь її диференційованого статусу відносно ПТСР [27]. Ефективність наративних втручань, що працюють через автобіографічну пам'ять, підтверджена у мета-аналізі Р. Редера та співавторів [28]. Юнгіанська традиція, представлена роботою У. Вірц, обґрунтовує роль символічних форм у відновленні порушеної здатності до символізації [29]. Антропологічна концепція К. Гірца, що розглядає культуру як систему символів та значень, які організовують людський досвід, є теоретичною основою для розуміння колективних і культурно-меморіальних форм символізації травми [30]. Архетипний підхід Дж. Кемпбелла у праці «Герой з тисячею облич» концептуалізує універсальну структуру наративу про подолання труднощів, що має значний терапевтичний потенціал [31].

Попри значний обсяг розробок, спостерігається нестача цілісного теоретичного узагальнення, яке б враховувало різні форми символізації та специфіку різних категорій постраждалих від війни в Україні, поєднуючи індивідуальний, груповий і культурно-колективний рівні роботи.

Постановка завдання. Систематизувати теоретичні уявлення про символізацію як механізм опрацювання травматичного досвіду та узагальнити наявні підходи у вигляді багаторівневої моделі, що поєднує тілесний, образний, наративний і смисловий рівні символічного опрацювання, а також окреслити її методологічний потенціал для диференційованої роботи з різними категоріями постраждалих від війни в Україні: цивільним населенням, внутрішньо переміщеними особами, дітьми, родинами військових і загиблих, ветеранами та суспільством як носієм колективної травми.

Виклад основного матеріалу. Теоретико-методологічні засади символізації. У сучасному міждисциплінарному дискурсі символізація визначається як процес перетворення безпосереднього афективно-сенсорного досвіду на знаково-символічні форми, придатні до усвідомлення, інтерпретації та комунікації. Символ при цьому виступає не як відтворення реальності, а як її структуруючий елемент, що задає форму, в якій пережите стає мислимим і поділюваним. Епістемологічно символізація є різновидом репрезентації, але на відміну від іконічних та індексальних знаків (за класифікацією Ч. Пірса), символ передбачає семантичну надлишковість і багатозначність, що відкриває можливість інтерпретації та переінтерпретації [9]. Саме ця відкритість робить символ придатним для роботи з досвідом, який не має прямої вербалізації, зокрема, з травматичним.

У психоаналітичній парадигмі символізація розглядається як базовий механізм формування психічної реальності. Концепція α-функції В. Біона дозволяє конкретизувати цю тезу: α-функція трансформує невідрефлексовані β-елементи (сенсорні, афективні, недиференційовані враження) у символічно опрацьовані α-елементи, які можуть стати матеріалом сновидіння, мислення, мовлення [3]. Дефіцит α-функції призводить до десимволізації: досвід не «представляється», а «діє» через відігравання (acting out), соматизацію, фрагментовані

флешбеки. К. Г. Юнг, виходячи з власної концепції колективного несвідомого, додає до цього розуміння принципово важливий вимір: символи виражають архетипи, які є універсальними структурами людського досвіду, що проявляються у міфах, казках, релігійних образах усіх культур, і саме тому здатні забезпечувати символічну переробку індивідуальної травми через інтеграцію з колективними змістами [2]. Ж. Лакан, інтегруючи психоаналіз із структурною лінгвістикою, описує символічний порядок як реєстр психіки, який структурує досвід суб'єкта через мову; травма постає тут як прорив реального (того, що неможливо символізувати) крізь символічну тканину [6]. Таким чином, символізація постає не як один із психічних механізмів, а як умова мислення як такого.

Концептуально близькою є позиція низки сучасних психоаналітичних авторів, які описують травматичний досвід як такий, що принципово не піддається символізації. У дослідженні Д. Ю. Старкова, В. В. Ярого, О. В. Олішевського зазначається, що до цієї лінії можна віднести напрацювання М. Балінта, який «розглядав галузь травми такою, яку неможливо символізувати, тобто травматичний досвід представлений у конкретному образному вигляді, а не у символічно-знаковому, тому його принципово неможливо вербалізувати, і про нього з клієнтом неможливо говорити» [22, с. 47]. Така характеристика травми як «несимволізованого ядра» (unrepresented experience) є фундаментом для розуміння терапевтичної роботи як ресимволізації, а саме поступового відновлення зруйнованої здатності перетворювати афект на образ, образ на мову, мову на наратив, а наратив на сенс.

Травматична десимволізація як ядро посттравматичного синдрому. Травма характеризується розривом у процесах символізації на кількох рівнях. По-перше, на нейробіологічному рівні травматичний досвід кодується в системах імпліцитної пам'яті – переважно у правій півкулі, через мигдалину та інтероцептивні мережі – без адекватної інтеграції у вербально-декларативну пам'ять, опосередковану гіпокампом та лівою півкулею [11]. По-друге, на психічному рівні афект, образ і слово десинхронізуються: афект може проявлятися як соматичний симптом без образної або вербальної форми, образ – як інтрузивний флешбек без часової локалізації, а слово – як інтелектуальна реконструкція без емоційного контакту.

Змістовним є визначення наслідків травматичної дезінтеграції у працях С. Леві та А. Лемми, на які посилаються Д. Ю. Старков і колеги. Автори виокремлюють чотири взаємопов'язані аспекти впливу травми на психічну організацію: атаку на прив'язаність, порушення здатності горювати, природу травматичних ідентифікацій та порушення символічного функціонування. На переконання дослідників, «важка травма підриває здатність мислити символічно, розмірковувати над пережитим досвідом. Здатність символізувати дозволяє індивідууму уявляти досвід подумки, а не конкретно. Після травми болючі та тривожні образи, думки та почуття часто не вдається утримати у свідомості так, щоб відрізнити їх від об'єктивної реальності події» [22, с. 49].

Значущим клінічним наслідком десимволізації є феномен операціонального мислення (pensée opératoire), описаний П. Марті та паризькою психосоматичною школою. Цей феномен характеризується підвищеною прив'язаністю до конкретної реальності, збідненістю фантазійної діяльності, ослабленням асоціативних зв'язків і, як прямий наслідок, – соматизацією психічного конфлікту, який не знаходить символічного виходу [5]. У контексті війни такий механізм є поширеною клінічною картиною у цивільних, які пережили тривалий стрес під обстрілами, окупацію або в процесі вимушеного переміщення: соматичні симптоми (хронічні болі, дисфункції травлення, серцево-судинні порушення та ін.) виявляються «мовою тіла» там, де психіка не має ресурсу для символічного опрацювання. Алекситимія, що часто супроводжує цей феномен, є не особистісною рисою, а маркером порушення символічної функції.

Звідси випливає принципово важливе теоретичне положення: травматичний синдром є, у своїй основі, синдромом порушеної символізації. Симптоми ПТСР: інтрузії, уникнення, негативні когніції, гіперактивація – є наслідками неможливості перетворити сирий травматичний досвід на символічно опрацьовану структуру. Г. В. Мироненко наголошує: «Травматичні події викликають порушення автобіографічної пам'яті, а потім – ослаблення контекстуалізації подій і посилення асоціативних зв'язків, що призводить до розвитку симптомів повторного переживання» [21, с. 72]. Це формулювання точно фіксує ядро травматичного синдрому: декомпозицію цілісного досвіду на афективно-сенсорні фрагменти, що повторюються у психіці без можливості бути інтегрованими. Слід зазначити, що цей механізм є інваріантним стосовно джерела травматизації: він діє однаково при безпосередньому бойовому досвіді, досвіді перебування під обстрілами, при втраті близьких, вимушеному переміщенні та перебуванні в окупації.

Форми символізації травматичного досвіду. Зведення символізації виключно до арт-терапевтичних практик є, на нашу думку, методологічно редукціоністським. Сучасне розуміння символізації передбачає її поліформну природу. Доцільно виокремити щонайменше п'ять основних форм символізації, кожна з яких має власну теоретичну традицію та терапевтичний потенціал і може бути адаптована для різних категорій постраждалих. Підставою для їх розрізнення слугує провідний ресурс, у якому досвід набуває форми: тілесний, образний, мовний, дієвий та соціокультурний. Ці форми не є взаємовиключними: у практичній роботі вони поєднуються, а перехід між ними становить внутрішню динаміку символічного процесу.

Тілесно-сенсомоторна символізація (пози сили, дихальні практики, заземлення, рухова експресія) спирається на нейробіологічну модель травми, згідно з якою «тіло веде лік» (Б. ван дер Колк): травматичний досвід первинно зберігається в автономній нервовій системі, м'язових патернах та інтероцептивних мережах [11]. Тілесна символізація надає сенсорному досвіду форму через дію без необхідності відразу переходити до вербалізації. Це робить її незамінною на початковому етапі роботи з травмою, особливо для дітей, які ще не мають достатнього вербального ресурсу; для людей з обмеженою рефлексивністю; для тих, хто перебуває у стані хронічної гіперактивації внаслідок тривалого перебування у небезпеці; а також для осіб із вираженою соматизацією як проявом операціонального мислення.

Образно-метафорична символізація (внутрішні образи, метафоричні асоціативні карти, малюнок, колаж, скульптура з пластичних матеріалів) дозволяє надати афекту візуальну або просторову форму, не вдаючись до вербалізації. У юнгіанській традиції підкреслюється, що травматичні спогади характеризуються відсутністю вербального наративу та контексту, натомість кодуються в потоці відчуттів та образів, отже робота з символікою та використання метафори як матриці й мосту посилюють переробку афектів та дозволяють відновити порушену здатність до символізації [29]. Концептуальною основою цієї форми символізації є положення Г. Сігал про здатність символу виступати «третім об'єктом», що дистанціює суб'єкта від нестерпного переживання і робить його доступним для рефлексії [10]. Образна символізація є особливо ефективною у роботі з дітьми та підлітками, а також з дорослими, які пережили досвід, що не піддається прямій вербалізації: насильство, втрату близьких, перебування у полоні.

Наративно-вербальна символізація (розповідь, метафорична оповідь, лист, наративна реконструкція, свідчення) інтегрує фрагментовані спогади у часово-причинну структуру життєвої історії. Технологія наративної реконструкції, розроблена Г. В. Мироненко на основі моделі SEE FAR CBT М. Лаада та колег, передбачає чотири послідовні етапи: пригадування деталей події з метапозиції стороннього спостерігача; пошук нового сенсу травмівного досвіду; прийняття того, що травма дійсно сталася; інтегрування досвіду з визнанням того, що суб'єкт «попри цей досвід зараз почувається добре» [21, с. 74]. Результатом є відновлення «лінії часу» та формування нового, альтернативного наративу травматичної події. Цей підхід концептуально близький до наративної експозиційної терапії (Narrative Exposure Therapy) М. Шауер, Ф. Нойнера і Т. Ельберта, де використання символічних об'єктів: квітів для позитивних подій, каменів для травматичних – забезпечує опосередкування між тілесним переживанням і його мовним вираженням; ефективність наративних втручань підтверджено мета-аналізом [28]. Особливим різновидом наративної символізації є архетипний наратив у моделі «Подорож Героя» Дж. Кемпбелла, який, рухаючись від «зову до пригоди» через «випробування» до «повернення з даром», створює універсальну символічну структуру для здобуття досвіду подолання [31].

Діяльнісно-енактивна символізація (ритуали, рольова дія, структуровані практики, участь у спільнотних ініціативах, служіння іншим) реалізує принцип «проживання через вчинок». В енактивній когнітивній парадигмі (Ф. Варела, Е. Томпсон, Е. Рош) символічне значення створюється і відтворюється у дії, а не лише у внутрішній репрезентації. Ця форма символізації є особливо значущою у контексті війни в Україні: волонтерство, участь у відбудові, документування злочинів та ін. – стають для багатьох постраждалих формами діяльнісної символізації, які повертають відчуття контролю та сенсу. Для ветеранів цей рівень реалізується через трансформацію агресивної енергії в осмислену соціальну активність: допомогу побратимам та їх родинам, виховання молоді, наставництво, передачу досвіду.

Соціально-ритуальна та культурно-меморіальна символізація (колективні ритуали, комеморативні практики, мистецькі проєкти, місця пам'яті) переводить індивідуальну травму у вимір колективного сенсу. Антропологічна перспектива К. Гірца, яка розглядає культуру як систему

символів і значень, що організовують людський досвід, відкриває розуміння того, що ритуальне опрацювання спільного болю є антропологічно фундаментальним механізмом відновлення спільноти після катастрофи [30]. У сучасному українському контексті ця форма роботи набуває особливої значущості: меморіальні практики вшанування полеглих, документальні мистецькі проєкти, плейбек-театр для ветеранів та учасників бойових дій, групові арт-терапевтичні формати – виконують функцію соціального контейнера для індивідуального болю та сприяють формуванню колективного наративу травми війни.

Цифрове опосередкування символізації (сторітелінг, цифрові наративи, онлайн-спільноти підтримки, документальні проєкти) не утворює окремої форми символізації, оскільки не додає нового ресурсу символічного вираження, а надає наративній, образній та соціально-меморіальній роботі новий медіум і нову аудиторію. Цифрове середовище дозволяє швидко формувати колективні символічні структури та забезпечує публічну репрезентацію травматичного досвіду без необхідності фізичної присутності. Для постраждалих, які мешкають у віддалених регіонах, перебувають за кордоном або уникають очних форматів психологічної допомоги, цифрові формати можуть стати першим кроком символічного опрацювання. Зазначені формати створюють простір символічної взаємодії, де індивідуальний досвід знаходить визнання та релевантний контекст.

Рівнева організація символізації: «тіло – образ – наратив – сенс». Спираючись на огляд форм символізації, доцільно розглядати їх не як альтернативні методи, а як складові єдиного процесу, що має вертикальну архітектуру. Тілесна, образна та наративна форми відповідають послідовним рівням символічного опрацювання, тоді як дієва і соціокультурна форми належать до смислового рівня, на якому опрацьований досвід реалізується у вчинку та в поділюваному контексті спільноти. Така поетапна логіка не є новою: близьку чотириетапну послідовність описано, зокрема, у працях О. В. Радько в межах арттерапії [19]. Рівнева модель ґрунтується на принципі послідовної інтеграції: від найбільш базового тілесного рівня – через образний – до наративного – і далі до смислового. Цей принцип має нейробіологічне підґрунтя: спроба передчасної вербалізації травматичного матеріалу без попередньої тілесної стабілізації провокує гіперактивацію стрес-системи, блокує процеси реконсолідації пам'яті та може призводити до ретравматизації [12; 3].

Концептуальна логіка цієї послідовності може бути представлена як рух: «біль → форма → розуміння → вплив». На першому етапі сирий афективний досвід отримує тілесну форму вираження (напруження-розслаблення, заземлення, дихання як сигнал безпеки); на другому він переходить у візуально-метафоричну форму (образ, символ, метафора); на третьому – інтегрується у вербальний наратив із встановленням часово-причинних зв'язків; на четвертому – набуває особистісного сенсу, який повертає суб'єктність, гідність і вектор дії.

Принципово важливо, що ця послідовність не є жорстко лінійною. У реальній терапевтичній практиці процес символізації має спіралеподібний характер: робота на наративному рівні може потребувати повернення до тілесної регуляції, образна робота може вимагати наративного завершення, а смислотворення спиратися на повторне тілесне «закріплення». Однак саме принцип «знизу-вгору» (bottom-up), а не «зверху-вниз» (top-down), є визначальним для роботи з травматичним матеріалом. У збірнику «Простір арт-терапії» цей принцип сформульовано так: «Саме в символічних сферах відбувається символізація, і вони створюють символьні „опори" душі. Терапевтична практика має бути спрямована на перебудову травмівного досвіду, а саме, переписування (рескриптування) з опорою на символічні структури та добудовування (ресеміотизацію) зруйнованих або патологічно трансформованих символьних елементів душі» [18, с. 18].

Рівнева модель є інваріантною щодо категорії постраждалих та адаптується до її специфіки. Для дітей акцент зміщується на тілесно-образні форми символізації з мінімізацією абстрактної вербалізації; для ВПО ключовою стає робота з втратою дому і територіальною ідентичністю через наративні та просторово-меморіальні символи; для родин загиблих ключовою стає символічна робота з горем і пам'яттю; для свідків окупації це може бути поетапне опрацювання дисоційованих фрагментів досвіду; для ветеранів необхідна інтеграція бойового досвіду та опрацювання моральної травми.

Адаптація моделі до різних категорій постраждалих. Цивільне населення, що зазнало обстрілів, втрати житла, перебування під окупацією, потребує насамперед стабілізаційної роботи на тілесному рівні та поступового відновлення відчуття безпеки. Образна символізація особливо ефективна у роботі з втратою дому як символічної структури ідентичності через створення «карти

втраченого» і «карти можливого». Наративний рівень дозволяє відновити часову структуру: «до – під час – після», що часто може бути зруйнованою у людей, які пережили довготривалий стрес. Особливу увагу слід приділити роботі з соматизаційними проявами як проявами операціонального мислення: тілесна та образна символізація стає тут не лише терапевтичним інструментом, а й передумовою для подальшої вербалізації досвіду.

Внутрішньо переміщені особи стикаються з особливим типом травми, а саме, травмою втрати територіальної та культурної ідентичності, що накладається на інші травми війни. Символічна робота потребує не лише опрацювання конкретних травматичних епізодів, а й створення «перехідних об'єктів» (за Д. Віннікотом), символічних носіїв континуальності між минулим і теперішнім: фотографій, особистих речей, спільнотних практик. Колективні символічні практики (групові ритуали, культурні заходи, мистецькі проєкти) виконують функцію реконструкції зруйнованих соціальних мереж і відновлення відчуття приналежності.

Діти та підлітки в контексті війни потребують специфічних форм символізації, адаптованих до вікового етапу їхнього психічного розвитку. Образна, ігрова, рухова та казкова символізація є для цієї категорії природними мовами психічного опрацювання.

Родини військовослужбовців та родини загиблих представляють окрему групу з власною травматичною динамікою: хронічним очікуванням, страхом втрати, невизначеною втратою (ambiguous loss) за П. Босс. Особливого значення набуває символічна робота з невизначеністю, з невизначеною втратою, з пам'яттю про живого та про загиблого. Меморіальні практики, такі як створення альбомів пам'яті, щоденників, ритуалів вшанування, є важливою формою колективного контейнерування горя.

Специфіка моральної травми як приклад диференційованої роботи. Серед різноманітних проявів травми в контексті війни особливе місце посідає моральна травма (moral injury) – феномен, який є концептуально відмінним від класичного ПТСР. Якщо ПТСР переважно зосереджений на дисфункції страху та гіперактивації, то моральна травма передбачає руйнування ціннісної структури особистості, відчуття зрадженості, втрату довіри до світу, дисфункціональні емоції провини, сорому, гніву. У роботі Б. Літца та співавторів моральна травма визначається як стан, що виникає внаслідок участі, спостереження або зазнання дій, які суперечать глибинним моральним переконанням особистості, та містить тривалі прояви провини, сорому, гніву та екзистенційного відчуження [26]. Якісне дослідження Я. Грімела на шведській вибірці ветеранів дає свідчення на користь того, що моральна травма може існувати як окремий конструкт навіть за відсутності повного діагностичного профілю ПТСР, проявляючись через стійкий моральний конфлікт, що формується навколо «правильного» і «неправильного» [27].

Важливо зазначити, що моральна травма не є виключно феноменом військового досвіду. Вона характерна також для цивільних, які стали свідками злочинів, не могли захистити близьких, мусили приймати моральні рішення в умовах окупації; для медичних працівників, змушених приймати рішення про пріоритетність допомоги в умовах військових дій; для волонтерів, які стикалися з масштабом страждань, що перевищує їхні ресурси допомоги. Однак найбільш виразним і клінічно значущим моральна травма є саме у ветеранів, де вона часто проявляється у феномені агресії, адресованої «суспільству», «державі», «людям», тобто неперсоніфікованому, абстрактному адресату.

Психологічно цей феномен слід тлумачити не як деструктивний симптом, а як форму несимволізованого болю: спробу психіки відновити порушений моральний порядок, повернути відчуття контролю, надати втратам сенсу. Однак коли адресат відсутній, виникає характерний травматичний цикл: емоція – повторення – безсилля – нова емоція. Терапевтичне завдання полягає не у «заспокоєнні» агресії, а в наданні їй форми, символічного адресата та шляху трансформації у конструктивну дію.

Колективний вимір символізації, культурно-меморіальні практики та трансгенераційний контекст. Українська воєнна травма має одночасно індивідуальний і колективний характер. Як зазначає Т. М. Титаренко, посттравматичне життєтворення – це процес побудови власного життя після пережитої травми, що передбачає активізацію персонального капіталу особистості та конструювання нових сенсів [15]. Цей процес неможливий поза соціальним контекстом: він потребує спільноти, що готова бути свідком, групи, що приймає, культурних форм, що дозволяють надати індивідуальному болю колективного звучання. Антропологічна перспектива К. Гірца, що розглядає культуру як систему символів і значень, які організовують людський досвід, дозволяє побачити, що колективні символічні практики є не доповненням до індивідуальної терапії, а є самостійним рівнем психічної регуляції на рівні спільноти [30].

Значущим є трансгенераційний вимір травми війни в Україні. У роботі з постраждалими, як з ветеранами, так і з цивільними, активуються несимволізовані наслідки історичних травм: Голодомору, репресій, депортацій, культурного приниження, – які десятиліттями зберігалися у формі сімейних табу, мовчання, прихованого сорому. Сучасна воєнна травма не лише накладається на цей шар, а й активує його, створюючи стратифіковану символічну структуру, що вимагає одночасної роботи на кількох рівнях: індивідуальному, родовому, національному. Моральна історична травма проявляється у формі самоосуду, надмірних вимог до себе, ірраціональної провини, відчуття зобов'язання «бути правильним», що десятиліттями передавалося через сімейну атмосферу, а не через прямі розповіді.

На рівні національної ідентичності значущою є концепція «модуляції пам'яті», обґрунтована О. Алфьоровим, що описує цілеспрямовану роботу спільноти з її колективною пам'яттю через нагадування, освіту та культурні практики як умову формування суб'єктного історичного наративу [32]. Дослідник підкреслює, що національна пам'ять, як і пам'ять дитяча, схильна фіксувати фрагменти болю та витісняти контексти, тому без свідомої модуляції залишається «травматизованою» і це безпосередньо корелює з механізмами індивідуальної травматичної пам'яті, що були описані вище.

Окремий пласт колективної символізації становлять сучасні практики воєнно-меморіальної культури в Україні. Робота Т. Іщика та інших дизайнерів-військовослужбовців над графічним стилем Збройних сил України, шрифтами «Воля» та UAF Memory, концепцією військових кладовищ та надгробних знаків, символічним відсиланням до князівської доби та армії УНР є прикладом цілеспрямованого формування колективного символічного простору, у якому травма війни знаходить гідну культурну форму [33]. Ці практики виконують щонайменше дві функції: формують позитивний образ військовослужбовця та армії як ціннісної спільноти, до якої «хочеться долучитися»; одночасно створюють меморіальні структури – простори вшанування полеглих, у яких індивідуальне горе родин знаходить колективне визнання і символічне опрацювання.

Колективні символічні практики: плейбек-театр, групова арт-терапія, ритуали вшанування, документальні мистецькі проєкти, стрит-арт у постраждалих містах виконують функцію соціального контейнера для трансформації індивідуального болю у колективний сенс. Концепція реконструкції смислів Р. Наймаєра, згідно з якою травматична втрата вимагає відновлення зруйнованої системи значень і перебудови життєвої історії, є теоретично релевантним обґрунтуванням такої роботи [23]. На колективному рівні така реконструкція стосується перебудови національного наративу про себе: від позиції жертви історії до позиції активного суб'єкта, що витримав і змінився.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Здійснений теоретико-методологічний аналіз дозволяє сформулювати наступні висновки. По-перше, символізація є фундаментальним психічним механізмом, що забезпечує перехід від неструктурованого афективно-сенсорного досвіду до смислово організованої реальності. У контексті травми війни символізація постає як ключова умова інтеграції травматичного досвіду у структуру особистості, а її дефіцит (десимволізація) як ядро посттравматичного синдрому, що може проявлятися як у формі класичних симптомів ПТСР, так і у формі операціонального мислення з вираженою соматизацією. Цей механізм є інваріантним щодо джерела травматизації та діє однаково в усіх категорій постраждалих.

По-друге, в роботі з травматичним досвідом у контексті війни неприпустимо зводити символізацію до окремої техніки чи методу; адекватним методологічним рішенням є інтегративна багаторівнева модель, що поєднує тілесний, образний, наративний та смисловий рівні символічного опрацювання. П'ять основних форм символізації: тілесно-сенсомоторна, образно-метафорична, наративно-вербальна, діяльнісно-енактивна, соціально-ритуальна та культурно-меморіальна – взаємодоповнюють одна одну і можуть бути адаптовані до специфіки різних категорій постраждалих, тоді як цифрове середовище виступає медіумом їх реалізації.

По-третє, специфіка військового контексту в Україні, а саме, триваюча воєнна агресія, мультикатегоріальна травматизація, феномен моральної травми, агресія, адресована неперсоніфікованому об'єкту, – вимагає особливої уваги до екзистенційно-смислового виміру символізації та інтеграції із логотерапевтичним підходом.

По-четверте, колективний характер воєнної травми та її трансгенераційний вимір актуалізують значущість групових і культурно-меморіальних форм символізації, що доповнюють індивідуальну психотерапевтичну роботу. Сучасні практики української воєнно-меморіальної культури: від графічного стилю Збройних сил

до концепцій військових кладовищ та «модуляції» національної пам'яті – є інституційно значущими формами колективної символізації, що створюють безпосередній психологічний ефект на спільноту.

По-п'яте, моральна травма ветеранів є прикладом диференційованої роботи з конкретною групою, що може бути ефективним застосуванням загальної моделі при її конкретизації.

Перспективи подальших досліджень полягають у: проведенні порівняльних досліджень диференційованої ефективності різних форм символізації при різних профілях травматизації; розробці спеціалізованих модифікацій програми реабілітації для різних категорій постраждалих; апробації лонгітюдного дизайну розробленої програми для оцінки її ефективності; вивченні специфіки символічної роботи в умовах триваючої, а не завершеної травматизації; дослідженні взаємодії між індивідуальними та колективними формами символізації (зокрема впливу культурно-меморіальних практик на індивідуальне посттравматичне відновлення); виявленні культурно-специфічних символічних ресурсів української традиції в контексті відновлення на індивідуальному та колективному рівнях.

Список літератури:

1. Фройд З. Тлумачення сновидінь : переклад з німецької. Харків, 2018. 654 с.
2. Юнг К. Г. Архетипи і колективне несвідоме / переклад з німецької К. Котюк. Львів, 2018. 608 с.
3. Bion W. R. Learning from Experience. London, 1962. 111 p.
4. Krystal H. Integration and Self-Healing: Affect, Trauma, Alexithymia. Hillsdale, NJ, 1988. 416 p.
5. Marty P. La psychosomatique de l'adulte. Paris, 1990. 128 p.
6. Lacan J. The Function and Field of Speech and Language in Psychoanalysis. *Écrits: The First Complete Edition in English* / translate by B. Fink. New York, 2006. P. 197–268.
7. Ricoeur P. The Symbolism of Evil / translate by E. Buchanan. Boston, 1970. 357 p.
8. Vygotsky L. S. Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes / editors: M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner et al. Cambridge, 1978. 159 p.
9. Peirce C. S. The Essential Peirce: Selected Philosophical Writings. Vol. 2 (1893–1913) / editor by Peirce Edition Project. Bloomington, 1998. 624 p.
10. Segal H. Notes on Symbol Formation. *The International Journal of Psychoanalysis*. 1957. Vol. 38. P. 391–397.
11. Van der Kolk B. A. The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma. New York, 2014. 464 p.
12. Brewin C. R., Dalgleish T., Joseph S. A dual representation theory of posttraumatic stress disorder. *Psychological Review*. 1996. Vol. 103, No. 4. P. 670–686. DOI: 10.1037/0033-295x.103.4.670.
13. Hass-Cohen N., Clay J. C. Memory reconsolidation: a proposed change mechanism for the arts therapies. *Frontiers in Cognition*. 2025. Vol. 4. Article 1518743. DOI: https://doi.org/10.3389/fcogn.2025.1518743.
14. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький, 2018. 160 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/711214/ (дата звернення: 12.05.2026).
15. Титаренко Т. М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя : монографія. Кропивницький, 2020. 160 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/724758/ (дата звернення: 15.05.2026).
16. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : науково-методичний посібник / за редакцією З. Г. Кісарчук ; Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2015. 207 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9833/ (дата звернення: 15.05.2026).
17. Технології психотерапевтичної допомоги постраждалим у подоланні проявів посттравматичного стресового розладу : монографія / за редакцією З. Г. Кісарчук ; Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2020. 232 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/722181/ (дата звернення: 21.05.2026).
18. Простір арт-терапії : збірник наукових праць. Вип. 1 / за редакцією Л. А. Найдьонової, О. Л. Вознесенської, О. М. Скнар. Київ, 2023.. 168 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/737692/ (дата звернення: 23.05.2026).
19. Радько О. В. Арттерапія в контексті сучасних концепцій травми. *Габітус*. 2026. Вип. 81, т. 2. С. 181–185. DOI https://doi.org/10.32782/hbts.81.2.31
20. Сприяння подоланню травматичного досвіду військовослужбовців : методичні рекомендації / В. В. Турбан та ін. ; за науковою редакцією В. В. Турбан ; Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2025. 163 с.
21. Мироненко Г. В. Проживання нового наративу як спосіб психологічної реабілітації у посттравматичній ситуації. *Київський науково-педагогічний вісник*. 2015. № 6. С. 71–76.

22. Старков Д. Ю., Ярий В. В., Олішевський О. В. Організація стаціонарної медико-психологічної реабілітації розладів, пов'язаних з психічною травмою та стресом : науково-методичний посібник. Київ, 2023. 136 с.

23. Meaning Reconstruction and the Experience of Loss / editor by R. A. Neimeyer. Washington, DC, 2001. 376 p.

24. Posttraumatic Growth: Theory, Research, and Applications / Tedeschi R. G. et al. London, 2018. 240 p.

25. Park C. L. Meaning making following trauma. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. Article 844891. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.844891.

26. Moral injury and moral repair in war veterans: A preliminary model and intervention strategy / Litz B. T. et al. *Clinical Psychology Review*. 2009.

27. Grimell J. Moral injury: understanding Swedish veterans who are assessed but not diagnosed with PTSD. *Frontiers in Psychiatry*. 2023. Vol. 14. Article 1200869. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1200869.

28. Raeder R., Clayton N. S., Boeckle M. Narrative-based autobiographical memory interventions for PTSD: a meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. Article 1215225. DOI: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1215225.

29. Вірц У. Символічний вимір терапії травми : переклад з англійської / Українська юнгіанська асоціація. URL: https://uja.com.ua/en/the-symbolic-dimension-of-trauma-therapy/ (дата звернення: 12.05.2026).

30. Geertz C. The Interpretation of Cultures: Selected Essays. New York, 1973. 470 p.

31. Campbell J. The Hero with a Thousand Faces. 3rd ed. Novato, CA : New World Library, 2008. 432 p.

32. Іщик Тарас: «Пам'ять про загиблих має стати частиною нашої ідентичності» : військовослужбовець і графічний дизайнер – про візуальну мову Сил оборони та військово-меморіальну культуру : інтерв'ю / записали: Н. Колегіна, Г. Зварич. The Ukrainians. 2025. 17 жовтня. URL: https://theukrainians.org/taras-ishchyk/ (дата звернення: 12.05.2026).

33. Алфьоров Олександр: «Ми не можемо собі дозволити травмоване майбутнє» : голова Українського інституту національної пам'яті – про плани на каденцію, розуміння українцями власної історії й стосунки з сусідами : інтерв'ю / записали: А. Олійник, В. Поліщук. The Ukrainians. 2025. 5 серпня. URL: https://theukrainians.org/oleksandr-alforov/ (дата звернення: 14.05.2026).

Bashlakova Yu.V. PROCESSING TRAUMATIC EXPERIENCE IN THE CONTEXT OF THE WAR IN UKRAINE THROUGH SYMBOLIZATION

The article presents a theoretical analysis of symbolization as a fundamental psychological mechanism for processing traumatic experience under wartime conditions in Ukraine. War-related trauma is examined as a multilevel phenomenon affecting various categories of those affected: civilian population, internally displaced persons, children, families of military personnel, witnesses of occupation and combat, veterans, as well as society as a whole as a carrier of collective trauma. The author substantiates the relevance of considering symbolization not as a separate technique or method, but as a multilevel process that combines bodily, imaginal, narrative, and meaning-related levels of experience integration. The theoretical foundations of symbolization are analyzed within psychoanalytic (S. Freud, C. G. Jung, W. Bion, H. Krystal, J. Lacan, P. Marty), hermeneutic (P. Ricoeur), cultural-historical (L. Vygotsky, C. Geertz), semiotic (C. Peirce), and neuropsychological (B. van der Kolk, C. Brewin) traditions. The concept of desymbolization as the core of traumatic syndrome, operational thinking as a somatization consequence of symbolization deficit, and resymbolization as a key recovery mechanism are examined. Existing accounts of the level organisation of symbolic processing are systematised; the vertical sequence «body – image – narrative – meaning», known from staged models of art-therapeutic work, is summarised, and the possibilities of its adaptation to the specifics of different groups of affected individuals are shown. The main forms of symbolization are highlighted: bodily-sensorimotor, imaginal-metaphorical, narrative-verbal, enactive-procedural, and socio-ritual and cultural-memorial; digital formats are considered as a medium for their realisation. The dimensions of collective trauma, transgenerational transmission of unsymbolized consequences of historical traumas, and cultural-memorial practices in contemporary Ukraine are outlined. As an example of differentiated work with a specific group, the specificity of moral injury in veterans is examined.

Keywords: *symbolization, traumatic experience, war, moral injury, civilian population, veterans, collective trauma, narrative reconstruction, resymbolization, cultural-memorial practices, posttraumatic growth.*

Дата першого надходження статті до видання: 10.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 19.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/28

Бойчук С.С.
https://orcid.org/0000-0002-2756-5330
Харківський національний університет внутрішніх справ

ВПЛИВ ЕТИЧНИХ ДИЛЕМ ТА ЕКЗИСТЕНЦІЙНИХ РИЗИКІВ НА ТРАНСФОРМАЦІЮ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ПРАВООХОРОНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті здійснюється теоретико-аналітичне дослідження впливу екзистенційних ризиків та етичних дилем на морально-ціннісну сферу професійної ідентичності правоохоронців. Актуальність теми зумовлена тим, що в умовах воєнного стану працівники МВС щодня стикаються з ситуаціями, які безпосередньо загрожують не лише їхньому фізичному виживанню, а й моральній цілісності, смислу професійної діяльності та базовим життєвим цінностям.

Під екзистенційними ризиками в роботі розуміється сукупність обставин, що створюють постійну загрозу існуванню особистості: загроза власному життю та життю колег, втрата побратимів, необхідність застосування зброї, хронічна непередбачуваність службових ситуацій і часта безпорадність перед жорстокістю війни. Етичні дилеми визначаються як ситуації професійного вибору, у яких відсутнє безумовно правильне рішення, а будь-який вибір супроводжується порушенням певних моральних принципів чи професійних норм. Показано тісний взаємозв'язок цих двох феноменів, який виходить далеко за межі звичайного професійного стресу та призводить до глибоких трансформацій професійної ідентичності.

У статті проаналізовано основні типи етичних дилем, з якими стикаються працівники МВС («наказ – совість», «гуманізм – службовий обов'язок», «самозбереження – жертовність», «лояльність – справедливість» тощо). Особлива увага приділяється феномену моральної травми – психологічного страждання, що виникає внаслідок дій або бездіяльності, які суперечать глибоким моральним переконанням людини. Показано, що тривале перебування в умовах екзистенційних ризиків формує особливий тип професійної свідомості – «моральну гіперпильність», яка, з одного боку, посилює почуття обов'язку та готовність до самопожертви, а з іншого – призводить до емоційного виснаження, внутрішніх конфліктів і руйнування попередньої системи цінностей.

У роботі підкреслюється, що традиційні підходи до психологічної підготовки та супроводу правоохоронців, розроблені в мирний час, є недостатніми в умовах тривалої війни. Актуальною стає необхідність створення спеціалізованих програм психологічної реабілітації, орієнтованих на збереження моральної цілісності, відновлення смислових орієнтирів та профілактику моральної травми працівників МВС.

***Ключові слова*:** *професійна ідентичність, морально-ціннісна сфера, екзистенційні ризики, етичні дилеми, моральна травма, моральна гіперпильність, працівники МВС України, воєнний стан, ціннісні злами.*

Постановка проблеми. Повномасштабне російське вторгнення в Україну актуалізувало радикальну трансформацію професійної ідентичності працівників системи МВС. Особливо гостро це проявляється в морально-ціннісній сфері, де працівники правоохоронних органів щодня стикаються з численними етичними дилемами та екзистенційними ризиками [2].

Умови воєнного стану породжують конфлікти між правовим обов'язком, необхідністю швидкого прийняття рішень та особистими моральними переконаннями. Правоохоронці часто змушені обирати між формальним дотриманням норм права, захистом цивільного населення та власним виживанням, що призводить до виникнення моральної травми (moral injury) та «ціннісних зламів» [4].

© Бойчук С.С., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Традиційні професійні цінності – служіння, обов'язок, справедливість та жертовність – зазнають суттєвої переоцінки. З одного боку, вони стають джерелом стійкості та мотивації, з іншого – фактором глибоких внутрішніх конфліктів і професійної деформації [8]. Дослідження свідчать, що тривале перебування в умовах екзистенційних ризиків (постійна загроза життю, втрата колег, моральна невизначеність) негативно впливає на психоемоційний стан, моральну стійкість та якість виконання службових завдань працівниками МВС [3].

Незважаючи на зростаючу кількість наукових праць, присвячених правовим аспектам діяльності персоналу МВС в умовах воєнного стану, комплексне вивчення впливу етичних дилем та екзистенційних ризиків саме на морально-ціннісну сферу професійної ідентичності правоохоронців залишається недостатньо висвітленим. Відсутні системні моделі, які б пояснювали механізми таких трансформацій та пропонували практичні шляхи збереження моральної цілісності особового складу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання впливу етичних дилем та екзистенційних ризиків на морально-ціннісну сферу професійної ідентичності правоохоронців в умовах війни активно досліджується українськими вченими в останні роки. Науковий інтерес зумовлений реальними викликами, з якими щодня стикаються працівники системи МВС України.

Зокрема, Брусакова О. В. акцентує увагу на проблемних питаннях формування професійної етики поліцейських в умовах воєнного стану. Авторка зазначає, що відсутність уніфікованих алгоритмів вирішення етичних конфліктів між правовими нормами, службовим обов'язком та моральними принципами суттєво ускладнює збереження моральної цілісності особового складу [2].

Притула А. М. аналізує морально-етичні засади діяльності правоохоронних органів під час воєнного стану і доводить, що екстремальні умови підвищують ризик конфлікту між формальними правовими вимогами та особистими моральними переконаннями, що часто призводить до моральної травматизації [7].

Возняк І. та Мироненко Н., спираючись на емпіричне опитування, виявили основні етичні дилеми українських захисників. Дослідники встановили, що постійна загроза життю, втрата колег і моральна невизначеність ситуацій спричиняють переосмислення цінностей служіння, жертовності, обов'язку та справедливості, що безпосередньо впливає на професійну ідентичність [4].

Психологічні аспекти трансформації ціннісної сфери працівників Національної поліції розглядаються у працях Якимчук І. та колективних дослідженнях аксіологічної сфери поліцейських. Встановлено, що тривале перебування в умовах бойового стресу викликає «ціннісні злами», які проявляються у зміні ієрархії цінностей, зниженні мотивації та підвищенні ризику професійної деформації [9].

Зарубіжний досвід демонструє більш системний підхід до вирішення подібних проблем. У Ізраїлі активно вивчається феномен moral injury (моральної травми) серед військових і правоохоронців. Вчені розробили спеціальні програми профілактики та відновлення моральної стійкості, які включають розвиток морального інтелекту та роботу з почуттям провини та сорому [11]. У США створені інституційні механізми підтримки, зокрема у поліцейських департаментах і збройних силах, що поєднують психологічну допомогу з етичним тренінгом. Країни НАТО (особливо Велика Британія та Канада) впроваджують системні програми морально-психологічної підготовки до тривалих конфліктів, орієнтовані на збереження професійної ідентичності та профілактику моральної деградації [10].

Постановка завдання. Мета статті полягає у здійсненні теоретико-аналітичного дослідження впливу етичних дилем та екзистенційних ризиків на трансформацію професійної ідентичності персоналу МВС України в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу. У сучасних умовах воєнного стану поняття екзистенційних ризиків набуває особливого значення для правоохоронців. Під екзистенційними ризиками у даному контексті розуміється сукупність обставин, що безпосередньо загрожують самому існуванню особистості, її базовим цінностям, смислу професійної діяльності та моральній цілісності. До них належать: постійна загроза власному життю та життю колег, необхідність приймати рішення, пов'язані з можливим застосуванням зброї проти людини, втрата близьких по службі, моральна невизначеність у ситуаціях, коли закон і мораль вступають у конфлікт, а також хронічне відчуття непередбачуваності та безпорадності [1].

Не менш вагомим психологічним чинником професійної діяльності правоохоронців в умовах війни виступають етичні дилеми. У межах цього дослідження під етичними дилемами ми розуміємо ситуації професійного вибору, у яких

правоохоронець змушений приймати рішення між двома або більше альтернативами, кожна з яких передбачає порушення певних моральних принципів, професійних норм чи гуманістичних цінностей. Особливістю таких ситуацій є відсутність безумовно правильного рішення, оскільки будь-який вибір може мати негативні наслідки як для інших осіб, так і для самого працівника, його професійної репутації, психологічного стану та системи особистісних переконань [5].

У діяльності правоохоронців під час війни етичні дилеми виникають значно частіше, ніж у мирний час. Вони можуть бути пов'язані з неадаптованістю правових норм до умов війни, необхідністю балансувати між захистом життя цивільного населення та виконанням службового обов'язку, забезпеченням законності в умовах надзвичайної ситуації, вибором між гуманністю та оперативною доцільністю, а також прийняттям рішень в умовах дефіциту часу, інформації та високої невизначеності. Такі ситуації нерідко супроводжуються переживанням моральної відповідальності, почуттям провини, сумнівами щодо правильності власних дій і можуть стати підґрунтям для розвитку моральної травми.

Екзистенційні ризики та етичні дилеми перебувають у тісному взаємозв'язку. Постійна загроза життю, переживання втрат, необхідність застосування сили та перебування у ситуаціях морального вибору створюють комплексний психологічний вплив, який виходить за межі звичайного професійного стресу. У таких умовах правоохоронець змушений переосмислювати власні життєві цінності, професійне покликання, межі допустимого та особисту відповідальність за прийняті рішення. Саме тому вплив війни стосується не лише емоційної чи поведінкової сфер, а й глибинних компонентів професійної ідентичності, насамперед її морально-ціннісної складової.

Під морально-ціннісною сферою професійної ідентичності правоохоронця ми розуміємо інтегровану систему моральних переконань, професійних цінностей, етичних принципів і смислів, які визначають ставлення працівника до професії, суспільства, закону та самого себе як суб'єкта правоохоронної діяльності. Саме ця сфера забезпечує внутрішню узгодженість професійної поведінки, підтримує відданість службовому обов'язку та виступає психологічною основою прийняття відповідальних рішень у складних і небезпечних ситуаціях [6].

Екзистенційні ризики не лише створюють високий рівень психоемоційного напруження, але й провокують глибокі ціннісні злами – руйнування або радикальну переоцінку раніше сформованих моральних переконань. У таких умовах працівник МВС часто опиняється перед складними етичними дилемами, коли виконання службового обов’язку вступає в суперечність з універсальними моральними принципами (гуманізм, справедливість, збереження людського життя).

Для наочності основні типи етичних дилем, з якими найчастіше стикаються працівники МВС в умовах воєнного стану, представлено у таблиці 1.

Постійне перебування в умовах екзистенційних ризиків формує у працівників МВС особливий тип професійної свідомості, який можна назвати «моральною гіперпильністю». З одного боку, це підвищує відповідальність і готовність до самопожертви, а з іншого – призводить до емоційного виснаження, внутрішніх конфліктів і поступового руйнування попередньої системи цінностей [12].

Особливо руйнівним є феномен моральної травми (moral injury) – глибокого психологічного страждання, що виникає не через страх за життя, а через переживання дій (або бездіяльності), які

Таблиця 1

Типологія етичних дилем у професійній діяльності правоохоронців в умовах війни

Тип етичної дилеми	Характерні ситуації	Моральний конфлікт
Дилема «наказ – совість»	Виконання наказу, що суперечить внутрішнім переконанням	Законність/моральна прийнятність
Дилема захисту цивільних	Необхідність вибору між безпекою цивільних і ризиком для особового складу	Гуманізм/службовий обов’язок
Дилема застосування сили	Використання зброї проти особи, яка може бути цивільною	Необхідність/пропорційність
Дилема лояльності	Свідчення про порушення з боку колег	Корпоративна солідарність/справедливість
Дилема самозбереження	Ризик для власного життя задля виконання завдання	Жертовність/інстинкт самозбереження

суперечать глибоким моральним переконанням людини [13]. У контексті діяльності МВС моральна травма часто виникає внаслідок:

– виконання наказів, які працівник вважає морально сумнівними;

– неможливості захистити цивільних осіб;

– вимушеного застосування сили з непередбачуваними наслідками;

– свідчення або приховування порушень з боку колег.

Такі переживання призводять до «ціннісних зламів» – критичної трансформації професійної ідентичності. Працівник може почати сумніватися в сенсі своєї професії, відчувати втрату моральної опори, зниження мотивації та навіть професійну кризу. У крайніх випадках це проявляється у професійній деформації, емоційному вигоранні або посттравматичних розладах [14].

Для кращого розуміння взаємозв'язку між екзистенційними ризиками, етичними дилемами та наслідками для професійної ідентичності представлено у таблиці 2.

Аналіз таблиці 2 свідчить, що вплив екзистенційних ризиків та етичних дилем має багаторівневий і системний характер. Найбільш вразливими виявляються саме ті компоненти професійної ідентичності, які у мирний час забезпечували її стабільність: моральні переконання, професійні цінності та смислова сфера. Під впливом постійного морально-психологічного напруження відбувається поступова ерозія внутрішньої узгодженості професійного «Я», що може призводити до часткової або навіть тотальної втрати попередньої ідентичності.

Важливо підкреслити, що зазначені наслідки не є неминучими. Ступінь їх прояву значною мірою залежить від індивідуальних особливостей працівника, рівня його моральної зрілості, наявності соціальної та інституційної підтримки, а також від якості психологічного супроводу. У деяких випадках переживання екзистенційних ризиків і етичних дилем може спричиняти не лише деструктивні, а й конструктивні зміни – переосмислення професійних пріоритетів, формування більш зрілої і стійкої системи цінностей, посилення внутрішньої мотивації та розвитку посттравматичного зростання.

Разом з тим, у переважній більшості випадків тривале перебування в умовах воєнного стану без адекватної психологічної допомоги призводить до накопичення негативних наслідків. Це актуалізує необхідність розробки та впровадження спеціалізованих програм психологічної підтримки працівників МВС, спрямованих на збереження та зміцнення морально-ціннісної складової їхньої професійної ідентичності. Такі програми мають включати елементи рефлексивної роботи, моральної реконструкції пережитого досвіду, відновлення смислових орієнтирів та профілактики моральної травми.

Висновки. Екзистенційні ризики та етичні дилеми в умовах воєнного стану становлять комплексний і глибокий виклик для професійної ідентичності працівників системи МВС України. Вони не лише посилюють психоемоційне навантаження, а й призводять до фундаментальних трансформацій морально-ціннісної сфери особистості, що може проявлятися як у конструктивних змінах (зростання професійної відповідальності та стійкості), так і в деструктивних – моральній травмі, кризі ідентичності та професійній деформації.

Особливість сучасних реалій полягає в тому, що традиційні механізми психологічного захисту та професійної підготовки, розраховані на мирний час, виявляються недостатніми. Постійне перебування в умовах «моральної гіперпильності» вимагає розробки та впровадження спеціальних програм психологічного супроводу, які враховували

Таблиця 2

Вплив екзистенційних ризиків на структурні компоненти професійної ідентичності працівників системи МВС України

Рівень впливу	Основні прояви	Наслідки для професійної ідентичності
Когнітивний	Переоцінка цінностей, сумнів у сенсі служби	Криза професійного «Я», втрата смислових орієнтирів
Емоційний	Почуття провини, сорому, безпорадності	Моральна травма, емоційне виснаження
Поведінковий	Зниження ініціативи, уникнення відповідальності	Професійна деформація, зниження ефективності
Мотиваційний	Зниження жертовності та відданості справі	Криза мотивації, ризик професійного вигорання
Ідентифікаційний	Розмивання межі між «Я-професійне» та «Я-особисте»	Часткова або повна втрата професійної ідентичності

б саме специфіку моральних травм і ціннісних конфліктів. Такий супровід має включати системну роботу з рефлексією пережитого досвіду, відновленням сенсових орієнтирів, укріпленням моральної стійкості та профілактикою професійного вигорання.

Подальші наукові дослідження у цій сфері мають бути спрямовані на емпіричне вивчення динаміки професійної ідентичності працівників МВС в умовах тривалої війни, розробку дієвих методик діагностики моральної травми, а також створення та апробацію програм психологічної реабілітації, орієнтованих на збереження морально-ціннісної цілісності правоохоронця.

Збереження професійної ідентичності працівників МВС України в умовах воєнного стану є не лише питанням індивідуального психологічного здоров'я, а й важливим чинником ефективності всієї правоохоронної системи та національної безпеки держави в цілому. Адже саме моральна стійкість і ціннісна визначеність правоохоронців виступають запорукою дотримання законності, захисту цивільного населення та відновлення справедливості у повоєнний період.

Список літератури:

1. Бреян А. В., Панов М. С. Детермінанти екзистенційної кризи в учасників бойових дій. *Перспективи та інновації науки*. 2026. № 2(60). С. 2966–2980. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-4952-2026-2(60)-2966-2980.

2. Брусакова О. В. Проблемні питання формування професійної етики поліцейських в умовах воєнного стану. *Юридичний науковий електронний журнал*. 2025. № 1. С. 902–908. DOI: https://doi.org/10.32782/2524-0374/2025-1/217.

3. Буданова М. О. Психологічні особливості особистісних трансформацій працівників Національної поліції України в умовах воєнного стану : дис. … д-ра філософії : 053 Психологія. Національна академія внутрішніх справ. Київ, 2025. 282 с.

4. Возняк І., Мироненко Н. Етика війни в контексті дій Збройних Сил України: аналіз дилем та прийняття рішень в умовах бойових дій. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2025. № 2(62). С. 5–11. DOI: https://doi.org/10.17721/1728-2217.2025.62.5-11.

5. Гофман Ю. Б. Етика правоохоронця в умовах війни: нові виклики та моральні дилеми. *Наукові перспективи.* 2026. № 1(67). С. 1222–1235. DOI: https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-1(67)-1222-1235.

6. Гудкова А., Пономаренко Я. Аксіологічний вимір професійної ідентичності правоохоронців. Збірник тез VII міжвідомчого науково-практичного круглого столу (м. Київ, 17 квітня 2025 р.). Київ, 2025. С. 53–55.

7. Притула А. М. Морально-етичні засади кримінально-процесуальної та оперативно-розшукової діяльності під час воєнного стану в Україні. *Український політико-правовий дискурс*. 2025. № 12. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.17107263.

8. Шевчук О. Професійно-етична культура офіцера правоохоронних органів: освітні стратегії та інноваційні підходи. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні науки*. 2025. № 4(43). С. 25–44. DOI: https://doi.org/10.32453/pedzbirnyk.v43i4.2067.

9. Якимчук І. П. Психологічні аспекти формування професійної ідентичності в умовах війни. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»*. 2025. № 2(48). С. 1836–1847. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-2(48)-1836-1847.

10. Currier J. M., Holland J. M., Malott J. Moral Injury, Meaning Making, and Mental Health in Returning Veterans. *Journal of Clinical Psychology*. 2014. Vol. 70, № 3. P. 229–240. DOI: https://doi.org/10.1002/jclp.22134.

11. Griffin B. J., Purcell N., Burkman K., Litz B. T., Bryan C. J., Schmitz M., Villierme C., Walsh J., Maguen S. Moral Injury: An Integrative Review. *Journal of Traumatic Stress*. 2019. Vol. 32, Iss. 3. P. 350–362. DOI: https://doi.org/10.1002/jts.22362.

12. Jones A., Fitness J. Moral Hypervigilance: The Influence of Disgust Sensitivity in the Moral Domain. *Emotion*. 2008. Vol. 8, № 5. P. 613–627. DOI: https://doi.org/10.1037/a0013435.

13. Kamkar K., Russo C., Chopko B. A., McQuerrey Tuttle B., Blumberg D. M., Papazoglou K. Moral Injury in Law Enforcement. *Stress, Trauma, and Wellbeing in the Legal System.* 2021. Ch. 8. P. 147–170. DOI: https://doi.org/10.1016/B978-0-12-817872-0.00008-2.

14. Pariona-Cabrera P., Alfes K., Bartram T., Holland P. Understanding Police Officers' Responses to Moral Injury: The Aggravating Effect of Employee Silence. *The International Journal of Human Resource Management*. 2026. Vol. 37, № 6. P. 1110–1147. DOI: https://doi.org/10.1080/09585192.2026.2682838.

Boichuk S.S. **THE IMPACT OF ETHICAL DILEMMAS AND EXISTENTIAL RISKS ON THE TRANSFORMATION OF THE PROFESSIONAL IDENTITY OF LAW ENFORCEMENT OFFICERS IN WAR CONDITIONS**

The article presents a theoretical and analytical study of the impact of existential risks and ethical dilemmas on the moral and value dimension of law enforcement officers' professional identity. The relevance of the study is due to the fact that, under wartime conditions, officers of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine face situations that threaten not only their physical survival but also their moral integrity, the meaning of their professional activity, and their core life values.

In this study, existential risks are understood as a set of circumstances that pose a constant threat to an individual's existence, including threats to one's own life and the lives of colleagues, the loss of fellow officers, the necessity of using firearms, and chronic uncertainty and helplessness. Ethical dilemmas are defined as situations of professional choice in which no unequivocally correct solution exists, and any decision involves the violation of certain moral principles or professional norms. The author demonstrates the close interrelationship between these two phenomena, arguing that their combined influence extends far beyond ordinary occupational stress and leads to profound transformations of professional identity.

The article analyzes the principal types of ethical dilemmas encountered by law enforcement officers, including «orders versus conscience», «humanism versus professional duty» «self-preservation versus self-sacrifice» and «loyalty versus justice». Particular attention is paid to the phenomenon of moral injury, understood as psychological suffering resulting from actions or omissions that violate an individual's deeply held moral beliefs. The study shows that prolonged exposure to existential risks gives rise to a specific form of professional consciousness referred to as moral hypervigilance. While this state strengthens the sense of duty and readiness for self-sacrifice, it simultaneously contributes to emotional exhaustion, internal conflicts, and the erosion of previously established value systems.

The article emphasizes that traditional approaches to the psychological training and support of law enforcement personnel, developed under peacetime conditions, are insufficient in the context of prolonged war. Therefore, there is a pressing need to develop specialized psychological rehabilitation programs aimed at preserving moral integrity, restoring meaning-making processes, and preventing moral injury among officers of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine.

Keywords: *professional identity, moral and value dimension, existential risks, ethical dilemmas, moral injury, moral hypervigilance, officers of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, wartime, value disruption.*

Дата першого надходження статті до видання: 24.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 18.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.9:351.74
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/29

Козловець І.М.
https://orcid.org/0009-0008-2188-1317
Харківський національний університет внутрішніх справ

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ ПОЛІЦЕЙСЬКИМИ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ПРОФЕСІЙНИХ ЗМІН

Сучасні умови професійної діяльності працівників Національної поліції України характеризуються високою динамічністю службових ситуацій, дефіцитом часу, неповнотою інформації та необхідністю прийняття рішень за відсутності можливості повністю передбачити їхні наслідки. В умовах воєнного стану ці характеристики набувають особливої значущості, оскільки від якості професійних рішень залежить не лише результативність виконання службових завдань, а й безпека самих поліцейських та інших учасників професійної взаємодії. Мета дослідження полягала у визначенні психологічних особливостей прийняття рішень поліцейськими в умовах невизначеності та встановленні взаємозв'язків стилів прийняття рішень із толерантністю до невизначеності й особистісними факторами прийняття рішень. Дослідження проведено на вибірці з 350 працівників Національної поліції України. Для оцінювання стилів прийняття рішень використано Мельбурнський опитувальник прийняття рішень. Особливості ставлення до невизначеності досліджувалися за показниками толерантності до невизначеності, інтолерантності до невизначеності та міжособистісної інтолерантності до невизначеності. Особистісні фактори прийняття рішень оцінювалися за показниками раціональності та готовності до ризику.

Встановлено переважання пильного способу прийняття рішень, що характеризується орієнтацією на аналіз ситуації та обґрунтування вибору. Виявлено позитивні взаємозв'язки між окремими стилями прийняття рішень, зокрема уникненням, прокрастинацією та надпильністю. Показано диференційований характер взаємозв'язків між ставленням до невизначеності та стилями прийняття рішень. Міжособистісна інтолерантність до невизначеності пов'язана з уникненням, прокрастинацією та надпильністю, тоді як толерантність до невизначеності пов'язана з готовністю до ризику. За результатами регресійного аналізу встановлено статистично значущі предиктори окремих стилів прийняття рішень, серед яких показники ставлення до невизначеності, раціональність та готовність до ризику. Вікові та професійно-стажеві відмінності встановлено лише за показником надпильності, що свідчить про можливу трансформацію способів реагування на складні ситуації у процесі професійного становлення. Отримані результати дають підстави розглядати прийняття рішень поліцейськими як складний психологічний процес, пов'язаний із особливостями ставлення до невизначеності та особистісними характеристиками вибору.

Ключові слова: *прийняття рішень, поліцейські, толерантність до невизначеності, раціональність, готовність до ризику, воєнний стан, професійні зміни.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна істотно змінила умови професійної діяльності працівників Національної поліції України, підвищивши вимоги до швидкості, обґрунтованості та надійності прийняття службових рішень. Поліцейські змушені діяти в ситуаціях неповної інформації, мінливості оперативної обстановки, дефіциту часу та непередбачуваності наслідків власних дій. За таких обставин особливого значення набуває здатність приймати рішення без надмірного відкладання, уникнення або імпульсивного реагування, зберігаючи водночас готовність діяти за відсутності повної визначеності. Психологічна специфіка прийняття рішень у таких умовах визначається не лише когнітивними можливостями особистості, а й тим, як працівник сприймає невизначеність, наскільки готовий до ризику та який спосіб поведінки обирає у ситуації необхідності прийняття рішення. Відповідно, актуальним є дослідження взаємозв'язку між стилями прийняття рішень, толерантністю до

© Козловець І.М., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

невизначеності та особистісними характеристиками, що можуть визначати вибір способу реагування. Водночас недостатньо вивченим залишається питання про те, які саме психологічні характеристики пов'язані з конструктивними та менш продуктивними способами прийняття рішень поліцейських, а також чи змінюються ці особливості залежно від віку та професійного стажу. Отже, наукова проблема полягає у визначенні психологічних особливостей прийняття рішень поліцейськими в умовах невизначеності та встановленні чинників, пов'язаних із вибором різних способів реагування на професійні ситуації, що потребують швидкого й відповідального рішення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема прийняття рішень у професійній діяльності поліцейських набуває особливої актуальності в умовах воєнного стану, коли виконання службових завдань часто відбувається за дефіциту часу, неповної інформації та необхідності швидко оцінювати можливі наслідки власних дій. Дослідження психологічних особливостей прийняття рішень правоохоронцями засвідчують, що цей процес визначається комплексом взаємопов'язаних особистісних і ситуаційних чинників, серед яких важливе місце посідають особливості оцінювання ситуації, готовність до ризику, професійний досвід та здатність діяти в умовах невизначеності [5]. Окремо наголошується на ролі специфіки кризової ситуації, яка може змінювати звичний спосіб прийняття професійного рішення та підвищувати вимоги до його швидкості й обґрунтованості [4]. Одним із ключових психологічних чинників прийняття рішень поліцейськими є ставлення до невизначеності. Гельбак А.М. розглядає толерантність до невизначеності як важливу умову прийняття професійних рішень, оскільки службова діяльність поліцейського передбачає необхідність діяти за відсутності повної визначеності ситуації та можливості однозначно передбачити її розвиток [2]. У дослідженні Шиліної А.А. також показано значення толерантності до невизначеності для успішності виконання професійних завдань поліцейськими в умовах війни [8]. Це дає підстави розглядати здатність конструктивно функціонувати за умов невизначеності не лише як загальну особистісну характеристику, а як психологічний ресурс, що має безпосереднє значення для професійного вибору та поведінки.

Водночас прийняття рішення не може розглядатися виключно через призму толерантності до невизначеності. Важливого значення набувають індивідуальні способи організації процесу вибору та особистісні характеристики, що визначають готовність особи оцінювати альтернативи, приймати відповідальність за наслідки та діяти в ситуації ризику. Бондзик Д. М. акцентує увагу на особистісних детермінантах і соціально-психологічних чинниках схильності до ризику у працівників поліції, підкреслюючи складність психологічної регуляції поведінки в умовах екстремальної діяльності [1]. У цьому контексті готовність до ризику потребує розмежування з імпульсивністю: професійно виправдане рішення передбачає не відсутність ризику, а його оцінювання та прийняття з урахуванням ситуаційних вимог.

Важливим напрямом сучасних досліджень є також вивчення зв'язку між прийняттям рішень і професійно-особистісними характеристиками поліцейського. Пономаренко Я.С. та співавтори встановили, що особливості прийняття рішень пов'язані з рівнем професійного самоздійснення поліцейських, що дозволяє розглядати процес вибору як складову ширшої системи професійного функціонування особистості [9]. Подібний підхід узгоджується з результатами досліджень Пономаренко Я.С., у яких професійне самоздійснення розглядається у взаємозв'язку з готовністю до інноваційної діяльності та толерантністю до невизначеності [7]. Таким чином, ефективність прийняття професійних рішень може бути пов'язана не з окремою характеристикою, а з комплексом особистісних ресурсів, які забезпечують здатність поліцейського зберігати цілеспрямованість і продуктивність діяльності за умов змін. Окремий інтерес становлять результати досліджень, у яких особливості прийняття рішень розглядаються з урахуванням професійного та екстремального досвіду. Олексин М.О. показує відмінності психологічної ресурсності та особливостей прийняття рішень у працівників поліції залежно від наявності різного бойового досвіду [6]. Це актуалізує питання про те, якою мірою досвід діяльності в умовах підвищеного ризику трансформує способи реагування на складні професійні ситуації. Водночас результати досліджень психологічної стійкості поліцейських у кризових умовах свідчать про важливість комплексного розгляду особистісних ресурсів, які підтримують ефективність професійної діяльності в ситуаціях тривалого навантаження та невизначеності [10].

Отже, сучасні дослідження розкривають окремі психологічні передумови прийняття рішень поліцейськими, зокрема роль толерантності до невизначеності, готовності до ризику, професійного самоздійснення та досвіду діяльності

в екстремальних умовах. Водночас недостатньо вивченим залишається комплексне співвідношення конкретних стилів прийняття рішень із різними аспектами ставлення до невизначеності та особистісними факторами прийняття рішень. Потребує уточнення також питання про те, які психологічні характеристики пов'язані з більш конструктивними та менш продуктивними способами прийняття рішень і чи мають ці особливості вікову та професійно-стажеву специфіку. Саме це визначає напрям нашого емпіричного дослідження.

Постановка завдання. Метою дослідження є визначення психологічних особливостей прийняття рішень поліцейськими в умовах невизначеності та встановлення взаємозв'язків стилів прийняття рішень із толерантністю до невизначеності й особистісними факторами прийняття рішень. Відповідно до поставленої мети визначено такі завдання: 1) визначити особливості стилів прийняття рішень, толерантності до невизначеності та особистісних факторів прийняття рішень у поліцейських; 2) встановити взаємозв'язки між стилями прийняття рішень, толерантністю та інтолерантністю до невизначеності, міжособистісною інтолерантністю, раціональністю та готовністю до ризику; 3) визначити психологічні предиктори основних стилів прийняття рішень поліцейських; 4) дослідити вікові та професійно-стажеві відмінності у вираженості стилів прийняття рішень.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні взяли участь 350 працівників Національної поліції України, які здійснюють професійну діяльність в умовах воєнного стану. Вибірка охоплювала поліцейських різного віку та з різною тривалістю професійного стажу, що дало змогу дослідити особливості прийняття рішень залежно від вікових і професійно-стажевих характеристик. Для дослідження особливостей прийняття рішень поліцейських використано Мельбурнський опитувальник прийняття рішень, що дає змогу оцінити пильність, уникнення, прокрастинацію та надпильність. Особливості ставлення до невизначеності визначалися за Новим опитувальником толерантності до невизначеності, який охоплює показники толерантності, інтолерантності та міжособистісної інтолерантності до невизначеності. Особистісні фактори прийняття рішень оцінювалися за показниками раціональності та готовності до ризику [3]. Для статистичного аналізу використано методи описової статистики із визначенням середніх значень, стандартних відхилень. Для встановлення взаємозв'язків між досліджуваними показниками застосовано кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона. Визначення внеску толерантності до невизначеності та особистісних факторів у різні стилі прийняття рішень здійснювалося за допомогою множинного регресійного аналізу. Для оцінювання відмінностей між віковими та професійно-стажевими групами використано H-критерій Краскела–Уолліса. Статистичну обробку даних здійснювали із використанням пакета IBM SPSS Statistics.

З метою визначення особливостей прийняття рішень поліцейськими в умовах невизначеності та професійних змін насамперед було проаналізовано описові статистичні характеристики показників прийняття рішень, толерантності до невизначеності та особистісних факторів, пов'язаних із прийняттям рішень. Результати наведено в таблиці 1.

Як видно з таблиці 1, серед досліджуваних стилів прийняття рішень найвище середнє значення отримано за показником пильності (M = 16,38; SD = 2,20). Це вказує на переважання у вибірці

Таблиця 1

Описова статистика показників прийняття рішень, толерантності до невизначеності та особистісних факторів прийняття рішень

Показник	M	SD
Пильність	16,38	2,20
Уникнення	9,01	1,93
Прокрастинація	6,21	1,51
Надпильність	6,54	1,52
Толерантність до невизначеності	53,55	7,08
Інтолерантність до невизначеності	70,89	8,01
Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	27,77	7,42
Раціональність	7,82	3,07
Готовність до ризику	3,49	3,82

Примітка. M – середнє арифметичне; SD – стандартне відхилення

способу прийняття рішень, за якого особа орієнтується на аналіз наявної інформації, оцінювання можливих варіантів і вибір найбільш обґрунтованого рішення. Водночас показники уникнення (M = 9,01), надпильності (M = 6,54) та прокрастинації (M = 6,21) мають нижчі середні значення, що свідчить про менш виражену представленість цих способів реагування порівняно з пильністю. Серед показників ставлення до невизначеності найвище середнє значення зафіксовано за шкалою інтолерантності до невизначеності (M = 70,89; SD = 8,01), тоді як середнє значення толерантності до невизначеності становило 53,55 (SD = 7,08). Водночас ці показники не варто безпосередньо трактувати як протилежні полюси одного виміру, оскільки вони відображають різні аспекти ставлення особистості до невизначених ситуацій. За показниками особистісних факторів прийняття рішень середнє значення раціональності становило 7,82 (SD = 3,07), а готовності до ризику – 3,49 (SD = 3,82). Отже, у досліджуваній вибірці більш вираженою характеристикою є орієнтація на раціональне обґрунтування рішень, тоді як готовність до ризику характеризується більшою варіативністю, про що свідчить відносно велике стандартне відхилення.

Для визначення характеру взаємозв'язків між стилями прийняття рішень, ставленням до невизначеності та особистісними факторами було проведено кореляційний аналіз. Його результати представлено в таблиці 2.

Кореляційний аналіз виявив найбільш виражені взаємозв'язки між самими стилями прийняття рішень. Зокрема, уникнення позитивно пов'язане з прокрастинацією ($r = 0,298$; $p < 0,001$) та надпильністю ($r = 0,361$; $p < 0,001$), а найтісніший зв'язок встановлено між прокрастинацією та надпильністю ($r = 0,425$; $p < 0,001$). Така структура взаємозв'язків дозволяє припустити, що відкладання рішення, прагнення уникнути його прийняття та надмірна мобілізація в ситуації вибору можуть утворювати взаємопов'язаний комплекс способів реагування на складні або невизначені ситуації. Пильність, навпаки, не виявила значущих зв'язків з уникненням, прокрастинацією чи надпильністю. Водночас вона позитивно корелює з інтолерантністю до невизначеності ($r = 0,168$; $p = 0,002$) та раціональністю ($r = 0,138$; $p = 0,010$). З огляду на невисоку силу цих зв'язків, вони радше вказують на часткову пов'язаність зазначених характеристик, ніж на їхню тісну взаємозалежність. Цікавими є взаємозв'язки показників ставлення до невизначеності з особистісними факторами прийняття рішень. Толерантність до невизначеності позитивно пов'язана з готовністю до ризику ($r = 0,275$; $p < 0,001$), а інтолерантність до невизначеності – з раціональністю ($r = 0,178$; $p < 0,001$). Отримані результати свідчать про те, що здатність функціонувати в умовах невизначеності та готовність діяти за відсутності повної визначеності ситуації мають певний зв'язок із готовністю приймати ризиковані рішення. Водночас раціональність не зводиться до уникнення невизначеності, а може поєднуватися з підвищеною увагою до її характеристик. Окремої уваги заслуговують зв'язки між міжособистісною інтолерантністю до невизначеності та стилями прийняття рішень. Вона позитивно пов'язана з уникненням ($r = 0,170$; $p = 0,001$), прокрастинацією ($r = 0,146$; $p = 0,006$) та надпильністю ($r = 0,185$; $p < 0,001$). Це дозволяє припустити, що труднощі у сприйнятті невизначеності саме у міжособистісній взаємодії можуть супроводжуватися менш конструктивними способами реагування під час прийняття рішень.

Далі було проведено множинний регресійний аналіз з метою визначення внеску показників толерантності до невизначеності та особистісних

Таблиця 2

Кореляційні взаємозв'язки між показниками прийняття рішень, толерантності до невизначеності та особистісними факторами

Показник	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Пильність	1,000	0,066	−0,001	−0,119	0,039	0,168	−0,009	0,138	−0,073
2. Уникнення	0,066	1,000	0,298	0,361	0,045	−0,081	0,170	0,007	−0,039
3. Прокрастинація	−0,001	0,298	1,000	0,425	0,013	−0,151	0,146	−0,005	−0,041
4. Надпильність	−0,119	0,361	0,425	1,000	0,083	−0,096	0,185	0,046	0,026
5. Толерантність до невизначеності	0,039	0,045	0,013	0,083	1,000	0,331	0,072	0,025	0,275
6. Інтолерантність до невизначеності	0,168	−0,081	−0,151	−0,096	0,331	1,000	0,165	0,178	0,043
7. Міжособистісна інтолерантність	−0,009	0,170	0,146	0,185	0,072	0,165	1,000	0,038	−0,049
8. Раціональність	0,138	0,007	−0,005	0,046	0,025	0,178	0,038	1,000	0,274
9. Готовність до ризику	−0,073	−0,039	−0,041	0,026	0,275	0,043	−0,049	0,274	1,000

Примітка. r – коефіцієнт кореляції Пірсона; $p < 0,05$

факторів у різні стилі прийняття рішень. Отримані результати наведено в таблиці 3.

Регресійний аналіз показав, що досліджувані характеристики мають статистично значущий, хоча за величиною помірний внесок у пояснення варіативності стилів прийняття рішень. Найбільшою є пояснювальна здатність моделі для надпильності ($R^2 = 0,067$), де сукупність предикторів пояснює 6,7 % її варіативності. Для пильності відповідний показник становить 6,0 %, для уникнення – 5,8 %, а для прокрастинації – 5,6 %. Для пильності статистично значущими предикторами виявилися інтолерантність до невизначеності ($\beta = 0,139$; $p = 0,016$), раціональність ($\beta = 0,155$; $p = 0,006$) та готовність до ризику ($\beta = -0,152$; $p = 0,008$). Найбільший стандартизований коефіцієнт у цій моделі має раціональність, що узгоджується з розумінням пильності як способу прийняття рішень, орієнтованого на аналіз інформації та обґрунтування вибору. Для уникнення значущими предикторами стали інтолерантність до невизначеності ($\beta = -0,155$; $p = 0,007$) та міжособистісна інтолерантність до невизначеності ($\beta = 0,196$; $p < 0,001$). При цьому більший внесок має саме міжособистісна складова інтолерантності, що підкреслює значення труднощів у сприйнятті невизначеності у взаємодії з іншими людьми. За показником прокрастинації статистично значущими предикторами є інтолерантність до невизначеності ($\beta = -0,210$; $p < 0,001$) та міжособистісна інтолерантність до невизначеності ($\beta = 0,162$; $p = 0,003$). У цьому випадку найбільш вираженим є внесок загальної інтолерантності до невизначеності. Для надпильності статистично значущими виявилися толерантність до невизначеності ($\beta = 0,130$; $p = 0,026$), інтолерантність до невизначеності ($\beta = -0,184$; $p = 0,001$) та міжособистісна інтолерантність до невизначеності ($\beta = 0,199$; $p < 0,001$). Отримана комбінація предикторів вказує на те, що надпильність не може бути однозначно пов'язана лише з одним типом ставлення до невизначеності, а, ймовірно, відображає складніший спосіб реагування на ситуації, у яких необхідно одночасно орієнтуватися в невизначених обставинах та враховувати міжособистісний контекст.

Окремим напрямом аналізу стало визначення вікових та професійно-стажевих особливостей стилів прийняття рішень. Оскільки статистично значущі відмінності було встановлено лише за показником надпильності, відповідні результати представлено в таблиці 4.

Таблиця 3

Статистично значущі предиктори стилів прийняття рішень поліцейських

Залежна змінна	Предиктор	β	p	R^2
Пильність	Інтолерантність до невизначеності	0,139	0,016	0,060
	Раціональність	0,155	0,006	
	Готовність до ризику	−0,152	0,008	
Уникнення	Інтолерантність до невизначеності	−0,155	0,007	0,058
	Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	0,196	<0,001	
Прокрастинація	Інтолерантність до невизначеності	−0,210	<0,001	0,056
	Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	0,162	0,003	
Надпильність	Толерантність до невизначеності	0,130	0,026	0,067
	Інтолерантність до невизначеності	−0,184	0,001	
	Міжособистісна інтолерантність до невизначеності	0,199	<0,001	

Примітка. β – стандартизований коефіцієнт регресії; p – рівень статистичної значущості; R^2 – коефіцієнт детермінації

Таблиця 4

Вікові та професійно-стажеві відмінності надпильності поліцейських

Показник	Група	M	H	p
Надпильність	До 30 років	6,87	10,225	0,006
	31–40 років	6,43		
	41 рік і старше	5,88		
	До 5 років служби	6,69	13,407	0,004
	6–10 років	6,90		
	11–20 років	6,34		
	Понад 20 років	5,83		

Примітка. M – середнє арифметичне; H – значення критерію Краскела–Уолліса; p – рівень статистичної значущості

За результатами порівняння вікових груп статистично значущі відмінності встановлено лише за показником надпильності (H = 10,225; p = 0,006). Найвище середнє значення зафіксовано у поліцейських віком до 30 років (M = 6,87), тоді як у групах 31–40 років та 41 рік і старше воно становило відповідно 6,43 та 5,88. Таким чином, у старших вікових групах спостерігається нижча вираженість надпильного стилю прийняття рішень. Подібна закономірність простежується і в контексті професійного стажу, хоча вона не має лінійного характеру. Відмінності між стажевими групами також є статистично значущими (H = 13,407; p = 0,004). Найвище значення надпильності виявлено у поліцейських зі стажем 6–10 років (M = 6,90), дещо нижче – у групі зі стажем до 5 років (M = 6,69), тоді як у працівників зі стажем 11–20 років показник становив 6,34, а понад 20 років – 5,83. Отримані дані не дають підстав стверджувати про пряме лінійне зниження надпильності зі збільшенням професійного стажу, оскільки найвище значення зафіксовано саме у групі 6–10 років служби. Водночас нижчі показники у групах із найбільшим стажем можуть вказувати на можливе поступове зменшення потреби в надмірно мобілізованому способі реагування на складні ситуації в міру накопичення професійного досвіду. Це припущення потребує подальшої перевірки з урахуванням характеру службових завдань, специфіки підрозділу та особливостей професійного досвіду.

Висновки. Проведене дослідження дало змогу визначити психологічні особливості прийняття рішень поліцейськими в умовах невизначеності та професійних змін. Встановлено переважання пильного способу прийняття рішень, орієнтованого на аналіз ситуації та обґрунтований вибір, тоді як уникнення, прокрастинація та надпильність виявляються взаємопов'язаними способами реагування на складні ситуації. Виявлено диференційований характер зв'язку між ставленням до невизначеності та способами прийняття рішень. Толерантність та інтолерантність до невизначеності не визначають єдиного стилю реагування, а по-різному поєднуються з пильністю, уникненням, прокрастинацією та надпильністю. Особливого значення набуває міжособистісна інтолерантність до невизначеності, пов'язана з менш продуктивними способами реагування у ситуаціях вибору. Отримані результати також свідчать про значення раціональності та готовності до ризику в організації процесу прийняття професійних рішень. Водночас вікові та стажеві відмінності виявлено лише за надпильністю, що дає підстави розглядати професійний досвід як один із чинників трансформації способів реагування на складні та невизначені ситуації, але не як універсальний детермінант прийняття рішень. Таким чином, прийняття рішень поліцейськими в умовах невизначеності є складним психологічним процесом, що визначається взаємодією способу оцінювання ситуації, ставлення до невизначеності та особистісної готовності діяти в умовах ризику. Перспективи подальших досліджень полягають у комплексному вивченні взаємозв'язку прийняття рішень поліцейськими з їхньою саморегуляцією, психологічною стійкістю, професійним досвідом та іншими особистісними ресурсами в умовах воєнного стану.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу та інших допоміжних завдань. Згенеровані штучним інтелектом об'єкти як результати академічної діяльності в статті не використовувалися.

Список літератури:

1. Бондзик Д. М. Особистісні детермінанти та соціально-психологічні чинники схильності до ризику у працівників поліції в умовах екстремальної діяльності. *Наукові перспективи*. 2025. № 7(61). С. 1076–1088. https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-7(61)-1076-1088

2. Гельбак А.М. Толерантність до невизначеності як визначальна умова прийняття рішення поліцейськими при виконанні професійних завдань. *Українська поліцеїстика: теорія, законодавство, практика*. 2024. №1(9). С. 48–52. https://doi.org/10.32782/2709-9261-2024-1-9-9

3. Євдокімова О.О., Кобилко Н.А. Психодіагностичні матеріали в допомогу психологу поліції: [метод. посіб.]: Ч. 1. Харків: Факт, 2023. 136 с. ISBN 978-617-8072-90-2. URI: https://dspace.univd.edu.ua/handle/123456789/18539

4. Майданенко С.В. Прийняття рішень поліцейськими у кризових ситуаціях: психологічний аспект. *Науковий вісник Дніпровського державного університету внутрішніх справ*. 2025. № 1. С. 235–240. https://doi.org/10.32782/2078-3566-2025-1-30

5. Масян А., Романенко О. Детермінанти прийняття рішень правоохоронцями. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2023. № 10. С. 295–316. https://doi.org/10.32999/2663-970X/2023-10-15

6. Олексин М.О. Психологічна ресурсність та особливості прийняття рішень у працівників поліції з різним бойовим досвідом. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2026. Том 37(76), № 1. С. 89–95. https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.1/14

7. Пономаренко, Я. Професійне самоздійснення поліцейських в контексті їх готовності до інноваційної діяльності та толерантності до невизначеності *Вісник Львівського університету. Сер.: Психологічні науки*. 2022. Вип. 13. С. 123–129. DOI: https://doi.org/10.30970/PS.2022.13.15

8. Шиліна, А. А. Толерантність до невизначеності як чинник успішності виконання професійних завдань поліцейськими в умовах війни. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 5(39). С. 940–951. https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-5(39)-940-951

9. Ponomarenko Y., Okhrimenko I., Klymenko I., Shvets D., Yevdokimova O., Okhrimenko S. Peculiarities of Decision Making by Police Officers with Different Levels of Professional Self-Fulfilment. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience.* 2022. № 13(2). P. 328–346. https://doi.org/10.18662/brain/13.2/346

10. Yevdokimova O.O., Boichuk S.S., Ponomarenko Y.S., Shylina A.A., Pavlovska-Kravchuk V.A., Mokhorieva O.M., Okhrimenko I.M. Resilience as a factor of psychological stability of modern police officers in crisis situations of their professional activities. *Polski Merkuriusz Lekarski*. 2026. №54(2). P. 205–212. https://doi.org/10.36740/Merkur202602116

Kozlovets I.M. PSYCHOLOGICAL FACTORS OF DECISION-MAKING BY POLICE OFFICERS UNDER CONDITIONS OF UNCERTAINTY AND PROFESSIONAL CHANGE

Contemporary conditions of professional activity of the National Police of Ukraine are characterized by highly dynamic service situations, time constraints, incomplete information, and the need to make decisions when it is impossible to fully predict their consequences. Under martial law, these characteristics become particularly significant, as the quality of professional decisions affects not only the effectiveness of service performance but also the safety of police officers and other participants in professional interactions. The aim of the study was to identify the psychological characteristics of decision-making by police officers under conditions of uncertainty and to establish the relationships between decision-making styles, tolerance of uncertainty, and personal factors of decision-making. The study was conducted on a sample of 350 employees of the National Police of Ukraine. The Melbourne Decision-Making Questionnaire was used to assess decision-making styles. Attitudes toward uncertainty were examined in terms of tolerance of uncertainty, intolerance of uncertainty, and interpersonal intolerance of uncertainty. Personal factors of decision-making were assessed in terms of rationality and risk readiness. The findings demonstrated the predominance of the vigilance decision-making style, characterized by an orientation toward situation analysis and reasoned choice. Positive relationships were identified between particular decision-making styles, including avoidance, procrastination, and hypervigilance. The findings demonstrated a differentiated pattern of relationships between attitudes toward uncertainty and decision-making styles. Interpersonal intolerance of uncertainty was associated with avoidance, procrastination, and hypervigilance, whereas tolerance of uncertainty was associated with risk readiness. Regression analysis identified statistically significant predictors of particular decision-making styles, including indicators of attitudes toward uncertainty, rationality, and risk readiness. Age – and professional-tenure differences were identified only in hypervigilance, suggesting a possible transformation of ways of responding to challenging situations in the course of professional development. The findings support the view of decision-making by police officers as a complex psychological process associated with attitudes toward uncertainty and personal characteristics of choice.

Keywords: *decision-making, police officers, tolerance of uncertainty, rationality, risk readiness, martial law, professional change.*

Дата першого надходження статті до видання: 18.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 11.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

ПСИХОЛОГІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

УДК 355.133.4:316.46](477)
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/30

Тарасова Т.Б.
https://orcid.org/0000-0003-0353-7199
Сумський державний університет

Петяк О.М.
https://orcid.org/0009-0006-5579-5543
Сумський державний університет

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ КОМАНДИРІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ ЯК ВІЙСЬКОВИХ ЛІДЕРІВ

У статті розглянуто психологічні ресурси військових лідерів в умовах високої відповідальності, невизначеності та тривалого професійного напруження. Актуальність дослідження зумовлена потребою у науково обґрунтованому розвитку командирів, здатних не лише організовувати виконання службово-бойових завдань, а й підтримувати керованість власної поведінки, довіру, згуртованість та морально-психологічну стійкість підлеглих. Теоретично обґрунтовано доцільність інтегративного аналізу професійної мотивації, саморегуляції поведінки, емоційного інтелекту та стресостійкості як взаємопов'язаних компонентів лідерської ефективності. Показано, що доктринальні моделі військового лідерства акцентують єдність характеру, професійних знань і практичних компетентностей, тоді як психологічні підходи пояснюють механізми, завдяки яким цінності та мотиви перетворюються на послідовну поведінку, конструктивну комунікацію й адаптивне прийняття рішень. Емпіричну частину виконано як пілотне дослідження за участю п'яти командирів десантно-штурмових взводів, які мали досвід управлінської діяльності та виконання бойових завдань. Застосовано діагностику мотивації професійної діяльності К. Замфір у модифікації А. Реана, методику «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової, шкалу стресостійкості Коннора-Девідсона, методику оцінки емоційного інтелекту Н. Холла, глибинне інтерв'ю з проективними техніками та ранговий кореляційний аналіз Спірмена. Описові результати засвідчили високі узагальнені показники мотивації й емоційного інтелекту, середньо-високу саморегуляцію та помірний показник за шкалою стресостійкості. Найвиразніші позитивні кореляційні тенденції зафіксовано між мотивацією і саморегуляцією, мотивацією та емоційним інтелектом, а також саморегуляцією й емоційним інтелектом. Від'ємні коефіцієнти зі стресостійкістю інтерпретовано обережно через малий обсяг вибірки та необхідність перевірки напряму кодування шкали.

Зроблено висновок, що отримані результати створюють підставу для подальшого розширеного емпіричного дослідження, і достатні для ствердження про доцільність комплексного розвитку мотиваційного, регулятивного та емоційно-комунікативного ресурсів військових лідерів.

Ключові слова: *лідерство, військовий лідер, професійна мотивація, саморегуляція поведінки, емоційний інтелект, стресостійкість, командир, психологічні ресурси.*

Постановка проблеми. Повномасштабна російсько-українська війна радикально підвищила вимоги до психологічної готовності командирів усіх рівнів. Військовий лідер має одночасно забезпечувати виконання бойового завдання, зберігати керованість підрозділу, підтримувати дисципліну, приймати рішення за дефіциту часу й інформації, а також враховувати емоційний стан

© Тарасова Т.Б., Петяк О.М., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

особового складу. За таких умов формальна влада посади не гарантує реального впливу. Довіра підлеглих виникає тоді, коли професійна компетентність поєднується з моральною надійністю, послідовністю поведінки, здатністю до самоконтролю та готовністю брати відповідальність за людей.

У Доктрині розвитку військового лідерства у Збройних Силах України лідерство пов'язується з наданням мети, напряму та мотивації для виконання місії. Така постановка питання виводить проблему за межі адміністративного управління: командир не лише віддає наказ, а формує смисл спільної діяльності, підтримує впевненість особового складу й створює умови, за яких підлеглі здатні діяти узгоджено навіть у ситуації ризику [6, с. 1–23]. Подібна логіка представлена в доктринальних документах Армії США, де ефективність лідера описується через поєднання атрибутів характеру, присутності й інтелекту та компетентностей ведення людей, розвитку інших і досягнення результатів [10, с. 1–8; 14, с. 1–12].

Наукове й практичне завдання військових психологів полягає в тому, щоб визначити не лише перелік бажаних рис військового лідера, а й психологічні механізми їх узгодження. Висока мотивація без саморегуляції може перетворюватися на надмірне напруження, імпульсивність або ригідне прагнення будь-якою ціною підтвердити власну правоту. Саморегуляція без ціннісної спрямованості може забезпечувати формальний контроль, але не створювати довіри. Емоційний інтелект без професійної відповідальності також не гарантує ефективного командування. Отже, важливим є системний аналіз мотиваційних, регулятивних, емоційно-комунікативних і стресозахисних ресурсів.

Практична значущість вирішення проблеми психологічних ресурсів командирів Збройних Сил України пов'язана з удосконаленням психологічної підготовки командирів, профілактикою управлінських помилок, підтриманням морально-психологічного стану підрозділів і формуванням культури лідерства, у якій особистий приклад, зворотний зв'язок і турбота про підлеглих не протиставляються вимогливості та результативності. Розвиток таких ресурсів є складовою боєздатності підрозділів і, ширше, психологічної стійкості сектору безпеки й оборони.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні концепції лідерства трактують його як процес впливу, що відбувається у взаємодії лідера, послідовників і контексту. Трансформаційний підхід Б. Басса наголошує, що ефективний лідер не обмежується контролем виконання, а змінює мотивацію підлеглих, посилює усвідомлення спільної мети й стимулює розвиток [11, с. 19–31]. Для військової організації дане твердження особливо важливе, оскільки виконання завдань за високого ризику потребує не лише нормативної слухняності, а й внутрішнього прийняття мети, довіри та готовності діяти у ситуаціях, де неможливо передбачити всі обставини.

У вітчизняних дослідженнях військове лідерство розглядається як чинник всеохоплюючої оборони, стратегічних комунікацій, формування офіцерських компетентностей і психологічної готовності до управління людьми. В. Алещенко та В. Осьодло підкреслюють значення відповідальності, ціннісної орієнтації та здатності діяти у складних безпекових умовах [1, с. 41–48]. О. Бондаренко, Т. Требушкова та О. Куруч акцентують необхідність цілеспрямованого формування лідерських якостей майбутніх офіцерів, поєднання теоретичної підготовки з практичними ситуаціями взаємодії та прийняття рішень [2, с. 149–156]. В. Волобуєв, В. Веретільник та О. Гнидюк розглядають військове лідерство XXI століття в умовах динамічної зміни технологій, способів ведення війни та організаційної культури [4, с. 15–28].

Існує нормативна модель «БУТИ – ЗНАТИ – РОБИТИ», що фіксує єдність особистісно-ціннісного, когнітивного та поведінкового рівнів військового лідерства. Компонент «БУТИ» охоплює характер, моральні якості й воїнський етос; «ЗНАТИ» – професійні знання, розуміння людей та ситуації; «РОБИТИ» – практичний вплив, комунікацію, розвиток підлеглих і досягнення результату [3, с. 19–20]. Сильним боком цієї моделі є відмова від зведення лідерства до набору абстрактних рис: особисті якості мають проявлятися у конкретних рішеннях і взаємодії.

Професійна мотивація визначає спрямованість, наполегливість і смислове наповнення діяльності. Теорія самодетермінації розрізняє автономну мотивацію, засновану на внутрішньому прийнятті цінностей і цілей, та контрольовану мотивацію, пов'язану переважно із зовнішнім тиском або винагородою [13, с. 227–268]. Для військового лідера принциповим є не сам факт високої мотивації, а її зміст: орієнтація на місію, відповідальність за підлеглих і професійне зростання, що створює стійкішу основу поведінки, ніж прагнення статусу або уникнення покарання.

Саморегуляція забезпечує перехід від мотиву до організованої дії. Вона включає постановку цілей, планування, моделювання умов, програмування

дій, оцінювання результатів і гнучке коригування поведінки. У бойовому середовищі саморегуляція потрібна для стримування імпульсивних реакцій, відновлення робочого стану після сильного емоційного впливу, збереження послідовності рішень і своєчасної зміни плану. Дослідження емоційної регуляції показують, що спосіб опрацювання емоційного досвіду впливає на когнітивну ефективність, міжособистісну поведінку та довгострокове психологічне функціонування [15, с. 271–299].

Емоційний інтелект розглядається як здатність сприймати, розуміти, використовувати й регулювати емоції. Модель здібностей Дж. Маєра, П. Саловея та Д. Карузо підкреслює, що емоційна інформація може бути ресурсом мислення й прийняття рішень, а не лише суб'єктивним фоном [16, с. 197–215]. Для командира це означає здатність розрізняти страх, виснаження, розгубленість або приховану напругу підлеглих, добирати відповідний спосіб комунікації та не переносити власний емоційний стан на підрозділ.

Стресостійкість у військовій діяльності не означає відсутності стресу. Її доцільно розуміти як здатність зберігати функціональність, відновлюватися після навантаження й адаптивно використовувати наявні ресурси. Шкала Коннора-Девідсона створена для вимірювання резильєнтності як здатності справлятися з труднощами та відновлюватися після них [12, с. 76–82]. Водночас показники резильєнтності не слід тлумачити ізольовано: у ситуації тривалого бойового навантаження зовнішня зібраність може поєднуватися з накопиченим виснаженням, а висока відповідальність – із ризиком перенапруження.

Аналіз військових помилок також підтверджує значення регулятивної й емоційної зрілості військових лідерів. Н. Діксон пов'язує некомпетентні рішення не лише з браком знань, а й з ригідністю, надмірною впевненістю, придушенням критичної інформації, статусною залежністю та нездатністю визнати помилку [5, с. 342–411]. Це дає підстави розглядати саморегуляцію, рефлексію, психологічну гнучкість і відкритість до зворотного зв'язку як чинники профілактики управлінської неефективності.

Історичні та документально-публіцистичні праці доповнюють науковий аналіз конкретними траєкторіями становлення командирів і підрозділів. Л. Кларк порівнює стилі Дж. Паттона, Б. Монтгомері та Е. Роммеля, демонструючи роль характеру, амбіцій, стратегічного мислення і взаємодії з командною системою [8, с. 186–198] В. Залужний у мемуарній праці показує лідерство як тривалий процес професійного становлення, відповідальності та переосмислення досвіду [7, с. 76–211]. Д. Савченко висвітлює значення ціннісної єдності, групової ідентичності, бойового духу й особистого прикладу командира у розвитку підрозділу [9, с. 26–67]. Ці джерела не замінюють психологічних досліджень, але дають матеріал для осмислення того, як мотивація, саморегуляція та довіра проявляються у реальній військовій практиці.

Отже, аналіз літератури свідчить про поступовий перехід від переліку рис «ідеального командира» до інтегративних моделей, у яких лідерство розглядається як динамічна система цінностей, знань, поведінкових компетентностей і психологічних ресурсів. Водночас кількість емпіричних робіт, що одночасно оцінюють мотивацію, саморегуляцію, емоційний інтелект і стресостійкість командирів у бойовому контексті, залишається недостатньо.

Невирішеною залишається проблема емпіричної перевірки того, як окремі психологічні ресурси військового лідера взаємодіють між собою. У більшості праць мотивація, стресостійкість, емоційний інтелект або саморегуляція розглядаються окремо, хоча у практичній діяльності командира вони функціонують одночасно. Недостатньо досліджено питання, чи утворюють дані характеристики узгоджений комплекс, за допомогою якого командир підтримує власну працездатність і психологічну стабільність підрозділу.

Постановка завдання: теоретично обґрунтувати й на пілотному емпіричному рівні дослідити взаємозв'язки професійної мотивації, саморегуляції поведінки, емоційного інтелекту та стресостійкості як психологічних ресурсів військових лідерів.

Для досягнення мети поставлено такі завдання: узагальнити сучасні доктринальні та психологічні підходи до військового лідерства; визначити функціональну роль мотиваційних, регулятивних, емоційно-комунікативних і стресозахисних ресурсів; описати результати пілотного дослідження командирів взводів; проаналізувати кореляційні тенденції та сформулювати практичні орієнтири для психологічної підготовки й подальших досліджень.

Виклад основного матеріалу. Організація та методи дослідження. Емпіричне дослідження проведено на базі десантно-штурмової бригади. Кількісну вибірку становили п'ять командирів десантно-штурмових взводів, які мали досвід управлінської діяльності та виконання бойових

завдань. Участь була добровільною; під час збору й аналізу даних дотримано принципів конфіденційності, анонімності та мінімізації розкриття службової інформації.

Комплекс методів включав глибинне інтерв'ю з проективними техніками «третя особа» та «Незакінчені речення», діагностику мотивації професійної діяльності К. Замфір у модифікації А. Реана, методику «Стиль саморегуляції поведінки» В. Моросанової, шкалу стресостійкості Коннора-Девідсона (CD-RISC) і методику оцінки емоційного інтелекту Н. Холла. Для первинного кількісного аналізу використано медіану, міжквартильний розмах, мінімум, максимум, середнє значення та стандартне відхилення. Для оцінювання взаємозв'язків застосовано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

З огляду на n = 5 емпіричний етап має статус пілотного. За такого обсягу вибірки коефіцієнти кореляції чутливі до кожного окремого спостереження, а їхня величина не є достатньою підставою для висновків про статистично стійкі закономірності або причинність. Тому результати інтерпретовано як пошукові тенденції, що потребують повторної перевірки.

Якісні результати. Аналіз інтерв'ю виявив смисловий образ «командира-стабілізатора». У висловлюваннях респондента центральними були теми відповідальності за людей, постійної зміни обстановки, необхідності контролювати власний стан і підтримувати підлеглих. Формулювання «командир – це відповідальність», «не підвести людей», «якщо командир поплив» демонструють, що лідерська роль сприймається не лише як управлінська функція, а як психологічна опора для підрозділу. Важливими виявилися також присутність поряд із підлеглими, здатність пояснювати рішення, зберігати спокій і визнавати реальний стан людей.

Описові результати. Для зіставлення показників у пілотному масиві використано узагальнені бали, наведені в таблиці 1. Найвищими були показники мотивації та емоційного інтелекту. Саморегуляція мала середньо-високий рівень, а показник за шкалою CD-RISC – помірне значення. Відносно вузькі міжквартильні інтервали можуть вказувати на однорідність мікровибірки, однак через її малий обсяг не дають змоги робити висновки про типові характеристики всіх командирів.

Високий узагальнений показник мотивації можна пов'язати з усвідомленням значущості ролі командира, професійною відповідальністю й готовністю діяти в умовах ризику. Середньо-висока саморегуляція відображає здатність планувати, контролювати й коригувати поведінку, хоча не виключає виснаження в умовах тривалого навантаження. Високий емоційний інтелект узгоджується з якісними даними про орієнтацію на людей, розуміння стану підлеглих і необхідність підтримувати психологічний клімат.

Кореляційні тенденції. Результати рангового аналізу наведено в таблиці 2. Найвищий позитивний коефіцієнт отримано між мотивацією та саморегуляцією (ρ = 0,85). Це може означати, що більш виражена професійна спрямованість супроводжується кращою здатністю організовувати власну поведінку, підтримувати цілеспрямованість

Таблиця 1

Описова статистика психологічних показників командирів (n = 5)

Показник	Медіана	IQR (Q1-Q3)	Min-Max	Середнє ± SD
Мотивація професійної діяльності	4,0	3,5-4,5	3-5	4,0 ± 0,71
Саморегуляція поведінки	3,8	3,5-4,0	3-4,2	3,88 ± 0,26
Стресостійкість (CD-RISC)	2,5	2-3	2-3	2,5 ± 0,55
Емоційний інтелект	4,2	3,8-4,5	3,5-4,5	4,0 ± 0,38

Таблиця 2

Кореляційні тенденції між досліджуваними показниками (ρ Спірмена)

Пара показників	ρ	Описова інтерпретація
Мотивація – саморегуляція	0,85	Сильна позитивна тенденція
Мотивація – емоційний інтелект	0,80	Сильна позитивна тенденція
Саморегуляція – емоційний інтелект	0,75	Сильна позитивна тенденція
Мотивація – стресостійкість	-0,70	Сильна негативна тенденція
Саморегуляція – стресостійкість	-0,60	Помірна негативна тенденція
Стресостійкість – емоційний інтелект	-0,50	Помірна негативна тенденція

Примітка. Через малий обсяг вибірки (n = 5) коефіцієнти мають описово-пошуковий характер; статистична значущість не встановлювалася.

і коригувати дії відповідно до ситуації. Водночас за малого n цей висновок слід розуміти як гіпотезу для перевірки.

Позитивна тенденція між мотивацією й емоційним інтелектом (ρ = 0,80) може відображати зв'язок між особистісною залученістю у професійну роль і здатністю враховувати емоційний контекст управління. Командир, для якого діяльність має внутрішній смисл, імовірно, частіше розглядає стан підлеглих як важливу умову виконання завдання, а не як другорядний чинник. Зв'язок саморегуляції та емоційного інтелекту (ρ = 0,75) узгоджується з припущенням, що розуміння емоцій допомагає керувати поведінкою, а розвинена саморегуляція створює умови для конструктивного використання емоційної інформації.

Окремого аналізу потребують від'ємні коефіцієнти зі стресостійкістю. За стандартною логікою CD-RISC вищі бали відповідають більшій резильєнтності [17, с. 76–82]. Отже, негативний знак не дає підстав автоматично стверджувати, що «стрес знижує ефективність» або що мотивація прямо захищає від стресу. Такий результат може бути пов'язаний із малою вибіркою, способом перетворення сирих балів, наявністю зв'язаних рангів або специфікою бойового контексту, у якому висока мобілізація й відповідальність тимчасово поєднуються з суб'єктивним виснаженням.

З методологічного погляду ці від'ємні коефіцієнти слід вважати сигналом для перевірки. На наступному етапі необхідно повернутися до сирих балів CD-RISC, підтвердити напрям кодування кожного пункту, розрахувати точні значення статистичної значущості, використати довірчі інтервали та збільшити вибірку. Доцільно також розділити резильєнтність, актуальне стресове напруження, виснаження й симптоми дистресу, оскільки це різні психологічні конструкти.

Узагальнюючи позитивні тенденції, можна говорити про ймовірний функціональний комплекс трьох ресурсів. Професійна мотивація задає смисл і напрям діяльності; саморегуляція забезпечує послідовне втілення намірів у поведінці; емоційний інтелект допомагає враховувати стан людей і підтримувати конструктивну взаємодію. Їхня узгодженість може бути важливішою за максимально високий рівень будь-якої однієї характеристики.

Практичне значення результатів полягає в орієнтації програм розвитку військових лідерів на комплексні вправи. Доцільними є аналіз складних управлінських ситуацій, тренування прийняття рішень за дефіциту часу, розвиток навичок емоційної саморегуляції, відпрацювання зворотного зв'язку, рефлексія цінностей і мотивів командування, а також моделювання комунікації з виснаженими, наляканими або дезорганізованими підлеглими. Така підготовка має поєднувати вимогливість із психологічною грамотністю, а особисту стійкість – із командною взаємодією.

Важливо також створювати організаційні умови, у яких командир може своєчасно отримати підтримку, обговорити складне рішення, визнати помилку без руйнівної статусної загрози й відновитися після тривалого навантаження. Психологічні ресурси не є виключно індивідуальною властивістю; вони підтримуються культурою підрозділу, якістю взаємин у командній вертикалі, доступністю зворотного зв'язку та справедливим розподілом відповідальності.

Наукова новизна пілотного дослідження полягає в інтегрованому розгляді професійної мотивації, саморегуляції, емоційного інтелекту та стресостійкості командирів десантно-штурмових взводів і в поєднанні кількісних показників із якісним образом командира як психологічного стабілізатора підрозділу. Водночас новизна не означає завершеності доказу: результати окреслюють модель і напрями подальшої перевірки.

Обмеження дослідження. Головним обмеженням є невеликий обсяг кількісної вибірки, що не дозволяє переносити результати на ширшу сукупність військових командирів. Усі учасники належали до одного організаційного й професійного контексту, тому коефіцієнти можуть відображати специфіку підрозділу, етапу служби або спільного досвіду. Узагальнені бали різних методик не є повністю зіставними за психометричним змістом. Крім того, кореляційний дизайн не встановлює причинності.

Подальше дослідження має передбачати розширення вибірки, включення командирів різних рівнів і родів військ, аналіз віку, стажу, бойового досвіду та тривалості перебування на командній посаді. Доцільно додати показники професійного вигорання, моральної травми, довіри в підрозділі, згуртованості та ефективності виконання завдань. Перспективним є лонгітюдний дизайн, який дасть змогу оцінити, як психологічні ресурси змінюються під впливом бойового навантаження, відновлення й цілеспрямованого навчання.

Висновки. Військове лідерство є інтегрованим психологічним і організаційним процесом, у якому професійна компетентність поєднується з ціннісною надійністю, здатністю впливати на людей, підтримувати власну керованість і адаптувати рішення до зміни обстановки.

Теоретичний аналіз дає підстави розглядати професійну мотивацію, саморегуляцію та емоційний інтелект як взаємодоповнювальні ресурси. Мотивація визначає смисл і спрямованість діяльності, саморегуляція забезпечує її організацію й коригування, а емоційний інтелект підтримує розуміння людей та конструктивну комунікацію.

Матеріал пілотного дослідження виявив образ командира як носія відповідальності та психологічного стабілізатора підрозділу. Орієнтація на людей, контроль власного стану, присутність поруч із підлеглими та здатність пояснювати рішення постають важливими проявами реального лідерства.

У мікровибірці з п'яти командирів найвиразнішими були позитивні кореляційні тенденції між мотивацією і саморегуляцією ($\rho = 0{,}85$), мотивацією та емоційним інтелектом ($\rho = 0{,}80$), саморегуляцією й емоційним інтелектом ($\rho = 0{,}75$). Через малий обсяг вибірки ці коефіцієнти не слід тлумачити як статистично підтверджені закономірності.

Від'ємні коефіцієнти зі стресостійкістю потребують повторної перевірки на сирих балах і уточнення напряму кодування шкали. Вони не дають підстав автоматично ототожнювати показник стресостійкості з рівнем стресу або робити висновок про причинний вплив мотивації на резильєнтність.

Практичні програми розвитку військових лідерів доцільно будувати комплексно: поєднувати роботу з професійними цінностями й мотивацією, тренування саморегуляції, розвиток емоційної грамотності, аналіз управлінських помилок і відпрацювання комунікації у складних ситуаціях.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розширенням вибірки, використанням точних психометричних процедур, порівнянням командирів різних рівнів і проведенням лонгітюдного аналізу. Це дасть змогу перевірити запропоновану модель психологічних ресурсів і визначити, які компоненти найкраще прогнозують ефективність лідерської діяльності та стійкість підрозділу.

Інформація про використання штучного інтелекту. Інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об'єктів як результатів академічної діяльності.

Список літератури:

1. Алещенко В. І., Осьодло В. І. Військове лідерство в умовах всеохоплюючої оборони. *Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень НУОУ*. 2024. № 1(80). С. 41–48. https://doi.org/10.33099/2304-2745/2024-1-80/41-48

2. Бондаренко О. Г., Требушкова Т. М., Куруч О. С. Сучасні підходи до формування лідерських якостей у майбутніх офіцерів Національної гвардії України. *Честь і закон*. 2023. № 3(86). С. 149–156. https://doi.org/10.33405/2078-7480/2023/3/86/287137

3. Військове лідерство: компетентність, впевненість, гнучкість. Універсальний навчальний посібник для рейнджерів. Київ : Центр навчальної літератури, 2025. 280 с. ISBN 978-966-370-879-9.

4. Волобуєв В., Веретільник В., Гнидюк О. Військове лідерство у XXI столітті. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України.* 2024. № 4(97). С. 15–28. https://doi.org/10.32453/3.v97i4.1772

5. Діксон Н. Психологія військової некомпетентності / пер. з англ. Т. Тимо. Київ : Наш Формат, 2025. 480 с. ISBN 978-617-8437-79-4.

6. Доктрина розвитку військового лідерства у Збройних Силах України : ВКП 7-00(03).01. Київ : Генеральний штаб Збройних Сил України, 2020. 23 с.

7. Залужний В. Моя війна. Івано-Франківськ : Вавилонська бібліотека, 2024. 248 с. ISBN 978-617-8281-30-4.

8. Кларк Л. Командири. Шляхи військових лідерів Джорджа Паттона, Бернарда Монтгомері та Ервіна Роммеля / пер. з англ. В. Горбатька. Київ : STONE Publishing, 2024. 500 с. ISBN 978-966-9488-45-9.

9. Савченко Д. Вовки Да Вінчі. Київ : Zалізний тато, 2023. 126 с. ISBN 978-617-8214-14-2.

10. Army Doctrine Publication 6-22. Army Leadership and the Profession. Washington, DC : Headquarters, Department of the Army, 2019. 132 p.

11. Bass B. M. From transactional to transformational leadership: Learning to share the vision. *Organizational Dynamics*. 1990. Vol. 18, no. 3. P. 19–31. DOI: https://doi.org/10.1016/0090-2616(90)90061-S.

12. Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety.* 2003. Vol. 18, no. 2. P. 76–82. DOI: https://doi.org/10.1002/da.10113.

13. Deci E. L., Ryan R. M. The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry.* 2000. Vol. 11, no. 4. P. 227–268. DOI: https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01.

14. Department of the Army. FM 6-22. Army Leadership: Competent, Confident, and Agile. Washington, DC : Headquarters, Department of the Army, 2006. 216 p.
15. Gross J. J. The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*. 1998. Vol. 2, no. 3. P. 27–299.
16. Matthews G., Roberts R. D., Zeidner M. Seven myths about emotional intelligence. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, No. 3. P. 179–196. DOI: https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1503_01.

Tarasova T.B., Petiak O.M. SYCHOLOGICAL RESOURCES OF COMMANDERS OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE AS MILITARY LEADERS

The article examines the psychological resources of military leadership in conditions of high responsibility, uncertainty and prolonged professional stress. The relevance of the study is due to the need for scientifically based development of commanders who are able not only to organize the performance of service and combat tasks, but also to maintain the controllability of their own behavior, trust, cohesion and moral and psychological stability of subordinates. The feasibility of an integrative analysis of professional motivation, self-regulation of behavior, emotional intelligence and stress resistance as interrelated components of leadership effectiveness is theoretically substantiated. It is shown that doctrinal models of military leadership emphasize the unity of character, professional knowledge and practical competencies, while psychological approaches explain the mechanisms by which values and motives are transformed into consistent behavior, constructive communication and adaptive decision-making. The empirical part was carried out as a pilot study with the participation of five commanders of airborne assault platoons who had experience in management activities and performing combat missions. The diagnostics of motivation for professional activity by K. Zamfir in the modification of A. Rean, the methodology "Self-regulation of behavior style" by V. Morosanova, the Connor-Davidson stress tolerance scale, the methodology for assessing emotional intelligence by N. Hall, an in-depth interview with projective techniques and Spearman's rank correlation analysis were applied. The descriptive results showed high generalized indicators of motivation and emotional intelligence, medium-high self-regulation and a moderate indicator on the stress tolerance scale. The most pronounced positive correlation trends were recorded between motivation and self-regulation, motivation and emotional intelligence, as well as self-regulation and emotional intelligence. Negative coefficients with stress resistance were interpreted cautiously due to the small sample size and the need to verify the direction of scale coding. It was concluded that motivational, regulatory and emotional-communicative resources should be developed comprehensively, and the results obtained should be considered as a basis for extended research, and not as a final confirmation of causal relationships.

Keywords: *leadership, military leader, professional motivation, behavioral self-regulation, emotional intelligence, stress resilience, commander, psychological resources.*

Дата першого надходження статті до видання: 11.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 03.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.923
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/31

Чачко С.Л.
https://orcid.org/0000-0001-9747-0559
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Фадін А.О.
https://orcid.org/0009-0001-8191-2321
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ВІЙСЬКОВИХ МОРЯКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Жорстокі реалії тривалого збройного протистояння вимагають від особового складу ЗСУ (Збройних Сил України) значної психологічної витривалості. У цьому контексті служба у Військово-Морських Силах (ВМС) вирізняється особливою стресогенністю. Екіпажі кораблів перебувають під постійним тиском специфічних обставин: це фізична ізольованість, жорсткі просторові обмеження, втрата звичної автономії на тлі безперервної загрози для життя. Збереження ментального здоров'я та ефективність виконання наказів у таких умовах прямо спираються на внутрішні адаптаційні резерви. Представлена робота присвячена емпіричному аналізу життєстійкості військових моряків з метою виявлення тих чинників, які найактивніше сприяють їхньому пристосуванню до бойового стресу та умов військової служби. Застосований комплекс валідизованих психодіагностичних інструментів дозволив зібрати дані щодо емоційного фону, мотивації та поведінкових патернів бійців. Зіставлення результатів виявило тривожну динаміку: порівняно з іншими підрозділами, моряки мають значно менший запас життєстійкості та швидше виснажують свої захисні ресурси. Обробка масиву даних дала змогу не лише окреслити групи ризику, а й підтвердити протективну функцію вищої освіти, яка достовірно посилює опірність особистості. Цікавим виявився вплив сімейного статусу: родинні зв'язки мотивують до активного подолання перешкод, проте паралельно генерують додаткову тривогу за близьких. Результати регресійного моделювання доводять, що ключовим фактором збереження морально-психологічного стану є саме життєстійкість. Вона спрацьовує як надійний бар'єр проти тривожних і депресивних розладів. Натомість спроби військовослужбовців спиратися винятково на окремі копінг-стратегії, не маючи сформованої життєстійкої позиції, виявляються малоефективними у боротьбі з дистресом, пов'язаним з бойовими діями в часи війни. Висновки дослідження формують доказову базу, необхідну для уточнення та розширення підходів до психологічної підтримки персоналу ВМС ЗСУ та покращення процедур комплектування корабельних екіпажів.

Ключові слова: *життєстійкість, військові моряки, депресія, тривожність, копінг-стратегії, резильєнтність, ресурси адаптації, стрес.*

Постановка проблеми. Забезпечення психологічної надійності та бойової готовності підрозділів ЗСУ під час довготривалої війни становить один із найскладніших викликів. Аналіз фахової літератури показує, що служба на флоті супроводжується специфічним набором подразників, не властивих іншим військовим формуванням. На думку О.О. Зембицького, провідну деструктивну роль тут відіграють екогенні фактори, такі як хитавиця, вібраційний вплив і шум. Разом із сенсорним голодом вони провокують падіння емоційного тонусу та погіршення когнітивних здібностей бійців [1]. Цей фон суттєво посилюється інтенсивним психогенним тиском: моряки змушені постійно зберігати максимальну концентрацію для контролю надводного простору та підтримки живучості судна, перебуваючи при цьому в стані соціальної депривації через звужене коло контактів. Як зазначають В.В. Стасюк, В.Г. Дикун та А.В. Кириченко, найпотужнішим тригером напруги виступає безперервна небезпека ударів з повітря чи моря, яка накладається на просторову обмеженість корабля і відрив від сімей [3]. Міжнародна психологічна наука описує такий формат життєдіяльності терміном ICE-середовище

© Чачко С.Л., Фадін А.О., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

(Isolated, Confined, and Extreme – тобто ізольоване, замкнене та екстремальне). Робота колективу авторів на чолі з Б. Клос засвідчує, що вплив подібного середовища не обмежується лише ментальними зрушеннями, а й спричиняє збої в роботі імунної системи та загальне виснаження фізіологічних сил організму [6]. Хоча військова психологія має значний доробок, питання виявлення та оцінки тих глибинних особистісних резервів, які могли б захистити українських моряків від руйнівного впливу ICE-факторів, залишається відкритим і потребує нагального емпіричного вивчення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед розмаїття психологічних властивостей, які допомагають людині не лише толерувати екстремальні умови, але й зберігати психосоматичне здоров'я під час ізоляції, особливе місце посідає життєстійкість. Цей конструкт (hardiness), запропонований С. Мадді, трактується як специфічна світоглядна позиція, завдяки якій кризові події перетворюються на платформу для особистісного розвитку [7]. Розвиваючи цю концепцію, С. Мадді, Д. Хошаба та їхні колеги дійшли висновку, що поєднання трьох ключових установок – залученості, контролю та прийняття виклику – озброює людину тією «екзистенційною мужністю» [8, с. 370], яка необхідна для конструктивного проживання травматичного досвіду. Зважаючи на широку дослідженість цього явища в загальній психології, для нас найбільший інтерес становлять вузькопрофільні праці, сфокусовані саме на військових моряках. Зокрема, норвезькі вчені Б. Джонсен та С. Хистад довели, що життєстійка позиція опосередковано покращує ментальний стан екіпажів: вона виступає каталізатором здорового мікроклімату та гуртує команду в умовах ізоляції [4]. Колектив авторів на чолі з Е. Карін зосередився на когнітивному компоненті, з'ясувавши, що стійкі військовослужбовці маркують стресори як професійний виклик, а не як загрозу. Така переоцінка обставин дозволяє уникати емоційного вигорання впродовж затяжних місій [5]. Не менш важливою є толерантність до невідомості. Робота Ф. Пейманпак та співавторів підтверджує, що розвинена життєстійкість робить людину менш вразливою до непередбачуваних ситуацій і слугує надійним щитом проти депресивних епізодів [10]. Своєю чергою, дослідження М. Нордмо з колегами порушує проблему збою циркадних ритмів через специфіку корабельної служби. Вони переконують, що життєстійкість згладжує наслідки денних переживань, дозволяючи організму повноцінно відпочити вночі та уникнути накопичення хронічної втоми [9].

Вітчизняний контекст психологічного стану фахівців морської галузі в часи війни розкрито у дослідженні Н.В. Родіної, М.К. Кременчуцької та І.А. Козачек. На прикладі екіпажів цивільного флоту встановлено, що їхня адаптація до воєнних реалій спирається на взаємодію стресостійкості та трансформацію ціннісної сфери, де провідним регулятором поведінки стають цінності сім'ї, служіння та професійної компетентності [2]. Отже, теоретичний аналіз доводить фундаментальне значення життєстійкості для психологічної опірності в умовах ізоляції. Проте, якщо особливості адаптації цивільних моряків уже стають предметом наукового аналізу, специфіка актуалізації ресурсів життєстійкості безпосередньо військовослужбовцями вітчизняних ВМС у реаліях повномасштабного конфлікту залишається практично не вивченою, що зумовлює актуальність нашої роботи.

Постановка завдання. Ключове завдання дослідження полягає у цілісному аналізі ресурсного потенціалу життєстійкості особового складу ВМС у ситуації повномасштабної збройної агресії.

Виклад основного матеріалу. В основу виконаного дослідження закладено припущення, згідно з яким саме життєстійкість постає провідним внутрішньоособистісним регулятором, що підтримує психологічну опірність моряків та нівелює прояви дистресу під час виконання завдань в екстремальних умовах. Використання сформованого психодіагностичного комплексу уможливило емпіричну верифікацію цього припущення, з'ясування актуальних показників психоемоційного функціонування особового складу, а також диференціацію категорій підвищеного адаптаційного ризику. Паралельно здійснений математико-статистичний аналіз дозволив окреслити ключові предиктори ефективного пристосування до бойових навантажень, що формує доказову прикладну базу для комплектування корабельних екіпажів та розробки заходів психологічного супроводу на флоті.

Психодіагностичний комплекс включає: тест життєстійкості С. Мадді; методику «Інструмент дослідження резильєнтності (ІДР-14)» в адаптації Л.Колесніченко та О. Береженної; опитувальник генералізованого тривожного розладу (GAD-7) в адаптації Н. Алексіної, О. Герасименко, Д. Лавриненка та О. Савченко; шкалу депресії (PHQ-9); опитувальник «Шкала для дослідження копінг-поведінки у ситуаціях небезпеки», зроблений на основі методики WOCQ (Ways Of Coping Questionnaire) С. Фолкман та Р. Лазаруса, у модифікації Н.В. Родіної; шкалу нейротизму (особистісний опитувальник Айзенка, EPQ); авторський опитувальник демографічних даних.

Обробка даних здійснювалася в програмному забезпеченні Jamovi (версія 2.6.44). Для розрахунку базових показників вибірки використовувалися методи описової статистики. Виявлення зв'язків між психологічними характеристиками проводилося за допомогою кореляційного аналізу r-Пірсона. Для порівняння незалежних вибірок застосовувалися t-критерій Стьюдента та U-критерій Манна-Вітні з урахуванням характеру розподілу даних. Визначення провідних предикторів морально-психологічного стану та перевірка буферної функції ресурсів життєстійкості здійснювалися шляхом побудови множинних лінійних регресійних моделей.

У дослідженні взяли участь 77 військовослужбовців підрозділів ЗСУ, де найбільшу групу склали представники ВМС ЗСУ (57%), решта – Сухопутні війська (21%) та Повітряні сили (22%). Переважна більшість респондентів – чоловіки (82%). Середній вік досліджуваних становив 34 роки. Вибірка складалась з рядового (35%), сержантського (36%) та офіцерського складу (29%). Серед учасників були військовослужбовці-добровольці (39%), мобілізовані шляхом явки за повісткою (25%), а також професійні військові (36%) – випускники військових навчальних закладів. Серед респондентів переважна більшість не проходили строкової військової служби (68%), а також не мали попереднього бойового досвіду (62%). За сімейним станом учасники поділились на такі категорії: не маю партнера (8%), неодружений/незаміжня (19%), одружений/заміжня (38%), перебуваю у відносинах (21%), розлучений/розлучена (14%). Більшість з них не мають дітей (59%), мають 1 дитину (23%), 2 дитини (17%), більше 3 дітей (1%). Повну середню освіту мають 34%, а вищу – 66% досліджуваних.

Для проведення поглибленого аналізу ресурсів життєстійкості безпосередньо військових моряків із загальної групи ВМС було виокремлено корабельний склад (N = 40), чия специфіка військової служби пов'язана з виконанням завдань безпосередньо на кораблях. Решта 4 військовослужбовці ВМС, які несуть службу у берегових підрозділах, до спеціалізованого аналізу психологічних ресурсів корабельного складу залучені не були.

Для обґрунтування вибору методів математико-статистичного аналізу було проведено перевірку характеру розподілу емпіричних даних за критерієм Шапіро-Вілка (W). Аналіз засвідчив, що нормальний розподіл ознаки ($p > 0,05$) мають показники за шкалами «Залученість», «Контроль», «Загальний показник життєстійкості», а також копінг-стратегії «Прийняття і пасивний розрахунок на допомогу», «Прийняття і пасивний оптимізм» та «Прийняття і активна боротьба». Щодо інших досліджуваних змінних (шкали «Прийняття ризику», «Депресія», «Тривожність», «Нейротизм», а також копінг-стратегії «Неприйняття та дисоціація» і «Прийняття і пасивний песимізм»), було знайден статистично значуще відхилення від закону нормального розподілу ($p < 0,05$). З огляду на неоднорідність розподілу показників, подальший порівняльний аналіз виділених підгруп здійснювався із застосуванням як параметричного t-критерію Стьюдента (для шкал із нормальним розподілом), так і непараметричного U-критерію Манна-Вітні (для шкал, розподіл яких відрізняється від нормального).

Порівняльний аналіз за t-критерієм Стьюдента виявив низку статистично значущих відмінностей між військовослужбовцями, які проходять службу на кораблях, та представниками інших родів військ. Зокрема, військові моряки демонструють суттєво нижчий загальний рівень життєстійкості (39,55±1,85) порівняно з респондентами інших підрозділів (48,30±2,42), різниця є статистично значущою ($t = – 2,910$; $p = 0,005$). Особливо виражені відмінності виявлено за шкалою «Залученість»: у групі військових моряків цей показник становив (15,10±0,84), у представників інших родів військ – (20,00±1,06) при $t = – 3,673$; $p < 0,001$. Крім того, значущі відмінності між групами зафіксовано за наступними копінг-стратегіями: моряки показали нижчі значення за нормативними стратегіями «Прийняття і пасивний оптимізм» (8,45±0,59 проти 10,90±0,55; $t = – 3,018$; $p = 0,003$) та «Прийняття і активна боротьба» (12,40±0,66 проти 14,30±0,71; $t = – 1,992$; $p = 0,050$). Виявлена специфіка свідчить, що своєрідні умови корабельної служби (замкнений простір, високий рівень ізоляції та ризику) спричиняють більш виражене виснаження внутрішніх регуляторних ресурсів особистості порівняно з іншими родами військ.

За допомогою непараметричного U-критерію Манна-Вітні значущу відмінність знайдено за шкалою «Прийняття ризику» ($U = 512$; $p = 0,020$). Зіставлення середніх значень підтверджує, що військові моряки демонструють нижчу схильність до прийняття ризику (9,85±0,60; Me = 9,50) порівняно з бійцями інших родів військ (11,92±0,62; Me = 12,00). Водночас за показниками депресії ($U = 651$; $p = 0,366$), тривожності ($U = 703$; $p = 0,709$), нейротизму ($U = 738$; $p = 0,988$) та загальної резильєнтності ($U = 676$; $p = 0,513$) значущих відмінностей між групами не знайдено. Тобто, загальний рівень психоемоційного напруження є відносно однорідним для всієї вибірки, однак специфічні служби на кораблях (ізольованість та

обмеження автономії) зумовлюють виражену виснаженість саме внутрішніх життєстійких переконань військових моряків.

Додатковий аналіз освітнього чинника безпосередньо у вибірці військовослужбовців корабельної служби засвідчив, що рівень освіти є вагомим чинником вибору поведінкових стратегій подолання стресу в умовах морської служби. Статистично значущі відмінності зафіксовано за загальним показником резильєнтності (U = 110,0; p = 0,017), де моряки з вищою освітою демонструють вищий рівень відновлюваного потенціалу (Me = 50,00; 50,67±2,07), ніж респонденти із середньою освітою (Me = 41,00; 44,18±1,72). У групі з вищою освітою також вираженіші показники за субшкалами «Мислення, орієнтоване на віру та надію» (U = 99,5; p = 0,007; Me = 16,50 проти 13,00) та «Прийняття ризику» (U = 109,0; p = 0,016; Me = 13,00 проти 7,50). У сфері копінг-поведінки військовослужбовці з вищою освітою вірогідно частіше застосовують конструктивну стратегію «Прийняття і активна боротьба» (t = – 2,708; p = 0,010; 14,22±1,06 проти 10,91±0,69). За загальним рівнем життєстійкості виявлено тенденцію до вищих значень у більш освічених моряків (t = – 1,822; p = 0,076). Отже, високий освітній рівень особового складу ВМС слугує внутрішнім ресурсом, який підсилює резильєнтність та стимулює вибір активних стратегій подолання воєнного стресу.

Для аналізу впливу мотивації на стійкість вибірку військових моряків поділили на добровольців, мобілізованих та професійних військових і провели серію парних порівнянь. Зіставлення не виявило різниці у базовому рівні життєстійкості між добровольцями та мобілізованими. Проте мобілізовані достовірно частіше використовують копінг «Прийняття і пасивний песимізм» (U = 39,0; p = 0,045). Також у них простежується тенденція до частішого застосування стратегії «Прийняття і активна боротьба» (p = 0,054). Це може бути маркером вимушеної адаптації до примусової зміни стилю життя. Водночас порівняння профілів професійних військових із добровольцями та мобілізованими не виявило жодних статистично значущих відмінностей. Їхні показники життєстійкості, копінг-стратегій та дистресу виявилися близькими. Отже, попри вищу схильність мобілізованих до песимізму, екстремальні умови корабельної служби нівелюють первинні мотиваційні розбіжності. Це середовище формує єдиний, однорідний профіль психологічної стійкості особового складу.

Чинники бойового досвіду та строкової військової служби також не зумовлюють статистично значущих відмінностей. Тобто, поточний характер службових завдань переважає за впливом попередній військовий досвід.

Між матроським складом (n_1 = 20) та складом старшин і офіцерів (n_2 = 20) достовірної різниці за досліджуваними шкалами не зафіксовано. Отже, військове звання та обсяг посадової відповідальності не позначаються на рівнях психологічної стійкості моряків.

Дослідження чинника сімейного стану засвідчило наявність статистично значущих відмінностей у виборі копінг-стратегій. Виявлено, що моряки, які мають партнера, вірогідно частіше застосовують адаптивну стратегію «Прийняття і активна боротьба» (t = 2,650; p = 0,012; 13,86±0,84 проти 10,61±0,89). Водночас у них зафіксовано вищий рівень за шкалою «Прийняття і пасивний песимізм» (U = 112,0; p = 0,019; Me = 8,00 проти Me = 3,50). Тобто, наявність близького партнера слугує ресурсом для активної подолаючої поведінки, але водночас зумовлює вище фонове занепокоєння за благополуччя родини в умовах воєнних загроз.

Для виявлення системних взаємозв'язків між досліджуваними психологічними характеристиками особового складу було проведено кореляційний аналіз за методом r-Пірсона (табл. 1).

Аналіз емпіричних даних засвідчив наявність глибоких структурних зв'язків між складовими життєстійкості та показниками психологічного дистресу. Загальний рівень життєстійкості демонструє високозначущі зворотні кореляції з депресією (r = – 0,696; p < 0,001), тривожністю (r = – 0,651; p < 0,001) та нейротизмом (r = – 0,644; p < 0,001). Аналогічна зворотна динаміка простежується і на рівні окремих компонентів: підшкали «Залученість», «Контроль» та «Прийняття ризику» володіють значущими негативними зв'язками з усіма показниками дистресу (p < 0,001). Це переконливо доводить, що кожен елемент життєстійких переконань відіграє власну протекторну роль у стримуванні симптомів тривожності та депресії у моряків. Виявлено тісний взаємозв'язок між життєстійкістю та резильєнтністю: загальні показники цих методик високо корелюють між собою (r = 0,477; p < 0,01), підкреслюючи схожість конструктів. При цьому найсильніше життєстійкість пов'язана з компонентом резильєнтності «Мислення, орієнтоване на віру та надію» (r = 0,494; p < 0,01). У сфері копінг-поведінки життєстійкість та її компоненти утворюють прямі зв'язки з адаптивними стратегіями «Прийняття і пасивний оптимізм» (від r = 0,375 до r = 0,441) та «Прийняття і активна боротьба» (r = 0,330;

Таблиця 1

Матриця кореляцій показників життєстійкості, психологічного дистресу та копінг-стратегій військових моряків

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	15
1						,379*		,341*			
10	– ,536***	–,606***	–,626***	–,651***					1		
11	– ,645***	–,633***	–,586***	–,696***					,774***	1	
12										,332*	
13	,375*	,441**		,383*	,318*		,328*	,321*			
14		,330*	,326*	,330*	,379*	,322*	,453**	,419**			
15			–,326*						,328*	,393*	1
16	–,565***	–,598***	–,573***	–,644***					,584***	,645***	,411**

Примітки: статистично значущі кореляції позначені при *p < 0,05, **p < 0,01, ***p < 0,001. 1 – Вік; 2 – Залученість; 3 – Контроль; 4 – Прийняття ризику; 5 – Загальний показник життєстійкості; 6 – ІДР-14 (Позитивне мислення); 7 – ІДР-14 (Спосіб життя, спрямований на копінг та коригування); 8 – ІДР-14 (Мислення, орієнтоване на віру та надію); 9 – ІДР-14 (Загальний показник резильєнтності); 10 – GAD-7 (Тривожність); 11 – PHQ-9 (Депресія); 12 – WOCQ (Прийняття і пасивний песимізм); 13 – WOCQ (Прийняття і пасивний оптимізм); 14 – WOCQ (Прийняття і активна боротьба); 15 – WOCQ (Неприйняття та дисоціація); 16 – EPQ (Нейротизм).

p < 0,05). Деструктивний копінг «Неприйняття та дисоціація» закономірно корелює з вищими показниками депресії r = 0,393; p < 0,05) та нейротизму (r = 0,411; p < 0,01).

Щодо демографічних показників, зафіксовано наступний статистично значущий зв'язок: вік військовослужбовців прямо корелює із загальним показником резильєнтності (r = 0,341; p < 0,05) та зі стратегією «Спосіб життя, спрямований на копінг та коригування» (r = 0,379; p < 0,05). Це вказує на поступове накопичення психологічного досвіду та зваженості у доланні стресу зі збільшенням віку.

Для визначення системних зв'язків між психологічними ресурсами та показниками дистресу у військових моряків було застосовано множинний лінійний регресійний аналіз (табл. 2). Для дотримання вимог статистичної коректності до складу предикторів у кожній моделі включалися виключно ті змінні, емпіричний розподіл яких відповідав критерію нормальності.

Для залежної змінної «Життєстійкість» коефіцієнт множинної детермінації дорівнює 0,165 при p = 0,036. Критерій F = 3,66. У неї входять змінні: «Прийняття і активна боротьба» (β = 0,165; t = 0,900; p = 0,374), «Прийняття і пасивний оптимізм» (β = 0,289; t = 1,577; p = 0,123). Константа дорівнює 26,16. З регресійної моделі видно, що представленні чинники вказують на проактивне та

Таблиця 2

Оцінка вкладу предикторів у варіативність показників життєстійкості та психологічного дистресу військових моряків

Предиктор	Коефіцієнт регресії	R	R^2	F	p	Критерій Дарбіна-Вотсона
Критерій: Життєстійкість (загальний показник)						
Константа	26,158	0,406	0,165	3,66	0,036	2,44
Прийняття і активна боротьба	0,464					
Прийняття і пасивний оптимізм	0,904					
Критерій: Депресія (PHQ-9)						
Константа	20,350	0,761	0,579	16,5	< 0,001	2,16
Життєстійкість	-0,430					
Прийняття і активна боротьба	0,565					
Прийняття і пасивний оптимізм	-0,166					
Критерій: Тривожність (GAD-7)						
Константа	17,886	0,666	0,444	9,59	< 0,001	2,42
Життєстійкість	-0,328					
Прийняття і активна боротьба	0,227					
Прийняття і пасивний оптимізм	-0,063					

оптимістичне сприйняття обставин, що справляє позитивний вплив на життєстійкість військових моряків, хоча окремо кожна з цих стратегій не досягає рівня самостійної статистичної значущості. Тобто, загальний рівень життєстійкості підтримується не окремими поведінковими проявами, а комплексом адаптивних стратегій подолання стресу.

Для залежної змінної «Депресія» коефіцієнт множинної детермінації дорівнює 0,579 при $p < 0,001$. Критерій $F = 16,5$. У неї входять змінні: «Життєстійкість» ($\beta = – 0,779$; $t = –6,586$; $p < 0,001$), «Прийняття і активна боротьба» ($\beta = 0,363$; $t = 2,724$; $p = 0,010$), «Прийняття і пасивний оптимізм» ($\beta = –0,096$; $t = –0,705$; $p = 0,486$). Константа дорівнює 20,35. З регресійної моделі видно, що визначальним захисним чинником проти симптомів депресії виступає загальна життєстійкість особистості, тоді як намагання вести активну боротьбу в умовах стресогенної корабельної служби без достатнього внутрішнього ресурсу може спричиняти додаткове емоційне виснаження. Тобто, психологічна стійкість моряків спирається на глибинні життєстійкі переконання, які блокують депресію, тоді як надмірні зусилля з подолання обставин в умовах обмеженого контролю можуть підвищувати суб'єктивний дистрес.

Для залежної змінної «Тривожність» коефіцієнт множинної детермінації дорівнює 0,444 при $p < 0,001$. Критерій $F = 9,59$. У неї входять змінні: «Життєстійкість» ($\beta = –0,691$; $t = –5,078$; $p < 0,001$), «Прийняття і активна боротьба» ($\beta = 0,169$; $t = 1,106$; $p = 0,276$), «Прийняття і пасивний оптимізм» ($\beta = –0,042$; $t = –0,270$; $p = 0,789$). Константа дорівнює 17,89. З регресійної моделі видно, що ключову роль у зниженні показника тривожності відіграє високий рівень життєстійкості, яка компенсує дію стресових факторів середовища, тоді як окремі копінг-стратегії лише несуттєво змінюють рівень ситуативної тривоги. Тобто, емоційна стабільність військових моряків забезпечується системною життєстійкою позицією.

Аналіз коефіцієнтів регресії вказує на те, що основним фактором, який стримує розвиток психологічного дистресу, є життєстійкість. Її вплив є виражено зворотним: чим вищий рівень життєстійкості, тим нижчими є прояви симптомів тривожності та депресії. Копінг-стратегії у цій конфігурації відходять на другий план. Це емпірично доводить, що саме життєстійкість слугує головним захисним бар'єром військових моряків, який перекриває негативний вплив стресорів корабельної служби в умовах війни.

Висновки. Результати проведеного емпіричного аналізу дають змогу сформувати комплексне бачення специфіки психологічної адаптованості військовослужбовців ВМС. Зафіксоване достовірне зниження показників життєстійкості та виражене виснаження внутрішніх ресурсів у представників корабельного складу (порівняно з іншими родами військ) підтверджують факт надмірного психоемоційного навантаження, яке генерується ізольованим та екстремальним середовищем несення служби.

Встановлені кореляційні та регресійні закономірності розкривають внутрішні механізми психологічного захисту моряків. Фундаментальну роль у цій структурі відіграє загальна життєстійкість, що виступає ключовим буфером збереження морально-психологічного стану. Саме міцність переконань особистості ефективно блокує депресивну та тривожну симптоматику. Водночас доведено, що застосування виключно ситуативних копінг-стратегій, без опори на життєстійку диспозицію, виявляється недостатнім для повноцінної компенсації наслідків бойового дистресу.

Аналіз емпіричного масиву дозволив чітко визначити категорії підвищеного дезадаптаційного ризику серед особового складу. До найбільш вразливої групи належать військовослужбовці без вищої освіти, оскільки саме високий освітній рівень довів свою протективну функцію. Окрім того, через тривале перебування на кораблі без можливості побачити близьких, посиленої уваги потребують особи, які перебувають у сімейних або партнерських стосунках: родинні зв'язки створюють амбівалентний ефект, стимулюючи активну поведінку, але водночас провокуючи зростання фонового занепокоєння. Ці категорії моряків потребують пріоритетного залучення до програм превентивних психологічних інтервенцій.

Перспективним напрямом у подальших наукових студіях може стати лонгітюдне вивчення динаміки психологічного стану екіпажів на різних етапах виконання бойових завдань та під час ротаційного відновлення. Також актуальним залишається питання розробки вузькоспеціалізованих протоколів психологічного супроводу, орієнтованих на цілеспрямоване формування компонентів життєстійкості у військовослужбовців корабельного складу.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об’єктів як результатів академічної діяльності (Gemini).

Список літератури:

1. Зембицький О.О. Деякі особливості психофізіологічного впливу професійної діяльності військових моряків на їх особистість. *Філософсько-соціологічні та психолого-педагогічні проблеми підготовки особистості до виконання завдань в особливих умовах* : матеріали наук.-практ. конф., м. Київ, 5 листоп. 2020 р. Київ : НУОУ, 2020, С. 92-95.
2. Родіна Н. В., Кременчуцька М. К., Козачек І. А. Психологічні особливості адаптаційних характеристик моряків в умовах війни в Україні. *Психологія та соціальна робота.* 2025. Вип. 2(62). С. 145–153. https://doi.org/10.32782/2707-0409.2025.2.13.
3. Стасюк В. В., Дикун В. Г., Кириченко А. В. Психологічні особливості професійної діяльності військових моряків. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. Вип. 1. С. 152–158. https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-77-1-152-158.
4. Johnsen B. H., Hystad S. W. Hardiness and mental health during naval deployment: The relation is mediated by social processes and not by self-regulatory processes. *European Review of Applied Psychology*. 2023. Vol. 73, no. 3. Art. 100817. https://doi.org/10.1016/j.erap.2022.100817.
5. Karin E. et al. The association of multi-system conditions on mental health trajectories during naval deployment. *Military Psychology*. 2024. Vol. 36. https://doi.org/10.1080/08995605.2024.2413249.
6. Klos B. et al. Effects of isolated, confined and extreme environments on parameters of the immune system – a systematic review. *Frontiers in Immunology*. 2025. Vol. 16. Art. 1532103. https://doi.org/10.3389/fimmu.2025.1532103.
7. Maddi S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*. 2006. Vol. 1, no. 3. P. 160–168. https://doi.org/10.1080/17439760600619609.
8. Maddi S., Khoshaba D., Harvey R., Fazel M. The Personality Construct of Hardiness. Relationships With the Construction of Existential Meaning in Life. *Journal of Humanistic Psychology*. 2010. Vol. 51, no. 3. P. 369–388. https://doi.org/10.1177/0022167810388941.
9. Nordmo M. et al. It's been a hard day's night: A diary study on hardiness and reduced sleep quality among naval cadets. *Personality and Individual Differences*. 2020. Vol. 153. Art. 109635. https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109635.
10. Peimanpak F., Karimi S., Abdollahi A. The Moderating Role of Psychological Hardiness and Flexibility in Relation to Intolerance of Uncertainty and Depression Symptoms in Sailors. *Journal of Marine Medicine*. 2024. Vol. 6, no. 2. P. 123–131. https://doi.org/126-134 10.30491/6.2.123.

Chachko S.L., Fadin A.O. HARDINESS OF MILITARY SAILORS IN WARTIME

The harsh realities of a protracted armed conflict demand considerable psychological resilience from the personnel of the Armed Forces of Ukraine. In this context, service in the Navy is particularly stressful. Ship crews are under constant pressure from specific circumstances: physical isolation, severe spatial constraints, and the loss of their usual autonomy amid a constant threat to their lives. Maintaining mental health and the ability to carry out orders effectively under such conditions rely directly on internal adaptive reserves. This study is devoted to an empirical analysis of the resilience of naval personnel with the aim of identifying the factors that most actively contribute to their adaptation to combat stress and the conditions of military service. Using a set of validated psychodiagnostic tools, we collected data on the emotional state, motivation, and behavioral patterns of the servicemen. A comparison of the results revealed an alarming trend: compared to other units, sailors have significantly lower levels of resilience and deplete their protective resources more quickly. Analysis of the dataset allowed us not only to identify at-risk groups but also to confirm the protective role of higher education, which significantly enhances an individual's resilience. The influence of family status proved to be particularly interesting: family ties motivate individuals to actively overcome obstacles, yet simultaneously generate additional anxiety about loved ones. The results of regression modeling show that resilience is the key factor in maintaining mental and psychological well-being. It acts as a reliable barrier against anxiety and depressive disorders. In contrast, attempts by military personnel to rely exclusively on individual coping strategies, without having developed a resilient mindset, prove to be ineffective in combating distress. The study's findings provide the evidence base necessary to revise approaches to psychological support for Ukrainian Navy personnel and to improve procedures for manning ship crews.

Keywords: *hardiness, navy personnel, depression, anxiety, coping strategies, resilience, adaptation resources, stress.*

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9.072.5
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/32

Баратюк А.Ю.
https://orcid.org/0000-0003-3473-0434
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Яблонська Т.М.
https://orcid.org/0000-0001-7272-9691
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

ОПИТУВАЛЬНИК ЗДОРОВ'Я ПАЦІЄНТА (PATIENT HEALTH QUESTIONNAIRE-9, PHQ-9): УКРАЇНОМОВНА АДАПТАЦІЯ, АПРОБАЦІЯ ТА ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

У статті представлено україномовну адаптацію та психометричну апробацію Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) як короткого скринінгового інструменту оцінювання депресивної симптоматики в умовах війни. Обґрунтовано актуальність використання стандартизованих методик у ситуації тривалого воєнного стресу, коли депресивні прояви можуть поєднуватися з тривогою, посттравматичними симптомами, порушеннями сну та соматичним виснаженням. Мета полягала у здійсненні лінгвістичної та змістової адаптації PHQ-9 українською мовою, а також перевірці його психометричних властивостей. Переклад виконували незалежні експерти у сфері клінічної психології та психодіагностики з подальшим експертним узгодженням і пілотним оцінюванням зрозумілості інструкції та пунктів. Емпіричне дослідження проведено у дві хвилі: у першій взяли участь 447 респондентів, у другій – 97 опитаних із першої хвилі, що дозволило оцінити стабільність показників при повторному вимірюванні. Для перевірки психометричних характеристик розраховано описові статистики, показники дискримінативності пунктів, внутрішньої узгодженості, тест-ретестової стабільності, експлораторного та конфірматорного факторного аналізу, а також кореляційні зв'язки з показниками DASS-21. Отримано високі показники надійності шкали: α-Кронбаха=0,865, ω Макдональда=0,868. Встановлено, що всі пункти мають прийнятні або високі зв'язки із сумарним балом, а вилучення жодного пункту не покращує внутрішню узгодженість методики. Експлораторний факторний аналіз підтвердив однофакторну структуру PHQ-9, а конфірматорний аналіз засвідчив статистично значущий внесок усіх пунктів у латентний фактор депресивної симптоматики. Конвергентна валідність підтверджена статистично значущими кореляціями PHQ-9 зі шкалами депресії, тривоги та стресу DASS-21. Показано, що україномовна версія PHQ-9 може застосовуватися як скринінговий інструмент для первинної оцінки депресивної симптоматики в умовах війни за умови недіагностичної інтерпретації результатів.

Ключові слова: *PHQ-9, депресія, депресивна симптоматика, психічне здоров'я, скринінг, дистрес, війна, українська вибірка, психометрія.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні актуалізувала потребу в системному скринінгу депресивної симптоматики, оскільки тривала небезпека, втрати, вимушене переміщення, руйнування соціальних зв'язків і невизначеність майбутнього суттєво впливають на психічне здоров'я населення. У дослідженнях психічного здоров'я в умовах збройних конфліктів

© Баратюк А.Ю., Яблонська Т.М., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

депресія, тривога, посттравматичні симптоми, порушення сну та соматизовані прояви розглядаються як взаємопов'язаний симптомокомплекс, який не завжди своєчасно виявляється в межах первинної медичної, психологічної чи соціальної допомоги [1]. Тому депресивна симптоматика в українському воєнному контексті має розглядатися як один із ключових індикаторів психологічного неблагополуччя населення.

Український воєнний контекст поєднує гострі й хронічні стресори: безпосередню загрозу життю, повітряні тривоги, втрату житла, розлуку з близькими, вимушену міграцію, економічну нестабільність і тривале інформаційне навантаження. Через шість місяців після початку повномасштабної війни в українських респондентів були зафіксовані виражені показники психологічного дистресу, що підкреслює необхідність застосування стандартизованих інструментів для моніторингу психічного стану [2]. Порівняння даних опитаних, які залишаються в Україні, і тих, хто виїхав закордон, також засвідчили зв'язок досвіду прямої або опосередкованої воєнної загрози з підвищенням симптомів посттравматичного стресу, комплексного посттравматичного стресу, тривоги та депресивних проявів [3]. А це, в свою чергу, зумовлює потребу в інструментах, чутливих до субклінічних, змішаних і реактивних форм депресивної симптоматики.

Особливого значення скринінг набуває через те, що в умовах війни частина осіб із депресивними або тривожними проявами не звертається по фахову допомогу. Дослідження українських дорослих під час другого року повномасштабної війни показало, що звернення по допомогу пов'язане із попереднім діагнозом, вимушеним переміщенням і доступністю підтримки [4]. Це створює ризик недовиявлення депресивних станів, особливо серед осіб, які нормалізують психологічне виснаження як «звичайну» реакцію на війну або мають обмежений доступ до медичних і психологічних послуг. У цьому контексті короткі стандартизовані опитувальники важливі як інструменти первинного виявлення ризику.

Актуальність проблеми посилюється для осіб, які зазнали вимушеного переміщення. Метааналіз психічного здоров'я внутрішньо переміщених осіб показує, що переміщення внаслідок конфлікту пов'язане з підвищеним ризиком депресії, тривожності та посттравматичних симптомів, які підтримуються постміграційними стресорами, зокрема втратою соціальних ролей, фінансовою нестабільністю та обмеженим доступом до допомоги [5]. Для України це має безпосереднє значення, оскільки внутрішнє переміщення, евакуація за кордон, повернення до небезпечних регіонів або тривале проживання в умовах невизначеності формують різні профілі психологічного ризику. Отже, інструмент оцінки депресивної симптоматики має бути придатним як для загальної популяції, так і для осіб із різним досвідом воєнного впливу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У міжнародній практиці Patient Health Questionnaire-9 належить до найуживаніших коротких інструментів оцінювання депресивної симптоматики. Його перевагами є дев'ять пунктів, проста шкала відповідей, можливість кількісного підрахунку загального бала та зв'язок із ключовими симптомами депресії. Індивідуальний метааналіз діагностичної точності PHQ-9 підтвердив, що інструмент може бути ефективним для скринінгу великої депресії за умови інтерпретації результату як підстави для подальшої клінічної оцінки [5]. Аналіз способів підрахунку PHQ-9 показав, що складні латентні моделі не мають суттєвої переваги над простим сумарним балом, що підтримує доцільність використання шкали в умовах обмежених ресурсів і високого навантаження на систему допомоги [6].

Важливою перевагою PHQ-9 є його міжнародна порівнюваність. Європейське дослідження еквівалентності PHQ-8 у 27 країнах підтвердило, що короткі інструменти родини Patient Health Questionnaire можуть забезпечувати міжкраїнне порівняння депресивної симптоматики за умови перевірки психометричної еквівалентності в конкретних мовних і культурних контекстах [7]. Це дозволяє інтегрувати вітчизняні дані з результатами міжнародних досліджень, але вимагає обережності, оскільки воєнний досвід може змінювати частоту й інтерпретацію окремих симптомів. Зокрема, порушення сну, виснаження, труднощі концентрації або психомоторне напруження можуть бути пов'язані як із депресивною симптоматикою, так і з об'єктивними умовами небезпеки, нічними тривогами, вимушеним переміщенням чи хронічним недосипанням.

Сучасні психометричні підходи підкреслюють, що переклад опитувальника не є достатньою підставою для його наукового використання. Відсутність перевірки вимірювальної інваріантності може призводити до помилкових висновків про міжгрупові відмінності, зумовлені неоднаковим розумінням пунктів або різною структурою відповідей [8]. У випадку

PHQ-9 україномовна адаптація має забезпечити збереження психологічного змісту пунктів, зрозумілості інструкції та коректності інтерпретації сумарного бала. Крім того, вибір шкали для дослідження має ґрунтуватися на доказах валідності, надійності, практичної придатності та відповідності цільовій популяції [9].

В умовах війни особливої уваги з точки зору етики потребує дев'ятий пункт PHQ-9, який стосується думок про смерть або самопошкодження. У масових опитуваннях не може розглядатися лише як компонент сумарного бала, оскільки позитивна відповідь потребує попередньо визначеної процедури інформування, маршрутизації та надання контактів кризової допомоги. Дослідження психічного здоров'я українських дітей і молоді в умовах війни підкреслюють необхідність безпечного й етично організованого оцінювання депресивних і травматичних проявів, особливо у вразливих групах [11].

Отже, актуальність україномовної адаптації PHQ-9 визначається потребою у швидкому скринінгу депресивної симптоматики в умовах війни, практичною придатністю інструменту для первинної оцінки, його міжнародною впізнаваністю та недостатньою психометричною перевіркою в українському воєнному контексті.

Сучасні дослідження психічного здоров'я в умовах збройних конфліктів підкреслюють потребу в масштабованих, доступних і доказових інструментах оцінки, придатних для первинної допомоги, психологічного консультування, гуманітарного реагування та наукового моніторингу [12]. Тому валідизація PHQ-9 українською мовою є окремим науковим завданням, спрямованим на створення надійного інструменту оцінки депресивної симптоматики в суспільстві, що переживає тривалий воєнний стрес.

Постановка завдання. Мета статті полягає у здійсненні україномовної адаптації «Опитувальника здоров'я пацієнта-9» (Patient Health Questionnaire-9, PHQ-9) та перевірці його психометричних властивостей в українській вибірці в умовах війни.

Методологія дослідження. ***Переклад***. Україномовна адаптація Patient Health Questionnaire-9 здійснювалася відповідно до процедур лінгвістичної та змістової адаптації психодіагностичного інструментарію. Переклад пунктів PHQ-9 українською мовою виконували троє незалежних експертів у сфері психології – кандидати психологічних наук та PhD, які володіють англійською мовою на рівні не нижче B2 і мають досвід клінічної психологічної та психодіагностичної роботи. Під час перекладу увага приділялася збереженню семантичної, клінічної та психодіагностичної еквівалентності пунктів. Особливо ретельно аналізувалися формулювання, пов'язані зі зниженням інтересу або задоволення, пригніченим настроєм, втомою, негативною самооцінкою, психомоторними змінами та думками про смерть або самопошкодження. Після незалежних перекладів проведено експертне узгодження варіантів і визначено остаточну редакцію пунктів.

Узгоджений варіант PHQ-9 перевірено в межах пілотного дослідження щодо зрозумілості інструкції, прийнятності формулювань і зручності заповнення. За результатами пілотного етапу внесено редакційні уточнення, які не змінювали змісту пунктів, але покращували їхню мовну природність та однозначність.

Виклад основного матеріалу. ***Вибірка***. Емпіричне дослідження проводилося у дві хвилі. У першій хвилі взяли участь 447 опитаних, у другій – 97 респондентів із першої хвилі. Перша хвиля використовувалася для перевірки описових характеристик, дискримінативності пунктів, внутрішньої узгодженості, факторної структури та валідності україномовної версії PHQ-9, а друга – для оцінки стабільності показників при повторному вимірюванні.

У першій хвилі жінки склали 79,9%, чоловіки – 20,1%, а у другій хвилі відповідно 92,8% і 7,2%. У вибірці переважали опитані, які навчаються: 63,5% у першій хвилі та 50,5% у другій. Середній вік учасників першої хвилі становив 23,8 року, медіана – 21 рік, SD=7,45. У другій хвилі середній вік склав 27,8 року, медіана – 23 роки, SD=9,07. Особистий досвід психотерапії мали 47,1% опитаних першої хвилі та 28,9% другої. Отже, вибірка переважно представлена молодими дорослими, що слід враховувати під час узагальнення результатів.

Процедура. Дослідження включало переклад і експертне узгодження PHQ-9, пілотне тестування, внесення редакційних уточнень, основне емпіричне дослідження та повторне вимірювання через 6–8 тижнів. Учасники першої хвилі заповнювали україномовну версію PHQ-9 і додаткові методики для перевірки валідності шкали. Участь була добровільною; опитувані були поінформовані про мету дослідження, анонімність обробки даних і право припинити участь. З огляду на наявність у PHQ-9 пункту про думки щодо смерті або самопошкодження, процедура передбачала етичну чутливість до змісту опитування.

Діагностичні методики. Основним інструментом дослідження був Patient Health Questionnaire-9 у перекладеній та адаптованій україномовній версії. PHQ-9 містить 9 пунктів, які оцінюють вираженість депресивної симптоматики за останні два тижні за чотирибальною шкалою частоти прояву симптому. Загальний бал відображає рівень депресивної симптоматики. У цьому дослідженні PHQ-9 використовувався як скринінговий інструмент.

Для перевірки конвергентної валідності було використано адаптовану на українській вибірці версію Depression Anxiety Stress Scales-21. DASS-21 містить 21 пункт і оцінює три компоненти психологічного дистресу: депресію, тривогу та стрес. Очікувалося, що загальний бал PHQ-9 матиме позитивний зв'язок зі шкалою депресії DASS-21, а також із показниками тривоги та стресу як суміжними проявами психологічного неблагополуччя.

Аналіз даних. Статистична обробка була спрямована на перевірку психометричних властивостей україномовної версії PHQ-9. Було розраховано описові статистики пунктів і загального бала шкали, зокрема середнє значення, медіану, стандартне відхилення, асиметрію та ексцес. Дискримінативність пунктів оцінювалася за кореляціями пунктів із загальним балом, скоригованими item-total кореляціями та значенням α Кронбаха при вилученні пункту.

Внутрішня узгодженість шкали перевірялася за коефіцієнтами α Кронбаха та ω Макдональда. Стабільність показників у часі оцінювалася за допомогою критерію Вілкоксона. Факторну структуру PHQ-9 перевірено за допомогою експлораторного та конфірматорного факторного аналізу. Перед факторизацією використовувався показник KMO та критерій сферичності Бартлетта. У конфірматорному аналізі перевірялася однофакторна модель PHQ-9 з урахуванням χ^2, χ^2/df, CFI, TLI, RMSEA та SRMR.

Конвергентну валідність перевірено за допомогою кореляційного аналізу зв'язків між загальним балом PHQ-9 і шкалами депресії, тривоги та стресу DASS-21. Використовувався коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Статистичну обробку виконано в IBM SPSS Statistics. Рівень статистичної значущості визначався як $p<0,05$, а результати з $p<0,001$ розглядалися як високо статистично значущі.

Результати дослідження. Психометричний аналіз україномовної версії PHQ-9 показав узгоджену структуру відповідей, прийнятну надійність, достатню дискримінативність пунктів і валідність методики для скринінгової оцінки депресивної симптоматики в українській вибірці в умовах війни. Отримані результати розглядаються як підстава для використання PHQ-9 у первинному виявленні вираженості симптомів, а не як самостійний клінічний діагноз.

За описовими статистиками середній загальний бал PHQ-9 становив 7,723, медіана – 7, що відповідає легкому рівню депресивної симптоматики (табл. 1).

Найвищі середні значення зафіксовано за пунктами «Втома / нестача енергії» (M=1,387), «Труднощі концентрації уваги» (M=1,148) і «Порушення сну» (M=1,069). Найнижчий показник отримано за

Таблиця 1

Описові статистики пунктів PHQ-9

№ пункту	Зміст пункту	M	Median	SD	Min	Max	Skewness	Kurtosis
1	Зниження інтересу або задоволення	0,908	1	0,887	0	3	0,703	–0,304
2	Пригнічений настрій / втрата надії	0,817	1	0,851	0	3	0,864	0,108
3	Порушення сну	1,069	1	1,008	0	3	0,547	–0,823
4	Втома / нестача енергії	1,387	1	1,013	0	3	0,193	–1,053
5	Негативна самооцінка / почуття провини	0,694	0	0,917	0	3	1,188	0,426
6	Труднощі концентрації уваги	1,148	1	1,022	0	3	0,472	–0,911
7	Психомоторне уповільнення / неспокій	0,508	0	0,798	0	3	1,546	1,646
8	Порушення апетиту / переїдання	0,890	1	0,949	0	3	0,774	–0,423
9	Думки про смерть або самопошкодження	0,302	0	0,667	0	3	2,349	5,049
Загальний бал	PHQ-9 total score (Депресія)	7,723	7	5,665	0	27	0,600	–0,106

пунктом «Думки про смерть або самопошкодження» (M=0,302), який, попри нижчу частотність, зберігає важливе клініко-етичне значення.

Показники асиметрії та ексцесу загального бала свідчать про прийнятний розподіл для психометричного аналізу. Більшість пунктів демонструють достатню варіативність відповідей, що дозволяє оцінювати як загальний рівень депресивної симптоматики, так і окремі прояви симптомного профілю.

Аналіз дискримінативності показав, що всі пункти PHQ-9 мають прийнятний або високий зв'язок із загальним балом (див. табл. 2).

Кореляції пунктів із сумарним показником перебували в діапазоні від 0,525 до 0,754, а скориговані item-total кореляції перевищували 0,49. Вилучення жодного пункту не покращувало надійність шкали, тому всі дев'ять пунктів доцільно залишити у складі методики.

Показники внутрішньої узгодженості підтвердили надійність шкали: α Кронбаха становила 0,865, ω Макдональда – 0,868 (див. табл. 3).

Середній бал під час першого вимірювання становив 7,72, під час повторного – 7,52. Статистично значущих відмінностей між тестом і ретестом не виявлено, що підтверджує стабільність показників у часі.

Експлораторний факторний аналіз підтвердив придатність даних до факторизації: KMO=0,891; χ^2=1525; df=36; p<0,001 (див. табл. 4).

Таблиця 2

Дискримінативність пунктів PHQ-9

№ пункту	Зміст пункту	Кореляція пункту із загальним балом PHQ-9	Скоригована item-total кореляція	α Кронбаха при вилученні пункту
1	Зниження інтересу або задоволення	0,754	0,670	0,844
2	Пригнічений настрій / втрата надії	0,754	0,680	0,843
3	Порушення сну	0,636	0,510	0,860
4	Втома / нестача енергії	0,753	0,634	0,847
5	Негативна самооцінка / почуття провини	0,754	0,679	0,842
6	Труднощі концентрації уваги	0,716	0,605	0,850
7	Психомоторне уповільнення / неспокій	0,567	0,492	0,859
8	Порушення апетиту / переїдання	0,710	0,617	0,848
9	Думки про смерть або самопошкодження	0,525	0,497	0,859

Таблиця 3

Внутрішня узгодженість PHQ-9 та порівняння показників між хвилями

Показник	Значення
α Кронбаха для PHQ-9	0,865
ω Макдональда для PHQ-9	0,868
Середній бал PHQ-9 під час першого вимірювання	7,72
Середній бал PHQ-9 під час повторного вимірювання	7,52
Різниця між тестом і ретестом (Wilcoxon rank)	1447; p=0,640

Таблиця 4

Результати експлораторного факторного аналізу PHQ-9

№ пункту	Зміст пункту	Факторне навантаження	Унікальність
1	Зниження інтересу або задоволення	0,735	0,459
2	Пригнічений настрій / втрата надії	0,747	0,442
3	Порушення сну	0,540	0,708
4	Втома / нестача енергії	0,671	0,550
5	Негативна самооцінка / почуття провини	0,749	0,439
6	Труднощі концентрації уваги	0,642	0,588
7	Психомоторне уповільнення / неспокій	0,535	0,714
8	Порушення апетиту / переїдання	0,667	0,555
9	Думки про смерть або самопошкодження	0,543	0,705

Всі пункти мали додатні факторні навантаження, що підтримує однофакторну структуру PHQ-9. Найвищі навантаження отримано для пунктів про негативну самооцінку, пригнічений настрій і зниження інтересу або задоволення. Підвищена унікальність пунктів про сон, психомоторне уповільнення або неспокій і думки про смерть або самопошкодження може відображати їхню специфічну дисперсію, зокрема через вплив воєнного стресу, тривоги, порушень сну та умов небезпеки. Так, всі пункти зберігали достатній зв'язок із загальним фактором.

Конфірматорний факторний аналіз підтвердив статистично значущий внесок усіх пунктів у латентний фактор депресивної симптоматики (див. табл. 5).

Найвищі оцінки отримано для пунктів про негативну самооцінку, втому, зниження інтересу, труднощі концентрації та пригнічений настрій.

Індекси CFA потребують обережної інтерпретації: CFI=0,902 і SRMR=0,0518 свідчать про прийнятну відповідність моделі, тоді як TLI=0,870 і RMSEA=0,110 вказують на певну напруженість. Отже, однофакторна модель PHQ-9 загалом підтримується, однак потребує подальшої перевірки на додаткових вибірках.

Кореляційний аналіз із DASS-21 підтвердив конвергентну валідність PHQ-9 (див. табл. 6).

Усі зв'язки були позитивними, помірними та статистично значущими: з депресією ρ=0,485, з тривогою ρ=0,498, зі стресом ρ=0,467 (p<0,001).

Отже, україномовна версія PHQ-9 продемонструвала достатню варіативність відповідей, прийнятну дискримінативність пунктів, високу внутрішню узгодженість, часову стабільність, підтверджену однофакторну структуру та конвергентну валідність. Методика може використовуватися як короткий скринінговий інструмент для оцінювання депресивної симптоматики в українській вибірці в умовах війни, за умови інтерпретації результатів як показника вираженості симптомів (див. дод. А).

Висновки. У дослідженні здійснено переклад, адаптацію та психометричну апробацію україномовної версії Patient Health Questionnaire-9. Отримані результати підтвердили надійність, внутрішню узгодженість, дискримінативність пунктів і часову стабільність PHQ-9 в українській вибірці.

Експлораторний і конфірматорний факторний аналіз загалом підтвердили доцільність однофакторної інтерпретації PHQ-9, а статистично значущі позитивні зв'язки з показниками депресії, тривоги та стресу за DASS-21 засвідчили конвергентну валідність методики. Отже, україномовна версія PHQ-9 може використовуватися як короткий скринінговий інструмент для оцінювання депресивної симптоматики в умовах війни.

Таблиця 5

Результати конфірматорного факторного аналізу PHQ-9

№ пункту	Зміст пункту	Estimate	SE	z	p
1	Зниження інтересу або задоволення	0,666	0,0376	17,7	<0,001
2	Пригнічений настрій / втрата надії	0,642	0,0359	17,9	<0,001
3	Порушення сну	0,538	0,0469	11,5	<0,001
4	Втома / нестача енергії	0,674	0,0450	15	<0,001
5	Негативна самооцінка / почуття провини	0,687	0,0389	17,7	<0,001
6	Труднощі концентрації уваги	0,645	0,0460	14	<0,001
7	Психомоторне уповільнення / неспокій	0,421	0,0372	11,3	<0,001
8	Порушення апетиту / переїдання	0,623	0,0421	14,8	<0,001
9	Думки про смерть або самопошкодження	0,362	0,0310	11,7	<0,001

Таблиця 6

Кореляції PHQ-9 з показниками DASS-21

Показники DASS-21	PHQ-9		Інтерпретація
	ρ	p	
Депресія	0,485	<0,001	Помірний позитивний статистично значущий зв'язок; підтверджує конвергентну валідність PHQ-9 щодо депресивної симптоматики
Тривога	0,498	<0,001	Помірний позитивний статистично значущий зв'язок; свідчить про зв'язок PHQ-9 із суміжними проявами психологічного дистресу
Стрес	0,467	<0,001	Помірний позитивний статистично значущий зв'язок; вказує на асоціацію PHQ-9 із загальним стресовим напруженням

Додаток А

Опитувальник здоров'я пацієнта (PHQ-9)
адаптація (Баратюк & Яблонська, 2026)

Інструкція: Просимо Вас оцінити, як часто Вас турбували описані нижче проблеми протягом останніх двох тижнів. Для цього позначте галочкою один варіант відповіді для кожного рядка, вибравши між: «0 – Зовсім ні», «1 – Кілька днів», «2 – Більше половини днів» та «3 – Майже щодня».

№ твердження	0	1	2	3
1. Відчували мало інтересу або задоволення від звичних справ				
2. Відчували пригніченість, депресію або втрату надії				
3. Мали проблеми зі сном (труднощі засинання, поверхневий або надмірний сон)				
4. Відчували втому або нестачу енергії				
5. Відчували, що Ви ні на що не здатні, або підвели себе чи своїх близьких				
6. Мали труднощі з концентрацією уваги (наприклад, під час читання чи перегляду відео)				
7. Рухалися або говорили дуже повільно, настільки, що це могли помітити інші люди, або, навпаки, були надмірно непосидючими чи неспокійними				
8. Мали поганий апетит або, навпаки, переїдали				
9. Мали думки, що краще було б померти, або заподіяти собі шкоду				

Перспективи подальших досліджень полягають у перевірці PHQ-9 у різних вікових, професійних і клінічних групах, уточненні факторної структури та підготовці спеціалізованої версії для військовослужбовців з урахуванням бойового досвіду, тривалого перебування в небезпеці й поєднання депресивних проявів із посттравматичними, тривожними та соматичними симптомами.

Список літератури:

1. Fornaro M., Ricci C., Zotti, N., Caiazza C., Viacava L., Rubinshtain Tal A., Calati R., Gonda X., Szabo G., De Prisco M., Oliva V., Fico G., Solmi M., Vieta E., Carvalho F. A., Primavera D., Carta M., de Bartolomeis A. Mental health during the 2022 Russo-Ukrainian War: A scoping review and unmet needs. *Journal of Affective Disorders*. 2025. 373. 12-27. https://doi.org/10.1016/j.jad.2024.12.047

2. Kurapov A., Kalaitzaki A., Keller V., Danyliuk I., Kowatsch T. The mental health impact of the ongoing Russian-Ukrainian war 6 months after the Russian invasion of Ukraine. *Frontiers in Psychiatry*. 2023. 14. 1-9. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1134780

3. Kalaitzaki A., Goodwin R., Kurapov A., Vintila M., Lazarescu G., Lytvyn S., Tsouvelas G., Tamiolaki A., Danyliuk I., Ramos-Diaz J., Gnisci A., Sergi I., Mottola F., Stulnikova L., Lopez-Calle C., Salas G., Helmy M., Chen Y.L., Yen C.F., Czepczor-Bernat K., Samekin A., Topanova G., Zhamuldinov V.N. The mental health toll of the Russian-Ukraine war across 11 countries: Cross-sectional data on war-related stressors, PTSD and CPTSD symptoms. *Psychiatry Research,* 2024. T. 342. C. 1–10. DOI: https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.116248

4. Lushchak O., Velykodna M., Deputatov V., Strilbytska O. Mental health help-seeking behavior among Ukrainian adults during the 2nd year of the 2022 Russian invasion: a cross-sectional study. *Frontiers in Psychology*. 2026. 17. 1-8. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1793954

5. Kip A., Nickerson A., Specker P., Langiu A., Nguyen T., Churbaji D., & Morina N. Mental health of internally displaced persons: a meta-analysis. *BMJ Global Health*. 2026. 11(6). https://doi.org/10.1136/bmjgh-2025-023173

6. He C., Levis B., Riehm K.E., et al. The Accuracy of the Patient Health Questionnaire-9 Algorithm for Screening to Detect Major Depression: An Individual Participant Data Meta-Analysis. *Psychotherapy and Psychosomatics*. 2020. 89. 25-37. https://doi.org/10.1159/000502294

7. Fischer F., Levis B., Falk C., Sun Y., Ioannidis J., Cuijpers P., Shrier I., Benedetti A., Thombs B. Comparison of different scoring methods based on latent variable models of the PHQ-9: an individual participant data meta-analysis. *Psychological Medicine*, 2022. 52. 3472-3483. https://doi.org/10.1017/S0033291721000131

8. Lushchak O., Velykodna M., Bolman S., Strilbytska O., Berezovskyi V., Storey K. B. Prevalence of stress, anxiety, and symptoms of post-traumatic stress disorder among Ukrainians after the first year of Russian invasion: a nationwide cross-sectional study. *The Lancet Regional Health – Europe*. 2023. 36. 1-10. https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2023.100773

9. Maassen E., D'Urso E., van Assen M., Nuijten M., De Roover K., Wicherts J. The dire disregard of measurement invariance testing in psychological science. *Psychological Methods*. 2023. 30. 966-979. https://doi.org/10.1037/met0000624

10. Perez N., Sierra P., Taylor B., Fletcher J. Selecting a depression measure for research: A critical examination of five common self-report scales. *Journal of Affective Disorders*. 2026. 394. 1-10. https://doi.org/10.1016/j.jad.2025.120542

11. Silwal S., Westerlund M., Osokina O., Ivnyev B., Ahramo K., Ortin-Peralta A. Mental health of Ukrainian children and youth during the Russian-Ukrainian war: a scoping review. *BMJ Global Health*. 2026. 11. 1-13. https://doi.org/10.1136/bmjgh-2025-020506

12. Fréel S., Punski-Hoogervorst J., Hoeboer C., Ruzek J., Beardmore L., Olff M., Javakhishvili J. Mental health and psychosocial support interventions for populations affected by ongoing armed conflict: a scoping review. *BMJ Global Health*. 2026. 11. 1-15. https://doi.org/10.1136/bmjgh-2025-022708

Baratiuk A.Yu., Yablonska T.M. PATIENT HEALTH QUESTIONNAIRE (PHQ-9): UKRAINIAN ADAPTATION, APPROBATION, AND PSYCHOMETRIC PROPERTIES IN WARTIME CONDITIONS

The article addresses the Ukrainian-language adaptation and psychometric evaluation of the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) as a screening instrument for depressive symptoms in wartime conditions. The relevance of standardized tools is substantiated in the context of prolonged war-related stress, where depressive manifestations may co-occur with anxiety, posttraumatic symptoms, sleep disturbances, and somatic exhaustion. The aim was to translate, linguistically and conceptually adapt the PHQ-9 into Ukrainian and examine its psychometric properties in a sample. The translation was carried out by three independent experts in clinical psychology and psychodiagnostics, followed by reconciliation and assessment of the clarity of the instruction and items. The empirical study was conducted in two waves: the first included 447 respondents, and the second included 97 respondents from the initial sample, enabling the evaluation of stability. To examine the psychometric properties, descriptive statistics, item discrimination indices, internal consistency, test-retest stability, exploratory and confirmatory factor analyses, and correlations with DASS-21 indicators were calculated. High reliability coefficients were obtained: Cronbach's α=0.865 and McDonald's ω=0.868. All items demonstrated acceptable or high associations with the total score, and removal of any item did not improve the internal consistency of the scale. Exploratory factor analysis supported the one-factor structure of the PHQ-9, whereas confirmatory factor analysis indicated a statistically significant contribution of all items to the latent factor of depressive symptomatology. Convergent validity was confirmed by statistically significant correlations between the PHQ-9 and the depression, anxiety, and stress scales of the DASS-21. The findings indicate that the Ukrainian version of the PHQ-9 may be used as a screening instrument for primary assessment of depressive symptoms in wartime conditions, provided that the results are interpreted as non-diagnostic indicators.

Keywords: *PHQ-9, depression, depressive symptoms, mental health, screening, distress, war, Ukrainian sample, psychometrics.*

Дата першого надходження статті до видання: 06.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 30.07.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 159.922.7:159.98-053.4
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/33

Гулько Ю.А.
https://orcid.org/0009-0009-5528-8156
Інститут психології імені Г.С.Костюка Національної академії педагогічних наук України

ТВОРЧІ МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОРЕКЦІЇ РОЗУМОВИХ ПРОЦЕСІВ У ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ МОВЛЕННЯ

У статті теоретично обґрунтовано та представлено авторську модель психологічної корекції розумових процесів у дітей із тяжкими порушеннями мовлення, Йдеться про такі порушення мовлення, що обумовлені сенсорними порушеннями – вербальна агнозія, сенсорна алалія, або моторними порушеннями – вербальна диспраксія, моторна алалія. дизартрії. В основу моделі покладено розвиток сприймання та наслідування як базових творчих механізмів психічного розвитку (за концепцією В.О. Моляко). Висвітлено актуальність проблеми з огляду на зростання кількості дітей із мовленнєвою патологією та доведено необхідність комплексного психолого-корекційного втручання. Представлена модель психологічної корекції розумових процесів у дітей із тяжкими порушеннями мовлення базується на послідовному ускладненні творчої активності дитини – від сприйняття та диференціації нового сенсорного стимулу і побудови простої імітаційної дії до творчого перетворення власного сенсомоторного досвіду. Така структура дозволяє враховувати актуальні можливості дитини та визначати оптимальний рівень початку корекційної роботи. Перший блок корекційної роботи передбачає сприйняття дитиною нової сенсорної інформації та її розрізнення. Розвивається здатність дитини до первинної слухової, зорової, тактильної. вестибулярної та пропріоцептивної диференціації через імітаційну побудову дитиною нових рухів. Так створюється полімодальна база для компенсації сенсорних та моторних порушень. Другий рівневий блок (осмислено-перетворювальний) передбачає перетворення – трансформації сенсорного образу завдяки осмислено – активним наслідувальним діям дитини. Третій рівень передбачає розуміння дитиною загальної суті засвоєної дії, її адаптацію та трансформацію відповідно до нових умов. На цьому рівні побудова сенсорного образу та образу майбутньої дії здійснюється на основі розумового аналогізування.

Ключові слова: *психологічна корекція, творче сприймання, наслідування, розумове аналогізування.*

Постановка проблеми. Останніми роками спостерігається стійка тенденція до збільшення поширеності порушень розвитку мовлення у дітей. Так на сайті Міністерства освіти і науки України подані данні, що свідчать про те, що з 2022 до 2025 року кількість зареєстрованих дітей, що мають порушення мовлення різного ґенезу зросла у двічі [8]. Серед причин такого стрімкого зростання фахівці виділяють медико-біологічний та соціально-психологічний фактори. Також окремою причиною є покращення диференціальної діагностики сучасні форми якої дозволяють виявляти порушення мовленнєвого розвитку у дітей раннього віку, в тому числі такі порушення, що мають стерті, не виражені форми [1; 4; 5; 7; 9]. Як відомо, порушення мовлення негативно позначаються не лише на комунікативному розвитку дитини, а й на розумовому, адже через мовлення здійснюється опосередкування розумової діяльності, розвиваються вищі форми розумових процесів. Внаслідок порушень мовлення у дітей порушується розвиток і злагоджене функціонування таких процесів як слухо-мовленнєве сприйняття, вербальна пам'ять, слухо-мовленнєва увага, а також порушення символічних функцій мислення (Брушнівська І.М., Конопляста С.Ю., Сак Т.В., Рібцун Ю.В., Тищенко В.В.) Це обумовлює необхідність не лише логопедичного, а й комплексного психологічного корекційного раннього втручання, що базується на сучасних наукових знаннях з нейробіології та нейропсихології про механізми розвитку та функціонування центральної нервової системи, як фундаменту розвитку вищих психічних функцій дитини. Особливої актуальності

© Гулько Ю.А., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

набуває розробка корекційних технологій, спрямованих на одночасний розвиток мовлення та розумових процесів. Такий інтегрований підхід забезпечує позитивний синергетичний ефект, оскільки вдосконалення мовленнєвих навичок сприяє розвитку мислення, пам'яті та уваги, а активізація пізнавальної діяльності, своєю чергою, стимулює мовленнєвий розвиток. Завдяки цьому підвищується загальна ефективність корекційно-розвивальної роботи та створюються сприятливі умови для гармонійного розвитку дитини. Сказаним і обумовлюється *актуальність обраної тематики*.

Аналіз останніх досліджень та публікації. У структурі корекції розумових процесів у дітей із порушеннями мовлення фахівці виділяють два базові компоненти. Перший компонент включає корекцію та розвиток процесів наслідування (імітації). Представники біхевіоризму (Д. Уотсон, Е. Торндайк) розглядали наслідування як механізм научіння, завдяки якому через багаторазове повторення дій формуються умовнорефлекторні поведінкові акти. На відміну від них, Д.М. Болдуїн надавав наслідуванню провідну роль у психічному розвитку дитини, розглядаючи його як засіб засвоєння не лише зовнішніх дій, а й внутрішніх форм психічної діяльності. Ж. Піаже підкреслював, що наслідувальні предметно-практичні дії є важливою умовою розуміння дитиною навколишнього світу. Саме здатність відтворювати цілеспрямовані рухи та дії за зразком дорослого або іншої дитини, створює основу для подальшого розвитку праксису дитини. Наслідування розглядається як провідний механізм становлення сенсомоторного розуміння, що забезпечує інтеріоризацію та відтворення цілеспрямованих моделей рухової поведінки [3]. Завдяки наслідуванню відбувається оволодіння способами побудови та координації серій складних статичних і динамічних рухових актів, що реалізуються у різних видах загального та дрібного праксису дитини, в тому числі орального та артикуляційного.

Другий базовий компонент корекційного процесу включає корекційну роботу із сенсорними процесами. В першу чергу йдеться про слухове (аудіальне) сприйняття як розрізняння мовленнєвих та не мовленнєвих звуків [4; 7]. І на базі цього вже звуконаслідування та відтворення ритмів з інтеграцією усіх сенсорних модальностей: зорової, слухової. тактильної, вестибулярної і пропріоцептивної рухової [11; 12; 13; 14].

Таким чином, процеси наслідування та сприйняття слід розглядати як базові механізми, що забезпечують успішність корекційно-розвитвальної роботи з дітьми, які мають порушення мовлення [4; 5; 7]. Незалежно від того, на якому віковому етапі розпочинається корекційний вплив, цілеспрямований розвиток та збагачення цих базових компонентів є необхідною умовою формування мовленнєвої та розумової сфер. Без належної активації зазначених механізмів ефективність корекційного процесу знижується, адже функціонування розумових процесів виявляється недостатньо стійким і в свою чергу не забезпечить стійкого оволодіння дитиною новими навичками, знаннями та уміннями.

Водночас як наслідування, так і сприйняття потребують переосмислення з позицій сучасних наукових знань про закономірності психічного розвитку дитини зокрема з точки зору трактовки психічного розвитку дитини як процесу суто творчого. Виходячи з сучасних положень про творчий характер розвитку психічного (Моляко В.О.) ці процеси протікають як творчі адже кожен новий спосіб дії, який дитина опановує вперше, передбачає створення суб'єктивно нового психічного продукту. Так розвиток сприйняття передбачає не лише накопичення сенсорного досвіду, а й формування вмінь виділяти, розпізнавати, диференціювати та об'єднувати нові сенсорні стимули в цілісний новий сенсорний образ, відповідно до умов діяльності [6]. На основі такого досвіду дитина, наслідуючи зразки дій, не лише їх відтворює, а й самостійно створює нові для себе практичні способи діяльності. Одночасно відбувається створення нового для дитини сенсорного образу предмету і суб'єктивно нового способу дії з цим предметом. В цьому виявляється творча природа психічного розвитку дитини (В.О. Моляко, І.М. Біла, Н.А. Ваганова, Н.В. Медведєва, Н.М. Латиш) [10]. Отже, наслідування нових дій і сприйняття нових сенсорних впливів забезпечують творчу активність дитини, що виступає однією з ключових передумов успішного корекційного впливу. Адже без самостійної активності, яка є суб'єктивно новою та творчою для самої дитини, неможливо говорити про повноцінний розвиток як вищих психічних функцій, так і особистості загалом.

Саме тому корекційно-розвитковий процес доцільно розглядати як організацію спеціально створених умов, у яких дитина, відтворюючи запропоновані зразки дій, не копіює, а конструює власні, суб'єктивно нові способи виконання діяльності. У процесі такого творчого засвоєння кожна нова дія, спосіб розв'язання завдання чи практична навичка стають результатом індивідуального психічного конструювання досвіду

та водночас виступають чинником подальшого розвитку вищих психічних функцій. Зазначені закономірності є універсальними й поширюються як на дітей із типовим психофізичним розвитком, так і на дітей із порушеннями розвитку. Відмінність в роботі із нормотиповими дітьми та дітьми з особливими освітніми потребами полягає не в самій творчій природі психічного розвитку, а в необхідності створення спеціальних психолого-педагогічних умов, які забезпечують реалізацію творчої активності дитини з особливими освітніми потребами відповідно до її індивідуальних можливостей.

Отже, аналіз сучасних підходів показує, що базовими напрямами корекційної роботи є активізація процесів наслідування та сприйняття, які забезпечують одночасний розвиток гностичних і предметно-практичних функцій. Сам корекційний процес вибудовується як творча сумісна діяльність дитини та спеціаліста, у процесі якої через активну взаємодію, наслідування, експериментування та пошуку власних способів дії дитина набуває нового сенсорного, моторного й мовленнєвого досвіду, розширює способи взаємодії з предметним і соціальним середовищем та поступово формує нові функціональні можливості.

Постановка завдання. Мета статті – теоретично обґрунтувати та представити модель психологічної корекції розумових процесів дітей із тяжкими порушеннями мовлення, засновану на розвитку сприймання та наслідування як базових творчих механізмів психічного розвитку.

Виклад основного матеріалу. Вітчизняна психологічна корекціє володіє широким арсеналом методичних засобів в цілому вони спираються на базові методологічні розробки зроблені в концептах наукових психологічних шкіл: С.Д. Ярмаченка (головний компенсаторний вектор корекції спрямований на сенсорний розвиток та предметне навчання); В.М. Синьова (головнй фокус корекції на інтелектуальних процесах); І.М. Беха (особистісно орієнтоване виховання і розвиток саморефлексії); Яценко Т.С. (психодинамічний напрямок корекції) Т.В. Сак (корекція когнітивної сфери при затримках психічного розвитку) [2].

Окреме місце у вітчизняній психологічній корекції посідає стратегіальна концепція В.О. Моляко, яка ґрунтується на розвитку творчого потенціалу дитини, зокрема розроблена концепції творчого сприймання. Відповідно неї будь яке сприймання розглядається як творче оскільки і навколишній світ, і психічні процеси людини є динамічними та постійно змінюються. Згідно основним концептуальним засадам концепції творчого сприймання, сам процес **с**приймання є результатом створення суб'єктивно нового образу, який модифікує, або по-новому відтворює об'єкти й явища дійсності для конкретного суб'єкта, в даному випадку дитини. Творче сприймання проявляється у двох основних формах: перша, під час сприймання нового об'єкта**;** друга, під час відкриття нових властивостей або ознак уже знайомих предметів і явищ [6]. Треба зазначити, що друга форма здійснюється завдяки предметно практичним новим експериментальним (новим, творчим) діям дитини з предметами в оточуючому середовищі. Формування здатності до аналізу, диференціації та осмислення сенсорної інформації забезпечує ефективнішу орієнтацію в довкіллі та вироблення у дитини адекватних способів взаємодії з ним, Це має особливе значення для дітей з порушеннями розвитку, у яких адаптаційні можливості часто є недостатньо сформованими, а тому розвиток сприймання виступає однією з ключових умов їх успішної адаптації та соціалізації.

Базуючись на засадах цієї концепції, нами виділено базові блоки психологічної корекції розумових процесів дітей, що мають тяжкі порушення мовлення. Вони виступають певними рівнями, що враховують ступінь внутрішньої психологічної активності дитини та її можливості активно створювати, трансформувати й збагачувати власний сенсомоторний досвід. А також враховують первинну причину порушення тяжких порушень мовлення дитини – сенсорні порушення (вербальна агнозія, сенсорна алалія) та моторні порушення мовлення (вербальна диспраксія, моторна алалія, різні види дизартрій). Відповідно виділеним блокам корекція розумових процесів здійснюється через розвиток сприймання, що забезпечує формування сенсорного образу (акцент на корекції сенсорних порушень) та наслідування, завдяки якому сенсорний досвід активно засвоюється, відтворюється й трансформується (акцент на процесах наслідування як цілеспрямованих практичних діях).

При цьому кожен із трьох рівневих блоків корекційного процесу передбачає специфічну форму творчої активності дитини, яка відповідає доступному на цьому етапі рівню сприймання, наслідування та перетворення власного сенсорного досвіду завдяки механізмам творчого наслідування як аналогізування. Практична апробація розробленої моделі корекційної роботи здійснювалася на базі Центру реабілітації та нейротерапії A.KID у м. Києві та ЗДО № 65 м. Києва протягом 2021–2025 років.

Перший блок пропонованої корекційної роботи – елементарно сенсорний, передбачає роботу спрямовану на первинне сенсорне виділення та диференціацію дитиною сенсорних характеристик. Як відомо, при агнозіях різних видів, зокрема вербальній агнозії, а також при сенсорній алалії первинна сенсорна функція у дитини може бути відносно збереженою, однак порушуються впізнавання та інтеграція сприйнятої інформації у цілісний образ [7; 9]. Тому на цьому рівні корекційна робота спрямовується на розвиток слухової та слухо-мовленнєвої диференціації, а також на формування здатності диференціювати зорові, тактильні, пропріоцептивні, вестибулярні сенсорні модальності. Залучення різних сенсорних модальностей дозволяє дитині використовувати додаткові сенсорні опори для уточнення та ідентифікації основної сенсорної інформації, що створює основу для формування компенсаторних стратегій розуміючого сприймання. Таким чином, вже на цьому рівні закладається полімодальна основа для успішної інтеграції сенсорної інформації та формування цілісних нових сенсорних образів.

Процеси наслідування на цьому рівні здійснюються як відтворення дій-імітацій без усвідомленого аналізу. Сюди відноситься повторення простих рухів дорослого, відтворення жестів та міміки без усвідомлення цілі. Дитина повторює зразки, але не переносить їх в інші ситуації. Таке наслідування відбувається лише в одному конкретному контексті. На цьому рівні дитина вчиться виділяти сенсорний стимул із потоку інших, а наслідування виступає як моторна опора для первинного фіксування сенсорного стимулу. Наприклад: дорослий поплескує по столу – дитина автоматично повторює ритм/рух, що допомагає їй утримувати слухо-тактильно-пропріоцептивний сигнал.

Другий блок корекційної роботи передбачає перехід від розрізнення окремих сенсорних ознак до формування цілісного образу та його смислової трансформації. Важливим стає виявлення нових властивостей знайомого об'єкта через активні практичні наслідувально-експериментальні дії. Практична активність дитини створює передумови для творчого перетворення сенсорного досвіду та формування нових, суб'єктивно значущих образів. Провідна роль належить процесу виділення дитиною суб'єктивних орієнтирів (колір, форма, розмір, призначення тощо) на основі яких і відбуваються творчі трансформації образу. На цьому рівні відбувається не просто розрізнення сенсорної інформації, видалення її нових якостей та створення цілісних константних образів, важливим моментом виступає смисловий бік діяльності. Зокрема, дитина осмислює структуру та функціональне призначення предметів відповідно до конкретного контексту (ситуації). Особливо важливим для дітей із такими сенсорними порушеннями як різні види агнозій, як сенсорна алалія є те, що новий сенсорний образ поступово пов'язується зі словесним позначенням, набуває смислового узагальнення та включається в систему смислових категорій (овочі, фрукти, одяг, меблі, посуд тощо). У цьому полягає основний творчий механізм цього рівня – перетворення сенсорних образів на цілісний узагальнений образ, наділений словесним і категоріальним значенням. В активних моторних актах наслідування розвивається здатність дитини розуміти мету та результат дії. При цьому образ наслідувальної дії зберігається у дитини і вона може відтворювати ці дії через певний час, переносити у нові ситуації. На цьому рівні провідну роль відіграє образна пам'ять та е планування створюючи основи для розвитку внутрішнього плану дій.

Третій блок передбачає трансформацію сенсорного досвіду. Це стає можливим завдяки якісному розвитку наслідувальних дій дитини. Якщо на початку корекційного процесу наслідування розвивається від простих імітацій (перший блок) до осмисленого наслідування цілісного способу дії з розумінням його структури, мети та результату (другий блок), то на третьому рівні воно набуває ознак творчого рухового аналогізування. Дитина вже не просто переносить засвоєний спосіб дії в нові умови, а виокремлює в ньому принцип дії, співвідносить його з новою ситуацією та на цій основі змінює, адаптує й трансформує спосіб дії відповідно до нових умов, створюючи його новий варіант. Нові моторні акти в тому числі і ті, що зв'язані із зміною положення тіла стають засобом отримання нової сенсорної інформації. Так нові способи взаємодії з предметним і власним тілесним середовищем, розширюють та трансформують сенсорний досвід дитини. Одночасно творче наслідування – аналогізування активізує потребу дитини говорити. Переносячи засвоєний спосіб дії в нові умови, дитина вимушена по мірі своїх мовленнєвих можливостей, позначати нові властивості й відношення, усно формулювати задум, проговорювати способи його реалізації, порівнювати, уточнювати та змінювати власні дії, завдяки чому мовлення переходить від позначення вже сформованого сенсорного образу до активного конструювання нового смислу.

Практичне значення такої побудови корекційної роботи полягає в цілеспрямованому розвитку базових розумових процесів дитини з урахуванням специфіки їх становлення у дітей із тяжкими порушеннями мовлення. Послідовний перехід від сенсорної диференціації та простого наслідування до осмисленого наслідування, формування цілісного образу та творчого аналогізування створює умови для розвитку складніших розумових операцій – аналізу, синтезу, порівняння, узагальнення, категоризації, встановлення зв'язків і відношень, планування та довільної регуляції діяльності**.** Водночас представлена модель корекційного процесу має діагностичне значення, оскільки дає змогу визначити актуальний рівень розвитку дитини та специфіку сформованості базових розумових процесів і тим самим визначити рівень з якого доцільно починати корекцію .

Висновки. Методологічною основою психологічної корекції розумових процесів у дітей з порушенням мовлення виступає концепція творчої природи розвитку психіки, зокрема творчої процесів сприймання (Моляко В.О.). Творчі механізми психологічної корекції розумових процесів у дітей з порушеннями мовлення полягають у послідовному розвитку процесів сприймання та наслідування, знайомлячись із новою сенсорною інформацією дитина створює суб'єктивно нові сенсорні образи, способи дії та форми взаємодії з оточуючим середовищем

Представлена модель психологічної корекції розумових процесів у дітей із тяжкими порушеннями мовлення базується на послідовному ускладненні творчої активності дитини – від сприйняття та диференціації нового сенсорного стимулу і побудови простої імітаційної дії до творчого перетворення власного сенсомоторного досвіду. Така структура дозволяє враховувати актуальні можливості дитини та визначати оптимальний рівень початку корекційної роботи.

Перший блок передбачає сприйняття дитиною нової сенсорної інформації та її диференціацію через імітаційні дії. Другий рівневий блок передбачає трансформації сенсорного образу завдяки осмислено – активним наслідувальним діям дитини. На цьому рівні дитина відкриває нові властивості предметів, надає їм словесного та категоріального значення та переносить засвоєні способи дії в нові ситуації. Третій рівневий блок передбачає створення сенсорного образу та образу майбутньої дії на основі творчого аналогізування.

Подальші перспективи дослідження полягають у вивченні специфіки реалізації запропонованої корекційної моделі залежно від конкретної клінічної форми порушення мовлення та оцінці довгострокової ефективності запровадженої корекційної моделі в структурі психологічного супроводу дитини із порушенням мовлення.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті автором використовувався інструмент штучного інтелекту ChatGPT (OpenAI) виключно для мовного коригування окремих фрагментів авторського тексту. Зміст дослідження, його концепція, теоретичні положення, аналіз наукових джерел, результати, висновки та наукова інтерпретація належать автору.

Список літератури:

1. Брушневська І. М., Рібцун Ю. В. Психолого-педагогічна підтримка дітей п'ятого року життя із лексико-граматичними труднощами: навч.-метод. посіб. для роботи з дітьми із порушеннями мовлення. Луцьк 2023. 240 с.

2. Видатні педагоги України та світу: інформаційно-бібліографічний ресурс / ДНПБ України ім. В. О. Сухомлинського НАПН України. URL: https://dnpb.gov.ua/ua/informatsiyno-bibliohrafichni-resursy/vydatni-pedahohy/

3. Гулько Ю.А. Розвиток процесів наслідування у дітей раннього віку. Психологічні проблеми творчості: матеріали XXIII Міжнародної наукової психологічної конференції, 24–25 червня 2023 року / за ред. В.О. Моляко. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. С. 85–93. Код доступу: https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055640.pdf#page=85

4. Конопляста С.Ю., Синиця, А. Логопедичний супровід у сучасному науковому дискурсі: міждисциплінарні підходи та значення ранньої логоінтервенції. *Особлива дитина:. навчання і виховання*. Том 121. № 1. С. 109–126. DOI: https://doi.org/10.33189/ectu.v121i1.312

5. Лопатинська Н.А. Сучасні нейротехнології у логокорекційній діяльності дітей дошкільного віку із різними типами мовленнєвого дизонтогенезу. Корекційно-реабілітаційна діяльність в сучасному освітньому просторі : монографія за заг. ред. О.В.Боряк, Т.М. Дегтяренко. 2019. С. 162–183.

6. Моляко В.О. Психологічні аспекти проблеми сприймання в контексті теорії творчості. Психологічне дослідження творчих перцептивних процесів на рівних вікових рівнях: монографія за ред. В.О. Моляко. Кіровоград: Імекс ЛТД. 2012. С. 7–32.

7. Рібцун Ю. В. Порушення мовлення // Енциклопедія освіти: довідково-аналітичне вид. Нац. акад. пед. наук України. К.: Юрінком Інтер, 2021. С. 781–782.

8. Статистичні дані щодо інклюзивного навчання / Міністерство освіти і науки України : офіційний вебсайт. URL: https://mon.gov.ua/osvita-2/inklyuzivne-navchannya/statistichni-dani

9. Тищенко В.В. Обґрунтування типології первинного системного недорозвитку мовлення. Науковий журнал Хортицької національної академії, 2020, № (1(4), 156–165. Код доступу: https://doi.org/10.51706/2707-3076-2021-4-14

10. Функціонування творчого мислення в інформаційно – віртуальному просторі суб'єкта: монографія / В. О. Моляко, Ю. А. Гулько, Н. А. Ваганова [та ін.]; за ред. В. О. Моляко. Київ – Львів, 2021. 194 с.

11. Yack E., Aquilla P. Sutton S. Building Bridges Through Sensory Integration: Therapy for Children with Autism and Other Pervasive Developmental Disorders. Sensory Focus, 2015. 312 p.

12. Kiesling, ***U.*** Sensorische Integration im Dialog: Verstehen lernen und helfen, ins Gleichgewicht zu kommen. Dortmund: Verlag modernes lernen, 2017. 208 p.

13. Kranowitz, C. S. The Out-of-Sync Child: Recognizing and Coping with Sensory Processing Differences. 3rd ed. New York: TarcherPerigee, 2022. 416 p.

14. Njiokiktijen C. Developmental dyspraxias and related motor disorderd. Suyi Publications Amsterdam. 2007. 392 p.

Hulko Yu.A. CREATIVE MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF MENTAL PROCESSES IN CHILDREN WITH SPEECH IMPAIRMENTS

The article theoretically substantiates and presents an original author's model for the psychological correction of mental processes in children with severe speech impairments. It specifically addresses speech disorders caused by sensory impairments (verbal agnosia, sensory alalia) or motor impairments (verbal dyspraxia, motor alalia, dysarthria). The model is based on the development of perception and imitation as fundamental creative mechanisms of mental development (following V. Molyako's concept). The study highlights the relevance of the problem considering the increasing prevalence of children with speech pathology and proves the necessity of comprehensive psychological and correctional intervention. The proposed model for the psychological correction of mental processes in children with severe speech impairments is built upon the sequential complication of a child's creative activity – from the perception and differentiation of a new sensory stimulus and the construction of a simple imitative act to the creative transformation of their own sensorimotor experience. This structure allows for taking into account the child's current capabilities and determining the optimal starting level for correctional work. The first block of correctional work involves the child's perception and differentiation of new sensory information. The child's ability for primary auditory, visual, tactile, vestibular, and proprioceptive differentiation is developed through the imitative construction of new movements, thereby creating a polymodal foundation for compensating for sensory and motor impairments. The second level block (meaningful-transformative) involves the transformation of the sensory image through meaningful, active imitative actions. The third level assumes the child's understanding of the general essence of the acquired action, along with its adaptation and transformation according to new conditions. At this level, the construction of the sensory image and the image of the future action is carried out based on mental analogizing.

Keywords: *psychological correction, creative perception, imitation, mental analogizing.*

Дата першого надходження статті до видання: 16.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

ЖУРНАЛІСТИКА

УДК 070:355.01
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/34

Авраменко І.А.
https://orcid.org/0000-0003-3661-164X
Запорізький національний університет

ВОЄННА САМОЦЕНЗУРА В УКРАЇНСЬКОМУ МЕДІАПРОСТОРІ В УМОВАХ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ: ФОРМИ, ЧИННИКИ ТА ВПЛИВ НА ІНФОРМАЦІЙНУ СТІЙКІСТЬ

У статті досліджено феномен воєнної самоцензури в українському медіапросторі в умовах повномасштабного вторгнення Російської Федерації в Україну. Проаналізовано, як безпековий контекст, необхідність захисту національних інтересів і прагнення зберегти міжнародну підтримку України, а також репутаційні й особистісні чинники вплинули на трансформацію професійних стандартів і редакційних практик, зумовивши звуження публічної сфери.

Емпіричну основу дослідження становлять результати анкетування регіональних редакцій України, а також аналіз журналістських кейсів, пов'язаних із висвітленням корупції, мобілізації, діяльності територіальних центрів комплектування та інших суспільно чутливих тем воєнного часу. Застосування кількісного контент-аналізу та критичного дискурс-аналізу дало змогу простежити основні тенденції трансформації редакційних практик, визначити чинники самоцензури та оцінити їхній вплив на інформаційний простір.

Обґрунтовано доцільність виокремлення трьох основних форм воєнної самоцензури: професійного патріотичного самообмеження, репутаційно вмотивованої та особистісно-захисної самоцензури.

Доведено, що відмова верифікованих медіа від висвітлення суспільно чутливих тем не усуває суспільний інтерес до них, а сприяє переміщенню їхнього обговорення до неінституційних джерел, які часто не дотримуються журналістських стандартів. Унаслідок цього практика самоцензури, покликана мінімізувати інформаційні ризики, за певних умов сама може створювати додаткові загрози для інформаційної стійкості суспільства. Зроблено висновок, що транспарентність за умови дотримання безпекових обмежень є важливим чинником зміцнення суспільної довіри, інформаційної стійкості та протидії зовнішнім деструктивним впливам.

Ключові слова: *самоцензура, журналістика війни, публічна сфера, ефект «rally around the flag», національна безпека, соціальна відповідальність медіа.*

Постановка проблеми. Повномасштабне вторгнення Російської Федерації в Україну докорінно змінило умови функціонування медіа. В умовах війни журналісти опинилися перед необхідністю постійно балансувати між суспільним правом на інформацію, вимогами національної безпеки, професійною відповідальністю, суспільними очікуваннями та особистими ризиками. За цих умов добровільне обмеження висвітлення окремих суспільно значущих тем стало одним із чинників трансформації журналістських практик.

Водночас сучасне цифрове інформаційне середовище суттєво відрізняється від умов, у яких формувалися класичні уявлення про воєнну самоцензуру. Попри зростання кількості досліджень журналістики воєнного часу, недостатньо вивченими залишаються форми воєнної самоцензури, чинники їхнього виникнення та вплив добровільного звуження публічної сфери на функціонування сучасної інформаційної екосистеми України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання трансформації журналістських практик

© Авраменко І.А., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

у воєнний час перебуває у фокусі уваги як українських, так і зарубіжних дослідників. Теоретичне підґрунтя осмислення самоцензури сформували праці Е. Германа та Н. Чомскі [1], які розглядали добровільне замовчування інформації як наслідок системних економічних і політичних фільтрів медіасистеми, а також концепція ієрархії впливів П. Шумейкер і С. Різа [2], що пояснює редакційні рішення взаємодією індивідуальних, організаційних та соціокультурних чинників.

Окремий напрям досліджень, який був опрацьований під час роботи над даною науковою розвідкою пов'язаний із переосмисленням ролі медіа у воєнний період. Концепція публічної сфери Ю. Габермаса [3] дозволив аналізувати трансформацію суспільної дискусії в умовах війни, тоді як теорія Дж. Мюллера [4] про ефект rally around the flag пояснює тенденцію до консолідації суспільства навколо державної влади під час зовнішньої загрози.

Питання формування суспільного порядку денного взято до розгляду із класичній теорії М. МакКомбса та Д. Шоу [17], а механізми виникнення інформаційних вакуумів і поширення недостовірної інформації спирається на джосвід К. Вордл і Х. Дерахшан [9]. Доповнює цей теоретичний контекст ситуативна теорія кризових комунікацій Т. Кумбса [14], яка обґрунтовує значення своєчасної та прозорої комунікації для запобігання чуткам і втраті довіри.

В українському науковому дискурсі проблема самоцензури та трансформації журналістських практик в умовах війни також стали підгрунттям даного дослідження, а саме нами взято до уваги роботи Т. Федірко [3], в яких виокремлено прагматичну, етичну та афективну форми самоцензури, показуючи, що добровільне обмеження може бути зумовлене не лише зовнішнім тиском, а й моральними переконаннями журналіста. Водночас в дослідженнях Т. Кухоцької [7] звернуто увагу на зростання ролі окремих месенджерів як одного з ключових джерел інформації для українців під час повномасштабної війни, що створило інформаційне середовище, у якому інформаційні лакуни, що можуть виникати, зокрема, внаслідок самоцензури професійних медіа, швидко заповнюються позаінституційними акторами.

Постановка завдання. Мета статті – дослідити феномен самоцензури першого року повномасштабної війни воєнного часу в українському медіапросторі в умовах повномасштабного вторгнення Росії в Україну, визначити її основні форми, чинники та з'ясувати вплив на інформаційну стійкість держави.

Виклад основного матеріалу. У межах нашого дослідження об'єктом аналізу є не формальне дотримання професійних стандартів чи безпекових протоколів, що є імперативною вимогою мирного та воєнного часу, а саме феномен самоцензури як волюнтаристської практики.

У довоєнній науковій традиції обмеження публічності концептуалізувалося переважно через призму політичної економії медіа та соціології журналістики. Зокрема, у межах підходу Е. Германа та Н. Чомскі [1] добровільне замовчування журналістами певних тем розглядається як наслідок системних ринкових фільтрів, коли журналісти підлаштовуються під інтереси корпоративних власників задля економічної стабільності видань. Натомість теорія ієрархії впливів П. Шумейкер та С. Різа [2] зміщує фокус на редакційний рівень. У цій моделі самоцензура постає вже як результат внутрішньоорганізіційних чинників – неписаних правил ньюзруму та прагнення медійників уникати конфліктів із менеджментом.

Т. Федірко [3] своєю чергою наголошує, що самоцензура журналістів може бути зумовлена цілою низкою чинників, серед яких професійні, етичні переконання та емоційний стан журналіста.

З часом у контексті збройних конфліктів зміст поняття "Самоцензура" зазнало суттєвої трансформації. У практиках країн, що переживали воєнні дії, зокрема США після терактів 11 вересня 2001 року, Ізраїлю під час військових операцій та Великої Британії в період Фолклендської війни, самоцензура дедалі частіше ставала складовою практик забезпечення національної безпеки. Ця тенденція простежується і в українському контексті, оскільки з початком повномасштабного російського вторгнення добровільне обмеження інформації журналістами розглядалося як інструмент захисту оборонного потенціалу держави. Переосмислення ролі медіа вплинуло на публічний простір.

Згідно з концепцією Ю. Габермаса [4], публічний простір має функціонувати як сфера суспільної дискусії, що є незалежною від державного втручання та спрямована на контроль над політичною владою. Однак в умовах війни відбулося тимчасове зміщення акцентів: публічна сфера частково втратила функцію обговорення внутрішніх проблем і стала простором консолідації суспільства та мобілізації національної єдності. Така зміна базових функцій поставила журналістів перед складною етичною дилемою: з одного боку – імператив забезпечення прозорості влади, з іншого – побоювання, що оприлюднення суперечностей може зашкодити стабільності держави в умовах екзистенційної загрози.

Частково така модель поведінки корелювала з концепцією Дж. Мюллера «rally around the flag» («гуртування навколо прапора») [5], коли у моменти зовнішньої загрози нація схильна сприймати лідера як символ державної єдності, а будь-яку опозиційну діяльність як таку, що шкодить національним інтересам. Аналогічні процеси спостерігалися в американських медіа після терактів 11 вересня 2001 року, коли суттєво виріс рейтинг схвалення 43-го президента США Дж. Буша [6], а журналісти свідомо зменшили критику влади на користь демонстрації єдності проти тероризму. У Ізраїлі під час військових операцій у секторі Гази медіа також «об'єднувалися навколо прапора», вдаючись до самоцензури та уникаючи оприлюднення деталей [7], що могли б зашкодити безпеці військових операцій.

Однак, на відміну від більшості історичних кейсів воєнної самоцензури, український досвід формувався в умовах високофрагментованого цифрового середовища [8]. Якщо під час воєн XX століття інформаційні обмеження дозволяли фактично вилучати окремі теми з публічного дискурсу, то в сучасній інформаційній екосистемі інформаційні лакуни швидко заповнювалися альтернативними акторами – анонімними мережевими каналами, блогерами.

Мова йде, по-перше, про російські інформаційні впливи. По-друге, інформаційний вакуум заповнювали внутрішні позаінституційні актори, які перебирали на себе інтерпретацію суспільно значущих тем. За таких умов професійні медіа втрачали монополію на формування порядку денного, а інформаційні лакуни сприяли поширенню чуток і неправдивого контенту, наслідками яких, за К. Ворлд та Х. Дерахшан [9], є зростання недовіри та інформаційної плутанини.

На небезпеку замовчування болючих тем в українському медіапросторі звертали увагу ще до повномасштабного вторгнення. Так О. Довженко зазначав, що воєнна самоцензура є одним із найскладніших викликів для журналістики, адже спроби «не нашкодити» можуть обернутися зниженням довіри аудиторії до медіа [10].

Відтак український випадок продемонстрував нетипову для класичних моделей воєнної журналістики закономірність: самоцензура не усувала проблему з публічного простору, а лише передала право її інтерпретації менш відповідальним або ворожим акторам.

У межах цього дослідження пропонується виокремити три основні форми обмеження публічності, які в сукупності формували феномен самоцензури в українському медіапросторі воєнного часу. (Надалі ми використовуватимемо «самоцензуру» як парасольковий термін, що охоплює серію різноприродних явищ, об'єднаних спільним результатом – звуженням публічної сфери через добровільну відмову від оприлюднення суспільно значущої інформації, – Авт.).

Зокрема, *професійне патріотичне* самообмеження базувалося на свідомому виборі журналіста не публікувати інформацію, здатну зашкодити обороноздатності, безпеці людей або психоемоційному стану аудиторії, що переживає війну.

Як зазначає редакторка релокованого з окупованого Маріуполя медіа А. Мурликіна [11], «самоцензура – це відповідальність за наслідки», що передбачає попередню оцінку потенційної шкоди та суспільної користі інформації до її оприлюднення.

Про поширеність практик самоцензури серед журналістів на початку повномасштабної війни свідчать результати анкетування 51 представника регіональних редакцій з різних областей України, проведеного кафедрою журналістики Університету митної справи та фінансів (Дніпро) у межах наукової роботи.

На рис. 1 ми бачимо, що для абсолютної більшості медійників (47,1%) пріоритетом стає надання оперативної інформації щодо бойових дій.

Проте висвітлення цих тем відбувається із дотриманням воєнної безпеки та усвідомленням можливих наслідків публікації (рис. 2). Зокрема, для 47,1% респондентів головним етичним викликом стала необхідність балансування між оперативним інформуванням і відповідальністю за наслідки публікацій, 37,3% вказали на складне питання висвітлення чутливого контенту.

Одним із проявів професійного патріотичного самообмеження можна вважати неформальний мораторій [12] на висвітлення корупційних скандалів у перші місяці повномасштабної війни.

Водночас «патріотичне» самообмеження не було єдиною формою воєнної самоцензури. Репутаційні ризики, зокрема побоювання звинувачень у непатріотичності, «роботі на ворога» чи підриві суспільної єдності, також спонукали журналістів уникати висвітлення окремих суспільно чутливих тем.

У межах цього дослідження пропонуємо визначити цю форму самоцензури як *репутаційно вмотивоване* самообмеження.

Такий тип самообмеження міг формуватися під впливом як державної комунікації, так і очікувань аудиторії та професійного середовища.



Рис. 1. Зміна редакційних пріоритетів регіональних медіа на початку повномасштабного вторгнення

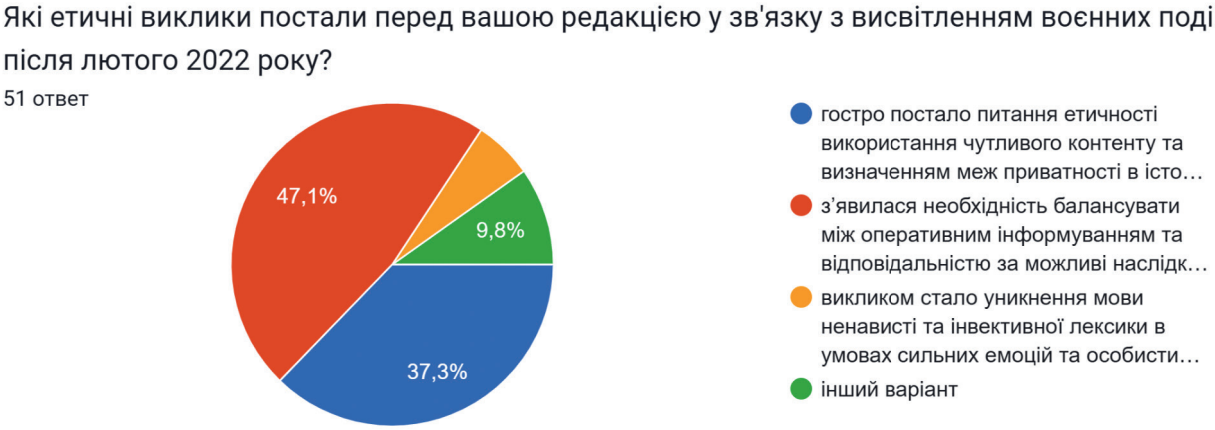


Рис. 2. Етичні виклики регіональних редакції в умовах повномасштабного вторгнення

З боку влади медійники знаходилися під впливом фрейму «мовчання заради єдності», коли державні інтереси ситуативно переважували принципи всебічного інформування. Як наголошує Н. Лігачова [13], предметом обговорення в цьому випадку є проблема державної комунікації та її «сірих зон». Із погляду антикризового менеджменту така позиція містить системні суперечності. Відповідно до ситуативної теорії кризових комунікацій Т. Кумбса [14], за відсутності своєчасної та прозорої комунікації аудиторія схильна самостійно заповнювати інформаційний вакуум і приписувати організації вищий рівень відповідальності за кризу.

Тиск читацької/глядацької аудиторії проявлявся, зокрема, у висвітленні роботи територіальних центрів комплектування. Ця тема викликала полярну реакцію: одна частина аудиторії звинувачувала медіа в «захисті ТЦК», а інша – у «захисті ухилянтів» [15]. Така поляризація змушувала редакції, особливо невеликі, добровільно відмовлятися від висвітлення контроверсійних тем, оскільки вони не мали ресурсів для протистояння хвилям хейту. Показовим у цьому контексті є кейс журналістського розслідування щодо стану укриттіві [15], коли аудиторія фреймувала публікацію адрес бомбосховищ не як інструмент суспільного контролю за використанням коштів, а як потенційну загрозу, що може бути використана агресором.

Додатковим чинником виступав тиск професійної спільноти, що проявлявся у критичних реакціях медіаекспертів щодо якості, балансу або доцільності окремих матеріалів. У сукупності ці фактори нерідко призводили до ухвалення редакційних рішень не публікувати складні або конфліктні матеріали, особливо в ситуаціях, коли верифікація інформації була ускладнена доступом до даних.

Особистісно-захисне самообмеження діяло як механізм обмеження критики, зумовлений особистою вразливістю журналіста. Зокрема, в умовах загальної мобілізації частина медійників опинилася в ситуації, коли висвітлення, наприклад, діяльності ТЦК могло не лише вплинути на суспільні настрої, а й безпосередньо позначитися на їхній долі чи долі колег. Страх накладався на професійні рішення, звужуючи готовність до критичного висвітлення теми.

Публіцист П. Казарін так пояснював можливі причини замовчування тем ТЦК: «Можливо, справа в тому, що коли ти сам у човні, то не виникає бажання перерозподіляти в ньому місця» [16].

Результати експерименту, проведеного Фондом «Демократичні ініціативи» ім. Ілька Кучеріва [15], підтверджують неготовність журналістів братися за теми мобілізації. У межах вибірки з 200 журналістів та редакторів, 36% опитаних відмовилися від поширення новин про ТЦК.

Саме цей комплекс етичних та психологічних перепон став підґрунтям для вибірковості в медійному просторі. Водночас відповідно до теорії встановлення порядку денного М. МакКомбса та Д. Шоу [17], відсутність чітких акцентів означає, що медіа не формують громадський порядок денний щодо цих тем, і аудиторія сприймає їх як другорядні.

Втім, в українському воєнному контексті суспільно значущі теми не зникали з публічного дискурсу, а переміщувалися до анонімних і позаінституційних каналів, де часто поширювалися без належної верифікації та в деструктивній інтерпретації.

Висновки. Проведене дослідження феномена самоцензури засвідчило, що воєнна самоцензура в українському медіапросторі є багатовимірним явищем, яке має низку специфічних проявів.

По-перше, аналіз отриманих результатів дає підстави виокремити три форми самообмеження в умовах війни: професійне патріотичне, репутаційно вмотивоване та особистісно-захисне.

По-друге, встановлено, що в умовах високофрагментованого цифрового середовища інформаційні лакуни не усувають суспільно значущі теми, а радше сприяють переходу їхньої інтерпретації до неінституційних акторів.

По-третє, обґрунтовано, що надмірне звуження публічної сфери внаслідок воєнної самоцензури може створювати додаткові ризики для інформаційної стійкості, тоді як транспарентність за умови дотримання безпекових обмежень є одним із чинників її зміцнення.

Окреслені висновки актуалізують необхідність подальших досліджень феномену воєнної самоцензури в українському медіапросторі.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об’єктів як результатів академічної діяльності.

Список літератури:

1. Herman E. S., Chomsky N. Manufacturing Consent: The Political Economy of the Mass Media. New York : Pantheon Books, 2002. 416 p. URL: https://files.libcom.org/files/2022-04/manufacturing_consent.pdf (дата звернення: 07.07.2026).

2. Reese S. D., Shoemaker P. J. A Media Sociology for the Networked Public Sphere: The Hierarchy of Influences Model. *Mass Communication and Society.* 2016. Vol. 19, No. 4. P. 389–410. DOI: https://doi.org/10.1080/15205436.2016.1174268

3. Fedirko T. Self-censorships in Ukraine: Distinguishing between the Silences of Television Journalism. *European Journal of Communication*. 2020. Vol. 35, No. 1. P. 12–28. DOI: https://doi.org/10.1177/0267323119897424.

4. Habermas J. The Structural Transformation of the Public Sphere: An Inquiry into a Category of Bourgeois Society / trans. by Thomas Burger. Cambridge, MA : MIT Press, 1991. 326 p. URL: https://arditiesp.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/01/habermas_structural_transf_public_sphere.pdf (дата звернення: 07.07.2026).

5. Mueller J. E. War, Presidents, and Public Opinion. New York : John Wiley & Sons, 1973. xxiv, 300 p.

6. Guyot M. Rally ’Round the Flag Effect After 9/11 Terrorist Attacks Virtually Gone. Gallup. URL: https://news.gallup.com/poll/6793/rally-effect-911-terrorist-attacks-virtually-gone.aspx (дата звернення: 07.07.2026).

7. Galily Y. Balancing national solidarity and journalistic independence in the social media era: The rally-around-the-flag phenomenon among Israeli journalists during the 2024 Gaza war. *Media, War & Conflict*. 2025. Vol. 18, Issue 3. P. 455–464. URL: https://www.researchgate.net/publication/388491430_Balancing_national_solidarity_and_journalistic_independence_in_the_social_media_era_The_rally-around-the-flag_phenomenon_among_Israeli_journalists_during_the_2024_Gaza_war (дата звернення: 07.07.2026).

8. Кухоцька Т. Г. Особливості впливу Telegram на громадські настрої українців в умовах російської збройної агресії . *Регіональні студії*. 2025. Вип. 41. С. 57–60. DOI https://doi.org/10.32782/2663-6170/2025.41.9

9. Wardle C., Derakhshan H. Information Disorder: Toward an Interdisciplinary Framework for Research and Policy Making. Strasbourg : Council of Europe, 2017. 109 p. URL: https://edoc.coe.int/en/media/7495-information-disorder-toward-an-interdisciplinary-framework-for-research-and-policy-making.html (дата звернення: 07.07.2026).

10. Груба О., Присташ О. Отар Довженко: «Людина, яка критикує, не може помилятися». *Медіакритика*. Жовтень 2015. URL: http://mediakrytyka.lnu.edu.ua/novi-tehnologii-media/otar-dovzhenko-lyudyna-yaka-krytykuye-ne-mozhe-pomylyatysya.html (дата звернення: 07.07.2026).

11. Facebook. URL: https://www.facebook.com/share/p/17jquSv5Vh/ (дата звернення: 07.07.2026).

12. Більшість українців не підтримує табу на критику влади за неефективність у боротьбі з корупцією. *Детектор медіа*. 11.09. 2023. URL: https://detector.media/infospace/article/216683/2023-09-11-bilshist-ukraintsiv-ne-pidtrymuie-tabu-na-krytyku-vlady-za-neefektyvnist-u-borotbi-z-koruptsiieyu/ (дата звернення: 07.07.2026).

13. Facebook. URL: https://www.facebook.com/share/p/1FweioeMkZ/ (дата звернення: 07.07.2026).

14. Coombs W. Timothy. Protecting Organization Reputations During a Crisis: The Development and Application of Situational Crisis Communication Theory. *Corporate Reputation Review.* 2007. Vol. 10, No. 3. P. 163–176.

15. Публікувати чи ні: як війна, тиск аудиторії й внутрішні межі журналіста формують самоцензуру в медіа – експертне обговорення. Фонд «Демократичні ініціативи» імені Ілька Кучеріва. 17.12.2025. URL: https://dif.org.ua/article/publikuvati-chi-ni-yak-viyna-tisk-auditorii-y-vnutrishni-mezhi-zhurnalista-formuyut-samotsenzuru-v-media-ekspertne-obgovorennya (дата звернення: 07.07.2026).

16. Facebook. URL: https://www.facebook.com/share/p/1EnresPjtA/ (дата звернення: 07.07.2026).

17. McCombs M. E., Shaw D. L. The Agenda-Setting Function of Mass Media. *Public Opinion Quarterly*. 1972. Vol. 36, No. 2. P. 176–187. DOI: 10.1086/267990.

Avramenko I.A. WARTIME SELF-CENSORSHIP IN THE UKRAINIAN MEDIA SPACE DURING THE FULL-SCALE WAR: FORMS, FACTORS, AND IMPACT ON INFORMATION RESILIENCE

The article examines the phenomenon of wartime self-censorship in the Ukrainian media environment during the full-scale invasion of Ukraine by the Russian Federation. It analyzes how the security context, the need to protect national interests and preserve international support for Ukraine, as well as reputational and personal factors, have influenced the transformation of professional standards and editorial practices, resulting in a narrowing of the public sphere.

The empirical basis of the study consists of a survey of regional newsrooms in Ukraine and an analysis of journalistic cases related to the coverage of corruption, mobilization, the activities of Territorial Recruitment and Social Support Centers, and other socially sensitive issues arising during wartime. The application of quantitative content analysis and critical discourse analysis made it possible to identify the main trends in the transformation of editorial practices, determine the key factors driving self-censorship, and assess their impact on the information environment.

The study substantiates the expediency of distinguishing three main forms of wartime self-censorship: professional patriotic self-restraint, reputationally motivated self-censorship, and personally protective self-censorship.

The findings demonstrate that the refusal of verified media outlets to cover socially sensitive issues does not eliminate public interest in these topics; rather, it shifts public discussion to non-institutional sources that often fail to adhere to professional journalistic standards. Consequently, although self-censorship is intended to minimize information-related risks, under certain conditions it may itself generate additional threats to the information resilience of society. The article concludes that transparency, while respecting security restrictions, is an essential factor in strengthening public trust, enhancing information resilience, and countering external destructive influences.

Keywords: *self-censorship, war journalism, public sphere, *rally around the flag* effect, national security, social responsibility of the media.*

Дата першого надходження статті до видання: 13.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070.1:81’42
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/35

Блінов Є.М.
https://orcid.org/0009-0008-9810-4479
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова;
Запорізький національний університет

Милосердний В.І.
https://orcid.org/0009-0004-1038-6928
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

Мусій В.Б.
https://orcid.org/0000-0002-9641-7753
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

ВИКОРИСТАННЯ СТРАТЕГІЙ ТЕОРІЇ РИТОРИЧНОЇ СТРУКТУРИ ЯК ШЛЯХ ВИВЧЕННЯ КОНЦЕПТУАЛЬНОСТІ ДОКУМЕНТАЛЬНОЇ ПОВІСТІ (НА ПРИКЛАДІ ПОВІСТІ-СПОГАДА «ВСЕ, ЩО МАВ У ЖИТТІ…» БОРИСА ДУБРОВА)

У статті увагу сфокусовано на художній цілісності документальної повісті. Мета авторів – дослідити стратегії, спрямовані на об’єднання спогадів, листів, документів, інтерв’ю, уривків з літературних творів в єдиний твір. Крім урахування монтажності як однієї з ознак автобіографічного твору, автори зосередилися на поєднанні у ньому рис документальності та художності, концептуальності та модальності (як вираження автором власного сприйняття подій та фактів).

Об’єктом уваги є документальна повість ветерана журналістики, який тривалий час працював в одеській газеті «Чорноморська комуна» (тепер – «Чорноморські новини») Бориса Дуброва. Для вивчення того, як автор конструює власні переконання, досягає емоційного впливу та змістовних зв’язків між окремими частинами тексту, в статті було використано прийоми, запропоновані теорією риторичної структури. Переважно йшлося про ядро та сателіти.

Досліджено сприйняття та осмислення Б. Дубровим відчуження простої людини від української ідентичності. Також проаналізовано спогади журналіста про конкретний результат русифікації, а саме неповагу до української мови – як в інституціях (армія, фабрика), так і в побутовій комунікації в таких різних регіонах України, як Одещина та Донбас. Досліджено спогади Б. Дуброва про його громадську діяльність щодо розвитку української мови, зокрема спробу створення літературного об’єднання при редакції, позаштатну лекторську роботу, збирання бібліотечок для українців Кубані.

Автори статті, спираючись на виявлення семантики назви всього твору як суперструктури, дійшли висновку, що ядром повісті Б. Дуброва «Все, що мав у житті…» є захист журналістом і публіцистом національної ідентичності, а сателітами – мотиви, образи, які розкривають сутність обставин та мотивують складність, внутрішню та зовнішню суперечливість того шляху, який пройшли вітчизняні медіа, виборюючи національну незалежність, захищаючи українське слово.

Ключові слова: *риторична структура, ядро, сателіт, монтажність, журналістська майстерність, метажанровість, жанри журналістики, документальна повість, комунікація, національна ідентичність, сучасний медіапродукт, «Чорноморська комуна» («Чорноморські новини»).*

Постановка проблеми. Спогадова література (мемуари, щоденники, автобіографічні нариси, сповіді тощо) завжди привертала до себе увагу. На якийсь час припадав сплеск її популярності (як, наприклад, у другій половині XVIII сторіччя з початком формування розуміння цінності приватного

© Блінов Є.М., Милосердний В.І., Мусій В.Б., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

буття будь-якої людини, або на початку XIX сторіччя з показовим для романтиків тяжінням до рефлексії, зіставлення власного «я» з ідеалом – людиною, що живе заради загальнолюдських цінностей). Потім закономірним був спад, зумовлений фокусуванням уваги на обставинах зовнішнього буття і намаганням уявити характер цих обставин.

У наш час література факту (non-fiction), зокрема мемуарні твори, що ґрунтуються на особистих переживаннях автора або осмисленні доленосних подій в історії країни, знову перебуває в центрі уваги як читачів, так і авторів.

Однак, незважаючи на здавалося б очевидну річ – вагомість документалістики як складника літератури нон-фікшн, не так вже й багато наукових праць, які присвячено вивченню її сутності. Звідси – пошук стратегій дослідження нефікційної літератури.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Серед тих праць, що привернули до себе нашу увагу – стаття Олега Рарицького, яка містить різножанрові сегменти, оформлених «в єдине й завершене художнє ціле». Автор зосереджується на мотивації метажанрової природи художньої документалістики. У свою чергу, це сприяє викристалізації в її межах власної системи жанрів, «які повною мірою функціонують лише в цій нововідкритій генологічній матриці» [4, с. 43]. Дослідник наводить такі ознаки метажанрової атрибутики документальної прози: суб'єктивність, ретроспекція, заснованість на факті, хронотопічний чинник, концептуальність» [4, с. 45].

Олександр Галич в «Термінології сучасної документалістики» трактує її як літературу, що базується на реальних історичних документах та фактах і охоплює три найважливіших напрямки: мемуаристику, художню біографію та письменницьку публіцистику». Дослідник підкреслює: «Важливою ознакою такої літератури є авторське осмислення певних суспільно-політичних подій та явищ, або життєвого шляху реальної історичної особи, або важливої для життя народу проблеми, здійснене за законами художньої творчості із залученням справжніх документів свого часу, глибоким співвіднесенням власного духовного досвіду автора із внутрішнім світом героїв, соціальною і психологічною природою їхніх учинків» [1, с. 43].

Як і О. Рарицький, О. Галич констатує метажанровий характер документальної літератури, яка, за його словами, «належить до суміжних родожанрових утворень…» [1, с. 48]. На нашу думку, урозумінню сутності документалістики значно посприяє виявлення показових для неї наративних стратегій, які зумовлено балансуванням автора між об'єктивним фактом і його суб'єктивною інтерпретацією, поданням правди через певну художню призму. О. Рарицький мотивує вагомість урахування характеру наративу в процесі дослідження художньо-документального тексту тим, що саме він «обрамлює в цілісність художньо-документальний текст» [4, с. 44].

Схожу точку зору висловлюють О. А. Іванова та А. О. Червінчук, коли пишуть: «Наратив є найоптимальнішим типом репрезентації історії в тому разі, коли необхідно продемонструвати поступове розгортання конфліктної ситуації як цілісної картини подій: ознайомити аудиторію з передумовами конфлікту («що» і «чому»), познайомити з героями, передати важкі спогади» [3, с. 224–225].

Постановка завдання. Кінцевою метою статті є виявлення шляхів досягнення автором внутрішньої єдності твору як змістовної та формальної цілісності. Звідси випливає завдання: проаналізувати структуру тексту, виявити повтори (на рівні мотивів, тем, закономірностей у поведінці автора-оповідача) і мотивувати їхню зумовленість авторською концепцією.

Виклад основного матеріалу. Для такого дослідження документалістики ми використаємо окремі положення теорії риторичної структури (RST), яка допоможе сфокусуватися на тому, як автор конструює переконання, досягає емоційного впливу та змістовних зв'язків між окремими частинами тексту. Як дескриптивний каркас урозуміння вербального твору теорія риторичної структури забезпечує кілька напрямів його вивчення: ідентифікацію ієрархії рівнів тексту, опис функціональних відносин між окремими сегментами тексту, виявлення обсягу пов'язаних елементів тощо [5, с. 243]. Серед напрямів досліджень, успіху яких сприяє застосування RST, Вільям С. Манн (William C. Mann) та Сандра А. Томпсон (Sandra A. Thompson) називають не тільки суто лінгвістичні. Посилаючись на окремі наукові праці, вони наводять приклади вирішення їхніми авторами питань, пов'язаних з вивченням матеріалів медійної сфери (news broadcasts), особливостей сприйняття мови її носіями та іноземцями (studies in contrastive rhetoric), наративного дискурсу, інтерпретації тексту [5] або аналізу реляційних структур [6].

Найбільш продуктивним є застосування теорії риторичної структури у тих випадках, коли вербальний текст розглядається як акт комунікації, скерованої на переконання автором-документалістом читача, укладення між ними свого роду договору: все, що пише автор, читач має сприймати як реальні факти.

На нашу думку, спирання саме на стратегії теорії риторичної структури сприяє виявленню сутності авторської концепції, втіленої у творі та головних стратегій переконання, які при цьому використано. Ключові поняття, якими оперують дослідники, що спираються на теорію риторичної структури, – суперструктура, структура зв'язків, ядро, сателіт, дискурсивна одиниця, асиметричні та симетричні відносини. При цьому під суперструктурою вони розуміють весь текст вербального твору, який може бути поділеним на розділи, томи, строфи, рядки або репліки та ремарки – залежно від жанру самого твору.

Ядрами у вербальному творі стають авторські тези. Вони містять ту основну інформацію, без якої текст втрачає сенс. Факти виступають сателітами-ілюстраціями: це та допоміжна інформація, яка мотивує, пояснює, ілюструє ядро. Одне з ключових положень теорії риторичної структури полягає в тому, що якщо подумки викреслити те, що ми визначили як ядро, текст втратить свою концептуальність. Якщо ж розуміння сенсу тексту залишається незмінним, і ми втрачаємо лише яскраву аргументацію, епізод, висловлювання, приклад, який було втрачено, – це не ядро, а сателіт.

Об'єктом нашої уваги є документальна повість Бориса Дуброва «Все, що мав у житті…». Уже визначення автором у підзаголовку до назви твору того, що це «документальна повість-спогад ветерана української журналістики», є вказівкою на його метажанрову природу – поєднання ознак фікшн та нон-фікшн (з одного боку, документальність – «документальна», а з іншого – художність: «повість»), а також його автобіографічність – це «спогад» автора про власний шлях у журналістиці. У такому разі заголовок містить у собі і вказівку на об'єктивне («у житті»), і, з іншого боку, – на суб'єктивне: найдорожче для власне самого автора.

Виходячи з того, що авторська стратегія в повісті Бориса Дуброва є публіцистично-інтерпретаційною, звернемося до виявлення семантики назви твору з метою наблизитися до урозуміння сутності ключового ядра. На перший погляд, все доволі прозоро: автор згадує про найважливіше у його житті – події, під впливом яких він формувався як особистість, роботу, якій він присвятив своє життя, найближче коло людей – тих, кого любив, на кого спирався, кому допомагав. Так воно і є. Саме з цього складається все, що Борис Дубров як автор мав у житті (набув, цінував).

Але це тільки один бік, скажемо так, поверхове, вузьке трактування змісту заголовка твору. На нашу думку, розуміння семантики назви суттєво уточнює опис поїздки автора до Дрогобича з метою вклонитися Іванові Франку.

«Його бюст, – згадує Б. Дубров, – височів на постаменті, я вдивлявся в задумливі очі одного з наших геніїв і шепотів слова з улюбленої Франкової поеми "Мойсей": Все, що мав у житті, / він віддав для одної ідеї…

"Я мушу в теперішньому часі робити те саме!" пульсувала думка. А ідея яка ж? Україну зробити Україною! У душі ношу народжене ще тоді, коли зайнявся журналістикою: "Без економічної потреби в українській мові – вона рано чи пізно загине. А щоб цього не сталося, не лише в школі, неодмінно у вузі мої співвітчизники мають вчитися по-нашому, без цього рідна мова на виробництві й у широкому побуті – утопія"» [2, с. 88].

Саме цей фрагмент тексту наближає нас до усвідомлення того, що як й Іван Франко, якого цитує Борис Дубров, визначаючи найголовніше у своєму житті, він обрав для себе сенсом життя служіння українському слову. На підставі того, що автор зробив назвою своєї повісті рядок з поеми Івана Франка, можна вважати, що це для нього – заповіт. Отже, все те, що відбувалося з ним (все, що він мав у своєму житті), було скеровано національною ідеєю.

Оскільки наскрізною силою, що рухає виклад автором подій у його повісті є незламна позиція журналіста, який прагне спілкуватися з читачем рідним словом, захист української мови як життєве кредо та мета діяльності – це однозначно глобальне ядро (nucleus) його документальної повісті, а епізоди на кожному з етапів життя, які пов'язані з національним усвідомленням, є сателітами (satellites), які підпорядковуються цьому ядру.

У кожній із глав повісті автор наводить приклади проявів неповаги до українського слова з боку різного роду інституцій. У першій главі під назвою «В Одесу – білу, як чистий аркуш» наведено роздуми Б. Дуброва, ще молодого журналіста, але вже такого, що набув досвіду перебування у різних містах, про несхожість того, як спілкуються жителі західної України, з одного боку, та Одеси, з іншого. У західній, згадує він, «слова були українські, але пересипані й дивними для мене, як я згодом зрозумів, – польськими» [2, с. 9].

Чужою була українська мова в Одесі та Донбасі – спаплюжена російською, яку декларували як правильну. Він згадує, як його двоюрідна сестра Люба, яка «поїхала шукати долі» до Одеси, називала місце, де працює, «тропічною фабрикою». Таке визначення підприємства викликало у нього думки про якусь екзотику (тропіки), а виявилося,

що все значно простіше: йшлося про фабрику тканин, яка українською мовою мала би називатися «ганчір'яною», а не «тряпічною» [2, с. 9]. І далі він суто поетично пояснює, чим є для нього рідна мова і чому так різко він сприймав якісь відхилення від її норми: «Народжений в українській родині, купаний з пуп'янка у любистку української мови мамою та бабусею-полтавчанкою, зачаровуваний дідовими піснями про козаків і дівчат-наречених…» [2, с. 9]. Так автор декларує, що українська мова для нього – це не тільки засіб комунікації, а передусім – ознака приналежності до родини малої (мати, дід), а також – до нації-родини, з її минулим, з її піснями, з її світосприйняттям.

Б. Дубров дуже докладно простежує процес відчуження людини від національної ідентичності. Початок – школа з її впливом на формування особистості, продовження у вищому навчальному закладі, а потім – в армії, і нарешті на роботі, якщо, на думку керівництва, працівник не зовсім відповідав критеріям представника «нової історичної спільності людей – радянського народу». У той час формально проголошувалася рівність усіх народів СРСР, однак насправді було фактичне домінування російського народу, російської мови та російської культури. Ідеологічне «обтесування» не обходилося без зневажливих і принизливих висловлювань на адресу всього національного. Автор згадує, який біль спричинили йому слова викладачки, що приїхала в Україну з Росії і запитала в нього: «Мальчік, а на человєчєском язике ти нє умєєшь гаварить?» [2, с. 25]. Саме так формувалося ставлення до національної ідентичності на різних рівнях суспільного життя. «Майже всі з України, з українських шкіл, – пише Борис Дубров про студентів. – І всі, як в окріп, потрапляли в російськомовне навчання» [2, с. 9–10]. А тому й зрозумілим стає порівняння молодих людей з птахами з підрізаними крилами [2, с. 27–28].

Те ж саме відбувалось і в армії. Автор повісті розповідає про долю старшини-надстровика Корецького, який спілкувався з солдатами переважно рідною українською мовою, але одного разу про це дізналося керівництво. На стройових заняттях Корецький, – пише Б. Дубров, – віддає команди. «Почув начальник політвідділу – аж рота роззявив. Якась мара! "Старшіна, ко мнє!" – заверещав. – Что я слишу?". Корецький виструнчився й випалив: "Дак у мене в роті всі ж українці – зі степу, з Карпат, з Кубані". "С Кубані?" – губи Новожилова затремтіли від злості. Полковник з матюками пояснив Корецькому, що Кубань – то Росія, зрештою, армійський статут яку мову визначив для команд – російську? Затим круто обернувся, сів в «уазика» і помчав до командира полку Шуліки. Наступного ранку старшина Корецький вже не прийшов до казарми піднімати роту» [2, с. 28].

Особливого значення проблема національної ідентичності набуває у документальній повісті Бориса Дуброва у зв'язку з тим, що він був журналістом. Майже весь його трудовий шлях пов'язаний з одеською газетою «Чорноморська комуна». А почав свій шлях у журналістику в тернопільській газеті «Вільне життя», коли йому було двадцять. І початок був доволі непростим. «Місцева інтелігенція цуралась партійної газети, хоча й української» [2, с. 14]. Але молодому працівнику медіа вистачило наполегливості, щоб перемогти. Завзятість, притаманна Б. Дуброву, була необхідною умовою зростання журналістської майстерності.

Спочатку, згадує Б. Дубров, він «запалився ідеєю створити при редакції літературне об'єднання», друкувати не тільки матеріали про успіхи в сільському господарстві, але й вірші, оповідання. У третій главі повісті під назвою «Спасибі, колеги!» він згадує ще про один крок: про те, що записався в позаштатні лектори товариства «Знання». Але виявилося, що своїми лекціями він навчав «не тому патріотизму», оскільки партія повела країну «до злиття націй», а лектор в особі автора повісті-спогадів переконував слухачів у протилежному – «вихваляв патріотизм українців», мотивуючи це тим, що зв'язок з національним корінням, звичаями, піснями «допоміг» українцям «у віках вижити» [2, с. 57].

Як і в більшості документальних творів, Борис Дубров застосовує монтажність – поєднує різні дискурси. У цьому випадку – власні роздуми з листом одного із слухачів, який дав молодому лекторові прочитати «доброзичливий секретар одеського правління товариства «Знання» Сосновський. «Значить, – писав невідомий автор листа, – «Широка страна моя родная» – не те? Ех, якби жив товариш Сталін!» [2, с. 56–57].

І знову труднощі не зупинили журналіста. Наступним його кроком було «провернення» в редакції акції збирання бібліотечок для українців Кубані. Колеги підтримали його ініціативу. «Степан Петрович Ковганюк, – згадує Б. Дубров, – поплескав мене по плечу: "Друже мій, а ви молодець!"» [2, с. 57].

Таким же національно скерованим був настрій викладачів філологічного факультету Одеського державного університету ім. І. І. Мечникова (Івана Дузя, Андрія Недзвідського, Василя Фащенка), а також його вихованців (цікавими у цьому

плані є сторінки повісті, присвячені Володимиру Базилевському), які співпрацювали з газетою. Підтримкою були й матеріали з історії України, які він знаходив у бібліотеці. Особливий інтерес в автора викликали документи про переслідування та репресії проти мужніх борців за національну ідентичність.

Спогади про цю його «дослідницьку» діяльність на сторінках повісті доповнюють картину боротьби української інтелігенції за збереження національної ідентичності, як і її переслідувань з боку влади. Борис Дубров наводить чисельні факти: лють Сталіна на українців у 1932 році та наслідки тиску репресивної машини на пресу, зокрема й для «Чорноморської комуни» (звинувачення у недооцінці «розбазарювання та розкрадання хліба», зниження даних про врожайність, руху проти «куркулів»), арешти та доноси 1937–1938 років (у ці роки було розстріляно трьох відповідальних редакторів «Чорноморської комуни»), репресії стосовно тих, хто входив до складу так званої «контрреволюційної націоналістичної організації» [2, с. 128–131].

Причому, кожен з тих сателітів, що було наведено, у свою чергу також можна розглянути як єдність, яка складається з ядра та сателіта. Звернемось до глави «Крутий поворот долі», назва якої вже є знаком особливого значення подій, про які у ній йдеться. Вона починається як журналістський репортаж, фокус уваги якого – стрімкий розвиток подій. «Позачергова сесія Верховної Ради України 24 серпня 1991 року прийняла акт про Незалежність, – згадує Борис Дубров. – Одеський обком партії, як висловився редактор "Чорноморки" Олексій Білоус, розігнали. Набула нового статусу наша "осиротіла" газета – стала спільним виданням журналістського колективу і виконкому Одеської міської ради народних депутатів, з тиражем 59 тисяч примірників» [2, с. 196].

На цьому тлі (background, за визначенням теоретиків риторичної структури) автор повідомляє, що став безпартійним, тим самим пояснюючи свій вчинок («здав у райком свій партійний квиток» [2, с. 196]). Ядро у цій главі – теза про звільнення одеських медіа від партійного тиску. А от сателіти ілюструють і значною мірою розвивають цю тезу-ядро, оскільки демонструють складність, внутрішню суперечливість тих процесів, що відбувалися.

Так, наприклад, одним із сателітів у главі «Крутий поворот долі» є опис поведінки Руслана Боделана, спочатку першого секретаря обкому КПУ, а пізніше – голови обласної ради. Автор наводить звернення, яке було надруковано в першому номері тепер вже не «Чорноморської комуни», а «Чорноморських новин» (такою стала нова назва газети) в січні 1992 року. У цьому зверненні Руслан Боделан, «немовби забувши, що донедавна він, ще й перший секретар обкому КПУ, ратував за збереження СРСР, тепер урочисто проголошував: "Україна здобула незалежність. Це величезне досягнення і велика радість, але радість може виявитися скороминущою, якщо ми не зуміємо всіляко розвивати і зміцнювати свою державу"» [2, с. 197]. Подібне використання контрасту між виступами однієї і тієї ж людини сприяє наочній демонстрації здатності представників влади підлаштовуватися під обставини, а тому й залежності успіху або поразки не від принципової позиції того, від кого залежить результат, а від характеру самих обставин. Але у фокусі уваги Бориса Дуброва, безумовно, у цій главі, як і в книзі в цілому – роль і місце газети (головної справи всього життя автора повісті) в патріотичному та політичному житті регіону.

Висновки. Документальна повість Бориса Дуброва, опис-спогади про його власну долю, – це не тільки захоплива розповідь відомого публіциста, який пройшов шлях від кореспондента до заступника редактора обласної газети, а й яскрава сторінка історії одеської журналістики від перших років після другої світової війни до початку 2000-х. Автор наводить численні факти, документи, уривки публікацій у медіа, інтерв'ю (як приклад, розмова з колишнім літературним працівником газети, а пізніше – відомим українським поетом і публіцистом Володимиром Базилевським – саме цим матеріалом завершується книга). Борис Дубров використовує у своїй повісті елементи медіапродукту, створеного у різні часи, і таким чином осучаснює те, про що він писав колись на шпальтах газет, адже проблема національної ідентичності українців є актуальною для публіцистики і зараз, коли Україна у боях здобуває право жити вільно та незалежно.

Ми обмежилися дослідженням лише одного аспекту повісті «Все, що мав у житті…», розглянувши ядро і спогади-сателіти, які є свідченнями того, що становлення національної журналістики, набуття нею власного обличчя й творчої сили відбувалося значною мірою всупереч обставинам (нівелювання національної культури з боку влади), через персональний опір особистостей, зокрема й автора документальної повісті.

Безумовно, є й інші напрями дослідження цього твору, навіть, якщо спиратися на теорію риторичної структури (наприклад, аналіз взаємодії між

фактами й документами, з одного боку, та їхнім коментуванням, з іншого, тобто взаємодії документального та художнього; або виявлення ієрархії у системі відношень тощо). Як і будь-який інший твір людини, яка присвятила своє життя журналістиці, повість Бориса Дуброва зберігає свою актуальність і дає змогу усвідомити тернистий шлях, що пройшли українські медіа.

Список літератури:

1. Галич О. А. Термінологія сучасної документалістики. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка.* 2006. № 26. С. 47–49.

2. Дубров Б. Все, що мав у житті…: Документальна повість-спогад ветерана української журналістики. Одеса : Астропринт, 2007. 248 с.

3. Іванова О. А., Червінчук А. О. Сучасна українська воєнна документалістика: автор та авторська стратегія. *Scientific developments of European countries in the area of philological researches: Collective monograph.* Riga : Izdevnieciba «BaltijaPublishing», 2020. С. 221–237. https://doi.org/10.30525/978-9934-588-56-3.1.13

4. Рарицький О. Художньо-документальна проза як метажанр: проблема рецепції та інтерпретації, особливості вияву й функціонування. *Слово і час*. 2014. № 11. С. 37–48.

5. Mann William C., Thompson Sandra A. Rhetorical Structure Theory: Toward a functional theory of text organization. *Text*. 1988. № 8 (3). Pp. 243–281.

6. Mann William C., Matthiessen Christian M.I.M, Thompson Sandra A. Rhetorical Structure Theory and Text Analysis: Research Report. 1989. URL: https://share.google/jJ7cW7AFJg2NzdcXu

Blinov Ye.M., Myloserdnui V.I., Musii V.B. IMPROVING OF STRATEGAES OF RHETORICAL STRUCTURE THEORY AS A WAY FOR INVESTIGATION THE CONCEPTUALITY OF DOCUMENTARY STORY (ON THE EXAMPLE OF A MEMOIR NOVELLA "EVERYTHING I HAD IN LIFE…" BY BORYS DUBROV)

The article focuses on the artistic integrity of the documentary story. The purpose of the paper is to investigate author's strategies aimed at combining memories, letters, newspaper materials, documents, interviews and literary works into a single work.

The object of attention in the paper is documentary story of Boris Dubrov, a veteran of journalism who worked for a long time in the Odesa newspaper "Chornomorsky Commune" (today – "Chornomorsky Novyny"). Authors of the paper took into account montage as one of the main elements of the autobiographic work. They focused on the signs of combining the features of documentary and artistic, conceptuality and modality (as an expression of the author's own perception of events and facts) in Dubrov's story.

To study how the author of the story constructs his own beliefs, achieves emotional impact, and meaningful connections between individual parts of the text, techniques proposed by the theory of rhetorical structure were used. The core and satellites were mainly investigated.

This study examines B. Dubrov's perception and interpretation of the alienation of ordinary people from their Ukrainian identity. It also analyses the journalist's recollections of a specific consequence of Russification, namely the lack of respect for the Ukrainian language – both within institutions (the army, factories) and in everyday communication in such diverse regions of Ukraine as the Odesa region and the Donbas. Akso B. Dubrov's recollections of his civic activities aimed at promoting the Ukrainian language, in particular his attempt to establish a literary society within the editorial office, his work as a freelance lecturer, and his efforts to compile small libraries for Ukrainians in the Kuban region are researched.

The authors of the article, basing on identifying of the semantics of the title of the entire work as a superstructure, came to the conclusion that the core of B. Dubrov's story "Everything I Had in Life..." is the defense of national identity by a journalist and publicist, and motives and images that reveal the essence of the circumstances and motivate the complexity, internal and external contradictions of the path that the domestic media took, fighting for national independence, defending the Ukrainian word are the satellites.

Keywords: *rhetorical structure, core, satellite, montage, journalistic skill, metagenre, genres of journalism, documentary story, communication, national identity, contemporary media product, "Chornomorsky Commune" ("Chornomorsky Novyny").*

Дата першого надходження статті до видання: 13.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070:654.19:004.738.5
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/36

Джолос О.В.
https://orcid.org/0000-0001-8069-1013
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ РАДІОМОВЛЕННЯ (ЛІНІЙНИЙ АУДІАЛЬНИЙ МЕДІА-СЕРВІС): YOUTUBE ЯК ІНСТРУМЕНТ РОЗВИТКУ МУЛЬТИМЕДІЙНОГО МЕДІАСЕРВІСУ ТА РОЗШИРЕННЯ АУДИТОРІЇ

Актуальність дослідження зумовлена цифровою трансформацією медіа-індустрії, в умовах якої традиційні (лінійні) аудіовізуальні медіа-сервіси дедалі частіше поширюють свій контент на цифрових онлайн-платформ. Домінуючою цифровою платформою для поширення і споживання аудіовізуального контенту є YouTube, який використовують у тому числі і радіомовники. Радіомовлення не просто прийшло на YouTube, а змінило власну природу – із традиційного ефірного мовника (лінійне аудіальне медіа), перетворюється на мультимедійний медіа-сервіс, який одночасно виробляє, поширює й просуває аудіо – та відеоконтент на різних цифрових та аналогових платформах. Дослідження ґрунтується на необхідності комплексного аналізу, яким чином цифрові онлайн платформи, зокрема YouTube, впливають на розвиток лінійних медіа та розширення аудиторії. Сьогодні радіо перетворюється на повноцінний мультимедійний медіасервіс, який активно використовує інтернет і цифрові онлайн-платформи. Радіомовлення поступово перестає бути суто аудіальним медіа, дедалі активніше інтегруючи відеоформати у власний контент, що поширюється на цифрових онлайн-платформах. Сучасна аудиторія дедалі рідше обмежується лише аудіоформатом і надає перевагу мультимедійному контенту. Саме тому радіостанції змушені адаптуватися до нових умов, освоювати відеоформати, розвивати власні YouTube-канали та конкурувати з блогерами й подкастерами. Водночас цифрові платформи створюють додаткові можливості для залучення нової аудиторії, розширення географії мовлення та створення сучасного медійного продукту. Метою статті є аналіз технологічних та контентних аспектів трансформації ефірного радіомовлення в аудіовізуальний продукт для платформи YouTube. Дослідження побудоване на контент-аналізі мовлення провідних радіостанцій найбільшого радіохолдингу України – «ТАВР Медіа», до якого входять 9 топових радіостанціях України: Хіт FM, Radio ROKS, KISS FM, Radio RELAX, Мелодія FM, Наше Радіо, Radio JAZZ, Classic Radio і Радіо Байрактар.

Ключові слова: *цифрові онлайн платформи, ютуб, аудіовізуальні медіа-сервіси, охоплення аудиторії, аудіо контент, радіо бренд, відео формат.*

Постановка проблеми. Сучасний світовий медіа-ландшафт зазнає глибоких трансформацій, у межах яких цифрові онлайн-платформи та медіасервіси на замовлення стали домінантним середовищем створення, поширення та споживання аудіовізуального контенту. В Україні ці процеси набувають особливої інтенсивності під впливом воєнного стану та змін у медіа-споживанні аудиторії. Закон України «Про медіа» визначає серед суб'єктів у сфері медіа: суб'єкти у сфері аудіовізуальних медіа; суб'єкти у сфері друкованих медіа; суб'єкти у сфері онлайн-медіа; провайдери аудіовізуальних сервісів; провайдери платформ спільного доступу до відео [1]. Але фактично більшість сучасних медіа є мультимедійними медіа, які поширюють свій контент як на аналогових (лінійних) так і цифрових (нелінійних) платформах і медіа-сервісах.

У 2025 році близько 60 % населення світу (приблизно 4,75 млрд осіб) користувалися цифровими онлайн-платформами для споживання медіа-контенту, самовираження та комунікації. Цифровий простір, що постає як нова медіаплатформа, поступово набуває домінантного значення для поширення і споживання аудіовізуального контенту.

© Джолос О.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Радіомовлення з традиційного лінійного аудіального медіа перетворюється на повноцінний мультимедійний медіа-сервіс, який активно використовує інтернет і цифрові онлайн-платформи. Радіо поступово перестає бути суто аудіальним медіа, дедалі активніше інтегруючи відеоформати у власний контент. Ці тенденції яскраво простежується в діяльності радіостанцій провідного радіохолдингу України – «ТАВР Медіа»: Хіт FM, Radio ROKS, KISS FM, Radio RELAX, Мелодія FM, Наше Радіо, Radio JAZZ, Classic Radio і Радіо Байрактар [2]. Предметом контент-аналізу є діяльність музичних ефірних радіостанцій в умовах цифрової трансформації, зокрема використання платформи YouTube для популяризації музичного контенту радіостанцій та розвитку медіа. Актуальність обраної теми зумовлена тим, що перехід традиційного радіо до цифрових платформ, зокрема YouTube, став необхідністю в сучасних умовах медіа-ринку. Сучасна аудиторія дедалі рідше обмежується лише аудіоформатом і надає перевагу мультимедійному контенту. Саме тому радіостанції змушені адаптуватися до нових умов. Водночас цифрові платформи створюють додаткові можливості для залучення нової аудиторії, розширення географії мовлення та створення сучасного медійного продукту. Авторський задум полягає у тому, щоб показати сучасний стан і тенденції розвитку радіо як мультимедійного медіасервісу та продемонструвати, як традиційне радіо трансформується у сучасний мультимедійний продукт, у якому важливу роль відіграють відеоформат, візуальна комунікація та інтерактивна взаємодія з аудиторією.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В останні роки ми спостерігаємо як цифрова трансформація медіа-індустрії кардинально впливає на сучасне радіомовлення, змінюючи принципи подачі інформації, способи взаємодії з аудиторією та критерії популярності контенту.

Результати дослідження «Медіаспоживання 2025» засвідчують суттєву трансформацію медіазвичок української аудиторії [3]. Ключовим висновком є остаточне утвердження смартфона як головного девайса споживання контенту, тоді як цифрові платформи та медіасервіси дедалі частіше виконують роль основних каналів поширення інформації та розваг у щоденних практиках.

Емпіричні дані свідчать про зростання інтенсивності онлайн-споживання: 44 % респондентів щоденно проводять у месенджерах понад три години, 36 % – на відеоплатформах, 30 % – у соціальних мережах, тоді як телебачення залишається основним джерелом контенту лише для 17 % аудиторії. Переважна більшість користувачів (91 %) споживає контент зі смартфона, що підтверджує його трансформацію в універсальний медіацентр для новин, розваг і комунікації незалежно від вікових характеристик.

Месенджери зберігають провідну позицію як канал доступу до новин: 75 % українців отримують інформацію через Telegram, Viber та аналогічні сервіси. Посилюється роль соціальних мереж як джерела новин – ними користуються 60 % опитаних (проти 56 % у 2024 році). Частка цифрових відеоплатформ також зросла з 51 % до 54 %, а інтерес до стримінгових сервісів для музики та відео збільшився з 34 % до 41 %. Серед соціальних мереж домінуючі позиції зберігає Facebook (72 %), водночас Instagram демонструє стабільне зростання аудиторії (67 %), а TikTok – найдинамічніше зростання (з 49 % до 54 %), дедалі частіше виконуючи функцію джерела новин, особливо для молодшої аудиторії.

Аналіз медіаохоплень цифрових платформ в Україні від провідної дослідницької агенції «Kantar Україна» демонструє беззаперечне домінування відеохостингу YouTube, де проходило дослідження:

- YouTube – 23,5 млн користувачів. Абсолютний лідер медіаспоживання. Платформа охоплює майже всю активну інтернет-аудиторію країни.
- Facebook – 16,4 млн користувачів. Має зміщення у бік старшої аудиторії, використовується переважно для споживання текстових новин.
- Instagram – 15,8 млн користувачів. Орієнтований на короткий візуальний та лайфстайл-контент.
- TikTok – 12 млн користувачів. Платформа з наймолодшим ядром, орієнтована на швидкі тренди [4].

Постановка завдання. В умовах цифрової трансформації традиційне музичне радіо втрачає монополію на аудіоконтент. Статистика свідчить, що більшість українців споживають музику саме через YouTube, а сама платформа має мільйонні охоплення. Актуальність роботи зумовлена необхідністю пошуку нових шляхів виживання радіобрендів через візуалізацію ефірів, що дозволяє утримувати увагу глядача в десятки разів довше, ніж у швидких соціальних мережах.

Метою статті є аналіз технологічних та контентних аспектів трансформації ефірного радіомовлення в аудіовізуальний продукт для платформи YouTube. Дослідження побудоване на контент-аналізі мовлення провідних радіостанцій найбільшого радіохолдингу України – «ТАВР Медіа», до якого входять 9 топових радіостанціях

України: Хіт FM, Radio ROKS, KISS FM, Radio RELAX, Мелодія FM, Наше Радіо, Radio JAZZ, Classic Radio і Радіо Байрактар. Ці радіостанції охоплюють всі сегменти аудиторії на всіх підконтрольних Україні територіях.

Виклад основного матеріалу. У сучасному суспільстві переважна частина медіаконтенту споживається через цифрові онлайн-платформи та медіасервіси, які суттєво впливають на соціальну поведінку, інформаційні практики та форми суспільної взаємодії. Цифровий простір як середовище соціальної комунікації значною мірою функціонує відповідно до алгоритмічних механізмів, спрямованих на утримання та монетизацію уваги користувачів. Сучасне радіомовлення використовує конкурентні переваги цифрового середовища і цифрових платформ на свою користь. За останні роки звичка споживання аудіо контенту змінилася. Радіо, яке раніше здебільшого слухали в автомобілях чи через радіоприймачі, тепер «дивляться». Цю статистику демонструю наступні показники ефективності ютуб радіоканалів ТАВР Медіа (Хіт FM, Мелодія FM, Наше Радіо, Радіо Байрактар та KISS FM) за 2025 рік:

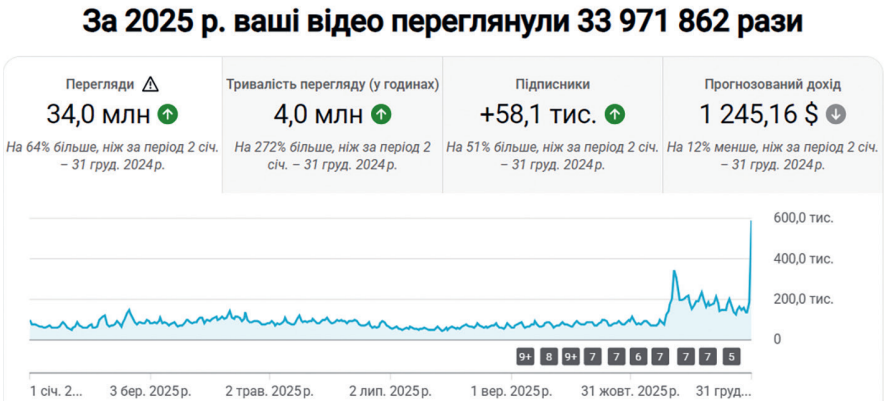


Рис. 1. XIT FM: Флагман мільйонних охоплень та живого звуку [5]

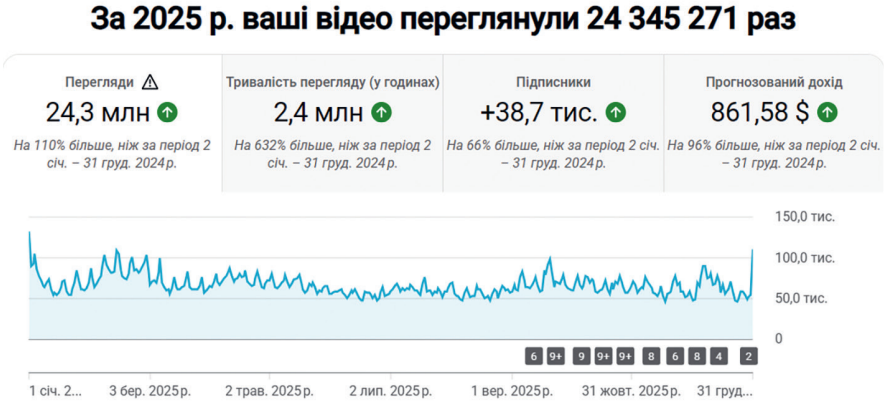


Рис. 2. НАШЕ РАДІО: Драйвер україномовного поп-контенту [6]



Рис. 3. РАДІО БАЙРАКТАР: Документалістика та соціальна місія під час війни [7]



Рис. 4. МЕЛОДІЯ FM: Золотий фонд та візуальний затишок [8]

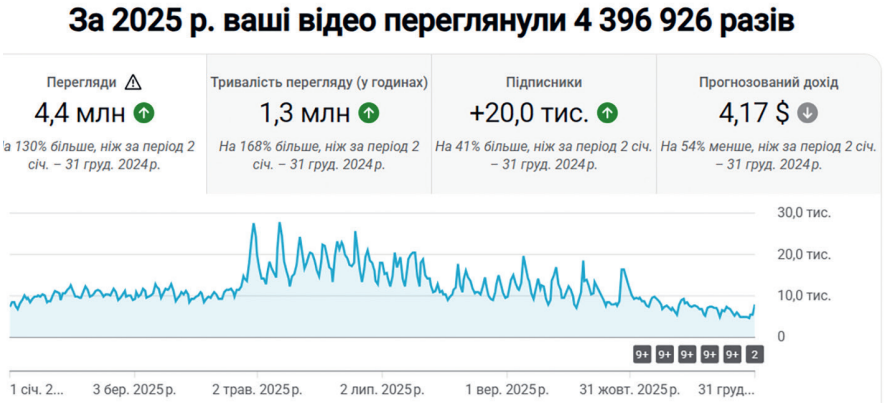


Рис. 5. KISS FM: Електронна культура та візуалізація звукових хвиль [9]

Аналіз отриманих результатів на прикладі холдингу «ТАВР Медіа» показує, як різні за форматами станції (від розважального Хіт FM до соціально-патріотичного Радіо Байрактар) адаптують свій контент під алгоритми YouTube, створюють унікальний синергетичний ефект між FM-ефіром та нелінійним відеосервісом на замовлення. На прикладі РАДІО БАЙРАКТАР показано, як YouTube став інструментом документування новітньої історії України. Візуалізація розмов дозволяє передати невербальну інформацію: мімі-ку, стримані сльози чи посмішки захисників, що трансформує радіоефір у глибоку документальну журналістику та підвищує рівень народної довіри. Ефективність платформи ютуб для радіостанцій холдингу «ТАВР Медіа» підтверджується даними медіаспоживання, які демонструють, що 84 % українців споживають музичний контент саме через YouTube. За словами продюсера ютуб-проєктів холдингу Антона Світличного, структура споживання музики в Україні має унікальний характер: 84 % українців слухають та шукають нову музику саме через YouTube. Лише близько 7–10 % сукупно припадає на спеціалізовані аудіострімінги (Spotify, Apple Music, Deezer) [10].

Проаналізовані контент стратегії лідерів радіоринку, як-от «Хіт FM», «Наше Радіо» та «Радіо Байрактар», дозволяє побачити практичне застосування діджитал-трансформації. Присутність радіостанцій холдингу «ТАВР Медіа» на YouTube із довготривалим контентом дозволяє охопити максимальне ядро у 23,5 мільйони потенційних слухачів-глядачів. Наведена статистика демонструє якісну перевагу YouTube у порівнянні з іншими соціальними мережами. Якщо Instagram та TikTok середній час первинного контакту з контентом становить всього 1–3 секунди, після чого користувач робить перехід (свайп). В YouTube середній час утримання уваги на одному ролику становить від 1 хвилини 30 секунд до 3 хвилин (а для студійних інтерв'ю та концертів холдингу «ТАВР Медіа» цей показник значно вищий). Це означає, що рекламне повідомлення або бренд радіостанції на YouTube інтегрується у свідомість споживача в десятки разів глибше, ніж у «швидких» соцмережах.

Висновки. На прикладі цифрової трансформації радіостанцій холдингу «ТАВР Медіа», бачимо що радіо в YouTube – це не просто трансляція звуку з картинкою, а створення нової аудіовізуальної

мови, яка дозволяє радіостанціям бути там, де знаходиться їхня аудиторія, перетворюючи швидкоплинний ефір на довговічний контент із мільйонними охопленнями.

Аналіз цифрової трансформації лінійного радіомовлення підтверджує що цифрові платформи створюють додаткові можливості для залучення нової аудиторії, розширення географії мовлення та створення сучасного медійного продукту. Практична цінність роботи полягає у комплексному дослідженні «візуального радіо» не як теоретичного концепту, а як діючої бізнес-моделі. Отримані дані доводять, що YouTube в Україні фактично виконує роль головного музичного плеєра країни. Це робить перехід FM-станцій на цю платформу життєво необхідним кроком для збереження лідерства в індустрії.

Отже, українське радіомовлення перебуває на етапі цифрової трансформації, що характеризується переходом від ефірної до платформної моделі, при цьому ключові зміни стосуються не стільки контенту, скільки способів його споживання.

Цифрові платформи стають центральним елементом нової медіа-екосистеми, визначаючи логіку виробництва, дистрибуції та монетизації аудіо контенту. Водночас відкритими залишаються питання довгострокового співіснування лінійного радіомовлення та цифрових платформ, а також готовності медіа-груп до повної трансформації своїх бізнес-моделей.

Список літератури:

1. Закон України «Про медіа» URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2849-20#Text (дата звернення: 07.07.2026).

2. ТАВР Медіа URL: https://www.tavrmedia.ua (дата звернення: 07.07.2026).

3. Дослідження «Медіаспоживання 2025» URL: https://gradus.app/uk/open-reports/research-media-consumption-ukraine/ (дата звернення: 07.07.2026).

4. Дослідження радіослухання в Україні (Radio reach & Share): звіт Kantar Україна Київ, 2025. URL: https://www.tavrmedia.ua/news/radio-v-ukrayini-vdoskonalyuie-vymiryuvannya-i-perekhodyt-na-novyi-riven-shcho-tse-oznachaie-dlya-reklamodavtsiv/ (дата звернення: 07.01.2026).

5. Хіт FM : офіційний YouTube-канал. YouTube. URL: https://www.youtube.com/@hitfm_ua (дата звернення: 07.07.2026).

6. Наше Радіо : офіційний YouTube-канал. YouTube. URL: https://www.youtube.com/@nasheradio_ua(дата звернення: 07.07.2026).

7. Радіо Байрактар : офіційний YouTube-канал. YouTube. URL: https://www.youtube.com/@radio_bayraktar(дата звернення: 07.07.2026).

8. Мелодія FM : офіційний YouTube-канал. YouTube. URL: https://www.youtube.com/@melodiyafm_ua(дата звернення: 07.07.2026).

9. KISS FM Ukraine : офіційний YouTube-канал. YouTube. URL: https://www.youtube.com/@kissfm_ukraine(дата звернення: 07.07.2026).

10. Контент-король URL: https://www.tdhub.com.ua/ (дата звернення: 07.07.2026).

Dzholos O.V. DIGITAL TRANSFORMATION OF RADIO BROADCASTING (A LINEAR AUDIO MEDIA SERVICE): YOUTUBE AS A TOOL FOR THE DEVELOPMENT OF A MULTIMEDIA MEDIA SERVICE AND AUDIENCE EXPANSION

The relevance of this study is determined by the ongoing digital transformation of the media industry, in which traditional (linear) audiovisual media services are increasingly distributing their content through digital online platforms. Among these platforms, YouTube has become the dominant environment for the distribution and consumption of audiovisual content and is now widely used by radio broadcasters. Radio broadcasting has not merely entered YouTube; it has fundamentally transformed its nature. From being a traditional terrestrial broadcaster (a linear audio media service), radio is evolving into a multimedia media service that simultaneously produces, distributes, and promotes both audio and video content across digital and analogue platforms. This transformation requires a comprehensive analysis of how digital online platforms, particularly YouTube, influence the development of linear media and contribute to audience expansion. Today, radio is increasingly becoming a fully integrated multimedia media service that actively utilizes the Internet and digital online platforms. It is gradually moving beyond its traditional role as an exclusively audio medium by incorporating video formats into its content distributed through digital platforms. Contemporary audiences are no longer satisfied with audio-only content and increasingly prefer multimedia experiences. Consequently, radio stations are adapting to the new media environment by developing video content, expanding

their presence on YouTube, and competing with bloggers, podcasters, and other digital content creators. At the same time, digital platforms create additional opportunities for attracting new audiences, expanding broadcasting reach, strengthening media brands, and producing innovative multimedia content. The purpose of this article is to analyse the technological and content-related aspects of the transformation of traditional radio broadcasting into an audiovisual product for the YouTube platform. The study is based on a content analysis of the broadcasting output of Ukraine's largest radio holding, TAVR Media, which includes nine leading radio stations: Hit FM, Radio ROKS, KISS FM, Radio RELAX, Melodiya FM, Nashe Radio, Radio JAZZ, Classic Radio, and Radio Bayraktar.

Keywords: *digital online platforms, YouTube, audiovisual media services, audience reach, audio content, radio branding, video format.*

Дата першого надходження статті до видання: 31.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 24.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070:316.6
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/37

Іванова О.А.
https://orcid.org/0000-0003-3834-1946
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

МІЖ ЕМОЦІЄЮ ТА ЕМОЦІЄЮ: ДО ПИТАННЯ ПРО ЕМОЦІЙНЕ ЗАРЯДЖАННЯ АУДИТОРІЇ СУЧАСНИМИ УКРАЇНСЬКИМИ МІСЦЕВИМИ МЕДІА

Емоційність як природний людський спосіб реагувати на дійсність сьогодні, в умовах розвиненого інформаційного суспільства, стає вразливим місцем і споживача, і виробника масмедіа: професійний інструментарій взаємодії з медіаспоживачем включає системну та цілеспрямовану роботу з емоційним фоном подачі інформації, адже кожен з гравців (і комунікант, і комунікат) використовує емоції як цінний ресурс. У статті ця проблематика осмислюється через аналіз матеріалів моніторингових звітів про діяльність українських регіональних медіа періоду повномасштабної війни, що проводився Інститутом демократії імені Пилипа Орлика протягом 2024 року, з метою фіксації та осмислення тенденцій щодо роботи місцевих професійних журналістських редакцій з емоційним фоном медіаконтенту. У роботі доводиться, що тональність медіаповідомлень (позитивна, негативна, нейтральна) не діє як окремий, ізольований показник, а контамінується з іншими чинниками у масовокомунікаційному процесі. Тональність медіаконтенту тлумачилася в дослідженні як спосіб підсилення основного повідомлення, що присутнє в матеріалі масмедіа, та водночас як емоційний фон цього повідомлення, фон, який впливає на сприйняття контенту. Дослідницьку увагу було зосереджено на низці параметрів публікацій друкованих та онлайн медіа Одещини за 2024 рік: емоційний фон контенту, походження матеріалів, проблемно-тематичне спрямування, рівень дотримання стандартів журналістики, ознаки замовності тощо.

Отримані у процесі дослідження дані можна тлумачити як свідчення загального емоційно стриманого підходу медійників до здійснення інформаційно-комунікаційної діяльності з тяжінням у бік позитиву, що вказує на комунікаційні наміри дещо підсилювати позитивний емоційний тонус громадськості. Протягом 2024 року в одеських друкованих та онлайн виданнях у публікаціях з відмінним від нейтрального емоційним фоном рівень дотримання стандартів був досить низьким. Особливо часто порушувалися стандарти балансу думок, відокремлення фактів від коментарів, достовірності, повноти. Можна припустити, що комунікаційні наміри щодо формування певного емоційного заряду медіаконтенту роблять публікацію потенційно вразливішою щодо дотримання стандартів журналістики та забезпечення високого рівня якості медіаконтенту.

Публікації з відмінним від нейтрального емоційним фоном у масмедіа Одещини протягом 2024 року найчастіше присвячувалися темам «культура», «велика війна росії проти України», «історія / краєзнавство», «життя місцевої громади», «спорт», «освіта / наука». Помічені тенденції щодо кореляції між проблемно-тематичними характеристиками публікацій та показником емоційної тональності можуть вказувати на те, що саме тематика війни, з одного боку, та культури й історії, з іншого, видаються медійникам найбільш емоційно потужними та потенційно впливовими, через що й стають полем для просування того чи іншого емоційного заряду.

Тональність медіапублікацій в умовах війни стає прямолінійнішою та сильнішою, ніж це прийнято згідно західних стандартів журналістики, а емоційність медіконтенту здатною викликами і тривогу, і співчуття, підвищуючи зацікавленість аудиторії в соціальних процесах.

Ключові слова: *емоція, тональність медіаконтенту, медіаефекти, журналістські стандарти, медіаспоживач, моніторинг масмедіа, тематика масмедіа.*

© Іванова О.А., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Постановка проблеми. Приділяти особливу увагу емоційному фону публікацій масмедіа – не те, щоб свіжа порада, адже фахівці у галузі масових і соціальних комунікацій десятиліттями фіксують та описують вплив тональності медіаконтенту на аудиторію, радячи пам'ятати правила медіаграмотного споживання, бо висока емоційність часто-густо – завіса маніпуляційних намірів комуніканта. Тональність публікації, корелюючись із рівнем емоційності реципієнта у момент споживання контенту, здатна пригнічувати чи блокувати критичне мислення, відключати раціональне оцінювання інформації, провокувати збудження, переживання, емоційний сплеск тощо. Емоції зазвичай тлумачаться медіаекспертами як чинник, що заважає адекватно оцінювати дійсність та ухвалювати виважені помірковані рішення, натомість емоції – надзвичайно важливий інструмент переживання світу, сприйняття й прийняття його розмаїття. Масмедіа добре знають про цю особливість нашої людської природи та, коли ми відчуваємо брак емоційності, дають нам її у широкому асортименті інфотейнменту, едьютейнменту, клік-бейту, таблоїдної, жовтої преси, шок-контенту, приправляючи інформаційне меню навмисною та продуманою впливовістю на різні смаки й уподобання. Отож проблема полягає в тому, що емоційність як природний людський чинник реагування на дійсність сьогодні, в умовах розвиненого інформаційного суспільства, стає вразливим місцем і споживача, і виробника масмедіа: професійний інструментарій взаємодії з медіаспоживачем включає і системну та цілеспрямовану роботу з емоційним фоном подачі інформації, де кожен з гравців (і комунікант, і комунікат) використовує емоції як цінний ресурс. Наскільки тональність журналістського матеріалу є очевидною, прямою та, тим самим, здатною забезпечувати точний емоційний вплив на реципієнта? Які тенденції, тренди щодо формування емоційного фону медіапублікацій мають місце у нинішніх соціокультурних обставинах? Наскільки емоційність публікації корелюється з її якістю? Чи прослідковується зв'язок між емоційністю та проблемно-тематичним спрямуванням публікації? У статті відповіді на ці та дотичні до них питання шукаються через аналіз матеріалів моніторингових звітів про діяльність українських регіональних медіа періоду повномасштабної війни, що проводився Інститутом демократії імені Пилипа Орлика протягом 2024 року, з метою фіксації та осмислення тенденцій щодо роботи місцевих професійних журналістських редакцій з емоційним фоном медіаконтенту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наукову проблематику щодо тональності медіапублікацій та характеру її впливу на медіааудиторію доцільно розглядати у межах ширшої парадигми досліджень, яка відсилає перш за все до класичних теорій масової комунікації з їхнім баченням процесу і результату формування медіаефектів. З цих позицій варто констатувати: у науковій традиції, що зберігає свою актуальність дотепер, вплив тональності медіаповідомлень розглядається через загальні механізми впливу медіа на аудиторію. Так, теорії сильного впливу (теорія «гіподермічної голки», теорія «магічної кулі», про які писав Г. Лассвелл, аналізуючи досвід пропаганди першої світової війни), що припускали прямий і потужний вплив медіа на свідомість аудиторії, вже давно визнані такими, що не підтверджуються сучасними емпіричними спостереженнями. Натомість дослідження, що сформували концепції обмежених ефектів (теорія двоступеневого потоку інформації (П. Лазарсфельда), теорія встановлення порядку денного (М. Мак-Комбса та Д. Шоу), теорія спіралі мовчання (Е. Ноель-Нойман), теорія культивації (Дж. Гербнера), згідно яких медіа впливають помірно і здатні на нетривалі ефекти, що опосередковуються соціальними та психологічними фактори, мають значну підтримку авторитетних медіааналітиків (Н. Луман, Ю. Габермас, П. Слотердайк).

Теорія встановлення порядку денного (Agenda-setting theory), сфокусована на встановленні пріоритетності тематики, що подається у масмедіа і тим самим чинить вплив на медіаспоживача, констатує, що медіа визначають *про що* думає аудиторія, яка саме завдяки масмедіа формує свої уявлення про важливість певних тем для життя суспільства [8]. Проте, за М. Мак-Комбсом та Д. Шоу, медіа впливають також на атрибути тем, тобто на те, як саме аудиторія бачить акценти тем і як саме оцінює тематику (позитивно/негативно), що безпосередньо вказує на зв'язок теорії порядку денного з проблематикою тональності публікацій масмедіа.

Тональність медіатекстів пояснюється також теорією фреймінгу (Framing theory), яка зосереджується на тому, що медіа не просто передають факти, а інтерпретують їх через формування певних рамок навколо смислових блоків, куди включаються оцінні судження, емоційні акценти, причинно-наслідкові пояснення тощо (Е. Гоффман, Р. Ентман, Т. Гілтін). Завдяки масмедіа аудиторія формує ставлення до подій не лише через те, що дізнається про подієвість, а й завдяки способам подачі інформації, які обирають медійники,

та акцентам, що ними розставляються. Технології фреймінгу – інструмент впливу на емоційний стан споживача інформації: фрейми здобутку посилюють задоволення станом справ, фрейми втрати – запускають страх чи тривогу, фрейми пошуку винного – формують емоції справедливого невдоволення чи гніву, фрейми конфлікту – стимулюють азарт чи роздратування тощо. Загалом емоційна реакція людини на масовокомунікаційне повідомлення, згідно теорії фреймінгу, залежить від попереднього досвіду особистості, натомість якщо медіа зможуть підібрати вдалу емоційну рамку, аудиторія з меншою ймовірністю буде включати критичне мислення і швидше прийме запропоновану інтерпретацію подій чи фактів.

Вказані підходи заклали основу для розуміння того, що тональність повідомлень (позитивна, негативна, нейтральна) не діє ізольовано, а контамінується з різними чинниками як у масовокомунікаційному процесі, так і в установках аудиторії.

Сучасні емпіричні дослідження масмедіа свідчать, що тональність медіапублікацій все ж є потужним інструментом впливу, хоч і не гарантує однозначного ефекту. Йдеться як про емоційний вплив медіа на аудиторію (Б. Потятиник), так і вплив на конструювання соціальної реальності та формування установок (Г. Почепцов). Зокрема негативна тональність підсилює тривожність, натомість і мобілізує суспільство, позитивна – сприяє формуванню довіри та лояльності, натомість спроможна також запускати ескапізм. Емпіричні дослідження дають підстави стверджувати, що ефекти тональності медіапублікацій залежать від особистого досвіду аудиторії, з одного боку, та рівня довіри до медіа, з іншого, а ще корелюються з частотою повторюваності повідомлень (Н. Костенко, В. Іванов, М. Наумова).

Контекст великої війни – суттєвий чинник, що позначається як на життєвому досвіді аудиторії, так і на її ставленні до медіа, а ще змінює уявлення про пріоритетність тематики масмедіа та її фреймування. Українські дослідники активно аналізують медіа в умовах війни. Так зокрема Р. Величковський фіксує різке зростання негативної тональності після початку повномасштабного вторгнення та доводить, що тональність медіа прямо пов’язана з тематикою й сфокусована на виконанні функції емоційної мобілізації аудиторії [1]. Дослідник робить такі висновки на основі проведеного ним порівняльного аналізу емоційної тональності та наративів у провідних українських інтернет-виданнях («Українська правда», «Дзеркало тижня») та популярному Telegram-каналі «Україна Online: Новини | Політика» у контексті висвітлення війни в Україні. Компаративний аналіз емоційної тональності та наративів у дослідженні Р. Величковського, що охоплював два періоди (жовтень 2021 – лютий 2022 (до вторгнення) та лютий-травень 2024 (після вторгнення), дав можливість авторові дійти висновку щодо еволюції емоційної тональності у різних типах медіа та виявити, як медіа адаптуються до нових реалій: «Встановлено, що після 24 лютого 2022 року спостерігається значне зростання частки негативно забарвлених публікацій у всіх досліджуваних медіа, особливо у темах, безпосередньо пов'язаних із бойовими діями. Виявлено відмінності у використанні джерел інформації, емоційної лексики та візуальних матеріалів між традиційними ЗМІ та Telegram-каналом. Доведено, що Telegram-канал «Україна Online» демонструє більш виражену емоційність, схильність до неофіційних джерел та мови ворожнечі. Встановлено, що емоційна тональність медіаповідомлень змінюється залежно від теми, періоду та типу медіа» [1, с. 79].

Загалом визнані світовою спільнотою професійні стандарти журналістики суттєво обмежують можливості медійників щодо емоційного впливу на аудиторію завдяки тональності публікації (йдеться про необхідність відокремлення фактів від коментарів, контраверсійність, достовірність, повноту), однак повністю не виключають її присутність у публікаціях, допускаючи фреймінг, оцінні судження, емоційні реакції та оцінки. При цьому варто констатувати, що нинішня війна росії проти України багато що змінює в підходах і критеріях медіадіяльності, щодо яких тривають дискусії, всередині яких зараз і перебуває медіагалузь (наскільки варто для балансу подавати розгорнуту позицію ворога? чи варто суспільству демонструвати злочини війни, адже це має сильний емоційний вплив?).

Тональність медіапублікацій в умовах війни може бути більш прямолінійною та сильнішою, ніж це прийнято згідно західних стандартів журналістики, а емоційний вплив медіконтенту здатен викликами і тривогу, і співчуття, підвищуючи зацікавленість аудиторії в соціальних процесах. Наголосимо також, що емоційний вплив медіаповідомлень переплітається з когнітивним впливом (формування уявлень про сутність подієвості, спрощення бачення каузальності процесів) та поведінковим впливом (зміна соціальних установок, активна участь у волонтерстві, мобілізація тощо). Варто зважати також на серйозну конкуренцію традиційних медіа з соціальними, зокрема Telegram-каналами, які у період війни різко

набрали популярності та стабільно її утримують, відтісняючи класичні медіа з центра вбік периферії інформаційного поля. Telegram-каналами – досить ефективний засіб комунікації, що має свою специфіку, зокрема певну свободу від стандартів журналістики та вимог кодексу журналістської етики, а також високий рівень оперативності, що забезпечує йому переваги в очах аудиторії [7]. Згадуваним вище дослідженням Р. Величковського також зафіксовано, що Telegram-каналами демонструють більш виражену емоційність в обговоренні актуальних соціально значущих тем.

Враховуючи викладені вище уявлення про значення тональності публікацій масмедіа для впливу на аудиторію, ми й підійшли до осмислення досвіду формування емоційного фону медіаконтенту одеськими регіональними друкованими та онлайн виданнями протягом 2024 року. Нас цікавили саме класичні медіа, а не соціальні, тобто ті, що керуються (мають керуватися) у своїй діяльності журналістськими стандартами та професійним етичним кодексом, адже емоції та настрої як потужна двосічна зброя в умовах війни по-різному застосовується різними гравцями інформаційного поля.

У своїх спостереженнях та аналітичних узагальненнях ми виходимо з розуміння тональності журналістської публікації як способу підсилення основного повідомлення, що присутнє в матеріалі масмедіа, та водночас як фону цього повідомлення, фону, який впливає на сприйняття контенту. При цьому, на нашу думку, тональність публікації – це також засіб підкріплення комунікаційної настанови, яку надсилає масмедіа своїй аудиторії.

За методологією, якою керувався у своїх моніторингах Інститут демократії імені Пилипа Орлика щодо оцінювання якості контенту в регіональних друкованих та онлайн виданнях, тональність оцінюється з огляду на той емоційний вплив, який чиниться журналістськими публікаціями, та розподіляється на три типи «негативна», «позитивна» та «нейтральна» [9]. Негативною вважається тональність матеріалу масмедіа, де текст має «сильні /очевидні або пом'якшені критичні / уїдливі / негативні / похмурі конотації, що викликають страх, тривогу або занепокоєння, невпевненість, безнадійність» [9]. До цієї категорії також зараховуються повідомлення, що формують невпевненість щодо позитивних змін. Позитивна тональність публікацій – це оптимістичний фон повідомлення, де «звороти, епітети, побудова речень створюють надію на краще та/або залишають читача в гарному настрої» [9]. Позитивний матеріал викликає оптимізм, вселяє надію, закликає до конструктивних дій, хоч може містити сумні чи тривожні факти. Нейтральною, за вказаною методологією, вважається тональність публікації, що не чинить емоційного впливу на читача, а емоційний фон повідомлення є зваженим та спокійним, таким, що налаштовує аудиторію на пошук власних висновків, без спеціального негативного чи позитивного впливу.

Ми використовували результати медіамоніторингів, аби прицільну увагу зосередити на дослідженні тих публікацій, які були визначені експертною групою як такі, що мають відмінне від нейтрального емоційне забарвлення. Саме характеристики, що надавалися експертами цій категорії публікацій, були об'єктом нашого дослідницького інтересу. Принагідно вкажемо, що експертна група керувалася у своїх спостереженнях і висновках методологією дослідження, тож фіксувала позитивну чи негативну тональність публікації у випадках, коли журналістський матеріал викликає емоції, налаштовує на певний емоційний лад чи містить прямі заклики або спонукання, а не лише повідомляє факти, доповнюючи їх оцінними судженнями.

Постановка завдання. У статті дослідницьку увагу було зосереджено на аналізі моніторингових даних щодо діяльності друкованих та онлайн медіа Одещини протягом 2024 року за низкою параметрів, зокрема: емоційний фон контенту, походження матеріалів, проблемно-тематичне спрямування, рівень дотримання стандартів журналістики, ознаки замовності тощо. Завданням дослідження було також відстежування співвідношення цих показників з тональністю публікацій. Беручи до уваги різні характеристики журналістських матеріалів, ми прагнули відслідкувати потенційну пов'язаність емоційного тону публікації з рівнем дотримання стандартів, тематикою, походженням матеріалів, їхньою замовністю, аби відповісти на питання «чи емоційність неодмінно тягне за собою зниження якості журналістського матеріалу?», «де емоційність з'являється частіше?», «які теми для медійників є емоційнішими, а які ні?», «емоційність – це власне позиція редакції, конкретного автора чи авторство не є принциповим?» тощо. Показники контенту, що бралися до уваги у дослідженні: емоції, що просуваються у публікаціях; загальна емоційна тональність публікацій; тематика публікацій, що демонструють відмінний від нульового емоційний тон; походження (авторство) матеріалів з відмінним від нейтрального емоційним фоном; рівень дотримання стандартів у публікаціях, що оцінені медіаекспертами як такі, що мають емоційне забарвлення.

Виклад основного матеріалу. Дані щодо тональності публікацій одеських регіональних друкованих на онлайн видань за 2024 рік були взяті з моніторингових звітів, опублікованих на офіційному сайті Інституту демократії імені Пилипа Орлика [3, 4, 5, 6]. Протягом 2024 року одеською експертною групою було проведено 4 хвилі моніторингових досліджень (січень 2024, квітень 2024, серпень 2024, листопад 2024) та проаналізовано контент чотирьох провідних друкованих і чотирьох провідних онлайн медіа Одещини: газета «Вечірня Одеса» (суспільно-політичне регіональне видання Одеської області), газета «Чорноморські новини» (громадсько-політична газета Одещини), газета «Одеське життя» (щотижнева газета Одеської області), газета «Кур'єр тижня» (регіональний інформаційно-рекламний щотижневик, що охоплює райони Одещини: Ізмаїл, Кілія, Болград, Рені); сайт «Думська», сайт «Odessa.online», сайт «048.ua», сайт «УСІonline». Загальна кількість публікацій за 2024 рік, що підлягала моніторинговому спостереженню – 2378 (з них публікацій у друкованих виданнях – 778, в онлайн – 1600 дописів).

Перше, що привертає увагу, це відносно невелика частка публікацій, що були оцінені медіаекспертами як такі, що мають відмінний від нейтрального емоційний фон: 53 проти 2325. Ще раз вкажемо, що показник «позитивна тональність» чи «негативна тональність» щодо певної публікації фіксувався експертною групою за умови, що журналістський матеріал *викликає* емоції, *налаштовує* аудиторію на певний емоційний лад у сприйнятті

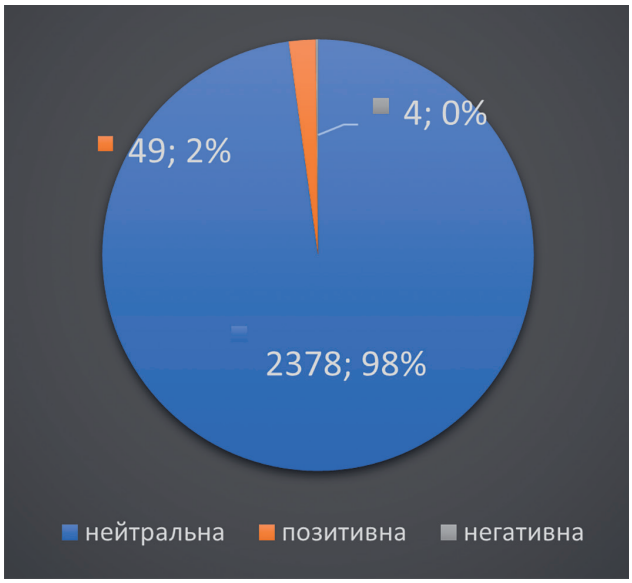


Рис. 1. Емоційний фон медіаконтенту: тональність публікацій одеських регіональних друкованих та онлайн масмедіа протягом 2024 року

подій, явищ, процесів чи *містить прямі заклики* або *спонукання*, а не лише повідомляє факти, доповнюючи їх яскравими оцінними судженнями.

Мала кількість публікацій з відмінним від нейтрального емоційним фоном (53 з 2378) може тлумачитись як свідчення загального емоційно стриманого підходу медійників до здійснення інформаційно-комунікаційної діяльності. При цьому за даними моніторингових звітів за 2024 рік одеські друковані та онлайн видання, у матеріалах з відмінним від нейтрального емоційним фоном, демонстрували переважання позитивної тональності над негативною (49 проти 4), що вказує на комунікаційні наміри медійників дещо підсилювати позитивний емоційний тонус громадськості.

До прикладу, газета «Чорноморські новини» протягом 2024 року на першій шпальті, прямо в шапці видання, подає актуальні цитати українських класиків літератури та політики, що несуть сильний емоційний заряд: слова Степана Бандери про основну мету українців – вибороти Суверенну Соборну Українську Державу («Чорноморські новини» від 18 січня 2024 року); слова Богдана-Ігоря Антонича про прихід часів розплати над поневолювачами України («Чорноморські новини» від 25 січня 2024 року). У дні важливих державних свят одеські видання подають публікації, емоційний фон яких надихає та об'єднує націю: «Не окови рабства, а ланцюг єдності: звернення Володимира Зеленського з нагоди Дня Соборності України» («Чорноморські новини» від 25 січня 2024 року); «Володимир Зеленський: «Українці за духом мають стати українцями й за паспортом» («Вечірня Одеса» від 25 січня 2024 року). Позитивний емоційний заряд часом транслюється матеріалами місцевих медіа Одещини, де йдеться про презентації книг, прем'єри спектаклів, перемоги на спортивних аренах: «Запах кипариса» – матеріал про презентацію книги Марини Гримич «Умерови», присвячену кримськотатарському опору, історії боротьби народу за свої права («Чорноморські новини» від 18 січня 2024 року); «Зіграють і парубка, й стару» – публікація С. Левкович про спектаклі студентів Одеського театрально-художнього коледжу («Вечірня Одеса» від 18 квітня 2024 року); «Одесити на Олімпіаді: Даяна Ястремська одержала першу перемогу» – допис про найкращий результат, продемонстрований на Олімпіаді 24-річною одеською спортсменкою («УСІ» від 29 липня 2024 року).

Частина публікацій, що була визнана медіаекспертами як така, що демонструє позитивну емоційну тональність, присвячується героям війни та

постраждалим від дій окупантів, тим, хто не скорився агресорові, а гідно захищає свою землю чи переживає трагічні моменти. Один з таких матеріалів – «До ЗСУ через рекрутинговий центр: з Одеси на навчання вирушили чергові добровольці-контрактники», в якому журналісти знайомлять медіааудиторію з добровольцями, що йдуть захищати Україну, за покликом почуття патріотизму, яким вони охоче діляться з читачами («Odessa. online» від 31 липня 2024 року).

Окрему групу публікацій з позитивною емоційною тональністю складають ті, що присвячуються Одесі. Журналісти різних одеських медіа в різний спосіб та за допомогою розповіді про різні явища, події, героїв демонструють свою відданість рідному місту, надихаючи читачів любити, шанувати Одесу, насолоджуватися життям в її обіймах: «Невідомі Курсаки» – матеріал М. Гудими про книгу, присвячену маловідомому, але колоритному одеському району Курсаки («Вечірня Одеса» від 18 квітня 2024 року); «Одеса – найкосмічніше місто в Україні» – публікація О. Суслова до Всесвітнього дня авіації та космонавтики, в якому емоційно згадуються сторінки космічної історії Одеси та вшановуються дослідники космосу з Одещини («Вечірня Одеса» від 18 квітня 2024 року); «Краса навколо: прогулянка весняною одеською Слобідкою», в якому квітучою Слобідкою мандрує фотокореспондентка Наталя Довбиш в морі зелені та ніжних барвах весняних квітів («УСІonline» від 17 квітня 2024 року); «Найщасливіша мить: в Одеській області одужавших птахів випустили в дику природу» – публікація, в якій зоозахисники радісно діляться з одеситами успіхами в спасінні птахів («УСІonline» від 2 серпня 2024 року).



Рис. 2. Походження медіаконтенту з позитивною та негативною тональністю: авторство публікацій одеських регіональних друкованих та онлайн масмедіа протягом 2024 року

За даними моніторингових звітів за 2024 рік в одеських друкованих та онлайн виданнях публікації з відмінним від нейтрального емоційним фоном були переважно власним інформаційним продуктом редакцій (68%), який доповнювався запозиченими матеріалами з посиланням на джерело, що часто готувалися партнерами чи постійними дописувачами редакції (32%). Це відображає загальні підходи одеських регіональних медіа до питання про походження матеріалів: переважає власний інформаційний продукт, але коло близьких авторів та медіапартнерство також має місце. Тож можна стверджувати, що авторство матеріалу і рівень його емоційного фону не мають якоїсь специфічної кореляції, важливо, що і в матеріалах дописувачів з числа журналістів, оглядачів інших

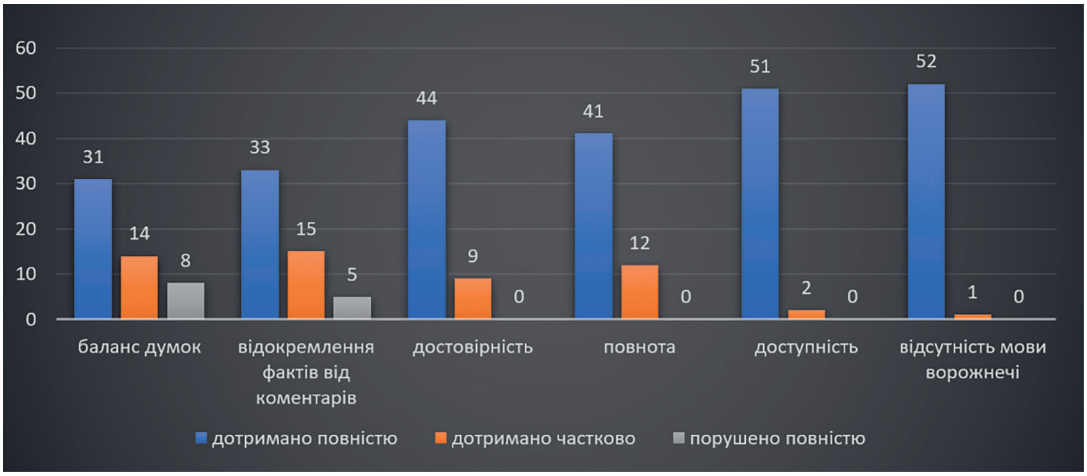


Рис. 3. Рівень дотримання стандартів журналістики публікацій з позитивною та негативною тональністю: якість медіаконтенту одеських регіональних друкованих та онлайн масмедіа протягом 2024 року

медіа, і в матеріалах запрошених авторів з числа краєзнавців чи істориків, і в публікаціях власних журналістів, редакція розділяє їхні позиції та підтримує репрезентовану емоційну тональність.

За даними моніторингових звітів за 2024 рік в одеських друкованих та онлайн виданнях у публікаціях з відмінним від нейтрального емоційним фоном рівень дотримання стандартів був не надто високим. Особливо часто порушувалися стандарти балансу думок (67%), відокремлення фактів від коментарів (60,1%), достовірності (27,2%), повноти (36,4%), при цьому майже повністю було дотримано стандарти доступності та відсутності мови ворожнечі. Це частково відображає загальні тенденції, характерні для одеських регіональних медіа у питанні обстоювання якості оприлюдненого контенту, адже медіаексперти фіксували, що стандарт балансу думок зазвичай порушується повністю або частково в двох третинах матеріалів, маючи протягом 2024 року показники 0,80–1,2 бали з максимально можливих 2 балів. Натомість стандарт відокремлення фактів від коментарів, який у публікаціях із ненульовим емоційним фоном порушено в понад половині випадків, зазвичай демонструє вищі показники якості – 1,6–1,8 балів з максимально можливих 2 балів. Ця ж тенденція стосується і стандартів повноти та достовірності, які, також будучи слабким місцем регіональних медіа, все ж зазвичай порушуються рідше, ніж це проявляється в публікаціях з відмінним від нульового емоційним фоном: повнота в середньому має показник 1,44–1,6 бали з максимально можливих 2 балів, достовірність – 1,6–1,9 балів з 2, а в сегменті публікацій, що є об'єктом цього дослідження, повноту недотримано в більш як третині випадків, а достовірність – майже в кожній третій публікації. Можна припускати, що комунікаційні наміри щодо формування певного емоційного заряду медіаматеріалу роблять публікацію потенційно вразливішою щодо дотримання стандартів журналістики та забезпечення високого рівня якості медіаконтенту. Помічені тенденції також можуть свідчити про певну кореляцію між рівнем дотримання стандартів та наявністю ненульового емоційного фону публікації в масмедіа.

За досліджуваний період рівень замовності одеських регіональних медіа в сегменті публікацій з відмінним від нульового емоційним фоном не був надто високим (всього 2 випадки), що в цілому відображає загальні тренди щодо представленості політичної та комерційної «джинси» протягом 2024 року. Публікація під назвою «Батьківщина – 25 років служіння Україні» («Чорноморські новини» від 1 серпня 2024 року) – це політична «джинса» на користь партії «Батьківщина. Інша публікація з ознаками замовності «Дитяча поліклініка, яка має ім'я» («Вечірня Одеса» від 28 листопада 2024 року) просуває інтереси дитячої поліклініки та спеціально акцентує увагу лише на позитивних сторонах діяльності цієї установи.

За даними моніторингових звітів за 2024 рік в одеських друкованих та онлайн виданнях публікації з відмінним від нейтрального емоційним фоном найчастіше присвячувалися таким темам: «культура» (34%), «велика війна Росії проти України / військові дії / воїни та добровольці / допомога армії / реабілітація» (26,4%), «історія / краєзнавство» (9,4%), «життя місцевої громади / соціальна

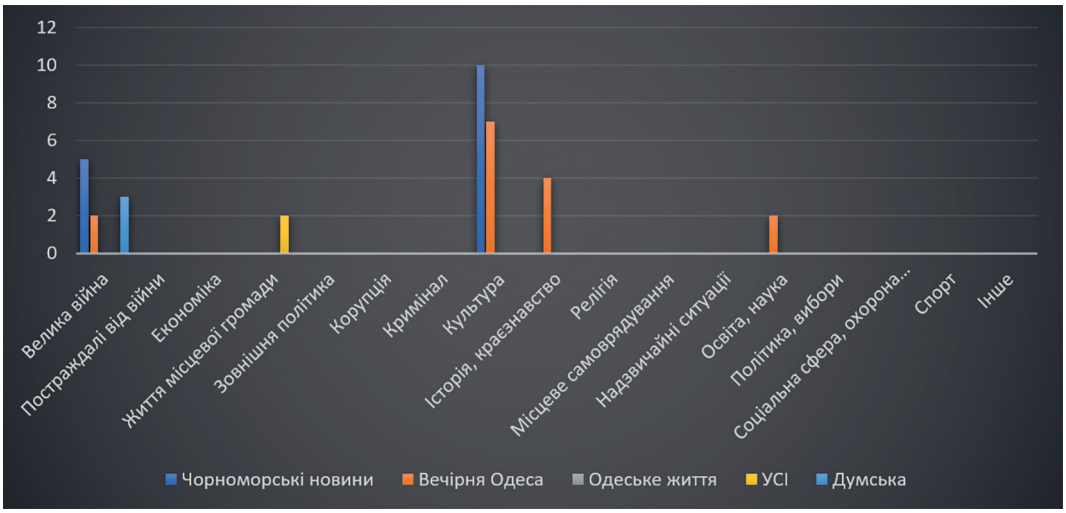


Рис. 4. Тематичний діапазон публікацій з позитивною та негативною тональністю: теми, що мають емоційний фон в одеських регіональних друкованих та онлайн масмедіа протягом 2024 року

сфера на місцевому рівні / місцева інфраструктура» (7,5%), «спорт» (3,8%), «освіта / наука» (3,8%). Домінування цих проблемно-тематичних ліній у публікаціях з відмінним від нейтрального емоційним фоном є нетиповим трендом та демонструє інші пріоритети у формуванні порядку денного одеських регіональних медіа за досліджуваний період. Тематичне поле «життя місцевої громади / соціальна сфера на місцевому рівні / місцева інфраструктура» традиційно у місцевих медіа Одещини має найвищий рівень пріоритетності і привертає найбільше уваги медійників, що цілком зрозуміло з огляду на локальний характер їхньої інформаційно-комунікаційної діяльності (24–28% в друкованому та онлайн сегментах). На другому місці за рівнем пріоритетності протягом 2024 року перебувала тематика «велика війна Росії проти України / військові дії / воїни та добровольці / допомога армії / реабілітація» (12–21% в друкованому та онлайн сегментах), що теж цілком зрозуміло з огляду на її вплив на всі інші сфери життя в період повномасштабної війни, що ведеться на території України. Третє місце в ієрархії проблемно-тематичних ліній протягом 2024 року займала тематика «зовнішня політика / міжнародні новини» (6–9% у друкованих медіа) та «культура» (5–8% у друкованих медіа), а також тематика «кримінал / діяльність правоохоронних органів / ДТП» (24–28% в онлайн медіа) та «надзвичайні ситуації / катастрофи / рятівні операції» (5–15% в онлайн медіа). Вищевказане свідчить: загальні тренди щодо опрацювання проблемно-тематичних полів одеськими регіональними медіа протягом 2024 року у сегменті публікацій з відмінним від нейтрального емоційним фоном не простежуються, адже тут фіксується інша проблемно-тематична пріоритетність. Лише тематика великої війни залишається сталим приводом та предметом як медійного інтересу загалом, так і в аспекті специфічної емоційної подачі, зберігаючи при цьому друге місце в списку тематичних пріоритетів масмедіа, але демонструючи більшу частку уваги (загальний показник інтересу 12–21%, показник інтересу у сегментів емоційно заряджених публікацій – 26,4%). Культурна тематика очевидно домінує (34%) в публікаціях з відмінною від нейтральної тональністю, що не характерно для неї в загальному тематичному рейтингу, який надає їй 5–8% інтересу медійників. Історична тематика, що за загальними показниками роботи місцевих медіа з проблемно-тематичними полями за досліджуваний період представлена на рівні 1–3%, в публікаціях з відмінним від нейтрального емоційним фоном сягає показника в 9,4%. Проблемно-тематичні поле «життя місцевої громади / соціальна сфера на місцевому рівні / місцева інфраструктура», що очевидно домінує протягом досліджуваного періоду, маючи показники в 24–28% в друкованому та онлайн сегментах має показник 7,5% в матеріалах з емоційним зарядом, а тематичні зони «кримінал / діяльність правоохоронних органів / ДТП» (з показником 24–28% в онлайн медіа) та «надзвичайні ситуації / катастрофи / рятівні операції» (з показником 5–15% в онлайн медіа) загалом залишаються поза межами нашої уваги з огляду на відсутність експертних висновків щодо відмінного від нейтрального емоційного фону у відповідних публікацій.

Помічені тенденції щодо кореляції між проблемно-тематичними характеристиками публікацій та показником емоційної тональності, що виявляється вищою чи нижчою за «нуль», можуть вказувати на те, що саме тематика війни, з одного боку, та культури й історії, з іншого, видаються медійникам найбільш емоційно потужними та потенційно впливовими, через що й стають полем для просування того чи іншого емоційного заряду частіше.

Матеріал Віталія Портнікова «Колір граната» («Чорноморські новини» від 18 січня 2024 року) про трагічну долю Сергія Параджанова, якого радянська влада намагалася розчавити, знищити, адже всесвітньо визнаний режисер був внутрішньо вільною людиною, яка становила загрозу для тоталітарної країни, спрямована викликати обурення читачів методами радянської репресивної системи та бажання остаточно подолати її наслідки.

Матеріал Юрія Звелиндовського «Мовчання ягнят» («Вечірня Одеса» від 22 січня 2024 року) про введення штрафних санкцій за несплату комунальних послуг, де автор обурюється діяльністю народних депутатів, що не захищають своїх виборців, а стають на бік олігархів, які наживаються на важкій ситуації в країні, покликаний долучити до негативних емоційних реакцій широку громадськість.

Матеріал від «Думської» за авторством дописувача з ніком Vatakaratel «Про погіршення на фронті та футбольну «лігу смерті»: непозитивний відеоблогер «Думської» ділиться своїм песимізмом» («Думська» від 15 квітня 2024 року) вміщує негативні реакції на погіршення ситуації на всій лінії фронту та непозбавлений прийому згущення фарб, щоб консолідувати суспільство, не давати йому емоційно відволікатися від спостереження за театром воєнних дій.

Матеріал «Міжконтинентальний «Орєшнік» – гра на підвищення ставок» Л. Заславського («Чорноморські новини» від 8 листопада 2024 року), в емоційній інтерпретації автора публікації, заряджає українців ненавистю до окупанта, який не знає міри у своїй злобі до українців.

Одеська група медіаекспертів протягом 2024 року кілька разів у своїх звітах фіксувала підвищену емоційну тональність місцевих друкованих медіа Одещини, тлумачачи це як настановчість «на позитивний життєствердний тон та віру у перемогу України» [3, 4, 5]. Вказувалося також, що традиційно тон у цьому задають «Чорноморські новини», чия емоційність прив'язується до вражень від українського мистецтва, яке надихає (у серпні та листопаді 2024 року), успіхів українських спортсменів на ОІ-2024 (у серпні 2024 року), вшанування пам'яті Ірини Фаріон, трагічна смерть якої глибоко переживалася колективом редакції та спонукала до осмислення ролі особистості в сучасній українській історії (серпень 2024 року).

Підвищена емоційна тональність з настановами на позитивний життєствердний тон та віру у перемогу України, яка характерна перш за все для інформаційно-комунікаційної діяльності одеських газет «Чорноморські новини» та «Вечірня Одеса», може свідчити про свідоме прагнення їхніх редакцій додавати мажорності контенту культурної та історичної тематики задля впливу на аудиторію. Поглянемо на це крізь призму настановчості масмедіа.

У медіа-енциклопедії «Публіцистика. Масова комунікація» настановчість описується як трансляція послань з наміром переконування аудиторії: «переконання стосуються ситуацій, у яких поведінку модифікують символічні трансакції, тобто послання. Послання можуть апелювати як до розуму, так і до почуттів осіб, яких потрібно переконати… у разі спроб, які здійснюються через масмедіа, зазвичай йдеться про переконання, що спрямовано на добровільне схвалення чи прийняття установки і поведінки, що їх пропонують послання» [10, с. 566]. Програмність діяльності, реалізація певної настановчості дії – «це трансляція протягом комунікації певних тез (актуалізація тем і проблемно-тематичних ліній), які спрямовуються на усіх учасників комунікації та сприяють формуванню їх уявлень про світ, а також консолідації, солідаризації кожної зі спільнот» [2, с. 306]. Ефекти настановчості – це надання особливого статусу певним темам, думкам, позиціям, інформаційна їх інтенсифікація. При цьому настановчість «претендує на визначення кругозору аудиторії МК, постачає їй матеріал для щоденних міркувань, підштовхує до прийняття рішень» [2, с. 306]. Процес настановчості «є вагомою частиною споглядальної ролі медій – джерела значної частини наших знань про навколишній світ. Але, окрім цього, настановчість має велике прикладне застосування для досягнення соціального консенсусу й культурної трансляції» [8, с. 200]. Настановчість може бути спрямована на посилення поглядів, установок чи способу поведінки, що вже має індивід чи спільнота, переконання як формування нової установки чи способу поведінки, переконання як змінення поглядів чи способів поведінки.

Осмислення настановчості як цілеспрямованої роботи медіа, реалізації певної програмності в комунікуванні з аудиторією, може брати до уваги також наявність ознак пафосу як традиційної риторичної категорії, що характеризує стиль мовлення та вказує на присутність емоційної піднесеності, натхнення, пристрасного запалу, драматизації. Пафос – це спосіб вираження сильних емоцій та почуттів, збудження, він стає провідним емоційним настроєм твору, що покликаний формувати співпереживання та сильні відчуття у реципієнта. Пафос спрямований на переконання аудиторії, емоційного зараження. Розрізняють героїчний пафос (емоційний фон – велич героя), трагічний пафос (емоційний фон – доленосні випробування героя), романтичний пафос (емоційний фон – захоплений стан душі героя, що прагне ідеалу), сентиментальний пафос (емоційний фон – співпереживання героєві, що потребує співчуття). Поняття «пафос» має відтінки значення та може розумітися також як надмірна драматичність, перебільшена демонстративність, штучна піднесеність, що не відповідає дійсному стану речей, перебігу подій, значенню явищ. Ще пафос може ставати вираженням показної поведінки, фальші, марнославства, лицемірства, а часом і пихатості та зарозумілості. Пафос має здатність чинити вплив на публіку. Як риторична категорія, що характеризує стиль мовлення, пафос об'єднує прийоми аргументації, що покликані емоційно впливати на аудиторію, викликаючи почуття величі, гордості, розчулення, замилування, жалю тощо.

Тематика війни допускає використання пафосу, адже у розповідях про військові події, про страждання мирного населення, про героїзм воїнів доречним є трагічний, героїчний та навіть романтичний пафос. При цьому пафос може сприяти не лише підсиленню змісту відповідних медіаповідомлень та формуванню їхнього емоційного фону, а й вираженню спільних чуттів народу, що опирається ворогові, та об'єднанню зусиль, національному підйому.

Можна припускати, що підвищена емоційна тональність з настановами на позитивний життєствердний тон та віру у перемогу України, яку ми фіксували вище як ознаку інформаційно-комунікаційної діяльності одеських газет «Чорноморські новини» та «Вечірня Одеса», є втіленням їхньої настановчості та експлікує героїчний і романтичний пафос, який свідомо вміщують у свої матеріали ці видання. У своєму січневому звіті одеська експертна група також тлумачила ці тенденції як «тяжіння до пафосності та патетики у подачі інформації історично-краєзнавчого характеру, що робиться… з метою патріотичного виховання аудиторії» [6].

Як настановчість та ознаку героїчного пафосу з патетичними та мажорними нотами можна також тлумачити заклик «Смерть російським окупантам!», яким закінчує кожен свій матеріал, незалежно від авторства та тематики, онлайн видання «Думська», підбадьорюючи, мобілізуючи, консолідуючи свою аудиторію, надаючи їй сил та надії на перемогу.

Висновки. Ми здійснили комплексне дослідження емоційної тональності публікацій українських регіональних медіа періоду повномасштабної війни росії проти України, взявши для спостереження матеріали медіамоніторингів, проведених одеською групою експертів Інституту демократії імені Пилипа Орлика у 2024 році та проаналізувавши показники тональності публікацій у співвідношенні з іншими характеристиками медіаконтенту, зокрема його проблемно-тематичним наповненням, рівнем дотримання стандартів, рівнем замовності та походженням матеріалів. Нам вдалося встановити пряму кореляцію рівня емоційної тональності з тематикою матеріалу, а також залежність між рівнем дотримання стандартів журналістики та емоційною тональністю медіаконтенту.

Велика війна – суттєвий чинник для всього, вона позначається як на життєвому досвіді аудиторії, так і на діяльності масмедіа, а ще змінює уявлення про пріоритетність тематики та підходи до її фреймування. Тональність медіапублікацій в умовах війни стає прямолінійнішою та сильнішою, ніж це прийнято згідно західних стандартів журналістики, а емоційність медіконтенту здатною викликати і тривогу, і співчуття, підвищуючи зацікавленість аудиторії в соціальних процесах.

Список літератури:

1. Величковський Р. Війна в Україні: порівняльний аналіз емоційної тональності Telegram-каналів і традиційних ЗМІ. *ГРАНІ.* 2024. Том 27. №6. С. 79–89. DOI: https://doi.org/10.15421/1724115 (дата звертання: 20.04.2026)

2. Іванова О. А. Сад літератури в журнальній оптиці сучасності: Медіакомунікації *з, для* і *про* літературу: монографія. Одеса: Астропринт, 2009. 368 с.

3. Іванова О., Мойсеєва О. Моніторинговий звіт за квітень 2024 року – Одеська область. *Інститут демократії імені Пилипа Орлика*. 2024. 6 травня. URL: https://idpo.org.ua/reports/5847-monitoringovij-zvit-za-kviten-2024-roku-odeska-oblast.html (дата звертання: 20.04.2026)

4. Іванова О., Мойсеєва О. Моніторинговий звіт за листопад 2024 року – Одеська область. *Інститут демократії імені Пилипа Орлика*. 2024. 17 грудня. URL: https://idpo.org.ua/reports/6125-monitoringovij-zvit-za-listopad-2024-roku-odeska-oblast.html (дата звертання: 20.04.2026)

5. Іванова О., Мойсеєва О. Моніторинговий звіт за серпень 2024 року – Одеська область. *Інститут демократії імені Пилипа Орлика*. 2024. 20 серпня. URL: https://idpo.org.ua/reports/5968-monitoringovij-zvit-za-serpen-2024-roku-odeska-oblast.html (дата звертання: 20.04.2026)

6. Іванова О., Мойсеєва О. Моніторинговий звіт за січень 2024 року – Одеська область. *Інститут демократії імені Пилипа Орлика*. 2024. 9 лютого. URL: https://idpo.org.ua/reports/5707-monitoringovij-zvit-za-sichen-2024-roku-telegram-kanali-pivdnya-ukra%D1%97ni.html (дата звертання: 20.04.2026)

7. Іванова О., Мойсеєва О., Тхоржевська Т. Новині телеграм-канали як інформаційники нового типу, або На чому тепер тримається довіра аудиторії. *Образ: Науковий фаховий журнал*. 2025. Вип. 1(47). С. 69–77. https://doi.org/10.21272/Obraz.2025.1(47)-69-77 (дата звертання: 20.04.2026)

8. Інститут демократії імені Пилипа Орлика: офіційний сайт. URL: https://idpo.org.ua/ (дата звертання: 20.04.2026)

9. Мак-Комбс М. Встановлення пріоритетів: масмедіа та громадська думка. Київ: КІС, 2007. 256 с.

10. Методологія оцінювання якості контенту в регіональних друкованих та он-лайн виданнях. *Інститут демократії імені Пилипа Орлика*. URL: https://idpo.org.ua/wp-content/uploads/methodology-2023.pdf (дата звертання: 20.04.2026)

11. Публіцистика. Масова комунікація: медіа-енциклопедія / за заг. ред. В. Ф. Іванова. Київ: Академія української преси, Центр Вільної Преси, 2007. 780 с.

Ivanova O.A. BETWEEN EMOTION AND EMOTION: ON THE QUESTION OF THE EMOTIONAL CHARGING OF THE AUDIENCE BY MODERN UKRAINIAN LOCAL MEDIA

Emotionality as a natural human way of reacting to reality today, in the conditions of a developed information society, is becoming a vulnerable point for both the consumer and the mass media producer: the professional toolkit for interaction with a media consumer includes systematic and purposeful work with the emotional background of information presentation, because each of the players (both the communicator and the communicable) uses emotions as a valuable resource. The article analyzes this issue through the analysis of materials from monitoring reports on the activities of Ukrainian regional media during the period of full-scale war, conducted by the Pylyp Orlyk Institute for Democracy during 2024, with the aim of recording and understanding trends in the work of local professional journalistic editorial offices with the emotional background of media content. The paper argues that the tone of media messages (positive, negative, neutral) does not act as a separate, isolated indicator, but is contaminated with other factors in the mass communication process. The tone of media content was interpreted in the study as a way of reinforcing the main message present in the mass media material, and at the same time as the emotional background of this message, a background that affects the perception of content. Research attention was focused on a number of parameters of publications of printed and online media of the Odessa region for 2024: emotional background of content, origin of materials, problem-thematic focus, level of compliance with journalism standards, signs of commission, etc.

The data obtained in the course of the study can be interpreted as evidence of a general emotionally restrained approach of media workers to the implementation of information and communication activities with a tendency towards positivity, which indicates communication intentions to somewhat enhance the positive emotional tone of the public. During 2024, in Odessa print and online publications, the level of compliance with standards in publications with a different from neutral emotional background was quite low. The standards of balance of opinions, separation of facts from comments, reliability, and completeness were especially often violated. It can be assumed that communication intentions to form a certain emotional charge of media content make the publication potentially more vulnerable to complying with journalistic standards and ensuring a high level of media content quality.

Publications with a different from neutral emotional background in the mass media of the Odessa region during 2024 were most often devoted to the topics of "culture", "the great war of Russia against Ukraine", "history / local history", "life of the local community", "sports", "education / science". The observed trends in the correlation between the problem-thematic characteristics of publications and the indicator of emotional tone may indicate that it is the topics of war, on the one hand, and culture and history, on the other, that seem to media professionals to be the most emotionally powerful and potentially influential, which is why they become a field for promoting one or another emotional charge.

The tone of media publications in wartime conditions becomes more straightforward and stronger than is customary according to Western standards of journalism, and the emotionality of media content is capable of evoking both anxiety and compassion, increasing the audience's interest in social processes.

Keywords: *emotion, tone of media content, media effects, journalistic standards, media consumer, mass media monitoring, mass media topics.*

Дата першого надходження статті до видання: 06.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 10.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070:659.1:316.77
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/38

Іванченко О.В.
https://orcid.org/0000-0002-0807-3437
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

ФОРМУВАННЯ ІМІДЖУ ЗМІ ЗАСОБАМИ РЕКЛАМИ (ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ДОСВІД)

В умовах цифрової трансформації медіапростору та системної кризи суспільної довіри до новин рекламні і брендингові комунікації набувають нового стратегічного значення для медіаорганізацій. Актуальність дослідження зумовлена наявним у науковій літературі браком цілісного порівняльного аналізу того, як європейські якісні медіа використовують рекламні інструменти для цілеспрямованого конструювання власного іміджу. Мету сформульовано як виявлення та систематизацію відповідних стратегій на прикладі трьох медіаорганізацій.

Об'єктом дослідження визначено рекламні та брендингові комунікації BBC (Велика Британія), ZDF (Німеччина) та EL PAÍS (Іспанія) – представників трьох різних типів європейських медіасистем. Предметом є стратегії використання рекламних інструментів для формування іміджу та зміцнення аудиторної довіри. Дослідження виконано в межах якісної методології із застосуванням тематичного аналізу публічно доступних матеріалів, а також порівняльного методу.

Встановлено, що рекламна діяльність аналізованих медіаорганізацій виконує переважно репутаційну, а не класичну маркетингову функцію, оскільки брендингові кампанії артикулюють редакційні цінності (незалежність, достовірність, суспільну відповідальність), а не просувають окремі продукти. Зафіксовано конвергенцію ціннісних меседжів і ключових платформних інструментів попри відмінності в національних медіасистемах. Встановлено відсутність прямої залежності між інтенсивністю рекламної активності та рівнем довіри аудиторії, що свідчить про вплив ширшого комплексу чинників на формування медіадовіри. Практичне значення результатів полягає в можливості їх використання при розробці брендингових стратегій редакцій.

Ключові слова: *імідж медіа, медіабрендинг, рекламні стратегії, довіра до новин, нативна реклама, платформізація, суспільне мовлення.*

Постановка проблеми. В умовах масштабних трансформацій медіапростору, зумовлених цифровізацією, платформізацією та кризою традиційних моделей фінансування, засоби масової інформації (далі – ЗМІ) стикаються з безпрецедентним викликами: зберегти довіру авдиторії, сформувати впізнаваний бренд та утримати стабільну читацьку базу. Саме реклама у широкому розумінні, що охоплює нативну рекламу, спонсорований контент, гібридні рекламні формати та стратегії самопросування, перетворилась на ключовий інструмент не лише монетизації ЗМІ, але і побудови їхнього публічного іміджу. У сучасному медіасередовищі імідж дедалі більше формується не лише якістю журналістського продукту, але і системою рекламних, маркетингових і брендових комунікацій. Проблема формування іміджу сучасних медіа засобами реклами є актуальною в поточний момент із кількох взаємопов'язаних причин.

По-перше, довіра до ЗМІ може знижуватись у більшості розвинених демократій. В умовах конкуренції зі сторонами в соціальних мережах, алгоритмічними платформами та дезінформаційними структурами традиційні ЗМІ змушені активно артикулювати власні цінності (достовірність, незалежність, якість) через рекламні та брендові стратегії. Так, Д. Вочі та ін. підтверджують, що довіра до медіабренду визначає не лише економічну стійкість редакцій, але і сприйняття ЗМІ як надійного джерела інформації, що є важливим складником його позитивного іміджу. Це означає, що споживачі готові платити за контент передусім тоді, коли довіряють медіабренду та сприймають його як надійного виробника якісної інформації [25].

© Іванченко О.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

По-друге, ринок цифрової реклами в Європі демонструє стрімке зростання, перетнувши у 2024 році позначку в 100 мільярдів євро, досягнувши 118,9 млрд євро зі зростанням 16 % порівняно з 2023 роком [12]. Водночас скорочення доходів від друкованої реклами та трансформація бізнес-моделей новинних медіа підштовхує видання до пошуку нових форматів, зокрема гібридної реклами та нативного контенту, де межа між редакційним і комерційним матеріалом стає дедалі більш розмитою [7]. Така конвергенція редакційного та рекламного простору ставить принципове питання – як медіа можуть використовувати рекламні механізми для зміцнення іміджу, не жертвуючи при цьому редакційною незалежністю та репутацією?

По-третє, особливої ваги ця проблематика набуває в контексті повномасштабного вторгнення росії в Україну з 24 лютого 2022 року. Збройний конфлікт створив інформаційну війну глобального масштабу, кинувши виклик для медіа одночасно в площинах достовірності, позиціонування та ціннісного брендування. Дослідження А. Юпович-Гінальської та ін. засвідчило, що низка європейських медіаорганізацій вдались до модифікації власних візуальних ідентичностей, змінюючи логотипи, слогани та дизайн як форму громадянської солідарності [14]. Це яскравий приклад того, як рекламні та брендові інструменти виходять за межі комерційного завдання і стають засобами формування соціального образу медіа.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Огляд наявної наукової літератури дозволяє виокремити кілька дослідницьких напрямів, релевантних темі статті.

Базовим для розуміння сучасних механізмів злиття редакційного та рекламного контенту є дослідження Дж. Харді, який систематизував дослідницькі підходи до явища спонсорованого редакційного контенту та ідентифікував три основні проблемні зони, притаманні цій практиці: споживчий добробут, медіацілісність і вплив маркетологів. Науковець констатував, що зростання спонсорованого контенту кардинально змінює організаційні практики та ідентичності журналістики [10]. Водночас питання про те, як самі ЗМІ можуть використовувати зазначені механізми для цілеспрямованого зміцнення власного іміджу в очах аудиторії, залишилось поза межами аналізу.

Кількісний контент-аналіз медіакітів провідних цифрових видань Німеччини провели К. Лауерер та Й. Беккерт, встановивши, що гібридна реклама є не периферійним, а центральним явищем сучасної новинної індустрії. Більшість видань відкрито презентують рекламодавцям різноманітні форми гібридних рекламних продуктів. Автори показали, що подібна практика риторично сприяє нормалізації розмивання межі між журналістикою та рекламою, підриваючи традиційну норму їх розмежування [15]. Проте питання того, як така нормалізація позначається на сприйнятті бренду медіа та довірі аудиторії, залишилось поза аналітичним фокусом дослідження.

Дослідження Р. Феррер-Конілл та ін. базується на аналізі 373 нативних оголошень у 21 виданні п’яти країн (Німеччина, Норвегія, Швеція, Іспанія, Ізраїль). Досліджуючи візуальні об’єкти, які розкривають або маскують комерційну природу нативної реклами, науковці встановили, що новинні видання по-різному позначають нативну рекламу. Одні чітко відокремлюють її від редакційних матеріалів, тоді як інші роблять це менш помітно. Вибір такого підходу залежить як від особливостей національної медіасистеми, так і від редакційної політики конкретного медіа [7]. Однак те, як ці стратегії позначаються на довгостроковому іміджі медіабренду, в дослідженні не розглядалось.

У статті Д. Зомень та Р. Блай-Арраєс наведені результати глибинних інтерв’ю з менеджерами брендованого контенту провідних іспанських медіа. Автори виявили, що бренди надають перевагу мультимедійним та інтерактивним нативним форматам із чітким трансмедійним підходом, а відеоформати і соціальні мережі є найбільш зростаючими каналами для брендованого контенту. Зосередженість на запитах рекламодавців, а не на тому, як ці формати формують аудиторне сприйняття самого медіа, є обмеженням цього дослідження [30].

В українському науковому просторі О. Іванова концептуалізувала бренд-журналістику як новий медіафеномен, що переформатовує середовище масової комунікації і вимагає нового (постнекласичного) наукового підходу [13]. У свою чергу, Ю. Васьківський розглянув перспективи брендингових стратегій у вітчизняній журналістиці в умовах цифрової трансформації [24]. Обидва дослідники зафіксували трансформаційні процеси у взаємодії журналістики та брендингу, однак порівняльний аналіз конкретних рекламних механізмів саморепрезентації європейських ЗМІ залишився поза їхнім аналітичним полем.

Показовим прикладом практичного виміру медіабрендингу є дослідження А. Юпович-Гінальської та ін. Проаналізувавши 76 модифікацій логотипів медіаорганізацій у шести країнах (Фінляндія, Німеччина, Польща, Румунія, Словаччина,

Нідерланди), автори встановили, що ЗМІ колишнього Східного блоку продемонстрували найбільш виражену візуальну солідарність, тоді як північно – та західноєвропейські видання вдавались до стриманіших стратегій. Дослідження розглядає зміни логотипів як елемент візуального дискурсу та символічної комунікації в умовах війни, проте питання довгострокового впливу таких змін на імідж медіабренду і довіру аудиторії залишається відкритим [14].

Незважаючи на значний обсяг накопиченого матеріалу, в науковій літературі існує суттєва прогалина – брак цілісного аналізу того, як саме європейські ЗМІ використовують рекламні стратегії (нативну рекламу, гібридні формати, брендований контент і візуальне ребрендування) для цілеспрямованого конструювання власного іміджу та зміцнення аудиторної довіри. Більшість наявних досліджень або зосереджені на рекламі як джерелі доходу, або на її загрозах для редакційної незалежності, але не на рекламі як інструменті іміджеформування самих медіа в6 порівняльній перспективі.

Постановка завдання. Мета статті – виявити та систематизувати стратегії, за допомогою яких європейські ЗМІ використовують рекламні інструменти для формування власного іміджу, зміцнення аудиторної довіри, підвищення впізнаваності бренду і стимулювання регулярного споживання медіаконтенту.

Дослідження виконано в межах якісної (інтерпретаційної) методології, яка передбачає аналіз та інтерпретацію змісту наукових джерел і документальних матеріалів із метою виявлення закономірностей використання рекламних інструментів у формуванні іміджу ЗМІ. Такий підхід дав змогу поєднати теоретичне осмислення проблеми формування іміджу ЗМІ засобами реклами з аналізом конкретних прикладів реалізації відповідних комунікаційних стратегій в європейському досвіді.

Об'єктами дослідження стали три європейські медіаорганізації: BBC (Велика Британія), ZDF (Німеччина) та EL PAÍS (Іспанія). Вибір зазначених медіа зумовлений тим, що вони представляють різні моделі європейських медіасистем відповідно до типології Д. Галліна та П. Манчіні [9] (ліберальну, демократично-корпоративістську та поляризовано-плюралістичну відповідно) і мають достатній обсяг публічно доступних матеріалів щодо реалізації рекламних і брендингових комунікацій.

Джерельну базу дослідження сформовано з двох типів публічно доступних джерел. По-перше, це наукові статті, відібрані за наукометричними базами даних Scopus і Web of Science, а також за допомогою пошукової системи наукової літератури Google Scholar за ключовими словами «*media branding», «media image», «news media trust», «native advertising», «hybrid advertising», «media promotion», «media self-promotion», «news media marketing», «media brand», «European media»* в часових межах 2021–2026 рр. По-друге, це публічно доступні галузеві публікації, пресрелізи, офіційні повідомлення та корпоративні матеріали, що висвітлюють рекламні і брендингові комунікації медіаорганізацій BBC, ZDF та EL PAÍS. Зазначені матеріали використано для аналізу цілей рекламних кампаній, їхніх ключових повідомлень, каналів поширення й особливостей формування іміджу медіа.

Основним методом дослідження є тематичний аналіз, який передбачав систематизацію та класифікацію рекламних практик за трьома аналітичними категоріями.

1. Задекларована мета рекламної кампанії (формування довіри, підкреслення незалежності, підвищення впізнаваності бренду, залучення нової аудиторії).

2. Використані рекламні інструменти та канали комунікації (телебачення, зовнішня реклама, цифрові платформи, соціальні мережі, власні інформаційні ресурси медіа).

3. Ключовий ціннісний меседж, який транслюється аудиторії.

Для виявлення спільних рис і відмінностей у підходах до формування іміджу BBC, ZDF та EL PAÍS застосовано також порівняльний метод та узагальнення, що дало змогу зіставити рекламні стратегії трьох медіаорганізацій і визначити їхні характерні особливості.

Дослідження ґрунтується на аналізі трьох європейських медіаорганізацій і використовує виключно публічно доступні джерела. Внутрішні маркетингові документи редакцій, результати корпоративних досліджень ефективності рекламних кампаній і дані щодо їхнього впливу на рівень довіри аудиторії є недоступними для аналізу. Тому дослідження має якісний характер і не передбачає кількісного вимірювання ефективності рекламних стратегій, що може стати предметом подальших емпіричних досліджень.

Виклад основного матеріалу. Аналіз публічно доступних матеріалів трьох медіаорганізацій виявив характерний структурний парадокс. Так BBC, ZDF та EL PAÍS одночасно декларують дистанцію від комерційного брендингу, але одночасно системно ним займаються. Така суперечність, власне кажучи, є не недоліком стратегій, а їхньою

сутнісною логікою, коли рекламна активність медіаорганізацій набуває форм, які «не виглядають рекламою», що, ймовірно, і забезпечує їм ефективність. Розуміння зазначеного протиріччя є ключем до інтерпретації усіх подальших результатів.

Усі три організації, попри принципові відмінності у фінансових моделях, аудиторних ринках і традиціях журналістської культури, конструюють свій рекламний дискурс навколо поняття довіри. За даними Reuters Institute Digital News Report 2024, лише 40 % респондентів у 47 досліджуваних країнах заявляють, що довіряють новинам, які споживають [22, с. 11]. У такому середовищі довіра дедалі більше набуває значення стратегічного ресурсу медіабренду, а рекламні стратегії трьох організацій можуть бути інтерпретовані як відповідь на виклики, пов'язані зі зниженням суспільної довіри до новин і посиленням конкуренції за увагу аудиторії.

Перед переходом до аналізу BBC, ZDF та EL PAÍS доцільно наочно зіставити ключові параметри рекламних стратегій усіх трьох медіаорганізацій у таблиці 1.

У таблиці 1 наочно відображено спільні та відмінні риси між трьома медіаорганізаціями, однак важливо визнати, що це дещо спрощує аналіз. Рекламні стратегії є динамічними та постійно зазнають змін, а низка ключових характеристик (реальні обсяги бюджетів, охоплення конкретних кампаній, дані внутрішнього моніторингу) залишаються недоступним для аналізу через обмеженість публічно доступних джерел.

Рекламна стратегія BBC є, мабуть, найбільш концептуально послідовною серед трьох досліджуваних випадків. Корпорація вибудовує свій імідж не навколо послуги або продукту, а навколо місії та ідентичності. Особливість, і це принципово важлива деталь, полягає в тому, що корпорація

Таблиця 1

Порівняльна характеристика рекламних стратегій BBC, ZDF та EL PAÍS

Параметр	BBC (Велика Британія)	ZDF (Німеччина)	EL PAÍS (Іспанія)
Тип медіасистеми	Ліберальна	Демократично-корпоративістська	Поляризовано-плюралістична
Організаційна модель	Суспільний мовник	Суспільний мовник	Приватне якісне видання
Домінантна мета рекламних кампаній	Підтримка довіри до бренду, підкреслення суспільної місії, акцент на редакційній незалежності	Просування ZDF Mediathek, залучення молодої аудиторії, розвиток цифрового споживання	Залучення цифрових передплатників, міжнародне позиціонування бренду, розвиток моделі цифрової підписки
Основні рекламні інструменти	Крос-платформне самопросування, зовнішня реклама (Out-of-Home advertising), соціальні мережі, Over-the-Top платформи	Самопросування, цифрові кампанії, крос-медійні формати	Digital-реклама, кампанії цифрової передплати, брендований контент, PR
Основні канали комунікації	Телебачення, BBC iPlayer, YouTube, Instagram, X, зовнішня реклама	Телебачення, ZDF Mediathek, YouTube, TikTok	Власний сайт, YouTube, Instagram, X, digital-реклама
Домінантний ціннісний меседж (за результатами контент-аналізу)	Незалежність, достовірність, суспільна відповідальність	Якість, доступність, суспільна цінність	Незалежна журналістика, аналітичність, міжнародний контекст
Стратегічний пріоритет	Підтримка довіри до бренду та легітимності суспільного мовника	Перехід аудиторії до цифрового продукту	Конверсія користувачів у цифрових передплатників
Використання брендованого контенту	Відсутнє в редакційному контенті; комерційні матеріали чітко відокремлюються	Мінімальне; обмежене суспільним статусом мовника	Активне використання брендованого та спонсорованого контенту
Розмежування редакційної і рекламної діяльності	Високий рівень	Високий рівень	Помірний рівень, але є ризик розмивання редакційного іміджу
Використання редакційного контенту для зміцнення бренду	Частково через документальні, освітні та суспільно значущі проєкти	Значною мірою через впізнавані власні проєкти (наприклад, *Terra X*, *ZDF Magazin Royale*)	Значною мірою через тематичні спецпроєкти, міжнародні репортажі та аналітичні матеріали

Джерело: власна розробка автора.

практично не вдається до «класичної» реклами в сенсі прямого заохочення до споживання продукту. Кожна кампанія та кожна серія матеріалів функціонують водночас як редакційний і маркетинговий акт.

Ключовий вектор цієї стратегії – акцент на незалежності від політичних і комерційних інтересів, який набув особливої актуальності в умовах суспільно-політичних змін після Brexit (2020) та активізації у 2022 році дискусій щодо майбутньої моделі фінансування BBC через ліцензійний збір.

Характерним прикладом є кампанія «BBC 100», реалізована у 2022 році з нагоди сторіччя корпорації. У межах ювілейної комунікаційної програми BBC представила серію телевізійних і цифрових відеороликів, спеціальні проєкти, тематичний контент у соціальних мережах, а також кампанії зовнішньої реклами, об'єднані брендом «BBC 100». Основний акцент було зроблено не на просуванні окремих програм чи цифрових сервісів, а на висвітленні внеску BBC у суспільне, культурне та інформаційне життя Великої Британії. Центральною ідеєю кампанії стало осмислення 100 років реалізації місії «*inform, educate, and entertain*» («інформувати, навчати та розважати»), яка є основоположним принципом діяльності корпорації із часу її заснування. Отже, комунікація була спрямована не до споживача, а до громадянина з метою зміцнення сприйняття BBC як суспільного інституту, що супроводжує життя кількох поколінь британців та є важливим складником національної культурної пам'яті. Це є зразком брендингової логіки «підтвердження стосунків», а не «переконання в перевагах». Така ідентифікаційна стратегія є, на нашу думку, одним з найефективніших механізмів формування лояльності. Хоча її конкретний вплив на поведінкові показники аудиторії потребує подальшого дослідження з використанням кількісних методів.

Водночас така стратегія не позбавлена внутрішніх протиріч. Фіксується виразна партійна диференціація в довірі до BBC. За даними опитування YouGov, політичні уподобання суттєво впливають на рівень довіри до BBC. У 2019 році журналістам BBC довіряли 54 % прихильників збереження членства Великої Британії в ЄС (Remain) і лише 40 % прихильників Brexit (Leave) [26]. Подальше дослідження YouGov у 2020 році засвідчило подальше поглиблення поляризації, коли довіра серед прихильників Brexit (Leave) знизилася до 36 %, тоді як серед прихильників Remain зросла до 62 % [27]. Дослідження YouGov у 2026 році продовжують фіксувати стійкі політичні відмінності у ставленні до Brexit, однак окремі показники довіри до BBC за групами Leave і Remain після 2020 року у відкритому доступі не публікувалися [28]. Це свідчить про посилення політичної поляризації у сприйнятті суспільного мовника. Цікаво, що у своїх офіційних редакційних документах BBC не використовує категоричних формулювань на кшталт «ми говоримо правду». Натомість корпорація послідовно наголошує на прагненні до точності (*«We strive to be accurate and establish the truth of what has happened»*), справедливості (*«We strive to be fair and open minded»*) та забезпеченні належної неупередженості (*«The BBC is committed to achieving due impartiality in all its output»*) [1; 2]. Така мовна стратегія демонструє відмову від декларації абсолютної істини на користь акценту на професійній процедурі її пошуку, збалансованому представленні різних позицій і редакційній незалежності. У семантичному вимірі така різниця є принциповою, оскільки формує образ BBC не як носія беззаперечної істини, а як інституції, що прагне забезпечити максимально чесне та неупереджене висвітлення суспільно значущих подій.

Реалізація рекламної стратегії BBC не обмежується окремими кампаніями. Важливим її елементом є системне крос-платформне самопросування в межах власної медіаекосистеми. Програми на BBC iPlayer містять рекомендації інших проєктів корпорації, а офіційні акаунти в соціальних мережах одночасно підтримують загальний бренд BBC і формують впізнаваність окремих журналістів, редакцій та тематичних рубрик. Окремої уваги заслуговує присутність BBC News на платформах TikTok і YouTube Shorts. Адаптуючи власний контент до алгоритмічного середовища, корпорація змінює формат і стиль подачі інформації відповідно до особливостей цих платформ. Водночас така адаптація актуалізує питання про межі допустимої тональної гнучкості журналістики.

На нашу думку, саме ця інтегрована система самопросування є одним із найменш досліджених, але потенційно найефективніших рекламних механізмів суспільних мовників, оскільки аудиторія переважно не сприймає її як традиційну рекламу.

Ефективність такого підходу частково підтверджується тим, що BBC стабільно входить до числа найбільш довірених медіа Великої Британії, хоча абсолютні показники змінюються залежно від року [18]. Водночас встановити причинно-наслідковий зв'язок між рекламною активністю корпорації і збереженням високого рівня довіри лише на основі наявних даних неможливо. Відповідь на

питання, чи є рекламна стратегія безпосередньою причиною цієї стійкості, чи лише одним із чинників її підтримки, потребує окремих лонгітюдних досліджень.

Натомість ZDF підходить до рекламних комунікацій із принципово іншої стартової позиції. За результатами Politbarometer, проведеного дослідницькою групою Forschungsgruppe Wahlen у квітні 2026 року, 57 % опитаних оцінили рівень своєї довіри до новинного висвітлення суспільного мовника ZDF як високий або дуже високий [3]. Питання, яке постає перед ZDF – не як здобути довіру, а як утримати аудиторію, особливо молоду, в умовах конкуренції зі стримінговими платформами глобального масштабу.

Саме тому одним із ключових напрямів комунікаційної стратегії ZDF у 2021–2023 роках стало просування ZDF Mediathek як основної цифрової платформи суспільного мовника. У межах стратегії трансформації ZDF до мультимедійного бренду особлива увага приділялася розширенню аудиторії цифрових сервісів і стимулюванню нелінійного споживання контенту. Для цього ZDF активно використовував власні цифрові платформи, а також YouTube, TikTok та Instagram, орієнтуючись насамперед на молодшу аудиторію, яка дедалі рідше споживає традиційне телевізійне мовлення. Таку стратегію можна охарактеризувати як «зустрічний брендинг», коли бренд переміщується в простір цільової аудиторії, а не очікує, що вона прийде до нього сама.

Показово, що комунікація ZDF була зосереджена не на абстрактних перевагах суспільного мовлення, а на практичній цінності цифрового сервісу для користувача. Так, кампанія оновленої ZDF Mediathek використовувала слоган «*Alles zu deiner Zeit*» («Усе – у твій час»), підкреслюючи можливість самостійно обирати час і спосіб перегляду контенту. У супровідних матеріалах кампанії наголошувалося на «спонтанному та самостійно обраному перегляді» (*«Für den Relaunch der ZDF Mediathek im Oktober entwickelten wir für das ZDF eine Imagekampagne, mit der wir uns klar für das spontane und selbstbestimmte „schauen“ aussprechen»*), тоді як офіційний опис сервісу акцентує, що контент доступний для перегляду в будь-який час [3].

Отже, рекламні повідомлення апелювали передусім до зручності, персоналізації і цифрової доступності, а не до суспільної місії мовника. Конкуренти, зокрема Netflix чи Amazon Prime Video, у комунікації ZDF Mediathek прямо не згадуються. Натомість рекламні повідомлення зосереджуються на презентації власних переваг сервісу, уникаючи прямого порівняння з іншими стримінговими платформами. Такий підхід узгоджується із загальною комунікаційною моделлю суспільного мовника, яка акцентує увагу на цінності власного продукту, а не на конкурентному протиставленні.

Прагматизм у ціннісному меседжі є характерною рисою, яка відрізняє ZDF від BBC і свідчить про те, що накопичений капітал довіри знімає необхідність щоразу декларувати власні цінності, адже їх і так знають. У цьому контексті ZDF демонструє стратегію, яку можна охарактеризувати як «брендинг через місію». Її ефективність значною мірою зумовлена тим, що вона майже не сприймається аудиторією як реклама.

Суттєву роль у формуванні бренду ZDF відіграє також редакційний контент. Такі проєкти, як Terra X і ZDF Magazin Royale, виконують не лише інформаційну або розважальну функцію, але і сприяють формуванню впізнаваного образу мовника. Через тематичну спеціалізацію, редакційний стиль і сталі формати вони підтримують сприйняття ZDF як компетентного, сучасного та суспільно значущого мовника без використання прямих рекламних повідомлень. Водночас законодавчі обмеження рекламної діяльності суспільних мовників у Німеччині, зокрема заборона розміщення реклами після 20:00 та у вихідні дні, об’єктивно підсилюють значення редакційного контенту як інструменту підтримки бренду [29]. Хоча прямий причинно-наслідковий зв’язок між цими обмеженнями та розвитком окремих форматів не доведений, можна припустити, що за таких умов роль контентного брендингу для суспільного мовника закономірно зростає. Зазначений аспект, на нашу думку, потребує подальшого теоретичного осмислення в межах досліджень медіабрендингу.

Ефективність такої стратегії підтверджується стабільно високим рівнем довіри до суспільного мовлення в Німеччині. Для порівняння, за даними Reuters Institute Digital News Report 2023, загальний рівень довіри до новин становив 43 % у Німеччині [17], 33 % у Великій Британії і в Іспанії [19; 20]. Це дає підстави припустити, що міжкраїнні відмінності в довірі зумовлені насамперед особливостями медіасистем і суспільних інституцій, а не лише рекламною активністю окремих медіаорганізацій.

Отже, вищий рівень довіри до суспільного мовлення в Німеччині варто розглядати не як прямий результат рекламної діяльності ZDF, а як чинник, що формується в ширшому інституційному

середовищі. У такому контексті рекламні комунікації виконують радше функцію підтримки та зміцнення вже сформованого бренду, ніж виступають самостійним джерелом довіри. Цей висновок узгоджується з концепцією медіасистем Д. Галліна та П. Манчіні [9], яка розглядає рівень довіри до медіа як результат взаємодії інституційних, політичних і професійних характеристик національного медійного середовища.

EL PAÍS функціонує в умовах, що суттєво відрізняються від BBC і ZDF. Поляризовано-плюралістична медіасистема Іспанії характеризується інтенсивною конкуренцією між виданнями, виразною політичною поляризацією та структурно нижчим рівнем суспільної довіри до медіа. Якщо у Великій Британії і Німеччині спостерігається радше ерозія довіри, тобто відступ від відносно сильних позицій, то в Іспанії медіаскептицизм певною мірою є природнім станом аудиторії. За таких умов позиціонування EL PAÍS як видання, що відсторонено від кон'юнктурних і партійних інтересів, є водночас маркетинговим та редакційним вибором.

Центральним напрямом маркетингової стратегії EL PAÍS у 2021–2024 роках було просування цифрової моделі передплати та збільшення кількості цифрових передплатників, що відповідало загальній стратегії цифрової трансформації медіагрупи PRISA. Для комунікації з аудиторією видання використовувало власні цифрові платформи, соціальні мережі та відеоформати, а також активно застосовувало брендований і нативний контент через Prisa Brand Solutions.

Водночас EL PAÍS послідовно формує образ одного з провідних іспаномовних медіабрендів, розрахованого на глобальну аудиторію. Видання виходить не лише в Іспанії, але і в країнах Латинської Америки, а таке охоплення аудиторії є важливим аргументом у комунікації як із міжнародними рекламодавцями, так і з потенційними передплатниками.

На відміну від BBC і ZDF, рекламні кампанії EL PAÍS були безпосередньо пов'язані з комерційною моделлю функціонування видання. Їхня мета полягала не лише в підтримці бренду, але і в стимулюванні оформлення цифрової передплати. Водночас комунікація будувалася не навколо цінової пропозиції, а навколо суспільної цінності професійної журналістики. Показовою є брендова кампанія 2021 року «*Porque si somos más, la oscuridad es menos*» (чим більше нас, тим менше темряви), в якій видання безпосередньо пов'язало підтримку читачів із можливістю існування незалежної журналістики. На офіційній сторінці кампанії зазначено «*Cuanto más ciudadanos respalden el periodismo de calidad, menos espacio ocuparán la desinformación y el secretismo*» (чим більше громадян підтримуватимуть якісну журналістику, тим менше місця залишатиметься для дезінформації і приховування інформації» [4]. Отже, рекламне повідомлення апелювало не стільки до купівлі продукту, скільки до суспільної відповідальності читача за підтримку якісної журналістики.

Аналогічний меседж розвиває й основний відеоролик кампанії, в якому світло використовується як метафора журналістики, що протистоїть приховуванню фактів і дезінформації [5]. Як зазначив креативний директор агентства The Cyranos Л. Рапосо: «*Hay demasiados intereses por oscurecer muchas temáticas y el periodismo puede evitarlo*» (існує надто багато інтересів, спрямованих на приховування важливих тем, і журналістика здатна цьому запобігти). За його словами, кампанія мала на меті «показати, що це має стати спільною справою для багатьох людей» (*debe ser algo masivo*) [4].

Отже, конкурентне позиціонування EL PAÍS ґрунтується не на прямому протиставленні іншим медіа, а на підкресленні суспільної значущості професійної журналістики, критичного мислення та боротьби з дезінформацією. Рекламні комунікації видання виконують не лише маркетингову, але і репутаційну функцію, зміцнюючи довіру до бренду через акцент на його редакційних цінностях.

Разом із тим комунікаційна стратегія EL PAÍS пов'язана з низкою викликів, характерних для цифрових медіа. Усі три медіа використовують редакційний контент для зміцнення власного бренду, однак лише EL PAÍS системно застосовує брендований і спонсорований контент як рекламний формат для комерційних партнерів. Саме ця особливість відрізняє його комунікаційну модель від практик BBC і ZDF. Водночас Digital News Report 2023 засвідчує зростання занепокоєння аудиторії щодо достовірності інформації в цифровому середовищі. За даними дослідження, 56 % респондентів заявили, що їм складно відрізнити правдиву інформацію від неправдивої в Інтернеті, коли йдеться про новини [21]. Це актуалізує питання прозорого відокремлення редакційних матеріалів від комерційних повідомлень.

Зазначені висновки узгоджуються з результатами академічних досліджень нативної реклами. Зокрема, Д. Шиліан та Е. Пеер зазначають, що споживачі продовжують не розпізнавати нативні рекламні матеріали навіть тоді, коли вони містять

позначки про рекламний характер контенту [23]. Аналогічного висновку дійшли Ш. Гупта, Д. Халдер і Ш. Наранг, які показали, що ефективність маркування спонсорованого контенту залишається обмеженою, а рівень його розпізнавання залежить від формату повідомлення, дизайну сторінки та медіаграмотності аудиторії [8].

Водночас наявність брендованого або спонсорованого контенту сама по собі не свідчить про порушення редакційної незалежності. EL PAÍS офіційно декларує чітке розмежування редакційної і комерційної діяльності, а партнерські матеріали публікуються з відповідним маркуванням згідно з редакційною політикою видання та комерційними стандартами PRISA. Однак споживачі не завжди чітко розмежовують редакційний і рекламний контент, що може впливати на сприйняття медіабренду та рівень довіри до нього. Саме тому питання використання нативної реклами в якісних медіа залишається предметом наукової дискусії.

Також EL PAÍS активно використовує редакційний контент як інструмент зміцнення бренду. Про це свідчить розвиток постійних мультимедійних форматів: EL PAÍS Audio, EL PAÍS TV, тематичних проєктів Planeta Futuro, а також спеціальних редакційних проєктів, присвячених міжнародним виборам, війні в Україні та іншим глобальним подіям. Такі проєкти поєднують текстові матеріали, відео, подкасти, інтерактивну графіку й аналітику, демонструючи редакційні стандарти видання та підтримуючи його позиціонування як міжнародного якісного медіа. Це дозволяє EL PAÍS просувати власний бренд не за допомогою прямих рекламних повідомлень, а в результаті систематичної демонстрації професійної журналістики й експертного аналізу.

Проведений аналіз загалом підтверджує логіку типології медіасистем, запропонованої Д. Галліна та П. Манчіні [9]. Особливості рекламних стратегій BBC, ZDF та EL PAÍS значною мірою відбивають системні характеристики тих медіасистем, до яких вони належать. Для суспільних мовників (BBC і ZDF) характерна комунікація суспільної місії і громадської цінності журналістики, тоді як приватне видання EL PAÍS поєднує іміджеві кампанії із просуванням цифрової передплати. У цьому сенсі отримані результати збігаються з висновком [9] про те, що структурні особливості медіасистем визначають редакційну та комерційну поведінку медіаорганізацій.

Водночас дослідження виявило суттєве обмеження такої типології, адже вона не враховує конвергентного ефекту цифрових платформ. Усі три медіаорганізації, попри різні системні контексти, будують бренд навколо схожих категорій (незалежність, достовірність, якість) і використовують однакові платформні інструменти (YouTube, TikTok, власні стрімінгові сервіси). Це свідчить, що глобальна платформізація інформаційного середовища поступово уніфікує рекламні практики медіа незалежно від національних відмінностей. Отриманий результат уточнює висновки Д. Галліна та П. Манчіні [9], оскільки їхня типологія залишається коректною для пояснення інституційних основ рекламних стратегій, але недостатньою для аналізу їхніх цифрових форм.

Отримані результати переконливо підтверджують концепцію платформізації медіа, сформульовану Т. Поелл, Д. Б. Ніборг і Б. Е. Даффіс [16]. В усіх трьох кейсах цифрові платформи виступають не лише каналами поширення інформації, але і ключовими інструментами формування бренду та взаємодії з аудиторією. При цьому дослідження дозволяє деталізувати висновок – попри використання спільних платформ, BBC, ZDF та EL PAÍS реалізують принципово різні стратегії. BBC використовує соціальні мережі переважно для поширення редакційного контенту та підтримання іміджу. ZDF активно адаптує контент до специфіки окремих платформ, орієнтуючись на молоду аудиторію через TikTok і YouTube. EL PAÍS застосовує цифрові канали комплексно, поєднуючи редакційний контент, кампанії цифрової передплати та партнерські комунікації. Це свідчить, що платформізація не означає уніфікації стратегій, оскільки медіаорганізації залишають простір для диференціації навіть у межах однакових технологічних умов.

Водночас аналіз виявив тенденцію, яка виходить за межі концепції [16], адже всі три організації поступово переміщують центр ваги з просування окремих продуктів на розбудову власних цифрових екосистем: BBC iPlayer, ZDF Mediathek, цифрова передплата EL PAÍS. Бренд дедалі більше асоціюється не з конкретною публікацією чи програмою, а з комплексним користувацьким досвідом. Це означає, що рекламна стратегія поступово інтегрується в загальну логіку цифрової трансформації медіа, що Т. Поелл та ін. лише частково передбачали у своїй аналітичній моделі [16].

Виявлена конвергенція рекламних повідомлень навколо цінностей незалежності, достовірності та якості підтверджує тезу С. Гайма та ін. про те, що бренд є одним із ключових стратегічних активів сучасних медіакомпаній [11]. Проведений аналіз показує, що для всіх трьох медіаорганізацій бренд

виконує не лише маркетингову, але й інституційну функцію. Він є способом публічної демонстрації редакційної ідентичності та комунікації професійних стандартів.

Отримані результати розширюють висновки С. Гайма та ін. [11], які визначають довіру як одну з центральних характеристик медіабренду. Проведений аналіз свідчить, що в умовах фрагментації аудиторії і зниження довіри до новин бренд дедалі більше виконує репутаційно-захисну функцію. За таких умов рекламні стратегії спрямовані не лише на просування медіаорганізації, але і на підтримання її редакційної легітимності та зміцнення довіри аудиторії.

Одним із найбільш значущих результатів дослідження є відсутність прямого зв'язку між інтенсивністю рекламної активності та рівнем довіри аудиторії до медіа. ZDF, що використовує порівняно стримані рекламні інструменти, функціонує в одному з найбільш довірених медіасередовищ Європи. EL PAÍS, значно активніший у цифровому маркетингу, працює в країні з істотно нижчим загальним рівнем довіри до новин. Це спостереження прямо узгоджується із систематичним оглядом Н. Фавзі та ін., в якому показано, що довіра до новин є багаторівневим феноменом, детермінованим редакційними стандартами, медіасистемними характеристиками, політичним середовищем та індивідуальними характеристиками аудиторії, але не окремими маркетинговими практиками [6].

Водночас дані Reuters Institute Digital News Report 2024 [22, с. 11], згідно з якими лише 40 % респондентів у 47 країнах заявили про загальну довіру до новин, дозволяють по-новому прочитати цей висновок. Якщо довіра формується переважно на системному рівні, то завдання рекламних стратегій медіа полягає не в тому, щоб генерувати довіру, а в тому, щоб комунікувати ті якості організації, які в очах аудиторії є маркерами надійності: редакційну незалежність, прозорість і послідовність. Саме це і спостерігається у всіх трьох досліджуваних кейсах. Отже, реклама в якісних медіа є не джерелом довіри, а механізмом артикуляції вже наявного репутаційного капіталу. Такий результат одночасно підтверджує та конкретизує висновки Н. Фавзі та ін. щодо багаторівневої природи медіадовіри [6].

Попри загальну конвергенцію ціннісних меседжів, дослідження виявило і внутрішню суперечність у рекламних практиках досліджуваних медіа. Всі три організації декларують чітке розмежування редакційної і комерційної діяльності, проте рівень інтеграції маркетингових інструментів суттєво різниться. BBC і ZDF діють у межах суворих нормативних обмежень, тоді як EL PAÍS активніше використовує контент-маркетинг через підрозділ Prisa Brand Solutions. При цьому дослідження нативної реклами [8; 23] демонструють, що навіть за наявності маркування значна частина користувачів не завжди чітко розрізняє редакційний і комерційний контент, що створює потенційні ризики для репутації медіабренду. Розвиток нових моделей монетизації, у такий спосіб, одночасно розширює фінансові можливості редакцій та актуалізує питання збереження тієї редакційної незалежності, яка є центральною цінністю в брендовій комунікації всіх трьох організацій.

Підсумовуючи, проведене дослідження демонструє, що сучасна реклама якісних медіа виконує не класичну функцію просування продукту, а функцію підтримання репутації. Для BBC, ZDF та EL PAÍS брендинг є механізмом публічної комунікації редакційних цінностей і захисту накопиченого репутаційного капіталу. Водночас саме редакційна якість, інституційна незалежність і прозорість залишаються первинними чинниками довіри. Реклама лише підтримує, але не замінює їх. Це дає підстави стверджувати, що конкурентоспроможність сучасних медіа визначається не масштабом рекламної активності, а здатністю вибудовувати стійкі відносини з аудиторією в результаті поєднання редакційної якості й автентичного брендингу.

Висновки. Отримані результати свідчать про трансформацію рекламної функції у сучасних якісних медіа, коли замість просування окремих продуктів чи сервісів вона дедалі більше орієнтується на захист і підтвердження інституційної репутації організації. Брендові кампанії BBC, ZDF та EL PAÍS функціонують як публічна демонстрація редакційної ідентичності, а не як її джерело – аудиторія довіряє не через рекламу, а попри неї.

Зіставлення трьох медіаорганізацій виявило поєднання конвергенції і диференціації, оскільки схожі ціннісні категорії і платформні рішення реалізуються через принципово різну стратегічну логіку залежно від типу медіасистеми та редакційної місії організації. При цьому тиск цифрових платформ поступово нівелює системні відмінності між медіаорганізаціями, уніфікуючи інструментарій брендингових комунікацій незалежно від національного контексту.

Припущено, що масштаб рекламної активності не корелює з рівнем суспільної довіри до медіа. Ефективність брендингу визначається не

інтенсивністю комунікації, а її органічністю, тобто здатністю рекламних меседжів відображати реальну редакційну практику організації.

Встановлені закономірності потребують перевірки за допомогою кількісних методів, зокрема лонгітюдного відстеження зв'язку між брендинговою активністю та показниками довіри аудиторії. Також доцільним є географічне розширення вибірки за рахунок медіасистем Центральної та Східної Європи з урахуванням нового регуляторного контексту, сформованого European Media Freedom Act та Digital Services Act.

Список літератури:

1. Appendix F. Extracts from the BBC Editorial Guidelines. *BBC*. URL: https://downloads.bbc.co.uk/bbctrust/assets/files/pdf/review_report_research/impartiality_21century/f_editorial_guidelines_extracts.pdf (дата звернення: 27.06.2026).
2. Section 2: Impartiality. *BBC*. URL: https://www.bbc.co.uk/editorialguidelines/guidelines/impartiality (дата звернення: 27.06.2026).
3. ZDF Mediathek. *Bildundtonfabrik*. URL: https://btf.de/zdf-mediathek/ (дата звернення: 27.06.2026).
4. EL PAÍS lanza nueva campaña: "Porque si somos más, la oscuridad es menos". *EL PAÍS*. URL: https://elpais.com/comunicacion/el-pais-que-hacemos/2021-10-09/el-pais-lanza-nueva-campana-porque-si-somos-mas-la-oscuridad-es-menos.html (дата звернення: 27.06.2026).
5. Video. *Facebook*. URL: https://www.facebook.com/watch/?v=1095626834526787 (дата звернення: 27.06.2026).
6. Concepts, causes and consequences of trust in news media: A literature review and framework / N. Fawzi et al. *Annals of the International Communication Association*. 2021. Vol. 45, No. 2. P. 154–174. DOI: https://doi.org/10.1080/23808985.2021.1960181
7. The visual boundaries of journalism: Native advertising and the convergence of editorial and commercial content / R. Ferrer-Conill et al. *Digital Journalism*. 2021. Vol. 9, No. 7. P. 929–951. DOI: https://doi.org/10.1080/21670811.2020.1836980
8. Gupta S., Halder D., Narang S. Native advertisement: An integrated systematic review and research agenda. *International Journal of Consumer Studies*. 2026. Vol. 50, No. 2. Article e70201. DOI: https://doi.org/10.1111/ijcs.70201
9. Hallin D. C., Mancini P. *Comparing media systems: Three models of media and politics*. Cambridge University Press, 2004. DOI: https://doi.org/10.1017/CBO9780511790867
10. Hardy J. Sponsored editorial content in digital journalism: Mapping the merging of media and marketing. *Digital Journalism*. 2021. Vol. 9, No. 7. P. 865–886. DOI: https://doi.org/10.1080/21670811.2021.1957970
11. Exploring trust in media brands today: Definition, dimensions and cross-national differences / S. Heim et al. *International Journal on Media Management*. 2024. Vol. 25, No. 1–2. P. 59–89. DOI: https://doi.org/10.1080/14241277.2024.2336266
12. IAB Europe's 2024 AdEx Benchmark Report: European digital advertising market surpasses €100 billion for the first time. *IAB Europe*. URL: https://iabeurope.eu/iab-europes-2024-adex-benchmark-report-european-digital-advertising-market-surpasses-e100bn-for-the-first-time/ (дата звернення: 27.06.2026).
13. Іванова О. Бренд-журналістика та криза класичної парадигми журналізму. *Діалог: медіастудії*. 2021. № 27. С. 52–82. DOI: https://doi.org/10.18524/2308-3255.2021.27.251396
14. Modification of media's visual identity as a response to the war in Ukraine: An exploratory study / A. Jupowicz-Ginalska et al. *Discourses of war and peace: 21st century perspectives.* John Benjamins Publishing Company, 2026. Vol. 355. P. 278–316. DOI: https://doi.org/10.1075/pbns.355.10jup
15. Lauerer C., Beckert J. Pushing boundaries-hybrid advertising in digital news media: A content analysis of media kits. *Digital Journalism*. 2024. Vol. 14, No. 1. P. 186–205. DOI: https://doi.org/10.1080/21670811.2024.2417953
16. Poell T., Nieborg D. B., Duffy B. E. Spaces of negotiation: Analyzing platform power in the news industry. *Digital Journalism*. 2023. Vol. 11, No. 8. P. 1391–1409. DOI: https://doi.org/10.1080/21670811.2022.2103011
17. Digital News Report 2023: Germany. *Reuters Institute for the Study of Journalism*. URL: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/digital-news-report/2023/germany (дата звернення: 27.06.2026).
18. The BBC is under scrutiny. Here's what research tells about its role in the UK. *Reuters Institute for the Study of Journalism*. URL: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/news/bbc-under-scrutiny-heres-what-research-tells-about-its-role-uk (дата звернення: 27.06.2026).
19. Digital News Report 2023: United Kingdom. *Reuters Institute for the Study of Journalism*. URL: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/digital-news-report/2023/united-kingdom (дата звернення: 27.06.2026).
20. Digital News Report 2023: Spain. *Reuters Institute for the Study of Journalism*. URL: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/digital-news-report/2023/spain (дата звернення: 27.06.2026).

21. Overview and key findings of the 2023 Digital News Report. *Reuters Institute for the Study of Journalism*. URL: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/digital-news-report/2023/dnr-executive-summary (дата звернення: 27.06.2026).

22. Digital News Report 2024. University of Oxford, 2024. 168 p. URL: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/sites/default/files/2024-06/RISJ_DNR_2024_Digital_v10%20lr.pdf (дата звернення: 27.06.2026).

23. Shilian D., Pe'er E. Identified disclosure to increase consumers' detection of native advertising. *Journal of Economic Psychology*. 2025. Vol. 107. Article 102800. DOI: https://doi.org/10.1016/j.joep.2025.102800

24. Vaskivskyj Yu. Branding in journalism: prospects for operation. *Visnyk of the Lviv University. Series Journalism*. 2022. Vol. 51. P. 62–72. DOI: https://doi.org/10.30970/vjo.2022.51.11395

25. Trust has a price?! Unraveling the dynamics between trust in the media and the willingness to pay in the post-pandemic scenario / D. Voci et al. *Journalism*. 2024. Vol. 27, No. 3. P. 563–584. DOI: https://doi.org/10.1177/14648849241311101

26. Do people in the UK trust the media? *YouGov*. URL: https://yougov.com/en-gb/articles/26820-do-britons-trust-press (дата звернення: 27.06.2026).

27. Do people trust journalists? *YouGov*. URL: https://yougov.com/en-gb/articles/28632-trust-newspaper-journalists (дата звернення: 27.06.2026).

28. What do Britons think of Brexit, 10 years since the referendum? *YouGov*. URL: https://yougov.com/en-gb/articles/54925-what-do-britons-think-of-brexit-10-years-since-the-referendum (дата звернення: 27.06.2026).

29. Werbung und Werbefernsehen. *ZDF*. URL: https://www.zdf.de/unternehmen/organisation/werbung-102.html (дата звернення: 27.06.2026).

30. Zomeño D., Blay-Arráez R. Native advertising – the formats and types of content most demanded by brands in the spanish media. *Journalism and Media*. 2021. Vol. 2. P. 529–544. DOI: https://doi.org/10.3390/journalmedia2040032

Ivanchenko O.V. SHAPING THE IMAGE OF THE MEDIA THROUGH ADVERTISING (EUROPEAN EXPERIENCE)

Amid the digital transformation of the media landscape and a systemic crisis of public trust in the news, advertising and branding communications are taking on new strategic significance for media organizations. The relevance of this study stems from the lack of a comprehensive comparative analysis in the academic literature on how European quality media outlets use advertising tools to shape their image purposefully. The objective is to identify and systematize relevant strategies using three media organizations as case studies.

The object of the study is the advertising and branding communications of the BBC (United Kingdom), ZDF (Germany), and EL PAÍS (Spain) – representatives of three different types of European media systems. The subject is the strategies for using advertising tools to shape their image and strengthen audience trust. The study was conducted using qualitative methodology, employing thematic analysis of publicly available materials as well as a comparative approach.

It has been established that the advertising activities of the media organizations under analysis serve primarily a reputational rather than a traditional marketing function: branding campaigns articulate editorial values (independence, credibility, social responsibility) rather than promoting specific products. A convergence of value-based messages and key platform tools has been observed despite differences in national media systems. No direct correlation was found between the intensity of advertising activity and the level of audience trust, indicating that a broader set of factors influences the formation of media trust. The practical significance of the results lies in their applicability to the development of editorial branding strategies.

Keywords: *media image, media branding, advertising strategies, trust in news, native advertising, platformization, public broadcasting.*

Дата першого надходження статті до видання: 06.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 28.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 316.77:070
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/39

Кияниця Є.О.
https://orcid.org/0000-0002-9629-9865
Державний торговельно-економічний університет

Голік О.В.
https://orcid.org/0000-0002-0239-9292
Державний торговельно-економічний університет

КУЛЬТУРА РОБОТИ З ДЖЕРЕЛАМИ ЯК МЕХАНІЗМ ФОРМУВАННЯ ДОВІРИ В ЦИФРОВИХ КОМУНІКАЦІЯХ

Стаття присвячена дослідженню культури роботи з джерелами як комплексної комунікативної практики, що в умовах цифрової трансформації постає ключовим чинником збереження суспільної довіри, легітимізації інформації та професійної відповідальності автора. Простежено еволюцію верифікаційних підходів від класичної історіографічної традиції до їхнього переосмислення в сучасному медіасередовищі, де традиційні інструменти атрибуції та перевірки достовірності зазнають структурних змін під впливом штучного інтелекту, алгоритмічної курації контенту, синтетичних медіа та економіки уваги. У центрі дослідження порівняльна характеристика проявів цієї культури в межах наукового, журналістського, корпоративного, маркетингового та креативного дискурсів. Виявлено, що попри розбіжність прикладних завдань, ці сфери об'єднує інваріантна основа: критичне оцінювання даних, прозорість їхнього походження та етика використання інформаційних ресурсів. Окрему увагу приділено моделюванню практик подолання сучасних цифрових викликів, які структуровано за трьома взаємопов'язаними рівнями. На операційному рівні окреслено гібридну компетентність автора, що інтегрує технологічні інструменти верифікації з глибинною людською рефлексією контексту та прозорим декларуванням участі ШІ у створенні контенту. На тактичному рівні обґрунтовано концепт «метаверифікації», який передбачає оцінювання умов поширення даних і потребує інституційного закріплення у формі корпоративних етичних політик. На стратегічному рівні акцентовано на важливості публічної демонстрації логіки перевірки для виховання колективної цифрової грамотності. Аналіз засвідчує, що в епоху цифрових комунікацій культура роботи з джерелами переростає нормативне розуміння академічної доброчесності, перетворюючись на універсальну метакомпетентність, яка забезпечує рух від пасивного споживання технологій до нової цифрової екології та підтримує епістемічну стабільність суспільства.

Ключові слова: *культура, джерела, бібліографічні посилання, довіра, верифікація, атрибуція, генеративний штучний інтелект, дезінформація, медіаграмотність, цифрова екосистема.*

Постановка проблеми. Сучасний інформаційний простір перебуває у стані глибинної трансформації: цифрові комунікації не лише пришвидшили обмін даними, а й поступово змінили самі принципи виникнення, поширення та верифікації інформації. У цьому процесі переосмислюється й онтологія поняття «джерело». У добу децентралізованих платформ та алгоритмів, які монетизують людську увагу через емоційну поляризацію та сенсаційність, традиційні механізми верифікації дедалі більше відтісняються на периферію культури сприйняття. Відтак культура роботи з джерелами виходить за межі академічних чи журналістських практик, перетворюючись на ключову суспільну компетенцію – від студентства до політикуму.

Однією з визначальних рис сучасного інформаційного середовища стало інформаційне перевантаження та руйнування усталеної культури цитування та перевірки фактів. Розмитість меж між первинними й вторинними матеріалами, поширення штучно створеного контенту та невизначеність авторських прав у глобальній мережі формують кризу довіри. Учасники комунікації дедалі частіше потрапляють у когнітивні пастки,

© Кияниця Є.О., Голік О.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

зокрема: підтверджувальне упередження, втома від перевірки фактів, що сприяє перевазі поверхневих заголовків замість звернення до першоджерел. Якісно новий вимір цієї проблеми пов'язаний із розвитком генеративного штучного інтелекту, який суттєво знизив поріг створення правдоподібного текстового контенту. За цих умов культура роботи з джерелами перестає бути лише складовою академічної доброчесності чи професійної етики. Вона постає як базовий механізм формування довіри до інформації, без якого неможливі відтворюваність наукового знання, якісна професійна комунікація та стійкість демократичного інформаційного середовища. Саме тому проблема розвитку культури роботи з джерелами потребує нового теоретичного осмислення з урахуванням специфіки цифрових комунікацій і поширення генеративних технологій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Хоча проблема культури роботи з джерелами рідко виступає самостійним предметом наукових дискусій, її окремі аспекти активно досліджуються в контексті медіаграмотності, академічної доброчесності, інформаційної безпеки та цифрової комунікації. Це підтверджують багаторічні дослідження Stanford History Education Group, які показали певну суперечність: найбільш активні цифрові користувачі, виявляються безпорадними у відрізненні достовірних новин від прихованої реклами чи у визначенні авторства публікацій [3]. Отримані висновки узгоджуються з результатами масштабного експерименту, опублікованого у *PNAS*, який показав, що навіть короткі освітні курси з медіаграмотності суттєво підвищують здатність розрізняти правдиву інформацію від фейкової [6, с. 1538]. Також, дослідження К. Аслета і колег, фіксує парадоксальний ефект: самостійний пошук інформації в інтернеті з метою її перевірки іноді, навпаки, підвищує ймовірність прийняття фейкових новин за достовірні. Причина в тому, що алгоритми рекомендацій схильні відтворювати вже сформовані інформаційні уподобання користувачів. Це вказує на те, що звичайної поради «гуглити і перевіряти» вже недостатньо – потрібна системна культура роботи з інформацією [1, с. 552].

Особливого значення культура роботи з джерелами набуває в умовах суспільних криз та інформаційного протистояння. Для України, яка протистоїть повномасштабній воєнній та гібридній інформаційній агресії, ця проблема має не лише академічний, а й суспільний вимір. У вітчизняному науковому та експертному дискурсі вона розглядається переважно крізь призму медіаграмотності, інформаційної стійкості та протидії дезінформації. Такий підхід представлений у працях В. Бриндзи, В. Волошенюк, В. Іванова, Т. Іванової, Н. Лигачової, Г. Петренко, а також у дослідженнях і практичних ініціативах Інституту масової інформації, які акцентують увагу на необхідності розвитку навичок критичного оцінювання інформації, перевірки фактів та звернення до першоджерел.

Постановка завдання. Обґрунтувати культуру роботи з джерелами як механізм формування довіри в сучасних цифрових комунікаціях та розкрити особливості її реалізації в академічній, професійній й креативній практиках.

Виклад основного матеріалу. Культура роботи з джерелами за своєю суттю не зводиться до суто технічної перевірки фактів чи механічного оформлення бібліографічних посилань. Вона становить соціокультурну практику, що еволюціонувала разом із розвитком способів виробництва, передавання та легітимації знання. Витоки цієї культури сягають Античності, коли давньогрецькі історики, зокрема Геродот і Фукідід, уперше сформулювали принцип розмежування свідчень очевидців і неперевірених повідомлень. Згодом, у середньовічну епоху, схоластична традиція суттєво поглибила цей підхід, розробивши складні текстологічні інструменти внутрішньої та зовнішньої критики релігійних і світських пам'яток. Вирішальний етап інституціоналізації цих принципів припав на XIX ст., коли сформувалися канони класичної науки та професійної журналістики. Саме тоді завдяки методологічним працям Леопольда фон Ранке було закладено суворий імператив дослідження – прагнення відтворити минуле «як воно було насправді» (*wie es eigentlich gewesen*) [10, с. 129], що остаточно закріпило верифікацію як базовий стандарт інтелектуальної праці.

Суттєві трансформації у цій багатовіковій парадигмі відбулися вже в другій половині XX ст. під впливом масового поширення медіа, а своєї кульмінації вони досягли у перше десятиліття XXI ст. з розгортанням глобальних цифрових платформ. Тривалий час доступ до джерел, їхнє зберігання та інтерпретація залишалися прерогативою закритих профільних інституцій – бібліотек, архівів чи редакційних колегій. Сьогодні ж мережева реальність докорінно децентралізувала ці інституційні межі, внаслідок чого кожен користувач щодня й одночасно поєднує в собі ролі споживача, куратора, інтерпретатора та безпосереднього генератора інформації. Така докорінна зміна комунікативних ролей перетворила культуру роботи з джерелами з вузькопрофесійної компетенції науковців чи медійників на масовий соціокультурний феномен,

аналіз якого є критично важливим для розуміння трансформацій цифрового соціуму. Відтак, ця культура постає як інтегрована комунікативна практика, що охоплює пошук, критичну оцінку, етичну атрибуцію та відповідальне використання даних. Вона виходить далеко за межі суто технічного цитування, оскільки виступає фундаментальним механізмом конструювання суспільної довіри, легітимації знання та формування інформаційного суверенітету особистості в умовах глобалізованого медіапростору.

У цьому контексті суспільна довіра постає не просто емоційною категорією, а фундаментальним механізмом мінімізації складності цифрового світу [9, с. 128]. В умовах надмірної інформації культура роботи з джерелами перетворюється на головний інструмент стабілізації цієї складності, діючи через низку взаємодоповнюваних механізмів формування довіри між автором і аудиторією, адже:

• виконує доказову й верифікаційну функцію, оскільки чітка атрибуція інформації створює умови для її незалежної перевірки, знижує домінування емоційного сприйняття та активізує раціонально-аналітичні механізми оцінювання повідомлення [12, с. 390];

• слугує індикатором достовірності повідомлення, оскільки прозорість роботи з інформаційними джерелами, перевірка фактів і коректна атрибуція інтелектуального внеску формують сукупність ознак, за якими аудиторія оцінює надійність автора та достовірність інформації [11, с. 2085];

• формує епістемічну довіру, демонструючи відкритість процесу продукування знання та створюючи умови, за яких аудиторія оцінює достовірність повідомлення не лише за його змістом, а й за прозорістю способів його обґрунтування [4, с. 15–16].

У сукупності ці механізми формують епістемічні передумови довіри, що дають змогу аудиторії орієнтуватися в умовах інформаційного перенасичення, критично оцінювати повідомлення та відрізняти обґрунтоване знання від інформаційного шуму й маніпулятивних наративів.

Проте в сучасному медіапросторі цей універсальний механізм виявляє внутрішню неоднорідність, адже функціонує в умовах жорсткої конкуренції між різними типами інформаційних потоків. Мережева екосистема змушує співіснувати науковий, журналістський, комерційний, авторський та користувацький контент, і хоча всі вони спираються на спільну етичну основу, кожен напрям функціонує за власною логікою та застосовує специфічні інструменти перевірки достовірності. У результаті культура взаємодії з інформаційними ресурсами набуває контекстуальної мінливості, адаптується до завдань конкретного дискурсу, трансформує загальні принципи чесності та прозорості у професійні стандарти. Спосіб, у який атрибуція даних позначає відповідальність автора та зменшує інформаційну невизначеність, має свої особливості в кожній із ключових сфер текстотворення, зокрема:

• у науковій комунікації забезпечує легітимність нового знання, інтегруючи його в попередній дослідницький доробок через простежуваність аргументації, відкритість методологічних процедур і можливість відтворення отриманих результатів [8, с. 129];

• у журналістиці підтримує професійні стандарти медіавиробництва, оскільки прозоре визначення авторства джерел, системна перевірка фактів і документування походження інформації створюють підстави для редакційної відповідальності та суспільного контролю за якістю повідомлень [12, с. 400];

• у копірайтингу підвищує доказову силу наявних аргументів, перетворюючи зовнішні джерела, статистичні дані та результати незалежних досліджень на засоби обґрунтування ціннісних і функціональних переваг повідомлення, що посилює його переконливість без звернення до маніпулятивних риторичних прийомів [1, с. 12–15];

• у креативному письмі впорядковує інтертекстуальний простір твору, надаючи читачеві можливість розрізняти авторські смисли, культурні алюзії та документальні запозичення, що поглиблює інтерпретаційний потенціал тексту без порушення його художньої цілісності [7, с. 193–205];

• у корпоративних комунікаціях підтримує стратегічну узгодженість інформаційної політики, інтегруючи верифіковані зовнішні дані, офіційні документи та результати незалежних досліджень у корпоративний дискурс, що підвищує його стійкість до репутаційних ризиків і забезпечує послідовність взаємодії із зацікавленими сторонами [5].

Отже, культура роботи з джерелами постає єдиним етичним та концептуальним орієнтиром сучасного інформаційного простору. Попри очевидну розбіжність між суворими академічними стандартами, динамічною журналістикою чи прагматичним маркетингом, саме ця культура задає наскрізні правила координації між автором та аудиторією. Вона трансформується з локального правила оформлення текстів у глобальну умову легітимності будь-якого висловленого знання. Забезпечуючи

базову прозорість інформаційних потоків, повага до першоджерела утримує розгалужену цифрову екосистему від інформаційної невизначеності, перетворюючи суб'єктивний контент на суспільно значущий і верифікований капітал.

Ця проблематика набуває критичного значення в умовах інтенсивного розвитку генеративного штучного інтелекту, алгоритмічної курації контенту та поширення синтетичних медіа. Масштабування штучно згенерованих текстів, deepfake-технологій та SEO-орієнтованого контенту в межах економіки уваги дестабілізує інститут авторства й ускладнює верифікацію походження даних. Спроможність маніпулятивного контенту експлуатувати когнітивні упередження користувачів поглиблює загальну епістемічну невизначеність цифрового середовища. За цих обставин культура роботи з джерелами стає базовим інструментом збереження комунікативної довіри, що вимагає системного переосмислення критеріїв медіаграмотності, меж інтелектуальної відповідальності та самих методологічних принципів перевірки інформації [14]. З метою розуміння масштабів зазначених трансформацій, варто окреслити ключові деструктивні чинники цифрового середовища та співвіднести їх із критеріями перевірки достовірності й практичними інструментами роботи з інформацією (табл. 1).

Незважаючи на різну природу цифрових викликів, усі вони тією чи іншою мірою порушують базові засади культури роботи з джерелами, ускладнюючи встановлення походження інформації, перевірку її достовірності та визначення авторства. За таких умов подолання інформаційної невизначеності не може обмежуватися використанням автоматизованих інструментів чи зовнішньою модерацією контенту. Культура роботи з джерелами передбачає проактивну позицію автора, за якої пошук, критична оцінка, перевірка та коректна атрибуція інформації стають не формальним набором процедур, а безперервною професійною практикою відповідальної комунікації в цифровому середовищі.

Відповідно, така практика реалізується на трьох взаємопов'язаних рівнях, зокрема:

• на рівні окремої дії вона постає як комплексна компетентність, що поєднує критичне мислення з інструментами цифрової перевірки: фактчекінговими платформами, аналізом метаданих, зворотним пошуком зображень, доповненими рефлексією щодо контексту, мотивації джерела та можливих алгоритмічних спотворень. Також, невід'ємною складовою цієї компетентності в умовах поширення генеративних моделей стає прозоре декларування участі ШІ у створенні контенту, коли автор чітко розмежовує згенеровані та власні частини тексту чи ідеї. Саме це зберігає етичну прозорість комунікації та формує нову культуру відповідального співавторства людини й машини;

• на рівні системного підходу окремі дії перевірки узагальнюються в принцип «метаверифікації» – здатності оцінювати зміст інформації, умови її створення й поширення: алгоритмічну видимість джерела, репутацію платформи, історію

Таблиця 1

Систематизація цифрових викликів та практик роботи з джерелами

Цифровий виклик	Потенційні ризики	Практики роботи з джерелами	Практична реалізація
Генеративний ШІ та автоматизоване створення текстів	Галюцинації, вигадані джерела, розмивання межіа авторського та машинного тексту	Перевірка фактів за першоджерелами; звірення DOI; використання офіційних баз даних; декларування використання ШІ в тексті	ChatGPT, Gemini, Claude, Copilot.
Алгоритмічна курація контенту	Інформаційні бульбашки, пріоритет популярності над достовірністю.	Свідоме порівняння різних джерел; вихід за межі персоналізованої стрічки	Google Search, Facebook Feed, TikTok For You, YouTube Recommendations.
Deepfake та синтетичні медіа	Фальсифікація фото, відео й аудіо; ускладнення візуальної верифікації.	Перевірка метаданих; зворотний пошук зображень; зіставлення з офіційними повідомленнями.	Підроблені виступи політиків, ШІ-генеровані відео.
SEO-оптимізований контент та економіка уваги	Домінування поверхових, але оптимізованих матеріалів, клікбейт	Оцінювання авторитетності ресурсу; аналіз автора, дати, редакційної політики.	Контент-ферми, ШІ SEO-сайти.
Дезінформація та фейки	Маніпуляція фактами, експлуатація когнітивних упереджень, підрив довіри.	Фактчекінг; перехресна перевірка; звернення до офіційних джерел та спеціалізованих фактчекінгових платформ.	Координовані інформаційні кампанії, фейкові новини.

редагувань, ознаки автоматизованого генерування. Метаверифікація, своєю чергою, потребує інституційного закріплення – формування персональної або корпоративної етичної політики роботи з джерелами, яка публічно й послідовно визначає правила відбору, атрибуції, меж застосування ШІ та роботи з конфіденційними даними;

• на рівні спільноти, індивідуальні та інституційні практики набувають значення лише за умови їх публічності: коли автори, науковці, журналісти й бренди не просто дотримуються високих стандартів роботи з джерелами, а й відкрито демонструють аудиторії логіку власної перевірки інформації, тим самим виховуючи колективну цифрову грамотність і культуру критичного споживання контенту [13, с. 35–38].

Таким чином окреслені практики трансформують індивідуальну відповідальність автора на дієвий механізм структурного опору інформаційній дезінтеграції, адже перехід від окремої дії перевірки через системну метаверифікацію та етичну політику до колективної грамотності означає рух від пасивного споживання технологій до формування нової цифрової екології, де етична прозорість, довіра та верифікованість знання постають головною передумовою збереження інтелектуальної автономії суспільства.

Висновки. Культура роботи з джерелами функціонує як базовий суспільний договір, умови якого переписуються синхронно з трансформацією технологій виробництва знання, тоді як його фундаментальна логіка (прозорість в обмін на довіру) залишається незмінною від класичної історіографії до епохи штучного інтелекту. Такий ретроспективний погляд показує, що сучасна «криза довіри» не є унікальним явищем, а лише набуває нових форм у цифровому середовищі. Водночас масштаби та швидкість поточних технологічних зрушень розкривають історичну вразливість цієї культури, яка завжди розвивалася як реактивна практика, формуючи норми верифікації вже post factum. Відповідно, Генеративний ШІ актуалізує екзистенційне питання про те, чи здатна культура роботи з джерелами сформуватися випереджувально, ще до моменту остаточної когнітивної нерозрізнюваності автентичного та синтетичного контенту.

Саме в цьому контексті розкривається прагматична цінність запропонованої трирівневої моделі (індивідуальна практика – системна метаверифікація – колективна прозорість). Її призначення полягає не в описі окремих інструментів роботи з джерелами, а у формуванні цілісної системи превентивного управління довірою, що інтегрує особисту відповідальність комунікатора, інституційні механізми верифікації та відкритість комунікативних практик. За такого підходу декларування використання штучного інтелекту й публічна прозорість процедур верифікації набувають статусу нормативних принципів цифрової комунікації, орієнтованих не на подолання вже сформованої кризи довіри, а на її системне упередження.

Список літератури:

1. Altay S., Lyons B., Modirrousta-Galian A. Exposure to Higher Rates of False News Erodes Media Trust and Fuels Overconfidence. *Mass Communication and Society*. 2024. Vol. 28, No. 7. P. 1–25. DOI: https://doi.org/10.1080/15205436.2024.2382776

2. Aslett K., Sanderson Z., Godel W., Persily N., Nagler J., Tucker J. A. Online searches to evaluate misinformation can increase its perceived veracity. *Nature*. 2024. Vol. 625. P. 548–556. DOI: https://doi.org/10.1038/s41586-023-06883-y

3. Donald B. Stanford researchers find students have trouble judging the credibility of information online. *Stanford Graduate School of Education*. 2016. 22 Nov. URL: https://ed.stanford.edu/news/stanford-researchers-find-students-have-trouble-judging-credibility-information-online (дата звернення: 16.07.2026).

4. Ecker U. K. H., Lewandowsky S., Cook J., Schmid P., Fazio L. K., Brashier N., Kendeou P., Vraga E. K., Amazeen M. A. The psychological drivers of misinformation belief and its resistance to correction. *Nature Reviews Psychology*. 2022. Vol. 1. P. 13–29. DOI: https://doi.org/10.1038/s44159-021-00006-y

5. Edelman. *2020 Edelman Trust Barometer: Global Report*. New York : Edelman, 2020. URL: https://www.edelman.com/sites/g/files/aatuss191/files/2020-01/2020%20Edelman%20Trust%20Barometer%20Global%20Report.pdf (дата звернення: 17.07.2026).

6. Guess A. M., Lerner M., Lyons B., Montgomery J. M., Nyhan B., Reifler J., Sircar N. A digital media literacy intervention increases discernment between mainstream and false news in the United States and India. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 2020. Vol. 117, No. 27. P. 15536–15545. DOI: https://doi.org/10.1073/pnas.1920498117

7. Hutcheon L. *A Poetics of Postmodernism: History, Theory, Fiction*. 1st ed. London : Routledge, 2003. 288 p. DOI: https://doi.org/10.4324/9780203358856

8. Lewandowsky S., Oberauer K. Worldview-motivated rejection of science and the norms of science. *Cognition*. 2021. Vol. 215. Article 104820. DOI: https://doi.org/10.1016/j.cognition.2021.104820

9. Luhmann N. *Trust and Power* / ed. by C. Morgner, M. King ; trans. by H. Davis, J. Raffan, K. Rooney. Cambridge ; Medford, MA : Polity Press, 2017. 240 p.

10. Lü H. Equal emphasis on "research" and "representation": A new analysis of Ranke's debut work. *The Chinese Historical Review*. 2020. Vol. 27, No. 2. P. 122–135. DOI: https://doi.org/10.1080/00094633.2020.1720491

11. Metzger M. J. Making sense of credibility on the Web: Models for evaluating online information and recommendations for future research. *Journal of the American Society for Information Science and Technology*. 2007. Vol. 58, No. 13. P. 2078–2091. DOI: https://doi.org/10.1002/asi.20672

12. Pennycook G., Rand D. G. The Psychology of Fake News. *Trends in Cognitive Sciences*. 2021. Vol. 25, No. 5. P. 388–402. DOI: https://doi.org/10.1016/j.tics.2021.02.007

13. Ranieri M., Biagini G., Cuomo S. From Digital Literacy to AI Literacy: Developing a Comprehensive Framework for the Age of Artificial Intelligence. *Research on Education and Media*. 2026. Vol. 18, No. 1. P. 31–44. DOI: https://doi.org/10.2478/rem-2026-0005

14. UNESCO. *Guidance for Generative AI in Education and Research*. Paris : UNESCO, 2023. 44 p. DOI: https://doi.org/10.54675/EWZM9535. (дата звернення: 19.07.2026).

Kyianytsia Ye.O., Holik O.V. CULTURE OF SOURCE USE AS A MECHANISM FOR BUILDING TRUST IN DIGITAL COMMUNICATION

This article examines the culture of source use as a complex communicative practice that, in the context of digital transformation, has become a key factor in fostering public trust, legitimising information, and ensuring professional accountability. It traces the evolution of verification practices from the classical historiographical tradition to their transformation within the contemporary digital media environment, where traditional mechanisms of source attribution and information verification are being fundamentally reshaped by artificial intelligence, algorithmic content curation, synthetic media, and the attention economy. The study provides a comparative analysis of how the culture of source use operates across academic, journalistic, corporate, marketing, and creative discourses. Despite differences in their objectives and communicative functions, these domains share a common foundation: the critical evaluation of information, transparency of its provenance, and the ethical use of information resources. Particular attention is devoted to modelling practices for addressing contemporary digital challenges, which are conceptualised across three interrelated levels. At the operational level, the study outlines the concept of the author's hybrid competence, which integrates technological verification tools with critical human judgement, contextual interpretation, and transparent disclosure of AI involvement in content creation. At the tactical level, it substantiates the concept of meta-verification, understood as the evaluation of the conditions under which information is produced and disseminated, and argues for its institutionalisation through corporate ethical policies. At the strategic level, the emphasis is placed on making verification processes transparent in order to foster collective digital literacy and strengthen responsible information practices. The analysis shows that, in the age of digital communications, the culture of working with sources goes beyond the normative understanding of academic integrity, evolving into a universal meta-competence that facilitates the transition from passive consumption of technology to a new digital ecology and underpins the epistemic stability of society.

Keywords: *culture, sources, trust, verification, attribution, generative artificial intelligence, disinformation, media literacy, digital ecosystem.*

Дата першого надходження статті до видання: 22.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 14.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070.1:004.738.5
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/40

Кодацька Н.О.
https://orcid.org/0000-0003-0516-5333
Університет митної справи та фінансів

ВІЗУАЛЬНИЙ СТОРІТЕЛІНГ В ОНЛАЙН-МЕДІА: ТРАНСФОРМАЦІЯ ЖУРНАЛІСТСЬКОГО НАРАТИВУ В УМОВАХ ПЛАТФОРМІЗАЦІЇ

У статті досліджено особливості візуального сторітелінгу в сучасних онлайн-медіа в умовах платформізації медіакомунікацій. Розглянуто трансформацію журналістського наративу під впливом цифрових платформ, алгоритмічного поширення контенту, мобільного споживання інформації та зростання ролі візуальних форматів у взаємодії з аудиторією. Визначено, що візуальний сторітелінг у цифровому середовищі охоплює фотографію, відео, інфографіку, анімацію, інтерактивні елементи, мультимедійні лонгріди, вертикальні відео, сторіз і каруселі зображень. З'ясовано, що платформізація змінює традиційну лінійну модель журналістської розповіді, перетворюючи її на мультимодальний, фрагментований, інтерактивний і платформно адаптований наратив. Акцентовано на посиленні ролі першого візуального кадру, заголовка, підпису, монтажу та емоційного залучення аудиторії. Окреслено основні професійні й етичні виклики використання візуального сторітелінгу: залежність редакцій від алгоритмічних механізмів, ризики спрощення складних тем, маніпулятивного впливу, втрати контексту, порушення приватності, проблеми верифікації та маркування штучно створеного контенту. Проведено емпіричний аналіз форматів візуального сторітелінгу на вебсайтах регіональних медіа «Вісті Придніпров'я», Dnipro.media та «Місто і річка» за період 1–30 червня 2026 року. На підставі проведеного якісного контент-аналізу матеріалів встановлено, що всі три редакції використовують візуальний компонент як невід'ємний елемент цифрової журналістики, проте ступінь його інтеграції в журналістський наратив суттєво відрізняється. Визначено, що перехід від ілюстративного використання зображень до повноцінного візуального сторітелінгу є одним із ключових напрямів розвитку сучасних регіональних онлайн-медіа. Обґрунтовано необхідність поєднання технологічної адаптивності онлайн-медіа з журналістськими стандартами, етичними принципами та критичним ставленням до платформних показників залучення. Практичне значення дослідження полягає у можливості застосування його положень у роботі редакцій, підготовці журналістів і розробленні навчальних курсів із візуальної комунікації.

Ключові слова: *візуальний сторітелінг, онлайн-медіа, платформізація, журналістський наратив, мультимедійна журналістика, візуальна комунікація, аудиторна взаємодія.*

Постановка проблеми. Цифрова трансформація медіасфери зумовила істотні зміни у способах створення, поширення та споживання журналістського контенту. Якщо традиційна журналістика переважно спиралася на текстову форму подання інформації, то сучасні онлайн-медіа дедалі активніше використовують візуальні засоби: фотографію, відео, інфографіку, анімацію, інтерактивні карти, мультимедійні спецпроєкти, вертикальні ролики, сторіз і каруселі зображень. Унаслідок цього журналістська історія перестає бути виключно лінійним текстовим повідомленням і набуває ознак мультимодального наративу, у якому зміст формується через взаємодію слова, зображення, звуку, дизайну та цифрової навігації.

Важливим чинником таких змін є платформізація – процес, за якого цифрові платформи визначають технічні, алгоритмічні, комунікативні та економічні умови функціонування медіа. Соціальні мережі, відеоплатформи, месенджери та пошукові системи не лише забезпечують поширення журналістських матеріалів, а й впливають на їхню форму, темп, тривалість, візуальне оформлення та способи взаємодії з аудиторією. У платформному

© Кодацька Н.О., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

середовищі медіа мають адаптувати контент до мобільного перегляду, коротких форматів, вертикального відео, алгоритмічного ранжування та метрик залучення. За таких умов візуальний сторітелінг стає одним із ключових інструментів медіакомунікації. Його функція полягає не лише в ілюструванні тексту, а й у створенні самостійної наративної логіки. Візуальний матеріал може структурувати історію, формувати емоційний акцент, пояснювати складні явища, персоналізувати суспільно важливі теми та стимулювати аудиторну взаємодію. Водночас посилення ролі візуального контенту супроводжується низкою ризиків: фрагментацією повідомлення, пріоритетом емоційного ефекту над контекстом, залежністю від алгоритмів, маніпулятивним використанням зображень, поширенням неперевіреного або синтетичного візуального контенту.

Отже, актуальність дослідження зумовлена потребою комплексно осмислити трансформацію журналістського наративу в умовах платформізації та визначити місце візуального сторітелінгу в сучасній структурі онлайн-медіа. Особливо важливим є аналіз того, як платформні формати впливають на способи подання інформації, роль журналіста, функції візуального контенту та взаємодію медіа з аудиторією.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика візуального сторітелінгу в онлайн-медіа формується на перетині досліджень цифрової журналістики, мультимедійної комунікації, візуальної культури та платформізації. У науковій літературі можна виокремити кілька взаємопов'язаних напрямів: осмислення мультимедійного наративу, вивчення платформного впливу на редакційні практики та дослідження аудиторної взаємодії. Теоретичні засади трансформації журналістики в цифровому середовищі розкрито у працях, присвячених конвергенції, інтерактивності та мультимедійності. Д. Домінго звертає увагу на суперечність між нормативним уявленням про інтерактивність як ключову ознаку онлайн-журналістики та її фактичним використанням у редакційній практиці [5]. Дослідник показує, що технологічні можливості не автоматично змінюють журналістські процедури, оскільки їхнє застосування залежить від професійних норм, організаційних умов і редакційної культури. Наративні можливості мультимедійної журналістики досліджує К. ван Крікен на прикладі мультимедійного проєкту Snow Fall. Авторка доводить, що цифрова історія створює ефект занурення завдяки поєднанню тексту, фотографії, відео, графіки, дизайну та навігаційних рішень. Особливого значення набувають послідовність подання матеріалу, реконструкція сцен, персоналізація досвіду героїв і взаємодія різних модальностей. Цей підхід дає підстави трактувати візуальний сторітелінг не як додаток до тексту, а як спосіб організації цілісного журналістського наративу [6].

Вітчизняні дослідження цифрової журналістики дедалі активніше звертаються до проблем мультимедійності, інтерактивності, трансмедійного сторітелінгу, візуальної комунікації та впливу цифрових платформ на редакційні практики. Водночас поняття платформізації як комплексного процесу, що визначає не лише канали поширення, а й структуру, візуальну форму та наративну логіку журналістського матеріалу, ще потребує системного осмислення в українському журналістикознавстві. Одним із важливих напрямів є дослідження трансмедійного та мультимедійного сторітелінгу. С. Азєєв розглядає трансмедійний сторітелінг як синергію журналістських жанрів, цифрового контенту та мультимедійних платформ [1]. Дослідник акцентує на зв'язку між конвергенцією медіа, кросмедійним поширенням контенту, лонгрідами та новими способами організації журналістської історії. Специфіку візуального сторітелінгу у відеоконтенті аналізує А. Подосян. На матеріалі журналістики рішень автор показує, що аудіовізуальні формати можуть поєднувати інформування, емоційне залучення, пояснення проблеми та демонстрацію можливих способів її подолання [3].

Окремий блок наукових праць присвячений базовим характеристикам онлайн-медіа – інтерактивності, мультимедійності та гіпертекстуальності. Д. Загорулько пропонує розглядати ці властивості як взаємопов'язані, але не тотожні характеристики цифрової журналістики [4]. Візуальний вимір журналістського матеріалу розглядає Є. Бірюкова у дослідженні функціональності фотографій у сучасній українській пресі [2]. Авторка аналізує фотографію як складову креолізованого тексту та підкреслює її роль у посиленні сприйняття повідомлення. Фотографія в такому підході виконує не лише ілюстративну, а й інформаційну, емоційну, композиційну та смислотворчу функції. Цей висновок є принциповим для дослідження візуального сторітелінгу, оскільки підтверджує необхідність аналізувати співвідношення тексту й зображення як єдину наративну конструкцію.

Постановка завдання. Метою статті є визначення особливостей трансформації журналістського наративу під впливом візуального

сторітелінгу в онлайн-медіа в умовах платформізації. Для досягнення поставленої мети передбачено виконання таких завдань: уточнити зміст поняття «візуальний сторітелінг» у контексті онлайн-журналістики, охарактеризувати платформізацію як чинник трансформації медіаконтенту, визначити основні формати візуального сторітелінгу, проаналізувати зміни у структурі журналістського наративу, окреслити професійні та етичні виклики використання візуального контенту в цифровому середовищі.

Виклад основного матеріалу. Візуальний сторітелінг у журналістиці є способом створення й поширення журналістської історії, у якому візуальні елементи – фотографія, відео, інфографіка, ілюстрація, анімація або поєднання цих компонентів – беруть участь у формуванні змісту повідомлення. На відміну від традиційної моделі, де зображення виконує лише ілюстративну функцію щодо тексту, візуальний сторітелінг передбачає, що зображення може бути самостійним носієм фактів, емоцій, просторового контексту, часової послідовності та авторської інтерпретації події.

У сучасній журналістиці візуальний сторітелінг доцільно розглядати як мультимодальну форму комунікації. Її зміст формується не одним кодом, а взаємодією тексту, зображення, звуку, графіки, монтажу, навігації та інтерфейсу цифрової платформи. Текст пояснює факти й надає контекст, фотографія створює ефект присутності, відео передає динаміку події, інфографіка структурує дані, а карта демонструє просторові зв'язки. У сукупності ці елементи формують цілісний журналістський наратив [1].

Візуальний сторітелінг не зводиться до естетичного оформлення матеріалу. Його головне завдання полягає у смисловій організації інформації. Візуальний елемент може визначати точку входу в історію, показувати героя, фіксувати наслідки події, пояснювати складний процес, порівнювати дані або допомагати аудиторії співвіднести окремий факт із ширшим соціальним, культурним чи просторовим контекстом. Теоретичною основою візуального сторітелінгу є поняття наративу як організованої розповіді про події, героїв, конфлікти, причини, наслідки та зміни. У журналістиці наратив не обмежується послідовним викладом фактів: він формує логіку, за якою аудиторія розуміє подію, визначає її значущість і співвідносить із власним досвідом. Особливість візуального наративу полягає в тому, що він може передавати історію через один кадр або через послідовність зображень. Фотографія, навіть будучи статичною, здатна містити часовий вимір: вона фіксує наслідок події, вказує на те, що відбулося до моменту зйомки, або створює очікування подальшого розвитку. У фотоісторії чи фоторепортажі часовий вимір посилюється завдяки добору, чергуванню та монтажу кадрів. Саме послідовність зображень дозволяє показати розвиток події, зміну стану героя, трансформацію простору або логіку певного процесу [2].

Візуальний наратив формується через кілька взаємопов'язаних компонентів: героя або об'єкт історії, подію чи проблему, простір, часову перспективу, конфлікт або напруження, візуальну деталь, авторську точку зору, текстовий супровід. У журналістському матеріалі ці елементи не завжди подаються прямо, проте саме вони забезпечують цілісність і зрозумілість історії. Для візуального сторітелінгу важливою є не лише наявність зображення, а й його функція. Якщо фотографія лише дублює заголовок або формально супроводжує текст, вона має ілюстративний характер. Якщо ж зображення додає новий факт, демонструє доказ, передає емоційний стан героя, пояснює просторовий контекст чи організовує послідовність події, воно стає повноцінним елементом наративу.

Ефективний візуальний сторітелінг ґрунтується на чіткій редакційній логіці. Насамперед журналіст має визначити центральне питання історії: про кого або про що йдеться, чому ця тема важлива, який конфлікт чи зміна лежить в її основі, що саме має зрозуміти аудиторія після перегляду матеріалу. Другим принципом є змістовна відповідність між текстом і візуальним компонентом. Зображення не повинно бути випадковою прикрасою. Воно має доповнювати текст новою інформацією, уточнювати простір, показувати героя, фіксувати дію або пояснювати дані. Якщо візуальний елемент не додає смислу, його функція зводиться до декоративної. Третім принципом є композиційна послідовність. У фотоісторії або мультимедійному матеріалі важливо, щоб кадри й блоки розгорталися логічно: від загального контексту до конкретного досвіду, від проблеми до її наслідків, від факту до пояснення. Послідовність формує темп історії та допомагає уникнути хаотичного накопичення зображень. Четвертим принципом є достовірність. У журналістському візуальному матеріалі необхідно перевіряти походження фотографій і відео, дату та місце створення, авторство, можливі ознаки маніпуляції, а також відповідність зображення тексту. Особливо важливим це є в умовах війни, кризових подій

і цифрового поширення користувацького контенту. П'ятим принципом є етична відповідальність. Візуальний сторітелінг пов'язаний із ризиками порушення приватності, повторної травматизації, стигматизації, естетизації насильства, поширення чутливих даних або використання зображень дітей і постраждалих без належної згоди. Тому редакція має враховувати суспільну значущість зображення, можливу шкоду для героїв і потребу в пояснювальному контексті [3].

Важливо зазначити, що цифрове середовище змінило не лише набір форматів, а й саму логіку журналістського наративу. Якщо у друкованому медіа читач зазвичай рухався від заголовка до тексту, то в онлайн-медіа він може почати взаємодію з фотографії, відео, картки в соціальній мережі, push-повідомлення або фрагмента матеріалу в месенджері. Це означає, що візуальний елемент дедалі частіше стає першою точкою контакту між редакцією та аудиторією. Платформізація журналістики посилює значення коротких, мобільних і візуально виразних форматів. Соціальні мережі стимулюють використання каруселей, коротких вертикальних відео, карток із цитатами, інфографіки та фотофактів. Водночас це створює ризик фрагментації: складна історія може бути зведена до одного емоційного кадру або короткого заголовка без достатнього контексту. Тому для сучасного журналіста важливо поєднувати швидкість цифрової комунікації з професійними стандартами. Візуальна привабливість не повинна переважати над точністю, а емоційність – над верифікацією. Саме тому якісний візуальний сторітелінг потребує редакційної роботи з джерелами, підписами, контекстом, авторством, згодою героїв і можливими наслідками публікації.

Візуальний сторітелінг у журналістиці є комплексною формою мультимодальної комунікації, у якій зображення, відео, дані, карта та дизайн не лише супроводжують текст, а й беруть участь у створенні журналістського змісту. Його ефективність визначається не кількістю візуальних елементів, а їхньою наративною функцією, достовірністю, етичною обґрунтованістю та здатністю допомагати аудиторії зрозуміти суспільно важливу тему [4].

Платформізація онлайн-медіа є одним із визначальних процесів сучасної цифрової журналістики. Вона полягає у зростанні впливу цифрових платформ на виробництво, поширення, монетизацію та споживання журналістського контенту. Соціальні мережі, відеоплатформи, месенджери, пошукові системи та агрегатори новин виконують не лише функцію каналів дистрибуції, а й формують правила видимості матеріалів, способи взаємодії з аудиторією та вимоги до структури повідомлення. У платформному середовищі редакції мають враховувати алгоритмічне ранжування, мобільний формат перегляду, обмежений час уваги користувача, технічні параметри публікацій і показники залучення аудиторії. Відповідно, журналістський матеріал адаптується до вимог конкретної платформи: змінюються його тривалість, візуальна композиція, ритм, співвідношення тексту й зображення, роль заголовка, обкладинки, підпису та заклику до дії [8].

Платформізація впливає на журналістський наратив у кількох напрямах. По-перше, відбувається перехід від лінійної моделі викладу до фрагментованої. Традиційний матеріал із послідовним розвитком теми може бути представлений як серія коротких відео, окремі фотографії, дописи або фрагменти інфографіки. Кожен із цих елементів має бути зрозумілим самостійно, але водночас пов'язаним із загальною історією. По-друге, посилюється роль першого візуального елемента. Обкладинка відео, перша фотографія, заголовна картка або початкові секунди ролика часто визначають, чи зупиниться користувач на матеріалі. У зв'язку з цим візуальний компонент набуває функції не лише ілюстрації, а й первинного носія смислу, емоційного акценту та механізму привернення уваги. По-третє, змінюється роль аудиторії. Користувачі не лише споживають журналістський контент, а й коментують, поширюють, доповнюють, переосмислюють і створюють власні візуальні матеріали [9, с. 84]. Це сприяє розвитку інтерактивності, але водночас створює ризики втрати авторського контексту, поширення неперевіреного контенту та зміщення акценту з журналістської цінності матеріалу на його віральність.

Отже, платформізація змінює не лише канали поширення журналістських матеріалів, а й саму структуру візуального наративу. Вона сприяє розвитку мультимодальних, коротких, мобільно адаптованих та інтерактивних форматів, але водночас посилює залежність редакцій від алгоритмів, метрик залучення та технічних обмежень платформ. Ефективне використання візуального сторітелінгу в онлайн-медіа потребує балансу між адаптацією до платформних вимог, змістовою повнотою, достовірністю інформації та дотриманням журналістських і етичних стандартів.

Крім того, цифрове платформне середовище зумовлює переосмислення традиційної моделі журналістського наративу. Якщо друкований або класичний вебматеріал переважно передбачав

лінійний порядок ознайомлення – від заголовка й ліду до основного викладу, коментарів та висновків, – то сучасна платформна комунікація формує фрагментований наратив. Користувач може розпочати взаємодію з журналістською історією з окремого відеофрагмента, фотографії чи цитати. Унаслідок цього матеріал функціонує не лише як завершений текст, а як сукупність взаємопов'язаних модулів, які можуть споживатися в різній послідовності [7, с. 126]. Фрагментація не означає відмови від цілісності журналістської історії. Навпаки, вона потребує особливої редакційної організації: кожен окремий елемент має бути зрозумілим самостійно, але водночас зберігати зв'язок із ширшим контекстом. У платформному середовищі журналістський наратив набуває мережевої структури, у якій користувач переходить між короткими та розгорнутими форматами, візуальними й текстовими компонентами, первинним повідомленням і додатковими поясненнями. Такий принцип відповідає логіці конвергентної культури, де зміст циркулює між різними медіаканалами та передбачає активну участь аудиторії.

Особливого значення в цій системі набуває перший візуальний кадр. У стрічковій моделі споживання контенту саме він часто виконує роль візуального ліду, тобто первинного елемента, що привертає увагу й задає спосіб інтерпретації матеріалу. Перший кадр має за короткий час окреслити тему, емоційний тон і центральний образ історії. Його комунікативна ефективність визначається композицією, наявністю виразного об'єкта, людського виміру події або контрасту. Водночас посилення ролі візуального входу до матеріалу актуалізує етичну проблему: прагнення до високої видимості не повинно призводити до сенсаціоналізації, естетизації травми чи маніпулятивного використання зображень [6].

Поряд із першим кадром зростає значення заголовка, підпису, обкладинки та монтажу. Заголовок у платформному середовищі виконує не тільки номінативну, а й навігаційну та конкурентну функції: він має повідомити ключовий зміст і водночас мотивувати користувача зупинити увагу. Підпис до фото чи відео забезпечує контекстуалізацію зображення, уточнює час, місце, обставини його створення та сприяє верифікації візуального матеріалу. Обкладинка формує первинне очікування від історії, а монтаж визначає її ритм, темп і логіку емоційного розгортання. У коротких відеоформатах монтаж, поєднаний із титрами, звуком і зміною планів, стає одним із головних засобів наративної організації [5].

Сучасний журналістський сторітелінг ґрунтується на мультимодальності – поєднанні тексту, зображення, звуку й графіки в межах одного повідомлення. Різні модуси комунікації не мають механічно дублювати один одного; їхнє завдання полягає у взаємному доповненні. Текст подає фактологічну інформацію, пояснює причини та наслідки події, фото й відео створюють ефект присутності, звук передає атмосферу, голоси героїв і емоційний контекст, графіка структурує дані та полегшує розуміння складних процесів. Відтак смисл журналістської історії виникає не лише через вербальний виклад, а й через взаємодію різних семіотичних ресурсів [6].

Зростання інтерактивності є ще однією визначальною рисою платформного наративу. Аудиторія отримує можливість не лише споживати матеріал, а й коментувати, поширювати, оцінювати, брати участь в опитуваннях, переходити за посиланнями, відкривати додаткові блоки інформації. Користувачі також можуть надсилати власні фото, відео й свідчення, які після професійної перевірки здатні доповнювати журналістський матеріал. Це посилює партисипативний характер медіакомунікації, однак не знімає з редакції відповідальності за верифікацію, модерацію та етичне використання користувацького контенту [7, с. 128].

Платформна логіка передбачає адаптацію однієї історії до різних форматів і технічних обмежень. Розгорнута стаття на сайті, коротке вертикальне відео, серія сторіз, аудіофрагмент, інфографіка або допис у месенджері мають різні параметри тривалості, екранного простору, способів навігації та режимів взаємодії. Тому адаптація не може зводитися до механічного скорочення тексту. Вона потребує зміни композиції, відбору ключових фактів, переосмислення ролі візуального матеріалу та збереження смислового ядра історії в кожному форматі. Такий процес пов'язаний із явищем платформізації, за якого медіавиробництво дедалі більше залежить від технічної інфраструктури, алгоритмів і правил цифрових платформ [8].

Водночас скорочується час, який користувач готовий витратити на первинне сприйняття матеріалу. У ситуації надлишку інформації рішення про перегляд, читання або подальшу взаємодію часто ухвалюється протягом перших секунд. Це стимулює до стислості, чіткої структури, раннього подання ключового факту та використання візуальних маркерів. Проте скорочення часу споживання не обов'язково означає спрощення змісту. Ефективною є багаторівнева організація матеріалу, за якої короткий формат повідомляє основне,

а розгорнутий текст, пояснювальне відео, інтерактивна графіка чи добірка джерел забезпечують глибше розуміння теми [5].

У платформному середовищі також відбувається зміщення акценту від прагнення до повноти повідомлення до емоційного залучення аудиторії. Показники переглядів, реакцій, поширень і часу утримання уваги підсилюють значення емоційно виразних образів та персоналізованих історій. Емоція стає механізмом, який може спонукати користувача до взаємодії з матеріалом, однак її використання має бути врівноважене контекстом, фактологічною точністю та суспільною відповідальністю. Журналістський матеріал не повинен перетворювати складні соціальні проблеми на набір видовищних фрагментів, орієнтованих лише на максимізацію уваги [6].

Отже, трансформація журналістського наративу в платформному середовищі полягає в переході від лінійного текстоцентричного повідомлення до мультимодальної, фрагментованої та інтерактивної історії. Її зміст формується через взаємодію тексту, візуальних образів, звуку, графіки, монтажу, інтерфейсу та аудиторної участі. Візуальний сторітелінг у цій моделі постає не як додаткове оформлення, а як повноцінний інструмент конструювання журналістського змісту, пояснення подій і формування суспільної уваги. При цьому етичний візуальний сторітелінг передбачає поєднання права аудиторії на інформацію з повагою до гідності, безпеки та приватності людей, зображених у матеріалі. Для онлайн-медіа важливо розробляти внутрішні редакційні стандарти роботи з візуальним контентом, які визначатимуть процедури отримання згоди, верифікації, маркування синтетичних матеріалів, захисту вразливих груп, використання шокового контенту та реагування на помилки. Умови платформізації не зменшують, а навпаки посилюють потребу в таких стандартах, оскільки візуальна історія в цифровому середовищі має значний вплив, швидко поширюється та може зберігатися в публічному просторі тривалий час.

Нижче подано якісно-описовий аналіз матеріалів, оприлюднених у період 1–30 червня 2026 року на вебсайтах «Вісті Придніпров'я», Dnipro.media та «Місто і річка». Дослідження було виконано методом якісного контент-аналізу та порівняльного аналізу. Об'єктом стали матеріали трьох регіональних онлайн-медіа міста Дніпро: «Вісті Придніпров'я», Dnipro.media та «Місто і річка» (https://vesti.dp.ua, https://www.dnipro.media, https://mistorichka.media/). Вибірка сформована за доступними датованими публікаціями сайтів та не претендує на суцільний підрахунок усіх матеріалів, оскільки архів і пошукова індексація сайтів відрізняються, тому висновки стосуються виявлених форматів і редакційних моделей, а не абсолютної частоти всіх публікацій. Одиницею аналізу визначено окрему публікацію на вебсайті. У межах аналізу враховано: жанр матеріалу, тип візуального супроводу, наративну функцію фотографії, відео або графіки, співвідношення тексту й візуального компонента, рівень контекстуалізації, потенціал для залучення аудиторії, етичні ризики. Особливу увагу приділено тому, чи є візуальний матеріал лише ілюстрацією до тексту, чи бере участь у самостійному розгортанні журналістської історії.

У межах доступної червневої вибірки «Вісті Придніпров'я» демонструє переважно традиційну новинну модель: короткий або середній за обсягом текст, заголовок, дата, тематичні теги та одна головна фотографія. Наприклад, публікація від 3 червня 2026 року – «Погода та прикмети на середу, 3 червня 2026 року» – є прикладом сервісного контенту, у якому візуальний компонент не формує окремої історії, а виконує допоміжну функцію впізнаваності матеріалу. Отже, домінантним форматом є новинна або сервісна стаття з фотоілюстрацією. Візуальний елемент у цій моделі виконує три функції: привертає увагу в стрічці, тематично маркує матеріал і створює початковий емоційний акцент. Водночас він рідко має послідовну наративну структуру, характерну для фоторепортажу, фотоісторії чи мультимедійного лонгріду. Сильною стороною медіа є регулярність і зрозуміла структура новинного матеріалу. Обмеженням є невисока автономність візуального компонента: читач отримує переважно текстову історію, а не історію, що розгортається через серію зображень, дані, карту, відео або інтерактивні елементи.

У Dnipro.media за червень 2026 року виявлено матеріали, що репрезентують новинний, сервісний і пояснювальний формати. Наприклад, публікація «Як отримати статус ВПО у 2026 році» від 1 червня поєднує інструктивний текст із головним зображенням і структурованою подачею інформації. Матеріали про ремонт Січеславської Набережної від 3 червня, програму Book Space від 8 червня, закупівлю екскаваторів від 14 червня, відзначення випускників у метро від 16 червня та зміни екологічної програми від 28 червня демонструють орієнтацію редакції на пояснення міських рішень, бюджетних процесів, інфраструктури й локальних подій. Домінантним форматом є пояснювальна новинна стаття з однією ключовою фотографією

або тематичною ілюстрацією. У матеріалах про інфраструктурні тендери редакція використовує фотографії загального характеру, зокрема з фотобанків або відкритих джерел. Таке зображення не лише супроводжує текст, а й допомагає швидко ідентифікувати тему: транспорт, комунальне підприємство, міський простір, соціальна послуга чи культурна подія.

Візуальний сторітелінг Dnipro.media має пояснювально-навігаційну функцію. Текст залишається основним носієм фактів, однак заголовок, головне фото, внутрішня структура й посилання на документи створюють більш виразну цифрову логіку подання, ніж у традиційній газетній моделі. Особливо помітним є використання візуального маркування джерел: у матеріалах зазначаються походження фото та джерела даних, наприклад документи Prozorro, міської ради, організаторів подій або офіційних структур. Водночас більшість проаналізованих матеріалів не перетворює візуальний компонент на самостійний сюжет. Фото частіше є тематичною ілюстрацією, ніж доказовим репортажним кадром, серією зображень або інфографікою. Це знижує ризик перевантаження, але обмежує потенціал глибокого візуального занурення в локальну проблему.

Матеріали «Міста і річки» за червень 2026 року зосереджені на міській інфраструктурі, транспорті, безпеці, вартості життя та повсякденному досвіді мешканців. До вибірки увійшли публікації про запуск другого низькопідлогового трамвая від 5 червня, звуження тротуару на проспекті Миру від 7 червня, пошкодження транспортної інфраструктури внаслідок атаки від 15 червня та матеріал «Для “виживання” і для комфорту: скільки грошей потрібно для життя у Дніпрі?» від 23 червня. Домінантним форматом є локальна новина або пояснювальний матеріал про міський простір. У таких текстах візуальний компонент має не лише ілюстративну, а й просторово-орієнтаційну функцію: він допомагає уявити маршрут, транспортний об’єкт, вулицю, місце ремонту або наслідки події. Саме робота з міським простором створює для медіа вищий потенціал розвитку фоторепортажу, картографічного сторітелінгу та візуального пояснення. Матеріал про вартість життя у Дніпрі демонструє інший формат – соціально-економічну пояснювальну історію, побудовану на поєднанні цифр, досвіду людей і міського контексту. Такий тип публікації має потенціал для інфографіки, порівняльних таблиць, візуалізації витрат або портретної фотоісторії. У доступному текстовому вигляді головним носієм наративу є текст, однак сама тема передбачає можливість ширшої мультимедійної подачі. Для «Міста і річки» характерний найбільш виражений зв’язок між візуальною історією та конкретним міським середовищем. На відміну від загальних ілюстрацій, тут фотографія потенційно може бути доказом зміни простору, наслідків інфраструктурних рішень або повсякденного досвіду мешканців. Основний етичний ризик пов’язаний із висвітленням воєнних наслідків: у таких матеріалах важливо не перетворювати пошкодження та людську вразливість на естетичний об’єкт і не розкривати чутливі безпекові деталі.

Проведений якісний контент-аналіз матеріалів онлайн-медіа «Вісті Придніпров’я», Dnipro.media та «Місто і річка» (https://vesti.dp.ua, https://www.dnipro.media, https://mistorichka.media/) за період 1–30 червня 2026 року засвідчив, що всі три редакції використовують візуальний компонент як невід'ємний елемент цифрової журналістики, проте ступінь його інтеграції в журналістський наратив суттєво відрізняється. Найпоширенішою моделлю залишається новинна або пояснювальна публікація з однією головною фотографією, яка виконує переважно функції привернення уваги, тематичного маркування та створення початкового емоційного акценту. У більшості випадків саме текст залишається основним носієм змісту, тоді як візуальний компонент лише доповнює його.

Порівняльний аналіз дозволив виокремити три редакційні моделі використання візуального сторітелінгу. Для «Вістей Придніпров’я» характерна традиційна ілюстративна модель, у якій фотографія супроводжує текст, але практично не бере участі у самостійному розгортанні історії. Dnipro.media демонструє пояснювальну модель, де візуальні елементи підтримують навігацію, структурування інформації та підсилюють її достовірність завдяки посиланню на офіційні джерела, хоча також не набувають самостійної наративної ролі. Найбільший потенціал розвитку власне візуального сторітелінгу виявлено у «Місті і річці», де тематика міського простору, інфраструктури та повсякденного життя створює передумови для використання фоторепортажів, картографічного сторітелінгу, інфографіки та інших мультимедійних форматів.

Загалом результати аналізу свідчать, що регіональні онлайн-медіа Дніпра перебувають на етапі переходу від традиційної текстоцентричної моделі до мультимодальної журналістики. Візуальний контент стає обов'язковим елементом редакційної практики, однак його потенціал як повноцінного

засобу розгортання журналістського наративу використовується лише частково. Переважання ілюстративних фотографій над репортажними серіями, інфографікою, інтерактивними картами чи мультимедійними лонгрідами свідчить, що можливості сучасного візуального сторітелінгу ще не реалізовані повною мірою.

Отримані результати підтверджують загальну тенденцію платформізації журналістики: редакції поступово адаптують матеріали до вимог цифрового середовища, однак розвиток мультимодального наративу потребує подальшого вдосконалення редакційних практик, розширення використання різних форматів візуалізації та поглиблення інтеграції візуального компонента в структуру журналістської історії. Це дає підстави стверджувати, що саме перехід від ілюстративного використання зображень до повноцінного візуального сторітелінгу є одним із ключових напрямів розвитку сучасних регіональних онлайн-медіа.

Висновки. Візуальний сторітелінг є одним із визначальних механізмів трансформації сучасної онлайн-журналістики. Він змінює спосіб організації та сприйняття журналістського матеріалу, переводячи його з переважно текстоцентричної моделі у формат мультимодальної історії, у якій смисл формується через взаємодію тексту, фотографії, відео, звуку, графіки, монтажу та інтерфейсних рішень. Платформізація медіа істотно впливає на структуру журналістського наративу. Він набуває фрагментованого, інтерактивного та адаптивного характеру, оскільки одна історія може поширюватися через різні формати і цифрові канали. Водночас видимість матеріалу, способи його подання та траєкторії аудиторного споживання дедалі більше залежать від алгоритмічних правил платформ, технічних параметрів форматів і показників залучення користувачів. Візуальні формати посилюють здатність журналістики привертати увагу, створювати ефект присутності, персоніфікувати суспільно важливі теми та полегшувати розуміння складної інформації. Проте орієнтація на швидке емоційне залучення може супроводжуватися ризиками спрощення змісту, втрати контексту, сенсаціоналізації та маніпулятивного використання візуальних образів. Тому візуальна виразність журналістського матеріалу має поєднуватися з фактологічною точністю, контекстуалізацією та дотриманням етичних норм.

Перспективним напрямом подальших досліджень є аналіз впливу алгоритмічного ранжування, генеративного штучного інтелекту та коротких відеоформатів на довіру аудиторії до журналістського контенту. Окремої уваги потребує вивчення того, як нові технології змінюють критерії достовірності, способи верифікації візуальних матеріалів і межі професійної відповідальності журналістів у платформному середовищі.

Список літератури:

1. Азєєв С. Трансмедійний сторітелінг як синергія жанрів, цифрового контенту та мультимедійних платформ. *Діалог: медіастудії*. 2019. № 25. DOI: https://doi.org/10.18524/2308-3255.2019.25.195600

2. Бірюкова Є. Функціональність фотографій у сучасній українській пресі як фактор підвищення ефективності сприйняття креолізованих текстів (на прикладі видання «Український тиждень» за 2021–2023 роки). *Соціальні комунікації: теорія і практика*. 2023. № 15(2). DOI: https://doi.org/10.51423/2524-0471-2023-15-2-6

3. Подосян А. Специфіка візуального сторітелінгу у відеоконтенті формату журналістика рішень. *Діалог: медіастудії*. 2025. № 31. DOI: https://doi.org/10.18524/2308-3255.2025.31.358476

4. Загорулько Д. Інтерактивність, мультимедійність, гіпертекстуальність: співвідношення ключових характеристик онлайн-медіа. *Обрії друкарства*. 2025. № 1(17). DOI: https://doi.org/10.20535/2522-1078.2025.1(17).324229

5. Domingo D. Interactivity in the daily routines of online newsrooms: Dealing with an uncomfortable myth. Journal of Computer-Mediated Communication, 2011 13(3), 680–704. URL: https://academic.oup.com/jcmc/article/13/3/680/4582989 (дата звернення: 30.07.2026).

6. Van Krieken, K. Multimedia storytelling in journalism: Exploring narrative techniques in Snow Fall. *Information*. 2018. 9(5). Article 123. URL: https://www.mdpi.com/2078-2489/9/5/123 (дата звернення: 25.07.2026).

7. Singer J. B., Domingo D., Heinonen A. et al. Participatory Journalism: Guarding Open Gates at Online Newspapers. Chichester : Wiley-Blackwell, 2011. P. 126-128.

8. Poell T., Nieborg D., van Dijck J. Platformisation. Internet Policy Review. 2019. Vol. 8, no. 4. DOI: https://doi.org/10.14763/2019.4.1425

9. Van Dijck J., Poell T., de Waal M. The Platform Society: Public Values in a Connective World. New York : Oxford University Press, 2018. 304 p.

Kodatska N.O. VISUAL STORYTELLING IN ONLINE MEDIA: THE TRANSFORMATION OF JOURNALISTIC NARRATIVE IN THE CONTEXT OF PLATFORMIZATION

The article explores the features of visual storytelling in contemporary online media within the context of the platformization of media communications. It explores the transformation of journalistic narratives under the influence of digital platforms, algorithmic content distribution, mobile information consumption, and the growing role of visual formats in audience engagement. The study identifies that visual storytelling in the digital environment encompasses photography, video, infographics, animation, interactive elements, multimedia long-form stories, vertical videos, stories, and image carousels. It is established that platformization transforms the traditional linear model of journalistic storytelling into a multimodal, fragmented, interactive, and platform-adapted narrative. The article outlines the main professional and ethical challenges associated with visual storytelling, including editorial dependence on algorithmic mechanisms, the risks of oversimplifying complex issues, manipulative influence, loss of context, privacy concerns, and the problems of verifying and labeling AI-generated content. An empirical analysis of visual storytelling formats was conducted using materials published on the websites of the regional media outlets Visti Prydniprovia, Dnipro.media, and Misto i Richka during the period from June 1 to June 30, 2026. Based on a qualitative content analysis, the study found that all three newsrooms employ visual components as an integral element of digital journalism; however, the degree of their integration into journalistic narratives differs significantly. The findings demonstrate that the transition from the illustrative use of images to fully developed visual storytelling constitutes one of the key directions in the evolution of contemporary regional online media. The study substantiates the need to combine the technological adaptability of online media with journalistic standards, ethical principles, and a critical approach to platform engagement metrics. The practical significance of the research lies in the possibility of applying its findings in newsroom practices, journalism education, and the development of academic courses in visual communication.

Keywords: *visual storytelling, online media, platformization, journalistic narrative, multimedia journalism, visual communication, audience engagement.*

Дата першого надходження статті до видання: 24.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 17.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 316.77:070.1
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/41

Лепетуха М.В.
https://orcid.org/0009-0005-5357-8791
Національний університет «Одеська юридична академія»

РОЛЬ ФАКТЧЕКІНГУ У ФОРМУВАННІ ІНФОРМАЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ СУСПІЛЬСТВА

У статті досліджується роль фактчекінгу як інструменту формування та зміцнення інформаційної стійкості суспільства в умовах сучасного медіапростору, насиченого дезінформацією, маніпуляціями та інформаційними операціями. Проаналізовано теоретичні засади фактчекінгу як окремої журналістської практики та соціально значущої діяльності, спрямованої на верифікацію публічно поширюваної інформації. Розглянуто генезис фактчекінгових організацій у світовому та вітчизняному медіапросторі, визначено ключові методологічні підходи до перевірки фактів та рейтингування достовірності інформації. Встановлено взаємозв'язок між систематичним застосуванням фактчекінгових практик і рівнем критичного медіаспоживання громадян. Окремо розглянуто питання інституціоналізації фактчекінгу в Україні, діяльність провідних вітчизняних організацій – StopFake, VoxCheck, «Слово і Діло» – та їхній внесок у протидію інформаційним загрозам. Показано, що ефективність фактчекінгу визначається не лише швидкістю виявлення та спростування неправдивих повідомлень, а й рівнем довіри аудиторії до незалежних джерел інформації та прозорістю методів перевірки. Встановлено, що фактчекінг виступає не лише реактивним механізмом відповіді на дезінформацію, а й проактивним інструментом формування в суспільстві навичок критичного мислення, медіаграмотності та відповідального споживання інформації. Визначено основні виклики, що постають перед фактчекерами в умовах гібридних інформаційних воєн: надшвидке поширення неправдивих наративів, ефект підтвердження упередженості, алгоритмічна логіка соціальних мереж та активне використання технологій штучного інтелекту для створення маніпулятивного контенту. Запропоновано перспективні шляхи підвищення ефективності фактчекінгу через інтеграцію з медіаосвітою, розбудову міжнародних мереж співпраці, удосконалення цифрових інструментів перевірки інформації та впровадження технологій штучного інтелекту. Обґрунтовано необхідність системного підходу до формування інформаційної стійкості суспільства, де фактчекінг посідає центральне місце як практичний механізм протидії інформаційним впливам, підвищення якості суспільного дискурсу та збереження довіри до медіаінституцій.

Ключові слова: *фактчекінг, дезінформація, інформаційна стійкість, медіаграмотність, верифікація інформації, критичне мислення, інформаційні операції, маніпуляції, медіапростір, соціальні комунікації.*

Постановка проблеми. Сучасне інформаційне суспільство переживає кризу довіри до медіаінституцій, що безпосередньо пов'язана з лавиноподібним поширенням дезінформації, фейкових новин та цілеспрямованих інформаційних операцій. Маніпулювання інформацією давно перестало бути лише інструментом пропаганди і перетворилося на повноцінну зброю в арсеналі гібридних воєн – таку, що не потребує ані ракет, ані армій, але здатна дестабілізувати суспільство зсередини.

Для України ця проблема набула особливої гостроти після 2014 року, коли розпочалася системна інформаційна агресія з боку російської федерації. Повномасштабне вторгнення 2022 року загострило її до межі: інформаційний фронт став не менш важливим, ніж фізичний. В умовах, коли фейки здатні підривати суспільну згуртованість, дезорієнтувати громадян і впливати на міжнародну підтримку України, питання інформаційної стійкості суспільства є питанням національної безпеки.

Фактчекінг – систематична верифікація публічно поширюваних тверджень – постає в цьому контексті як один із небагатьох практичних

© Лепетуха М.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

і доступних інструментів протидії дезінформації. Водночас розуміння фактчекінгу лише як технічної процедури перевірки фактів є надто вузьким. Пропонується розглядати його як соціальний інститут, що здійснює системний вплив на інформаційну культуру суспільства та сприяє формуванню його інформаційної стійкості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичні та практичні аспекти фактчекінгу стали предметом активного наукового дослідження переважно в останнє десятиліття. Американський дослідник Л. Ґрейвз простежив трансформацію перевірки фактів від редакційної процедури до самостійної журналістської спеціалізації, описавши інституційне становлення фактчекінгу в США [4, с. 45]. Британська дослідниця К. Уордл разом із Г. Дерахшаном розробила концептуальну рамку «інформаційного розладу» (information disorder), що охоплює дезінформацію, місдінформацію та малінформацію і стала методологічною основою для подальших досліджень у цій галузі [12, с. 7].

Зв'язок фактчекінгу зі стійкістю суспільства до маніпуляцій вивчали Дж. Рузенбек та С. ван дер Лінден. Їхні дослідження стратегії «пребанкінгу» – попереднього ознайомлення людей із прийомами дезінформації до зіткнення з нею – показали вищу ефективність цього підходу порівняно з наступним спростуванням вже засвоєних хибних переконань [8, с. 572]. Масштабне дослідження поширення інформації в соціальних мережах, здійснене С. Восуги, Д. Роєм та С. Аралом, зафіксувало, що фейкові новини поширюються на 70% швидше за правдиві, що ставить перед фактчекерами принципові структурні обмеження [11, с. 1146].

В українському науковому просторі фактчекінг як інструмент протидії інформаційній агресії розглядали О. Зернецька та В. Іванов [1, с. 67]. Інституційний вимір фактчекінгу на міжнародному рівні відображає Кодекс принципів IFCN, що став стандартом для більш ніж 100 акредитованих організацій у 60 країнах [5].

Попри широкий масив досліджень, системний зв'язок між фактчекінгом і формуванням інформаційної стійкості суспільства як цілісного явища залишається недостатньо концептуалізованим. Більшість праць зосереджена або на технологічних аспектах верифікації, або на ефективності спростування конкретних фейків, тоді як питання довгострокового суспільного впливу фактчекінгових практик потребує окремого дослідження.

Постановка завдання. Метою статті є з'ясування ролі фактчекінгу у формуванні інформаційної стійкості суспільства та визначення перспективних напрямків розвитку фактчекінгових практик в Україні. Досягнення мети передбачає розкриття понятійного апарату дослідження, аналіз механізмів впливу фактчекінгу на інформаційну стійкість і характеристику викликів, що постають перед вітчизняними фактчекерами в умовах тривалої інформаційної агресії.

Виклад основного матеріалу. Термін «фактчекінг» у сучасному медіадискурсі набув значно ширшого значення, ніж просто редакційна перевірка перед публікацією. Сьогодні він охоплює систематичну верифікацію тверджень публічних осіб, офіційних документів, статистичних даних, вірусного контенту в соціальних мережах та штучно згенерованої інформації. Принципово важливим є те, що сучасний фактчекінг є публічним: його результати оприлюднюються разом із поясненням методології та посиланнями на джерела, що відрізняє його від внутрішньоредакційної верифікації.

Поняття «інформаційна стійкість суспільства» є складнішим для концептуалізації. Пропонується розуміти під ним здатність суспільства зберігати адекватне сприйняття реальності та спроможність демократичних інститутів до нормального функціонування в умовах цілеспрямованих інформаційних впливів. Це явище є багаторівневим: воно охоплює індивідуальний рівень (медіаграмотність та критичне мислення окремих громадян), інституційний рівень (стійкість медіасистеми, регуляторних і правових механізмів) і власне суспільний рівень (соціальна довіра, наявність спільних когнітивних «якорів» – загальноприйнятих фактографічних орієнтирів, що дозволяють відрізняти правду від брехні).

Дезінформація, якій протистоїть фактчекінг, визначається дослідниками як навмисне поширення неправдивої або оманливої інформації з метою введення в оману. Її слід відрізняти від «місдінформації» – ненавмисного поширення неточних відомостей – та «малінформації» – використання правдивої інформації із шкідливою метою. Усі три явища охоплюються поняттям «інформаційного розладу» [12, с. 7]. Ця типологія є практично важливою: вона визначає, яким саме є характер загрози і відповідно – який інструментарій є доречним для протидії.

Фактчекінг пройшов довгий шлях від редакційної процедури до повноцінного соціального інституту. Першою спеціалізованою організацією прийнято вважати американський ресурс FactCheck.org, заснований у 2003 році при Університеті Пенсільванії. Поява саме такого формату стала відповіддю на конкретний суспільний запит: зростання

кількості публічних тверджень, що їх неможливо було перевірити у рамках звичайного журналістського репортажу. PolitiFact та Washington Post Fact Checker розвинули цей формат далі, запровадивши рейтингові шкали – від «Правди» до «Штанів у вогні» та від одного до чотирьох «Піноккіо» відповідно – і тим самим зробивши результати фактчекінгу наочними і зрозумілими для широкої аудиторії [4, с. 56].

Мережа міжнародного фактчекінгу (IFCN) станом на 2026 рік об'єднує понад 170 організацій по всьому світу – це помітне зростання порівняно з 2023 роком, коли мережа налічувала трохи більше 100 акредитованих організацій із 60 країн. Кодекс принципів IFCN передбачає дотримання стандартів незалежності та неупередженості, прозорості джерел, фінансування і методології, а також відкритості до виправлень [5]. Сертифікація діє один рік і потребує щорічного повторного аудиту, що перетворює акредитацію на дієвий, а не одноразовий знак якості на міжнародному ринку медіа.

Окрім самої сертифікації, IFCN виконує роль хабу ресурсів для галузі: у партнерстві з Google та YouTube мережа впровадила грантові програми GROW та ENGAGE в межах Global Fact Check Fund, надавши фактчекінговим редакціям по всьому світу мільйони доларів на розвиток потужностей і фінансової сталості. Паралельно в Європі сформувалася регіональна структура зі своїм окремим кодексом стандартів – Європейська мережа стандартів фактчекінгу (EFCSN), заснована 2023 року за результатами проєкту Європейської комісії; станом на 2026 рік вона об'єднує понад 60 верифікованих членів [3]. Показово, що обидві мережі – глобальна і європейська – виступили співорганізаторами щорічної конференції GlobalFact 2026 у Вільнюсі, що відображає ширшу тенденцію до інституційної консолідації фактчекінгової спільноти.

В Україні фактчекінг як окремий напрям медіапрактики сформувався після 2014 року – і це не є випадковістю. StopFake, заснований у березні 2014 року студентами і викладачами Могилянської школи журналістики, виник як пряма відповідь на інформаційну агресію росії. Характерно, що він від початку будувався як публічний проєкт, орієнтований не лише на українську, а й на міжнародну аудиторію – адже антиукраїнські наративи поширювалися одночасно десятками мов [9]. Пізніше з'явилися VoxCheck, «Слово і Діло», «Без брехні» та інші ініціативи, кожна зі своєю нішею і методологією.

Важливо усвідомити: вітчизняний фактчекінг розвивався не в умовах мирного медіапростору, а під постійним тиском – як у вигляді прямих кіберзагроз і DDoS-атак, так і через масштаб дезінформаційних потоків, що їх необхідно обробляти. Саме тому досвід українських фактчекінгових організацій є унікальним і заслуговує окремого дослідження.

Зв'язок між фактчекінгом та інформаційною стійкістю суспільства є багатовимірним і реалізується на кількох рівнях.

На індивідуальному рівні регулярна взаємодія з матеріалами фактчекерів поступово формує в громадян навичку запитувати «а чи це правда?» – тобто звичку до критичного ставлення до інформації. Важливо, що цей ефект є кумулятивним: один прочитаний матеріал фактчекера навряд чи змінить поведінку людини, але систематична присутність фактчекінгу в медіасередовищі формує нову норму споживання інформації. Ознайомлення з методологією верифікації – тобто не лише з результатом перевірки, а й із тим, як саме перевірявся факт, – має особливе значення для розвитку медіаграмотності.

На інституційному рівні фактчекінг виконує функцію «інформаційного сторожа»: він створює для публічних осіб і медіаорганізацій репутаційні стимули до більш точного і відповідального публічного мовлення. Перспектива публічного спростування є дієвим стримувальним чинником – навіть для тих, хто принципово не переймається точністю своїх висловлювань. Показово, що в країнах із розвиненою фактчекінговою екосистемою публічні особи частіше виправляють або уточнюють свої заяви після появи відповідних матеріалів [4, с. 112].

На суспільному рівні розвинена фактчекінгова екосистема формує спільний «когнітивний базис» – набір верифікованих фактів та надійних джерел, якими суспільство може користуватися для навігації в інформаційному просторі. Це особливо важливо в умовах інформаційних операцій, однією з ключових цілей яких є саме руйнування спільної фактографічної бази суспільства і нав'язування «туману невизначеності» – стану, коли людина перестає довіряти будь-якій інформації і стає або апатичною, або легкою мішенню для маніпуляцій.

Було б помилкою ідеалізувати фактчекінг як універсальний засіб від дезінформації. Він має суттєві структурні обмеження, які необхідно враховувати.

Феномен «вірусної асиметрії» полягає в тому, що дезінформація поширюється значно швидше, ніж її спростування. Дослідження MIT зафіксувало,

що фейкові новини поширювалися на 70% швидше за правдиві [11, с. 1146]. Це означає, що фактчекінг у реактивному режимі завжди «грає здогін»: до моменту публікації спростування значна частина аудиторії вже засвоїла хибну версію подій. Алгоритмічна логіка соціальних мереж лише посилює цю асиметрію: платформи, оптимізовані під емоційне залучення, структурно надають перевагу сенсаційному і тривожному контенту, яким часто є матеріали дезінформації [2, с. 7315].

Ефект підтвердження упередженості (confirmation bias) є ще одним структурним бар'єром: люди сприймають інформацію, що підтверджує їхні існуючі переконання, і схильні відхиляти ту, що їм суперечить – незалежно від того, верифікована вона чи ні [6, с. 178]. Іншими словами, матеріали фактчекерів читає переважно та аудиторія, яка вже схильна довіряти верифікованій інформації. Охопити тих, хто активно споживає дезінформацію, – принципово складніше.

Для України ці загальні обмеження посилюються специфічними умовами. Масштаб дезінформаційних операцій, що підтримуються державними ресурсами росії, колосально перевищує можливості будь-якої фактчекінгової організації. Сучасні антиукраїнські наративи рідко є повністю неправдивими – вони часто будуються на реальних подіях, але з хибним контекстом або оманливою інтерпретацією, що суттєво ускладнює однозначне спростування. Нарешті, технологічний розвиток – зокрема генеративний штучний інтелект і дипфейки – ставить перед верифікацією принципово нові виклики [10, с. 132].

Усвідомлення структурних обмежень реактивного фактчекінгу підштовхує до переосмислення його ролі. Видається продуктивним розглядати фактчекінг не лише як відповідь на конкретний фейк, а як платформу для формування суспільного імунітету до дезінформації.

Стратегія «пребанкінгу» є концептуально важливим кроком у цьому напрямку. Замість того, щоб спростовувати вже засвоєні хибні переконання, вона пропонує наперед ознайомлювати людей із типовими прийомами маніпуляції: апеляцією до емоцій, хибними аналогіями, вибірковим використанням статистики, підміною понять тощо [8, с. 577]. Таке «щеплення» підвищує стійкість до маніпуляцій незалежно від конкретного їх змісту. Інтеграція цього підходу в освітні програми – від шкільного курсу медіаграмотності до університетських дисциплін і просвітницьких проектів для дорослих – є одним із найперспективніших напрямків.

Розбудова міжнародних фактчекінгових мереж є критично важливою для протидії транснаціональним дезінформаційним кампаніям. Антиукраїнська дезінформація поширюється одночасно десятками мов – отже, і спростування мають бути скоординованими та багатомовними. Досвід EU DisinfoLab і EUvsDisinfo свідчить, що такий підхід здатен суттєво підвищити ефективність реагування на дезінформаційні кампанії.

Технологічні рішення на основі штучного інтелекту відкривають нові можливості для масштабування фактчекінгу. Автоматизоване виявлення потенційно неправдивих матеріалів, класифікація дезінформаційних наративів і моніторинг скоординованих кампаній можуть суттєво розширити можливості організацій, які хронічно обмежені в ресурсах [10, с. 135]. При цьому важливо, щоб технологічний інструментарій залишався в руках редакторів-людей: автоматизація може пришвидшити виявлення загроз, але рішення про їх верифікацію і публікацію спростування потребує людського судження.

Нарешті, важливою умовою підвищення суспільного впливу фактчекінгу є розширення каналів поширення його результатів. Матеріали фактчекерів мають з'являтися не лише на спеціалізованих сайтах, а й у стрічках соціальних мереж, у форматах, адаптованих для мобільного споживання, у співпраці з популярними медіа і блогерами. Партнерства платформ із фактчекерами – такі, як програма Facebook Third-Party Fact-Checking – є важливим прецедентом, що потребує розвитку попри наявні обмеження [7, с. 2521].

Висновки. Фактчекінг є значно більшим, ніж технічна перевірка фактів. У сучасних умовах він постає як соціальний інститут, що здатен системно впливати на інформаційну культуру суспільства – але лише за умови, якщо його розглядати і розбудовувати саме з цієї позиції.

Інформаційна стійкість суспільства формується на трьох взаємопов'язаних рівнях – індивідуальному, інституційному та суспільному. Фактчекінг здатен впливати на кожен із них: розвиваючи критичне мислення громадян, утримуючи публічних акторів від безвідповідального мовлення і формуючи спільний фактографічний базис, на який може спиратися суспільство. Проте жоден із цих ефектів не є автоматичним – вони потребують тривалої, системної роботи.

Структурні обмеження реактивного фактчекінгу – вірусна асиметрія, ефект підтвердження упередженості, алгоритмічна логіка

платформ – вказують на необхідність зміщення акценту від спростування конкретних фейків до формування суспільного імунітету до дезінформації. Стратегія «пребанкінгу», інтегрована в систему медіаосвіти, є більш перспективним напрямком, ніж нескінченна гонитва за черговим фейком.

Для України, що перебуває в умовах повномасштабної інформаційної агресії, розвиток інституційної бази фактчекінгу є питанням не лише медійного, а й національного безпекового значення. Вітчизняні фактчекінгові організації потребують ресурсної підтримки, технологічного вдосконалення та розширення аудиторії – і це завдання має стати частиною ширшої державної стратегії інформаційної безпеки.

Перспективами подальших досліджень є аналіз ефективності конкретних форматів фактчекінгу в різних демографічних групах, розробка методологічних стандартів верифікації в умовах активних збройних конфліктів, а також дослідження взаємодії між алгоритмами соціальних мереж і поширенням матеріалів фактчекерів.

Список літератури:

1. Зернецька О. В. Нові медіа і глобальна трансформація суспільства : монографія. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал»», 2017. 345 с.

2. Brady W. J., Wills J. A., Jost J. T., Tucker J. A., Van Bavel J. J. Emotion Shapes the Diffusion of Moralized Content in Social Networks. *PNAS*. 2017. Vol. 114, № 28. P. 7313–7318. DOI: https://doi.org/10.1073/pnas.1618923114

3. European Fact-Checking Standards Network: official website. URL: https://efcsn.com/ (дата звернення: 06.07.2026).

4. Graves L. Deciding What's True: The Rise of Political Fact-Checking in American Journalism. New York : Columbia University Press, 2016. 296 p.

5. International Fact-Checking Network. Code of Principles. URL: https://ifcncodeofprinciples.poynter.org/ (дата звернення: 06.07.2026).

6. Nickerson R. S. Confirmation Bias: A Ubiquitous Phenomenon in Many Guises. *Review of General Psychology*. 1998. Vol. 2, № 2. P. 175–220. DOI: https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.2.175

7. Pennycook G., Rand D. G. Fighting Misinformation on Social Media Using Crowdsourced Judgments of News Source Qualityю. *PNAS*. 2019. Vol. 116, № 7. P. 2521–2526. DOI: https://doi.org/10.1073/pnas.1806781116

8. Roozenbeek J., van der Linden S. The Fake News Game: Actively Inoculating Against the Risk of Misinformation. *Journal of Risk Research*. 2019. Vol. 22, № 5. P. 570–580. DOI: https://doi.org/10.1080/13669877.2018.1443491

9. StopFake: офіційний сайт організації. URL: https://www.stopfake.org/uk/ (дата звернення: 10.06.2026).

10. Tolosana R., Vera-Rodriguez R., Fierrez J., Morales A., Ortega-Garcia J. Deepfakes and Beyond: A Survey of Face Manipulation and Fake Detection. *Information Fusion.* 2020. Vol. 64. P. 131–148. DOI: https://doi.org/10.1016/j.inffus.2020.06.014

11. Vosoughi S., Roy D., Aral S. The Spread of True and False News Online. *Science*. 2018. Vol. 359, № 6380. P. 1146–1151. DOI: https://doi.org/10.1126/science.aap9559

12. Wardle C., Derakhshan H. Information Disorder: Toward an Interdisciplinary Framework for Research and Policy Making : Council of Europe report. Strasbourg, 2017. 107 p.

Lepetukha M.V. THE ROLE OF FACT-CHECKING IN FORMING THE INFORMATION RESILIENCE OF SOCIETY

*The article examines the role of fact-checking as a key instrument for building and strengthening societal information resilience in the contemporary media environment characterized by the proliferation of disinformation, manipulation, and information operations. The study analyzes the theoretical foundations of fact-checking as a distinct journalistic practice and a socially significant activity aimed at verifying publicly disseminated information. It explores the evolution of fact-checking organizations in both the international and Ukrainian media landscapes and identifies the principal methodological approaches to fact verification and information credibility assessment. The findings demonstrate a direct relationship between the systematic application of fact-checking practices and the level of citizens' critical media consumption. Particular attention is paid to the institutionalization of fact-checking in Ukraine, focusing on the activities of the country's leading organizations–StopFake, VoxCheck, and *Slovo i Dilo*–and their contribution to countering information threats. The study shows that the effectiveness of fact-checking depends not only on the speed of identifying and debunking false claims but also on the level of public trust in independent information sources and the transparency of verification methodologies. It is established that fact-checking functions not only as a reactive mechanism for responding to disinformation but also as a proactive tool for fostering critical thinking, media*

literacy, and responsible information consumption. The research identifies the major challenges faced by fact-checkers in the context of hybrid information warfare, including the rapid dissemination of false narratives, confirmation bias, the algorithmic logic of social media platforms, and the growing use of artificial intelligence technologies to generate manipulative content. The article proposes promising directions for enhancing the effectiveness of fact-checking through its integration into media education, the development of international cooperation networks, the improvement of digital verification tools, and the implementation of artificial intelligence technologies. The necessity of a systematic approach to strengthening societal information resilience is substantiated, emphasizing fact-checking as a central practical mechanism for countering information influence, improving the quality of public discourse, and maintaining public trust in media institutions.

Keywords: *fact-checking, disinformation, information resilience, media literacy, information verification, critical thinking, information operations, manipulation, media space, social communications.*

Дата першого надходження статті до видання: 08.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

UDC 070:654.197
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/42

Mehdiyeva I.
https://orcid.org/0009-0007-0024-4338
Üsküdar University

DIGITALIZATION AND CONTENT PRODUCTION STRATEGIES IN AZERBAIJANI TV CHANNELS

The rapid advancement of digital technologies has fundamentally transformed the structure and operational logic of the global media industry, requiring television broadcasters to redesign their content production processes in response to technological innovation, media convergence, and evolving audience expectations. Within this context, television organizations are increasingly shifting from traditional linear broadcasting models toward integrated, multi-platform communication systems that combine conventional television with digital and social media environments. This transformation has become particularly significant for television channels operating in emerging media markets such as Azerbaijan, where digitalization presents both strategic opportunities and organizational challenges.

The primary objective of this study is to examine how digitalization influences content production strategies in Azerbaijani television channels and to identify the key organizational, technological, and editorial transformations emerging during this process. Specifically, the research investigates changes in content formats, production workflows, audience engagement practices, digital platform integration, and the strategic responses adopted by television organizations to remain competitive in an increasingly digital media ecosystem.

The study employs a qualitative research design based on semi-structured interviews conducted with seven professionals representing different areas of the Azerbaijani television industry, including content producers, editors, media managers, and digital media specialists. The collected data were systematically analyzed using thematic analysis to identify recurring themes, patterns, and strategic developments associated with digital transformation. This methodological approach provides an in-depth understanding of professional experiences and organizational practices that cannot be adequately captured through quantitative methods alone.

The findings demonstrate that digitalization has substantially reshaped content production strategies within Azerbaijani television channels. Traditional long-form broadcasting is increasingly being replaced or complemented by short-form, visually engaging, audience-oriented, and platform-specific content designed for television, YouTube, Instagram, and other digital platforms. Moreover, editorial decision-making has become increasingly data-driven, with audience analytics, real-time feedback, user engagement metrics, and platform performance indicators playing a central role in determining content planning and production priorities. The results further reveal that television organizations are actively adopting hybrid broadcasting models that integrate traditional television with digital distribution channels, enabling broader audience reach and stronger audience interaction.

Despite these positive developments, the research also identifies several significant barriers that continue to hinder the digital transformation of Azerbaijani television channels. These include financial constraints, inadequate technological infrastructure, limited digital competencies among media professionals, organizational resistance to change, and increasing competitive pressure from global digital platforms such as YouTube and streaming services. Consequently, many television organizations remain in a transitional stage where traditional broadcasting practices coexist with emerging digital production models.

The study contributes to the existing literature by providing empirical evidence from the Azerbaijani media environment, an area that has received relatively limited scholarly attention in international media and communication research. Furthermore, the findings offer practical implications for television executives, media managers, policymakers, and communication scholars by highlighting the importance of investing in digital infrastructure, professional capacity building, audience analytics, and multi-platform content strategies. Ultimately, the research demonstrates

© Mehdiyeva I., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

that sustainable digital transformation in Azerbaijani television requires not only technological innovation but also organizational flexibility, strategic planning, and continuous adaptation to the rapidly evolving digital media landscape.

Keywords: *digitalization, television broadcasting, content production, Azerbaijan, media transformation.*

Formulation of the problem. The rapid advancement of digital technologies has fundamentally transformed the global media landscape, reshaping how content is produced, distributed, and consumed. Traditional television broadcasting, once characterized by linear programming and one-way communication, is increasingly being replaced by dynamic, interactive, and multi-platform media ecosystems. This transformation is largely driven by the process of Digital Transformation, which enables media organizations to integrate digital technologies into their operational and strategic frameworks. As a result, television channels are no longer confined to conventional broadcasting but are evolving into hybrid media platforms that combine traditional and digital forms of communication.

In this context, the concept of Media Convergence has become central to understanding the changing nature of television. Media convergence refers to the integration of different media platforms, technologies, and content formats into a unified system, allowing content to flow across multiple channels such as television, social media, and online streaming services. This shift has significantly altered content production strategies, requiring media organizations to adopt flexible, adaptive, and audience-oriented approaches. Content is now designed not only for broadcast but also for digital platforms, where speed, interactivity, and visual engagement are critical success factors.

Another important dimension of this transformation is the growing influence of audience behavior on content production. The emergence of digital platforms has empowered audiences to actively participate in the media process through feedback mechanisms such as comments, likes, and shares. This has led to the increasing relevance of Audience Engagement Theory, which emphasizes the shift from passive consumption to active audience participation. Consequently, television channels are increasingly adopting data-driven strategies, using analytics tools to monitor audience preferences and tailor content accordingly.

In Azerbaijan, the television industry is also experiencing this digital transformation, although the process is characterized by both opportunities and challenges. While some television channels have begun integrating digital platforms and experimenting with new content formats, others face limitations related to financial resources, technological infrastructure, and digital competencies. Moreover, competition from global digital platforms such as YouTube and streaming services has intensified the need for local broadcasters to innovate and remain competitive in a rapidly evolving media environment.

Despite the growing importance of digitalization in the media sector, there is a limited number of empirical studies focusing specifically on its impact on content production strategies in Azerbaijani television channels. Most existing research has concentrated on broader aspects of media transformation or global trends, leaving a gap in understanding how digitalization influences local media practices and organizational strategies.

Therefore, the main aim of this study is to explore how digitalization affects content production strategies in Azerbaijani television channels. The research seeks to identify key transformations in content formats, examine the role of audience behavior in shaping production processes, analyze the integration of digital platforms, and investigate the challenges and strategic responses associated with digital transformation. By providing empirical insights from industry professionals, this study contributes to both academic literature and practical understanding of media transformation in emerging markets.

Analysis of recent research and publications. The transformation of the media industry in the digital era has been extensively examined in academic literature, particularly in relation to technological change, evolving audience behavior, and strategic adaptation of media organizations. One of the central concepts underpinning this transformation is Digital Transformation, which refers to the integration of digital technologies into organizational processes, fundamentally altering how value is created and delivered. In the context of media, digital transformation has shifted traditional broadcasting models toward more flexible, data-driven, and platform-oriented systems [6, p. 20].

A key theoretical framework for understanding these changes is Media Convergence. According to Jenkins [12, p. 1], media convergence describes the flow of content across multiple platforms and the cooperation between different media industries. This concept highlights the blurring boundaries between

television, internet, and mobile communication, leading to the emergence of integrated media ecosystems. Scholars argue that convergence not only affects distribution channels but also reshapes production practices, requiring content to be adaptable, modular, and platform-specific [3, p. 8].

Closely related to this transformation is the evolution of audience roles in the digital environment. Traditional media models positioned audiences as passive recipients of content; however, digital platforms have enabled more interactive and participatory forms of engagement. Audience Engagement Theory emphasizes the active involvement of audiences in content creation, dissemination, and evaluation. Research indicates that user-generated content, real-time feedback, and social media interactions have become critical components of media ecosystems [1, p. 105]. As a result, media organizations increasingly rely on analytics and audience metrics to guide content production and strategic decisions.

Another important strand of literature focuses on changes in content production strategies. Digitalization has led to a shift from traditional long-form programming to short-form, visually engaging, and on-demand content formats. Studies suggest that attention economy dynamics and mobile media consumption have significantly influenced content design, prioritizing speed, accessibility, and interactivity [2, p. 52]. Moreover, content is often produced in multiple versions tailored to different platforms, reflecting the growing importance of multi-platform storytelling and transmedia strategies.

The integration of digital platforms into broadcasting operations has also been widely discussed. Television channels are increasingly adopting hybrid models that combine linear broadcasting with digital distribution through platforms such as YouTube, social media, and streaming services. This shift enhances audience reach and engagement but also introduces new challenges related to content management, platform dependency, and algorithmic visibility [4, p. 13]. Scholars emphasize that successful integration requires not only technological investment but also organizational restructuring and the development of digital competencies.

Despite these advancements, the literature identifies several barriers to digital transformation in media organizations. Financial limitations, inadequate technological infrastructure, and resistance to organizational change are frequently cited challenges, particularly in emerging markets [7, p. 11]. In addition, the increasing dominance of global digital platforms creates competitive pressure on local broadcasters, forcing them to innovate while maintaining their cultural and market relevance.

Although the global literature provides valuable insights into digital media transformation, there is a relative lack of empirical research focusing on post-Soviet and developing media contexts, including Azerbaijan. Existing studies on Azerbaijani media have primarily addressed regulatory frameworks, political communication, or general media development, with limited attention to digital content production strategies. Therefore, this study aims to fill this gap by providing an in-depth qualitative analysis of how digitalization influences content production practices in Azerbaijani television channels.

Task statement. This study adopts a qualitative research design to explore how digitalization influences content production strategies in Azerbaijani television channels. A qualitative approach is particularly suitable for this research as it enables an in-depth understanding of complex processes, professional experiences, and strategic decision-making within the media industry.

Research Design. The research is based on an exploratory qualitative design aimed at identifying patterns, themes, and strategic transformations in television content production. Given the dynamic and evolving nature of digital media environments, qualitative inquiry allows for flexibility and contextual interpretation. This approach is widely used in media and communication studies to analyze institutional change and professional practices.

Data Collection Method. Data were collected through semi-structured interviews, which provide a balance between structured inquiry and open-ended exploration. This method allows participants to express their perspectives freely while ensuring that key research themes are covered. The interview questions were developed based on the main research objectives, focusing on:

- the impact of digitalization on content formats
- changes in production workflows
- integration of digital platforms
- challenges faced during the transition process

Semi-structured interviews are considered highly effective in capturing expert insights and contextual knowledge in media research.

Population and Sample. The target population of the study consists of professionals working in Azerbaijani television channels, including:

- content producers
- editors
- media managers
- digital media specialist

A purposive sampling technique was employed to select participants who have direct experience with digital transformation processes in television broadcasting. The sample includes 7 professionals, ensuring diversity in roles and perspectives. This sampling strategy allows for rich, information-oriented data collection rather than statistical generalization.

Data Analysis Technique. The collected data were analyzed using thematic analysis, which is a widely used qualitative method for identifying, analyzing, and reporting patterns within data. The analysis process followed these steps:

- Transcription of interview data
- Initial coding of meaningful statements
- Identification of recurring themes
- Categorization of themes into broader analytical dimensions
- Interpretation of findings in relation to research questions

Thematic analysis enables a systematic yet flexible approach to interpreting qualitative data, making it particularly suitable for media studies.

Validity and Reliability. To ensure the credibility and trustworthiness of the research, several strategies were employed:

- Triangulation: comparing responses from different participants
- Consistency in data collection: using the same interview framework
- Participant validation (member checking): confirming interpretations where possible

These measures help enhance the internal validity and reliability of qualitative findings.

Ethical Considerations. The study adheres to standard ethical principles in social science research. Participants were informed about the purpose of the study and their voluntary participation was ensured. Confidentiality and anonymity were maintained by not disclosing personal or institutional identities.

Outline of the main material of the study. This section presents the findings derived from the qualitative analysis of semi-structured interviews conducted with seven media professionals working in Azerbaijani television channels. The data were analyzed using thematic analysis, resulting in five major themes: (1) transformation of content formats, (2) audience-driven production, (3) integration of digital platforms, (4) organizational and technological challenges, and (5) strategic adaptation to digitalization.

Transformation of Content Formats. The findings indicate that digitalization has led to a substantial transformation in content formats within Azerbaijani television channels. Traditional long-form programming, typically designed for fixed broadcast schedules, is increasingly being replaced or complemented by short-form, flexible, and platform-specific content. This shift reflects the need to align content production with the consumption habits of digitally oriented audiences.

Participants consistently emphasized that content is now produced with multiple platforms in mind. For example, one respondent noted that "short-form videos and social media content are now prioritized" (P1), while another explained that "content must be optimized for different platforms, not just traditional TV broadcasting" (P2). Similarly, a content creator highlighted that "short, visually engaging content performs better in digital environments" (P4). These responses demonstrate a clear movement toward multi-format content production, where a single piece of content is adapted into various versions depending on the distribution channel.

Moreover, the findings reveal that speed and flexibility have become critical elements of content production. Compared to traditional broadcasting, where production cycles were longer and more rigid, digital environments require rapid content creation and real-time updates. A journalist participant emphasized that "news production has become much faster due to digital technologies" (P7), indicating that immediacy is now a key competitive factor.

Another important aspect of this transformation is the increasing emphasis on visual and interactive elements. Participants reported that content is now designed to capture audience attention quickly, often within the first few seconds. This has led to the adoption of dynamic editing styles, eye-catching visuals, and storytelling techniques tailored for digital audiences. In this context, content is no longer solely informative but also highly engaging and optimized for user interaction.

This chart shows that content production has shifted from a linear and standard model to a flexible, multi-platform, and audience-driven model.

In addition, the findings suggest that digitalization has blurred the boundaries between different media formats. Television content is no longer confined to a single medium but is distributed across various digital channels, including social media and streaming platforms. As a result, content production strategies are evolving toward convergent and integrated media models, where traditional and digital formats coexist and complement each other.

Audience-Driven Content Production. The analysis reveals that digitalization has fundamentally shifted content production from a broadcaster-centered model to an audience-driven paradigm. Participants

Table 1

Transformation of Content Formats in Azerbaijani TV Channels

Theme	Traditional Format	Digital Format	Evidence (Participants)	Interpretation
Content Length	Long-form programs (30–90 min)	Short-form videos (1–10 min)	P1, P2, P4	Content is adapted to shorter attention spans
Production Speed	Slow, scheduled production cycles	Fast, real-time production	P2, P7	Speed has become a key competitive factor
Platform Orientation	Single platform (TV broadcasting)	Multi-platform (TV + YouTube + social media)	P1, P6	Content is designed for cross-platform distribution
Content Style	Informative, linear storytelling	Engaging, visual, dynamic storytelling	P4, P7	Visual appeal and engagement are prioritized
Audience Interaction	Passive audience	Interactive audience (likes, comments, shares)	P3, P6	Audience participation shapes content
Content Adaptation	One version for all viewers	Platform-specific content versions	P1, P2	Content is customized for each platform
Media Structure	Separated media formats	Convergent media environment	P3, P5	Integration of traditional and digital media

consistently emphasized that audience preferences, behaviors, and feedback now play a decisive role in shaping content strategies within Azerbaijani television channels.

A key finding is the growing reliance on audience engagement metrics such as views, likes, shares, and comments. Several participants noted that these indicators are actively monitored and directly influence editorial decisions. For instance, one respondent stated that "audience feedback strongly affects content decisions" (P1), while another highlighted that "data analytics tools are increasingly used to understand audience behavior" (P6). This demonstrates the emergence of data-driven decision-making processes in content production.

Moreover, the findings suggest that audience expectations have significantly evolved. Participants reported that viewers now prefer short, fast, and engaging content, often tailored to specific interests. A content creator explained that "audiences are more interested in quick and entertaining formats" (P4), indicating a shift toward consumption patterns shaped by digital media environments.

Another important aspect is the increasing role of real-time interaction. Unlike traditional broadcasting, where audience feedback was delayed or indirect, digital platforms enable immediate communication between producers and viewers. This has led to the incorporation of interactive elements such as live comments, polls, and user-generated content. As one media manager noted, "audience engagement and interaction are now central to production strategies" (P3).

In addition, participants emphasized the importance of personalization and segmentation. Content is no longer designed for a general mass audience but is increasingly tailored to specific demographic and behavioral groups. This reflects a transition toward more targeted and customized production approaches.

Table 2

Audience-Driven Content Production

Aspect	Traditional Model	Digital Model	Evidence (Participants)	Interpretation
Decision-Making	Producer-centered	Audience-driven	P1, P3	Audience influences content strategies
Feedback Mechanism	Delayed (ratings, surveys)	Real-time (comments, likes, shares)	P1, P6	Immediate feedback shapes content
Data Usage	Limited	Extensive use of analytics	P6	Data-driven production is increasing
Content Preferences	General audience focus	Personalized and segmented content	P4, P5	Content tailored to audience needs
Interaction Level	Passive consumption	Active participation	P3, P6	Audience becomes co-creator
Content Strategy	Standard programming	Adaptive and flexible strategies	P1, P3	Strategies evolve based on audience

Overall, the findings indicate that audience-driven content production has become a core strategic element in the digital era. Television channels are no longer merely content distributors but are evolving into responsive, data-oriented, and audience-centric media organizations.

İntegration of Digital Platforms. The findings demonstrate that the integration of digital platforms has become a central component of content production and distribution strategies in Azerbaijani television channels. Rather than operating solely within traditional broadcasting systems, TV channels are increasingly adopting multi-platform and convergent media approaches that combine television with digital environments such as social media and online streaming platforms.

All participants emphasized the importance of platforms such as YouTube, Instagram, and other social media channels in extending audience reach and enhancing engagement. For example, one respondent stated that "we publish TV content on digital platforms to reach wider audiences" (P1), while another noted that "multi-platform distribution has become essential for survival in today's media environment" (P6). These insights indicate that digital platforms are no longer supplementary but integral to core broadcasting strategies.

A key finding is the shift toward simultaneous and cross-platform content distribution. Content is now designed to be distributed across multiple channels at the same time, often in adapted formats suitable for each platform. This requires not only technical adjustments but also strategic planning to ensure consistency and effectiveness across platforms. As one media manager highlighted, "integrating traditional broadcasting with digital platforms is necessary but complex" (P3).

Furthermore, participants reported that digital platform integration enhances audience interaction and engagement. Social media enables direct communication with viewers, allowing content producers to receive immediate feedback and build stronger audience relationships. This interactive dimension has transformed television from a one-way communication medium into a more dynamic and participatory system.

However, the findings also reveal several challenges associated with platform integration. Participants frequently mentioned:

- difficulties in managing content across multiple platforms
- increased workload and time pressure
- the need for new technical and digital skills
- dependency on platform algorithms

For instance, one participant noted that "managing consistency across platforms is difficult" (P1), while another emphasized the challenge of "keeping up with constantly changing algorithms" (P4). These challenges highlight the complexity of operating within a fragmented and rapidly evolving digital ecosystem.

In addition, the integration process reflects a broader shift toward media convergence, where the boundaries between traditional television and digital media are increasingly blurred. Television content is no longer confined to a single medium but exists within an interconnected network of platforms, requiring coordinated and adaptive strategies.

Overall, the findings suggest that Azerbaijani television channels are actively integrating digital platforms into their operations, moving toward hybrid and convergent media models. While this integration creates

Table 3

Integration of Digital Platforms

Aspect	Traditional Model	Digital Integrated Model	Evidence (Participants)	Interpretation
Distribution Channels	Single platform (TV)	Multi-platform (TV + social media + streaming)	P1, P6	Distribution is expanded and diversified
Content Delivery	Scheduled broadcasting	On-demand and simultaneous distribution	P3, P6	Content is accessible anytime and anywhere
Audience Interaction	Limited	High interaction via social media	P1, P3	Engagement becomes central
Platform Role	Secondary (supportive)	Core strategic component	P6	Digital platforms are essential
Content Management	Simple	Complex multi-platform coordination	P1, P4	Requires advanced management strategies
Skills Requirement	Traditional media skills	Digital and technical skills	P4, P6	Workforce transformation is needed
Media Structure	Separate media systems	Convergent media environment	P3, P5	Boundaries between media are blurred

new opportunities for audience engagement and content distribution, it also introduces operational and strategic challenges that require continuous adaptation.

Organizational and Technological Challenges. The findings reveal that, despite ongoing efforts toward digital transformation, Azerbaijani television channels face a range of organizational and technological challenges that constrain the effectiveness and pace of this transition. These challenges are multidimensional, encompassing financial, infrastructural, human resource, and regulatory aspects.

A primary issue highlighted by participants is the presence of financial constraints, which limit the ability of television channels to invest in advanced digital technologies, software, and production tools. One participant emphasized that "budget limitations restrict access to modern digital equipment and platforms" (P1), while another noted that "financial barriers slow down the digitalization process" (P5). This indicates that economic capacity plays a crucial role in shaping the scope of digital transformation.

Another major challenge concerns technological infrastructure. Several participants pointed out that existing systems are not fully equipped to support integrated digital operations. For instance, one respondent stated that "technical infrastructure is still not fully developed to handle multi-platform distribution effectively" (P2). In addition, the need for continuous technological upgrades creates further pressure on organizations.

The findings also highlight significant human resource limitations, particularly in terms of digital skills and expertise. Participants reported a shortage of professionals with advanced competencies in areas such as data analytics, digital content production, and platform management. As one digital specialist noted, "there is a lack of skilled professionals who can manage digital tools and analytics effectively" (P6). This skills gap affects both the quality and efficiency of content production processes.

Moreover, organizational challenges were frequently mentioned, including resistance to change, rigid institutional structures, and difficulties in adapting traditional workflows to digital environments. Some participants indicated that transitioning from hierarchical, broadcast-oriented systems to flexible, digital-first models requires substantial internal restructuring and cultural change.

In addtion to internal factors, participants emphasized the role of external constraints, particularly regulatory and competitive pressures. Regulatory frameworks were described as sometimes outdated or insufficiently supportive of innovation. At the same time, competition from global digital platforms such as YouTube and streaming services increases pressure on local television channels to innovate rapidly.

Another important challenge relates to the complexity of multi-platform content management. Managing content across multiple platforms requires coordination, consistency, and additional resources. Participants noted that ensuring coherence in branding, messaging, and quality across platforms is a demanding task.

Overall, these findings suggest that digital transformation in Azerbaijani television channels is not only a technological process but also an organizational and structural challenge. Successful adaptation requires not only investment in technology but also the development of human capital, organizational flexibility, and supportive institutional frameworks.

Table 4

Organizational and Technological Challenges

Challenge Category	Description	Evidence (Participants)	Impact on Digitalization
Financial Constraints	Limited budget for digital tools and investments	P1, P5	Slows down adoption of new technologies
Technological Infrastructure	Inadequate or outdated technical systems	P2	Limits multi-platform integration
Human Resources	Lack of digital skills and trained professionals	P6	Reduces efficiency and innovation capacity
Organizational Structure	Resistance to change, rigid workflows	P3, P5	Delays transformation processes
Regulatory Barriers	Insufficient or outdated policies	P3	Restricts innovation and flexibility
Competition	Pressure from global digital platforms	P1, P4	Forces rapid adaptation
Platform Complexity	Difficulty managing multiple platforms	P1, P4	Increases workload and coordination challenges

Strategic Adaptation to Digitalization. The findings indicate that Azerbaijani television channels are increasingly engaging in strategic adaptation processes to remain competitive in a rapidly digitalizing media environment. While the pace and depth of transformation vary across organizations, participants consistently emphasized a shift toward more flexible, innovative, and digitally oriented strategies.

A key aspect of this adaptation is the adoption of hybrid broadcasting models, which combine traditional television programming with digital content distribution. Several participants noted that television channels are no longer operating as single-platform broadcasters but as multi-platform media organizations. As one respondent explained, "we are trying to balance traditional broadcasting with digital content strategies" (P5), highlighting the coexistence of legacy systems and emerging digital practices.

Another important strategic response is the move toward a digital-first mindset. Participants reported that, in some cases, content is now conceptualized and produced primarily for digital platforms before being adapted for television broadcasting. A media manager stated that "digitalization has forced us to rethink our entire strategy" (P3), indicating a fundamental shift in organizational priorities.

The findings also reveal a growing emphasis on innovation and content diversification. Television channels are experimenting with new formats such as short-form videos, live streaming, interactive content, and social media-based storytelling. This diversification aims to attract younger audiences and respond to changing consumption patterns.

In addition, data-driven strategy development has emerged as a crucial component of adaptation. Participants highlighted the increasing use of analytics tools to monitor audience behavior and inform decision-making processes. As one digital specialist noted, "data is becoming central to content planning and strategy development" (P6). This reflects a broader transition toward evidence-based management practices.

Furthermore, participants emphasized the importance of organizational learning and capacity building. Training programs, skill development initiatives, and internal restructuring were identified as necessary steps to support digital transformation. The ability to adapt quickly to technological changes and market dynamics was seen as a critical success factor.

However, despite these efforts, the findings suggest that strategic adaptation remains incomplete and uneven. Financial limitations, skill gaps, and infrastructural constraints continue to affect the implementation of digital strategies. As a result, many organizations operate in a transitional state, combining traditional and digital approaches without fully integrating them.

Overall, the findings demonstrate that strategic adaptation to digitalization in Azerbaijani television channels involves a combination of hybridization, innovation, data-driven decision-making, and organizational transformation. While progress is evident, achieving a fully digital and competitive media structure requires sustained investment and long-term strategic planning.

Conclusions. This study set out to explore how digitalization influences content production strategies in Azerbaijani television channels. Drawing on qualitative data from semi-structured interviews with media professionals, the findings demonstrate that digitalization is not merely a technological shift but

Table 5

Strategic Adaptation to Digitalization

Strategic Dimension	Traditional Approach	Digital Adaptation Strategy	Evidence (Participants)	Interpretation
Broadcasting Model	Single-platform (TV)	Hybrid (TV + digital platforms)	P5, P3	Media organizations become multi-platform
Strategic Orientation	Broadcast-first	Digital-first approach	P3	Strategy shifts toward digital priority
Content Strategy	Standard programming	Diverse and innovative formats	P4, P6	Innovation is key to competitiveness
Decision-Making	Experience-based	Data-driven decision-making	P6	Analytics guide strategies
Organizational Structure	Rigid hierarchy	Flexible and adaptive systems	P3, P5	Organizational change is necessary
Skills & Capacity	Traditional media skills	Digital skills and continuous learning	P6	Workforce transformation is essential
Adaptation Level	Stable, slow change	Dynamic and ongoing transformation	All participants	Transition is still in progress

a comprehensive transformation affecting content formats, audience relations, organizational structures, and strategic orientations.

The results indicate a clear transition from traditional, linear broadcasting toward flexible, multi-platform, and digitally oriented content production. Television channels are increasingly prioritizing short-form, visually engaging, and platform-specific content, reflecting changing audience preferences and consumption patterns. At the same time, the growing importance of data analytics and real-time feedback mechanisms highlights the emergence of audience-driven production models, where viewers play an active role in shaping content strategies.

Another significant finding is the central role of digital platform integration. Azerbaijani television channels are moving toward hybrid media systems that combine traditional broadcasting with digital distribution social media and streaming platforms. This aligns with broader theoretical perspectives such as Media Convergence and Digital Transformation, which emphasize the integration of media environments and the strategic use of digital technologies. However, this integration also introduces operational complexity and requires new technical and managerial capabilities.

Despite ongoing progress, the study identifies several barriers that limit the effectiveness of digital transformation. Financial constraints, insufficient technological infrastructure, and a shortage of digital skills remain key challenges for television channels. In addition, organizational resistance to change and increasing competition from global digital platforms further complicate the adaptation process. These findings suggest that successful digital transformation requires not only technological investment but also organizational restructuring, capacity building, and supportive regulatory frameworks.

From a theoretical perspective, this study contributes to the literature by providing empirical evidence from an under-researched media context. It extends existing discussions on Audience Engagement Theory by illustrating how audience participation and data-driven decision-making are shaping content production strategies in emerging markets. From a practical standpoint, the findings offer valuable insights for media managers and policymakers, emphasizing the need for innovation, strategic flexibility, and continuous learning.

Nevertheless, the study has certain limitations. The small sample size and qualitative design limit the generalizability of the findings. Future research could adopt quantitative or mixed-method approaches to validate and expand these results across a broader sample. Additionally, comparative studies between different countries or media systems could provide deeper insights into the global dynamics of digital transformation in television.

In conclusion, Azerbaijani television channels are in a transitional phase, balancing traditional broadcasting models with emerging digital practices. While significant progress has been made, achieving a fully integrated and competitive digital media environment will require sustained strategic efforts, investment in human and technological resources, and a long-term commitment to innovation.

Interview Questions

– **Study Title**: Digitalization and Content Production Strategies in Azerbaijani TV Channels

Section A: Background Information

– Could you briefly describe your role and responsibilities within your television channel?

– How many years of experience do you have in the media or broadcasting industry?

– Are you directly involved in content production or digital strategy processes?

Section B: Digitalization in Television

– How would you describe the impact of digitalization on television broadcasting in Azerbaijan?

– What major changes have occurred in your organization due to digital transformation?

– In your opinion, how does digital broadcasting differ from traditional television broadcasting?

Section C: Content Production Strategies

– How has digitalization influenced content production processes in your organization?

– What types of content formats are currently prioritized (e.g., short-form, live streaming, social media content)?

– How do you adapt content for different platforms (TV, YouTube, social media, mobile)?

– Has the role of content creators changed with digital transformation? If yes, how?

Section D: Audience and Engagement

– How have audience preferences changed in recent years?

– To what extent do audience feedback and engagement influence your content production decisions?

– Do you use data analytics or digital metrics when creating content?

Section E: Digital Platforms Integration

– Which digital platforms (e.g., YouTube, Instagram, OTT services) are most important for your organization?

– How does your organization integrate traditional broadcasting with digital platforms?

– What challenges do you face when managing multi-platform content distribution?

Section F: Challenges and Barriers

– What are the main challenges your organization faces in adapting to digital transformation?

– Are there any financial, technical, or regulatory barriers affecting your digital strategies?

– How does competition with global digital platforms (e.g., Netflix, YouTube) affect your work?

Section G: Future Perspectives

– How do you see the future of television content production in Azerbaijan?

– What strategies should TV channels adopt to remain competitive in the digital era?

– What improvements would you recommend for better digital adaptation?

Section H: Closing Question

– Is there anything else you would like to add regarding digitalization and content production in television?

Bibliography:

1. Brodie R. J., Hollebeek L. D., Jurić B., Ilić A. Customer engagement in a virtual brand community: An exploratory analysis. *Journal of Business Research,* 2013. № 66(1). pp. 105–114. https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2011.07.029

2. Davenport T. H., Beck J. C. The attention economy: Understanding the new currency of business. Harvard Business School Press. 2001. 255 p.

3. Deuze M. Media work. Polity Press. 2007. 288 p.

4. Gillespie T. Custodians of the internet: Platforms, content moderation, and the hidden decisions that shape social media. Yale University Press. 2018. 297 p.

5. Jenkins H. Convergence culture: Where old and new media collide. New York University Press. 2006. 368 p.

6. Kane G. C., Palmer D., Phillips A. N., Kiron D., Buckley N. Strategy, not technology, drives digital transformation. MIT Sloan Management Review, 2015. №14 (1), pp. 1–25.

7. Küng L. Innovators in digital news. I.B. Tauris. 2015. 19 p.

8. Küng L. Strategic management in the media: Theory to practice (2nd ed.). Sage Publications. 2017. 372 p.

9. Lotz A. D. The television will be revolutionized (2nd ed.). New York University Press. 2014. 321 p.

10. Napoli P. M. Audience evolution: New technologies and the transformation of media audiences. Columbia University Press. 2011. 248 p.

11.Picard R. G. The economics and financing of media companies (2nd ed.). Fordham University Press. 2011. 14 p.

12. Sheposh Richard. Media convergence. 2025. URL: https://www.ebsco.com/research-starters/social-sciences-and-humanities/media-convergence

13. van Dijck J. The culture of connectivity: A critical history of social media. Oxford University Press. 2013. 228 p.

14. Westerman G., Bonnet D., McAfee A. Leading digital: Turning technology into business transformation. Harvard Business Review Press. 2014. pp. 14–24

15. Aslanova B. The digital transformation of television: The future of TV journalism in the new media era. *History of Science*. 2025. № 6(4). pp. 166–173. DOI: https://doi.org/10.33864/2790-0037.2025.v6.i4.166-173

16. Hasanova, S. Bağımsızlık sonrası Azerbaycan televizyonu: Siyasal süreçler, gelişen medya yapıları ve mücadele edilen sorunlar. *Türkiye Medya Akademisi Dergisi.* 2025. №10. pp. 227–250. DOI: https://doi.org/10.5281/zenodo.17203801

17. Gadirova, N. Mapping the digital media formats used in Azerbaijan. *Studia Universitatis Babeş-Bolyai Ephemerides.* 2020. № 65(1). pp. 71–89. DOI: https://doi.org/10.24193/subbeph.2020.1.04

18. Azərbaycan Televiziyası. (n.d.). Official website. Retrieved July 6, 2026, URL: https://aztv.az

19. Azərbaycan Televiziyası. (n.d.). AzTV YouTube channel. YouTube. Retrieved July 6, 2026, URL: https://www.youtube.com/@aztvresmi

20. İctimai Televiziya və Radio Yayımları Şirkəti. (n.d.). Official website. Retrieved July 6, 2026, URL: https://itv.az

21. İctimai Televiziya və Radio Yayımları Şirkəti. (n.d.). İTV YouTube channel. YouTube. Retrieved July 6, 2026, from İTV YouTube Channel

22. Xəzər TV. (n.d.). Official website. Retrieved July 6, 2026, URL: https://www.xezertv.az

23. Xəzər TV. (n.d.). Xəzər TV YouTube channel. YouTube. Retrieved July 6, 2026, from Xəzər TV YouTube Channel

24. ARB TV. (n.d.). Official website. Retrieved July 6, 2026, from ARB TV Official Website

25. ARB TV. (n.d.). ARB TV YouTube channel. YouTube. Retrieved July 6, 2026, from ARB TV YouTube Channel

Мехдієва І. СТРАТЕГІЇ ЦИФРОВОГО ВИРОБНИЦТВА ТА ВИРОБНИЦТВА КОНТЕНТУ НА АЗЕРБАЙДЖАНСЬКИХ ТЕЛЕКАНАЛАХ

Швидкий розвиток цифрових технологій фундаментально змінив структуру та операційну логіку світової медіаіндустрії, вимагаючи від телевізійних мовників переосмислення своїх процесів виробництва контенту. відповідь на технологічні інновації, конвергенцію медіа та зміну очікувань аудиторії. У цьому контексті телевізійні організації все частіше переходять від традиційних лінійних моделей мовлення до інтегрованих, багатоплатформних комунікаційних систем, які поєднують традиційне телебачення з цифровим та соціальним медіа-середовищем. Ця трансформація стала особливо важливою для телеканалів, що працюють на медіаринках, що розвиваються, таких як Азербайджан, де цифровізація створює як стратегічні можливості, так і організаційні виклики. Головною метою цього дослідження є вивчення того, як цифровізація впливає на стратегії виробництва контенту на азербайджанських телеканалах, та визначення ключових організаційних, технологічних та редакційних трансформацій, що виникають під час цього процесу. Зокрема, дослідження досліджує зміни у форматах контенту, робочих процесах виробництва, практиці залучення аудиторії, інтеграції цифрових платформ та стратегічних відповідях, прийнятих телевізійними організаціями, щоб залишатися конкурентоспроможними у все більш цифровій медіа-екосистемі. У дослідженні використовується якісний дослідницький дизайн, заснований на напівструктурованих інтерв'ю, проведених із сімома фахівцями, що представляють різні сфери азербайджанської телевізійної індустрії, включаючи продюсерів контенту, редакторів, медіаменеджерів та спеціалістів з цифрових медіа. Зібрані дані були систематично проаналізовані за допомогою тематичного аналізу для виявлення повторюваних тем, закономірностей та стратегічних розробок, пов'язаних з цифровою трансформацією. Цей методологічний підхід забезпечує глибоке розуміння професійного досвіду та організаційних практик, які неможливо адекватно охопити лише кількісними методами. Результати дослідження демонструють, що цифровізація суттєво змінила стратегії виробництва контенту на азербайджанських телеканалах. Традиційне повноформатне мовлення все частіше замінюється або доповнюється коротким, візуально привабливим, орієнтованим на аудиторію та платформно-специфічним контентом, розробленим для телебачення, YouTube, Instagram та інших цифрових платформ. Більше того, прийняття редакційних рішень стає все більш орієнтованим на дані, при цьому аналітика аудиторії, зворотний зв'язок у режимі реального часу, показники залученості користувачів та показники ефективності платформи відіграють центральну роль у визначенні пріоритетів планування та виробництва контенту. Результати також показують, що телевізійні організації активно впроваджують гібридні моделі мовлення, які інтегрують традиційне телебачення з цифровими каналами розповсюдження, що дозволяє охопити ширшу аудиторію та посилити взаємодію з нею.

Попри ці позитивні зрушення, дослідження також визначає кілька суттєвих бар'єрів, які продовжують перешкоджати цифровій трансформації азербайджанських телеканалів. До них належать фінансові обмеження, неадекватна технологічна інфраструктура, обмежені цифрові компетенції серед медіа-фахівців, організаційний опір змінам та зростаючий конкурентний тиск з боку глобальних цифрових платформ, таких як YouTube та стрімінгові сервіси. Як наслідок, багато телевізійних організацій залишаються на перехідному етапі, де традиційні практики мовлення співіснують з новими моделями цифрового виробництва.

Дослідження доповнює існуючу літературу, надаючи емпіричні дані з азербайджанського медіасередовища, регіону, якому приділяється відносно обмежена наукова увага в міжнародних дослідженнях у галузі медіа та комунікацій. Крім того, результати мають практичні наслідки для керівників телебачення, медіа-менеджерів, політиків та науковців у галузі комунікацій, підкреслюючи важливість інвестування в цифрову інфраструктуру, нарощування професійного потенціалу, аналітику аудиторії та багатоплатформні контент-стратегії. Зрештою, дослідження демонструє, що сталий цифровий перехід на азербайджанському телебаченні вимагає не лише технологічних інновацій, але й організаційної гнучкості, стратегічного планування та постійної адаптації до швидкозмінного цифрового медіаландшафту.

Ключові слова: *цифровізація, телевізійне мовлення, виробництво контенту, Азербайджан, медіатрансформація.*

Дата першого надходження статті до видання: 20.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 13.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070.447:004.44:355.01
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/43

Навальна М.І.
https://orcid.org/0000-0002-5064-3122
Національний університет біоресурсів і природокористування України

Харченко С.В.
https://orcid.org/0000-0001-9336-1259
Національний університет біоресурсів і природокористування України

МЕДІАКРИТИКА В АНАЛІТИЧНИХ МАТЕРІАЛАХ ІНТЕРНЕТ-ВИДАННЯ «ДЕТЕКТОР МЕДІА» ПЕРІОДУ ПОВНОМАСШТАБНОЇ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

У розвідці проаналізовано статті періоду повномасштабної російсько-української війни, здійснені за матеріалами відомого українського інтернет-видання «Детектор медіа».

Об'єкт дослідження – п'ятнадцять статей, тематика яких окреслена повномасштабною російсько-українською війною в першій половині 2026 р., а також публікації, де розвінчуються ворожі фейки упродовж аналізованого періоду. З 24 лютого 2022 року «Детектор медіа» моніторить український сегмент соцмереж і кремлівські медіа та щоденно документує хроніку російської дезінформації про війну Росії проти України, що засвідчує системність «Детектора медіа» в інформаційному просторі.

Під час вивчення аналітичних статей мамдедійного ресурсу були використані такі методи як спостереження, класифікації, а також здійснено аналіз документальної інформації.

Зроблено висновки, що в період повномасштабної російсько-української війни інтернет-видання «Детектор медіа» подає статті упродовж першої половини 2026 року за такими тематичними напрямами: 1) вороже мовленню прикордоння України; 2) цифрові ресурси російсько-української війни; 3) російська пропаганда в Україні та за межами країни; 4) проблема відсутності виборів як порушення демократії; 5) економічні проблеми, спричинені війною; 6) відсутність енергоресурсів – гуманітарна катастрофа; 7) журналісти як мішень ворога; 8) мова ворожнечі як вербальний ресурс у спілкуванні про війну; 9) мобілізація: як офіційні медіа дуже обмежено говорять про проблему; 10) аналіз фейків російських інформаційних ресурсів.

За нашими кількісними підрахунками найчастіше журналісти «Детектор медіа» звертаються до напрямів російської пропаганда в Україні і за межами країни та до аналізу фейків російських інформаційних ресурсів. Найсистемніша подача в розділі «Статті» – останній напрям.

Ключові слова: *інтернет-видання, «Детектор медіа», аналітична стаття, російсько-українська війна, медіадослідження.*

Постановка проблеми. Медіадослідження переважно зосереджуються на вивченні засобів масової інформації, їхньої аудиторії та розміщеної реклами. Головною метою таких досліджень є отримання даних про медіа, визначення вподобань споживачів контенту (телеглядачів, радіослухачів, читачів) і знаходження найефективніших підходів до їх охоплення. Медіадослідження торкаються різних напрямків аналізу та проводяться за допомогою моніторингів, результати яких дозволяють отримати важливу інформацію для оптимального планування рекламних кампаній, скорочення витрат на рекламу чи видавничу діяльність, а також обґрунтованого вибору каналів або видань для взаємодії з цільовою аудиторією. Зокрема, телекомпанії використовують результати таких досліджень для встановлення цін на ефірний час для переконання потенційних рекламодавців у доцільності розміщення реклами саме в їхніх ефірах.

Особливий інтерес медіадослідження викликають у періоди соціальних змін – економічних, політичних або соціальних. Наприклад, сучасна

© Навальна М.І., Харченко С.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

ситуація в українському суспільстві, яка значною мірою визначається наслідками повномасштабної російсько-української війни (2022–2026 рр.), потребує глибокого аналізу.

Війна на території України суттєво вплинула на функціонування інформаційного середовища та колективів засобів масової інформації: багато журналістів долучилися до лав Збройних сил України або територіальної оборони; медіаринок зазнав змін, поставши перед необхідністю пошуку нових джерел фінансування; тематика публікацій значно трансформувалася; водночас у медіапросторі з'явилася хвиля дезінформації та пропагандистських матеріалів з боку агресора. У цих умовах виникла необхідність у проведенні аналізу актуальних медіадосліджень із визначенням їхньої специфіки та особливостей. Матеріалом цього дослідження стали опубліковані дані з розділу «Статті» інтернет-видання «Детектор Медіа» в період 2026 рр. [2].

Особливу увагу привертають видання спеціалізованої медіакритики в Україні: «Медіакритика», «MediaSapiens», «Detector Media», «Media Lab», «MBR (Media Business Reports)» [6, с. 118]. Означені інформаційні ресурси стали комунікаційними майданчиками для фахівців, відстежуючи зміни інформаційного простору та коментуючи їх для читачів професійної аудиторії. Такі видання сприяють віднесенню українські медіа у світовий контекст розвитку журналістикознавства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Розвиток сучасної медіакритики досліджують сучасні науковці Ю. Голоднікова [1], О. Довженко [3; 4], Б. Потятиник [9], А. Сулім [10], К. Хольта [12; 13] та ін.

Постановка завдання. Мета наукової розвідки – проаналізувати сучасні статті періоду повномасштабної російсько-української війни (2026 р.), які здійснені за матеріалами відомого українського інтернет-видання «Детектор Медіа».

Під час вивчення аналітичних статей інформаційного ресурсу були використані такі **методи** як спостереження, класифікації, а також здійснено аналіз документальної інформації.

Об'єкт дослідження – п'ятнадцять матеріалів, тематика яких окреслена повномасштабною російсько-українською війною в 2026 р.

Виклад основного матеріалу. Науковиця М. Личук проаналізувала медіадослідження періоду повномасштабної російсько-української війни, здійснені за матеріалами відомого вітчизняного інтернет-видання «Детектор медіа» [5]. Але варто зауважити, що науковці аналізують тенденції та перспективи медіакритики фрагментарно. На сучасному етапі виникли нові умови та виклики для медіакритичних платформ, які ще не розглядалися вченими. Ми ж пропонуємо розглянути медіакритику в аналітичних матеріалах «Детектор медіа» періоду повномасштабної російсько-української війни в 2026 році.

Медіакритика – це особлива тема, яка допомагає зрозуміти на тому чи тому історичному етапі, як медіа впливають на суспільство та як аналізувати якість журналістики. Дослідниця А. Миколаєнко висновкує три основні тенденції медіакритики в Україні: «1. Медіакритика нині покликана реагувати на діяльність ЗМІ та проблеми, пов'язані з медіавпливами. В Україні активно працюють медіакритичні ЗМІ, переважно інтернет-ресурси, які моніторять та системно аналізують діяльність ЗМІ. 2. Серед основних тенденцій розвитку медіакритики в Україні: взаємодія професійної та спеціалізованої медіакритики; зацікавленість переважно з боку фахової аудиторії; низький рівень поширення серед широкого загалу; значна увага до українських ЗМІ, натомість мало інформації про медіаіндустрію світу. 3. Серед перспектив медіакритики є розширення читацької аудиторії, увага до питань авторської компетентності, впливів медіа на психічне здоров'я аудиторії, формування інформаційного імунітету в суспільстві» [6, с. 123]. Погоджуємося, що на тому етапі розвитку суспільства це було актуально і мало такі першочергові завдання, але нині в Україні триває повномасштабна війна і перед медіакритикою постала низка інших пріоритетів та проєктів.

В інтернет-виданні «Детектор медіа» проаналізуємо аналітичні матеріали з рубрики «Статті» 2026 рр. (Детектор). Закцентуємо увагу на тематиці різного спрямування, спричиненій російсько-українською війною: фейків, санкцій, інформаційного забезпечення на окупованих територіях тощо.

В означеній тематиці 2026 рік розпочинається із матеріалу *«Як протидіяти ворожому мовленню на прикордонні»* (автор – Наталія Данькова, 05.01.2026). У медіа дослідженні йдеться про прикордонні території України на межі з Росією, які залишаються вразливими не тільки через проведення бойових дій, але й через інформаційний вплив з боку агресора. Зокрема, це проявляється у використанні більш потужних передавачів для поширення пропаганди. Наприклад, Одеська область, де доступне мовлення з території Придністров'я. Водночас на Харківщині, Чернігівщині та Сумщині сигнал ворожих радіостанцій здатен проникати на відстань до 20 км від кордону.

Додаткову проблему становить те, що в цих регіонах є населені пункти, де було зруйновано обладнання та телекомунікаційну інфраструктуру, які раніше блокували мовлення з Росії. Видання «Детектор медіа» аналізує питання мовлення в прикордонній зоні та шляхи, якими Україна може протистояти інформаційному впливу ворога.

У публікації *«Цифрові матеріали про війну: як їх зберігати, аби допомогти правосуддю»* (автор – Євген Павлюковський, 06.01.2026) зауважується, що в Україні щоденно з'являються тисячі нових матеріалів, присвячених бойовим діям, обстрілам, інтерв'ю із постраждалими, супутниковим зображенням та даним із соцмереж. За час повномасштабного вторгнення Росії в Україну численні організації та міжнародні інституції змогли зібрати найбільш повну картину цих подій. Однак, щоб ці дані стали корисними для правосуддя, їх необхідно ретельно перевірити і належним чином систематизувати та зберегти. «Детектор медіа» вивчав рекомендаціями щодо застосування стандартів збереження цифрових матеріалів для потреб міжнародного правосуддя.

У матеріалі *«За Путіна, за радянські газосховища»: чим російська пропаганда виправдовує удар «Орєшніком»* по Україні (автори Леся Бідочко, Олексій Півторак, 10.01.2026) йдеться про те, що російська пропаганда намагається перетворити чергову атаку на багатофункціональний засіб тиску: з одного боку, лякає Європу загрозою ракетних ударів, а з іншого – надсилає сигнал США про «зростання ставок». У ніч проти 9 січня 2026 року російські війська здійснили ракетний обстріл балістичною ракетою середньої дальності під назвою «Орєшнік». Служба безпеки України оприлюднила фото уламків ракети та розпочала розслідування за статтею, що стосується воєнних злочинів. Цей обстріл став частиною масштабної атаки, у межах якої Росія застосувала десятки крилатих ракет і понад 200 дронів, спрямованих на об'єкти цивільної та критичної інфраструктури. У цій ситуації російська пропаганда виправдовує удар «Орєшніком» по Україні як інформаційну машину.

Автори матеріалу *«Демократія без виборів: як зберегти самоврядність під час війни»* (автори Ярослав Жаліло, Анатолій Головка, 12.01.2026) стверджують, що військові адміністрації відіграють важливу роль в умовах воєнного стану, проте їхнє функціонування супроводжується певними викликами та труднощами. Війна створює несприятливе середовище для нормального розвитку демократичних процесів. Запровадження воєнного стану в Україні ускладнює повноцінну роботу демократичних інститутів у територіальних громадах. Значна частина громад, через об'єктивні причини, втратила доступ до конституційно закріплених органів місцевого самоврядування. Це стосується як територій, що перебувають під тимчасовою окупацією, так і прифронтових або звільнених населених пунктів, де робота органів місцевого самоврядування нині неможлива. Відновлення їхньої діяльності передбачає проведення місцевих виборів, які, відповідно до законодавства, не можуть відбутися до завершення воєнного стану. За таких умов забезпечення життєдіяльності громад покладено на військові адміністрації населених пунктів. Автори вважають, що в цій ситуації важливо розібратися в складнощах реалізації самоврядності громад за умов обмежених можливостей для функціонування місцевого самоврядування.

У статті *«Росія розпочинає холодну війну». Світові медіа – про українські міста без світла і тепла»* (автори Леся Бідочко, Костянтин Задирака, 16.01.2026) аналізують повідомлення світових медіа, які висвітлюють обстріли енергетичної інфраструктури, поєднуючи сухі факти про масштаб атак із зворушливими розповідями людей, котрі стикаються з багатоденними стражданнями в умовах холоду. Напрошується питання: постає образ подій як локальної кризи чи все ж як масштабної гуманітарної катастрофи?

У матеріалі *«Кіно без тепла та світла: як кінотеатри та дистриб'ютори працюють під час блекаутів»* (Анастасія Платонова, 23.01.2026) йдеться про відключення електроенергії та теплопостачання, що стало значним викликом як для населення, так і для українського бізнесу. У той час як певна частина приватних компаній – від маленьких кав'ярень до ресторанів і супермаркетів – уже адаптувалися, використовуючи генератори та інші альтернативні джерела енергії, виникає питання: як у таких умовах функціонують кінотеатри, які споживають значно більше електроенергії? І як це впливає на діяльність кінодистриб'ютерів. Ці проблеми автори обґрунтовують в аналітичній статті, зважаючи на економічні труднощі в Україні.

Аналітичний матеріал *«Насолода геноцидом: що російська пропаганда та західні медіа пишуть про обстріли української енергетики»* (автори Костянтин Задирака, Олексій Півторак, 29.01.2026) повідомляє про те, що західні медіа визнають масштаби гуманітарної кризи, висвітлюючи особисті трагедії постраждалих від російських обстрілів, тоді як російська пропаганда проявляє цинічну радість через страждання українців і намагається

перекласти провину за свої злочини на українську владу. У січні 2026 року в окремих регіонах України температура повітря падала до –24°С, а середньодобові показники складали –15°С морозу. У цей час Росія планомірно завдавала ударів по енергетичній інфраструктурі України, що триває й досі.

У публікації *«Енергетичне перемир'я»: пауза, що стала частиною війни»* (автори Леся Бідочко Костянтин Задирака, 05.02.2026) йдеться про кількаденну паузу в ударах по українській енергетичній інфраструктурі. Президент США Дональд Трамп говорив про це як про гуманітарний жест Росії на тлі сильних морозів. Однак уже в перші дні після оголошення цієї паузи стало очевидно, наскільки умовним є це «перемир'я»: бракувало чітких домовленостей, трактування строків і цілей розходилися, а головне – Росія використала цю паузу швидше як елемент військово-інформаційної стратегії, ніж як реальне обмеження насильства. Реакція російської пропаганди на цю ініціативу лише підтвердила, що гуманітарна риторика стала частиною стратегії виснаження, де цивільна інфраструктура перетворюється на засіб політичного шантажу й інструмент психологічного тиску.

В аналітичній статті *«Журналісти – особлива мішень Росії».* Відбулося виїзне засідання гуманітарного комітету та ТСК на Суспільному (автор Оксана Наумова, 13.02.2026) зауважено про виїзне засідання Комітету Верховної Ради з питань гуманітарної та інформаційної політики, а також Тимчасової слідчої комісії Верховної Ради, яка займається розслідуванням злочинів, скоєних збройними формуваннями Росії проти журналістів.

У матеріалі *«Це війна між світами життя і смерті»: українські медійники про чотири роки війни»* (автор Ірина Семенюта, 24.02.2026) йдеться про те, як українці, включно з медійниками, пригадують перші години нападу, аналізують допущені помилки, досягнуті перемоги та обговорюють зміни, які зазнала держава. Видання «Детектор медіа» зібрало думки та рефлексії про втрати, відповідальність і новий етап дорослішання нації у цей складний воєнний період.

У дослідженні *«Російська пропаганда у Нідерландах: «альтернативні медіа», російський фонд і проросійські блогери»* (автори Артур Колдомасов, Ірина Семенюта, 06.03.2026) йдеться про систематичне вивчення, поширення та вплив російської пропаганди в різних країнах Європи. Неодноразово писали, як російська пропаганда використовує медіа та організовує для просування своїх наративів у Франції (детальні розслідування доступні тут і тут), а також досліджували медіапростір Бельгії та способи проникнення до нього. У цій публікації зосереджено увагу на Нідерландах – країні, яка стабільно підтримує Україну у військовому аспекті. Щоб послабити таку підтримку, Росія активно застосовує дезінформаційні кампанії, використовуючи при цьому місцеві медіа, особливості ринку та політичну ситуацію в країні.

Публікація *«Індекс медіаграмотності дає нам підстави формувати інформаційну політику»* (автор Оксана Наумова, 16.03.2026) представила результати щорічного національного дослідження під назвою «Індекс медіаграмотності українців» як щодо російсько-української війни, так і загальних соціально-економічних та культурних процесів в Україні.

В аналітичному матеріалі *«Від мови ворожнечі до фізичного насильства: як дезінформація впливає на ставлення до українців в Польщі»* (автор Мая Голуб, 23.03.2026) йдеться про зростання злочинів, що здійснюються на ґрунті ненависті. Експерти вказують на вплив російських інформаційних операцій як один із можливих чинників.

У статті *«Говорити про біль обережно: як журналістам працювати з постраждалими від війни»* (автор Ірина Семенюта, 26.03.2026) про досвід як журналістам працювати з болісними історіями, спілкуватися з постраждалими чи свідками воєнних злочинів, не завдаючи їм шкоди, і водночас зберегти власний психологічний баланс? Із 2022 року Інститут висвітлення війни та миру реалізує проєкт «Україна: правосуддя наживо». Ця ініціатива навчає представників медіа етичного та безпечного висвітлення тем правосуддя, підготовки судових репортажів, присвячених воєнним злочинам, а також створює платформу для співпраці журналістів із правозахисними організаціями та міжнародними партнерами.

У матеріалі *«Між російською пропагандою і рекламою юридичних послуг. Якою бачать мобілізацію в Україні користувачі тіктоку»* (Центр досліджень «Детектора медіа», 29.04.2026) аналізуються державні комунікації та пояснення необхідності мобілізації в Україні займають лише 8% середнього обсягу відеоконтенту, проаналізованого за хештегом «мобілізація». Основні спостереження: 1) Відео, що демонструють застосування сили під час процесу мобілізації, становлять майже 38% вибірки. Вони отримують на 10–12% більше поширень і коментарів у порівнянні з іншими публікаціями, що вказує на підвищений рівень інтересу аудиторії до цього типу контенту. 2) Критичні висловлювання щодо мобілізації можна

знайти приблизно в 26% відео, тоді як відео на підтримку цього процесу становлять лише 14% від загальної кількості. Медіанні показники залученості для критичного контенту вдвічі вищі, ніж для відео, спрямованих на підтримку. 3) Майже 30% проаналізованих публікацій містять тези про нелегітимність мобілізації, серед яких трапляються як дезінформаційні матеріали, так і дискусійно-спекулятивний контент. Водночас їхнє охоплення є нижчим за середній показник, що може свідчити про певне обмеження такого контенту алгоритмами платформи. 4) Конструктивна дискусія щодо мобілізації, яка включає аргументи на користь військової служби, трапляється найрідше – лише у 8% контенту вибірки. При цьому цей тип відео має менший рівень залучення порівняно з критичними публікаціями. 5) Зафіксовано ознаки цілеспрямованої активності: деякі акаунти регулярно публікують однорідний контент із акцентом на випадках силових інцидентів, створюючи враження звичайної поведінки користувачів. Один із таких акаунтів за п'ять днів виклав 80 подібних відеороликів. 6) У вибірці також присутній маніпулятивний контент, створений з використанням штучного інтелекту. Частина таких відеороликів не маркована платформою як штучно згенерована, а деякі містять фейкові виступи українських посадовців та командирів. Державна інформаційна кампанія щодо мобілізації майже відсутня серед матеріалів платформи. Утворений інформаційний вакуум заповнюється емоційним, маніпулятивним і дезінформаційним контентом, який формує переважно негативне сприйняття теми мобілізації серед користувачів TikTok.

Упродовж російсько-української війни аналітики «Детектора медіа» щодня документовують дезінформаційні вкиди, оскільки російські пропагандисти поширюють фейки різної тематики.

Висновки. За матеріалами відомого українського інтернет-видання «Детектор медіа», де проаналізовано статті періоду повномасштабної російсько-української війни упродовж першої половини 2026 року, виокремлено такі тематичні напрями: 1) вороже мовленню прикордоння України; 2) цифрові ресурси російсько-української війни; 3) російська пропаганда в Україні та за межами країни; 4) проблема відсутності виборів як порушення демократії; 5) економічні проблеми, спричинені війною; 6) відсутність енергоресурсів – гуманітарна катастрофа; 7) журналісти як мішень ворога; 8) мова ворожнечі як вербальний ресурс у спілкуванні про війну; 9) мобілізація як офіційні медіа дуже обмежено говорять про проблему; 10) аналіз фейків російських інформаційних ресурсів.

За нашими кількісними підрахунками найчастіше журналісти «Детектор медіа» звертаються до напрямів російської пропаганда в Україні і за межами країни та до аналізу фейків російських інформаційних ресурсів. Найсистемніша подача в розділі статті – останній напрям.

Серед перспектив наукових розвідок вважаємо актуальними медіадослідження, моніторинг, спецпроєкти «Детектор медіа».

Список літератури:

1. Голоднікова Ю. Парадокси української медіакритики. Медіакритика, 16. 2009, 20 березня. URL : https://www.mediakrytyka.info/drukovani/ paradoksy-ukrayinskoyi-mediakrytyky.html.

2. Детектор медіа. Статті. URL : https://detector.media/type/4/.

3. Довженко О. Медіакритика в Україні: недоросла й недооцінена. Медіакритика. 2010, 3 листопада. URL : http://www.mediakrytyka.info/media-filosofiya/mediakrytyka-v-ukrayini-nedorosla-y-nedootsinena.html.

4. Довженко О. Сучасна українська медіакритика: чинники формування, проблеми та перспективи. *Вісник Львівського університету. Серія журналістика*. 2013. 37. С. 131–138.

5. Личук М. Медіадослідження інтернет-видання «Детектор Медіа» та маніпуляції в медіапросторі. *Інтегровані комунікації*.2024. 1 (17). С. 106–114. https://doi.org/10.28925/2524-2644.2024.1714

6. Миколаєнко А. Медіакритика в Україні: тенденції та перспективи розвитку. *Український інформаційний простір*. 2020. (1(5). С. 118–125. https://doi.org/10.31866/2616-7948.1(5).2020.206108.

7. Навальна М., Харченко С. Медіакритика : навчальний посібник (для студентів спеціальностей «Журналістика»). Київ : Видавництво НУБіП, 2026. 179 с.

8. Паранько, Р. (2009, 25 грудня). «Тиждень» розчарувань. Детектор медіа. URL: https://detector.media/rinok/article/50122/2009–12–25-tizhden-rozcharuvan/.

9. Потятиник Б. Медіакритика в системі журналістської освіти України: Львів – Київ – транзит. Вісник Львівського університету. Серія журналістика, 42, 2017. С. 54–61.

10. Сулім А. А. Медіакритика в Україні: функції, тематика, проблематика. Дис. канд. наук із соціальних комунікацій. Спеціальність 27.00.04. Дніпропетровський національний університет імені О. Гончара, Дніпропетровськ. 2015. 242 с.

11. Федоров О. Медіаосвіта та медіакритика в контексті підготовки майбутніх педагогів. *Вища освіта України.* 2014. № 4. С. 59–70. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vou_2014_4_11.

12. Holt K. Alternative Media and the Notion of Anti-Systemness: Towards an Analytical Framework. *Media and Communication.* 2018. 6 (4). С. 49–57. http://dx.doi.org/10.17645/mac.v6i4.1467

13. Holt K., & Krogh T. The citizen as media critic in periods of media change. *Observatorio*. 2010. 4 (4). С. 287–306. https://doi.org/10.15847/obsOBS442010432/.

Navalna M.I., Kharchenko S.V. MEDIA CRITICISM IN THE ANALYTICAL ARTICLES OF THE ONLINE PUBLICATION "DETECTOR MEDIA" DURING THE FULL-SCALE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR

This study analyzes articles from the period of the full-scale Russian-Ukrainian war, based on materials from the well-known Ukrainian online publication «Detector Media».

The subject of the study is fifteen articles whose topics revolve around the full-scale Russian-Ukrainian war in the first half of 2026, as well as publications debunking enemy disinformation during the analyzed period. Since February 24, 2022, «Detector Media» has been monitoring the Ukrainian segment of social media and Kremlin-controlled media, and has been documenting a daily chronicle of Russian disinformation regarding Russia's war against Ukraine, which attests to «Detector Media's» systematic presence in the information space.

During the study of the analytical articles on the media resource, methods such as observation and classification were used, and an analysis of documentary information was conducted.

It was concluded that during the period of full-scale Russian-Ukrainian war, the online publication «Detector Media» published articles throughout the first half of 2026 on the following thematic areas: 1) hostile rhetoric regarding Ukraine's border regions; 2) digital resources of the Russian-Ukrainian war; 3) Russian propaganda in Ukraine and abroad; 4) the problem of the absence of elections as a violation of democracy; 5) economic problems caused by the war; 6) the lack of energy resources – a humanitarian catastrophe; 7) journalists as targets of the enemy; hate speech as a verbal tool in discourse about the war; 9) mobilization: how the official media cover the issue in a very limited way; 10) analysis of disinformation from Russian media sources.

According to our quantitative calculations, «Detector Media» journalists most frequently address the topics of Russian propaganda in Ukraine and abroad, as well as the analysis of fake news from Russian information sources. The most systematic coverage in the «Articles» section is the latter topic.

Keywords: *online publication, «Detector Media», analytical article, Russian-Ukrainian war, media research.*

Дата першого надходження статті до видання: 07.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 04.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070.1:316.422
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/44

Подосян А.О.
https://orcid.org/0009-0001-3771-9495
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова

СОЦІАЛЬНА ФУНКЦІЯ ЖУРНАЛІСТИКИ РІШЕНЬ У КОНТЕКСТІ ТРАНСФОРМАЦІЇ СУЧАСНОЇ МЕДІЙНОЇ ПАРАДИГМИ

У статті здійснено комплексний теоретико-методологічний аналіз соціальної функції журналістики рішень як однієї з ключових характеристик нової медійної парадигми в умовах цифрової трансформації, кризи довіри до медіа та поширення феномену «новинної втоми». Обґрунтовано, що журналістика рішень виходить за межі традиційного проблемно-орієнтованого інформування та виконує важливу соціальну місію, пов'язану з формуванням конструктивного публічного знання, підвищенням громадянської суб'єктності аудиторії, актуалізацією ефективних практик розв'язання суспільно значущих проблем і підтримкою комунікативної стійкості суспільства.

У роботі доведено, що соціальна функція журналістики рішень полягає не у створенні позитивного або оптимістичного образу реальності, а в системному поєднанні критичного аналізу проблем із дослідженням відповідей на них, доказів ефективності, умов реалізації, меж застосовності та можливостей масштабування. Такий підхід дозволяє подолати обмеження традиційної новинної логіки, що часто фіксує конфлікт або кризу як завершений драматичний факт, але не забезпечує аудиторію достатнім розумінням механізмів соціальної дії.

Акцентовано, що журналістика рішень виконує низку взаємопов'язаних соціальних функцій: інформаційно-пояснювальну, освітню, інтеграційну, мобілізаційну, терапевтично-стабілізаційну, функцію підвищення довіри до медіа та функцію формування горизонтальних зв'язків у суспільстві. Особливе значення має її здатність протидіяти ефекту «вивченої безпорадності», що виникає внаслідок тривалого контакту аудиторії з негативним, кризовим і конфліктним новинним контентом.

У межах дослідження визначено, що в аудіовізуальному та кросмедійному вимірі соціальна функція журналістики рішень реалізується через демонстрацію процесуальності змін, візуалізацію доказів, репрезентацію героя як агента змін, поєднання емоційного залучення з аналітичною точністю та створення багаторівневих наративів, які дозволяють аудиторії переходити від поверхневого ознайомлення з проблемою до глибшого розуміння способів її подолання. Доведено, що така журналістика сприяє не лише інформуванню, а й формуванню соціальної спроможності, громадянської відповідальності та культури конструктивної дії.

Ключові слова: *журналістика рішень, соціальна функція журналістики, конструктивна журналістика, аудіовізуальна журналістика, кросмедіа, довіра до медіа, новинна втома, громадянська суб'єктність, соціальні зміни, доказовість.*

Постановка проблеми. Сучасна журналістика функціонує в умовах глибокої трансформації медійного середовища, що пов'язана з цифровізацією комунікації, платформізацією новинного споживання, зростанням ролі соціальних мереж, відеосервісів, месенджерів та алгоритмічних систем дистрибуції контенту. У цих умовах традиційна модель новинної журналістики, орієнтована передусім на оперативне повідомлення про події, конфлікти, порушення та кризові явища, дедалі частіше виявляє власні обмеження. Вона залишається необхідною для виконання контрольної, інформаційної та демократичної функцій медіа, однак не завжди здатна забезпечити аудиторію цілісним розумінням складних соціальних процесів, механізмів подолання проблем та можливостей конструктивної дії.

Одним із найбільш помітних симптомів цієї трансформації є поширення феномену «новинної втоми» та практик уникання новин. За даними Reuters Institute Digital News Report 2026, соціальні й відеоплатформи вперше стали

© Подосян А.О., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

популярнішими глобальними джерелами новин, ніж телебачення та новинні сайти або застосунки; водночас рівень уникання новин залишається високим і становить 42% у глобальному вимірі [9]. Дослідження Pew Research Center також засвідчують, що значна частина аудиторії відчуває перевантаження новинами та свідомо скорочує їх споживання [10]. Такі тенденції вказують на зміну характеру взаємодії між медіа та суспільством: аудиторія потребує не лише швидкого інформування, а й пояснення, контексту, доказовості та розуміння можливих шляхів дії.

У цьому контексті журналістика рішень постає як відповідь на кризу традиційної новинної парадигми. Її поява зумовлена потребою доповнити проблемно-орієнтоване висвітлення аналізом ефективних практик подолання соціальних викликів. Вона не заперечує критичну функцію журналістики, а розширює її, переводячи фокус із виключної фіксації проблеми на дослідження відповідей, доказів, механізмів, обмежень і можливостей масштабування рішень. Саме в цьому полягає її особлива соціальна функція.

Актуальність дослідження соціальної функції журналістики рішень зумовлена тим, що сучасне суспільство дедалі частіше стикається з комплексними кризами: війнами, міграційними процесами, кліматичними загрозами, соціальною нерівністю, економічною нестабільністю, інформаційними атаками, кризою довіри до інституцій та загальним відчуттям невизначеності. У таких умовах журналістика, яка лише повідомляє про проблему, але не пояснює можливих відповідей на неї, може ненавмисно посилювати відчуття безсилля, тривоги та соціальної апатії. Натомість журналістика рішень здатна формувати інший тип суспільного знання – не заспокійливий або ідеалізований, а конструктивний, доказовий і орієнтований на дію.

Для українського медіапростору ця проблематика має особливе значення. В умовах повномасштабної війни, тривалої безпекової напруги, гуманітарних викликів, внутрішнього переміщення, руйнування інфраструктури та необхідності суспільного відновлення медіа виконують не лише інформаційну, а й стабілізаційну, інтеграційну та мобілізаційну роль. Вони можуть або посилювати відчуття хаосу й безпорадності, або допомагати аудиторії бачити приклади ефективної взаємодії, солідарності, відновлення, інституційної спроможності та громадянської дії. Саме тому соціальна функція журналістики рішень потребує окремого теоретичного осмислення в межах сучасного журналістикознавства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика соціальної ролі журналістики має тривалу традицію в теорії масової комунікації. Класичні підходи розглядають журналістику як інститут інформування, контролю влади, формування громадської думки, забезпечення публічної дискусії та підтримки демократичних процесів. У працях Б. Ковача та Т. Розенстіля журналістика визначається як система професійних практик, покликана надавати громадянам достовірну інформацію, необхідну для вільного й відповідального самоврядування [6]. У цьому контексті соціальна функція журналістики традиційно пов'язується з інформуванням, контролем, поясненням і створенням умов для громадянської участі.

Водночас сучасна медійна ситуація суттєво ускладнює виконання цих функцій. Дослідження Reuters Institute демонструють, що аудиторії дедалі частіше отримують новини не безпосередньо від редакційних медіа, а через платформи, алгоритми, соціальні мережі та відеосервіси [9]. Це змінює не лише канали доступу до інформації, а й саму логіку довіри, оскільки користувач взаємодіє не з цілісним редакційним продуктом, а з фрагментами контенту, відібраними алгоритмічно. У такій ситуації посилюється потреба в журналістиці, здатній зберігати контекст, пояснювати причинно-наслідкові зв'язки та формувати стійкі смислові рамки.

Окремий напрям досліджень присвячений явищам news fatigue та news avoidance. У межах цих підходів підкреслюється, що аудиторія уникає новин не лише через байдужість або недовіру, а й через психологічне перевантаження, повторюваність негативного контенту, відчуття безпорадності та низьку практичну релевантність інформації. Новинна втома стає не просто індивідуальною реакцією, а системним симптомом кризи взаємодії між медіа та суспільством.

Значний внесок у формування концептуального поля журналістики рішень зробили дослідники конструктивної журналістики та Solutions journalism. К. Гюльденстед розглядає конструктивну журналістику як необхідну еволюцію професії, що дає змогу подолати негативістський перекіс новинного дискурсу та повернути журналістиці здатність орієнтувати аудиторію на майбутнє [3]. К. Макінтайр аналізує ефекти включення інформації про рішення у матеріали про соціальні проблеми та доводить, що такий підхід може впливати на сприйняття аудиторією власної дієздатності [5]. К. Лаф і К. Макінтайр у системному огляді досліджень конструктивної журналістики та журналістики рішень підкреслюють, що цей напрям

поєднує професійну доказовість із прагненням подолати надмірну негативність традиційної новинної логіки [4].

Важливим джерелом для методологічного розуміння журналістики рішень є матеріали Solutions Journalism Network, де цей підхід визначається через чотири ключові елементи: фокус на відповіді на соціальну проблему, докази її ефективності, пояснення механізму роботи рішення та чесне висвітлення його обмежень [7]. Саме така структура дозволяє відмежувати журналістику рішень від позитивної журналістики, мотиваційного сторітелінгу, соціальної реклами або PR-комунікації.

У вітчизняному науковому дискурсі дослідження соціальної функції журналістики розвивається в контексті теорії масової комунікації, медіаетики, цифрової журналістики та кросмедійності. Праці Л. Городенко, В. Різуна, Г. Почепцова та інших українських дослідників дозволяють розглядати журналістику як складну комунікативну систему, що функціонує в умовах цифрової конвергенції, багатоканальності, зміни ролі аудиторії та зростання значення інтерактивних форматів [11]. Проте питання соціальної функції журналістики рішень як самостійної медійної парадигми, особливо в аудіовізуальному та кросмедійному вимірі, залишається недостатньо розробленим і потребує подальшого теоретичного осмислення.

Постановка завдання. Метою статті є теоретичне обґрунтування соціальної функції журналістики рішень як ключового елементу нової медійної парадигми в умовах цифрової трансформації, кризи довіри до медіа, новинної втоми та фрагментації аудиторії.

Досягнення поставленої мети передбачає розв'язання кількох взаємопов'язаних завдань. По-перше, необхідно уточнити зміст поняття «соціальна функція журналістики рішень» та визначити її місце в системі традиційних функцій журналістики. По-друге, слід виявити, яким чином журналістика рішень трансформує інформаційну, пояснювальну, освітню, інтеграційну та мобілізаційну функції медіа. По-третє, важливо проаналізувати, як цей підхід сприяє подоланню новинної втоми, зниженню відчуття безпорадності та формуванню громадянської суб'єктності аудиторії. По-четверте, необхідно визначити специфіку реалізації соціальної функції журналістики рішень в аудіовізуальному та кросмедійному середовищі.

Методологічну основу дослідження становить міждисциплінарний підхід, що поєднує положення теорії журналістики, соціальної комунікації, медіапсихології, конструктивної журналістики, журналістики рішень і кросмедійних студій. Теоретико-аналітичний метод використано для узагальнення наукових підходів до соціальних функцій журналістики та визначення специфіки журналістики рішень. Метод концептуального аналізу застосовано для уточнення понять «соціальна функція», «конструктивність», «доказовість», «громадянська суб'єктність», «соціальна дія» та «комунікативна стійкість». Порівняльний метод дозволив зіставити традиційну проблемно-орієнтовану журналістику та журналістику рішень за критеріями соціального впливу, способу репрезентації проблеми та ролі аудиторії. Елементи нормативно-етичного аналізу використано для визначення меж конструктивного підходу та ризиків його підміни промоційною або надмірно позитивізованою комунікацією.

Виклад основного матеріалу. Соціальна функція журналістики рішень як розширення класичних функцій медіа. У класичній теорії журналістики соціальна функція медіа традиційно пов'язується з інформуванням суспільства, контролем за владою, забезпеченням публічної дискусії, інтеграцією громадян навколо важливих тем і формуванням умов для свідомої участі в суспільному житті. Журналістика виконує роль посередника між подією, інституціями та громадянами, допомагаючи суспільству розуміти себе, свої проблеми, конфлікти та напрями розвитку.

Однак у сучасному інформаційному середовищі виконання цієї функції ускладнюється. Інформації стає дедалі більше, але її надлишок не завжди перетворюється на розуміння. Аудиторія може бути постійно поінформованою про кризу, але не мати достатньої аналітичної рамки для усвідомлення її причин, структури, можливих відповідей і власної ролі в процесі змін. Саме тому соціальна функція журналістики в цифрову епоху не може обмежуватися лише повідомленням фактів. Вона дедалі більше потребує пояснення, контекстуалізації, верифікації, демонстрації причинно-наслідкових зв'язків і створення умов для конструктивної громадянської дії.

Журналістика рішень у цьому контексті постає як розширення традиційних функцій медіа. Вона не відмовляється від інформування, критики, контролю чи викриття порушень, але доповнює їх аналізом відповідей на соціальні проблеми. Її соціальна функція полягає в тому, щоб не лише показати, що певна система не працює, а й дослідити, де, як і за яких умов вона може працювати краще. Тобто журналістика рішень зміщує акцент із виключної діагностики проблеми на аналіз соціальної спроможності.

Цей зсув має принципове значення для сучасного суспільства. Якщо традиційна новинна журналістика часто репрезентує громадянина як свідка або реципієнта інформації про кризу, то журналістика рішень потенційно формує його як суб'єкта розуміння й дії. Вона демонструє, що соціальні проблеми не є абстрактними або фатально нерозв'язними, а можуть бути предметом конкретних практик, інституційних рішень, громадської взаємодії, технологічних інновацій і поступового вдосконалення.

Таким чином, соціальна функція журналістики рішень полягає не в заміні критики оптимізмом, а в поглибленні журналістського пізнання. Вона розширює суспільний порядок денний, включаючи до нього не лише проблеми, а й відповіді; не лише конфлікти, а й механізми співпраці; не лише невдачі, а й умови, за яких можливі зміни. Саме це дозволяє розглядати журналістику рішень як нову медійну парадигму.

Інформаційно-пояснювальна функція журналістики рішень. Однією з базових соціальних функцій журналістики рішень є інформаційно-пояснювальна. Вона полягає в тому, що медіа не лише повідомляють про існування соціальної проблеми, а й пояснюють її структуру, причини, динаміку, учасників, спроби вирішення та результати. У традиційній новинній логіці пояснення часто обмежується коротким бекграундом або експертним коментарем. У журналістиці рішень пояснення стає центральним елементом наративу.

Соціальна проблема в такому матеріалі не подається як ізольований випадок або драматичний епізод. Вона розглядається як процес, що має історію, причини, залучені сторони, інституційні умови, ресурси та потенційні точки впливу. Саме тому журналістика рішень потребує більш складної структури матеріалу, ніж звичайна новина. Вона має відповісти не лише на запитання «що сталося?», а й на запитання «чому це сталося?», «що вже було зроблено?», «що спрацювало?», «що не спрацювало?», «які докази це підтверджують?» і «які висновки можуть бути корисними для інших контекстів?».

У цьому сенсі журналістика рішень виконує функцію виробництва прикладного соціального знання. Вона перетворює окремий кейс на аналітичний матеріал, із якого аудиторія може зрозуміти ширші закономірності. Наприклад, історія про громаду, що змогла організувати систему допомоги внутрішньо переміщеним особам, у межах журналістики рішень має бути подана не лише як емоційний сюжет про людяність, а як дослідження механізму: хто ініціював процес, які ресурси були використані, як ухвалювалися рішення, як координувалася допомога, які труднощі виникали, які результати можна перевірити та що з цього досвіду може бути відтворено іншими громадами.

Саме така пояснювальна структура має важливий соціальний ефект. Вона допомагає аудиторії бачити не лише симптоми проблем, а й логіку їх подолання. Це зменшує дистанцію між новиною та практичним життям громадянина, оскільки інформація набуває прикладного значення. Аудиторія отримує не просто знання про чужий досвід, а певну модель розуміння та потенційної дії.

Освітня функція: формування компетентної аудиторії. Журналістика рішень виконує також виразну освітню функцію. Її матеріали можуть сприяти формуванню медійної, громадянської, правової, соціальної та інституційної компетентності аудиторії. Це особливо важливо в умовах, коли складність сучасних соціальних проблем часто перевищує рівень повсякденного розуміння, а громадяни не завжди мають доступ до зрозумілих пояснень щодо механізмів роботи державних, громадських або міжнародних інституцій.

Освітній потенціал журналістики рішень полягає в тому, що вона пояснює не лише проблему, а й інструменти її вирішення. Вона може показувати, як працює соціальна програма, як громада залучає ресурси, як громадська організація вимірює результат своєї діяльності, як освітня ініціатива знижує рівень нерівності, як медична або екологічна практика адаптується до локальних умов. У такому випадку журналістський матеріал набуває рис публічного навчального ресурсу.

В аудіовізуальному вимірі освітня функція посилюється завдяки можливості показати процес. Відео дозволяє не лише розповісти про механізм рішення, а й продемонструвати його в дії: послідовність кроків, інструменти, простір, взаємодію учасників, труднощі та результати. Інфографіка може структурувати складні дані, інтерактивні формати – дозволяти користувачеві самостійно дослідити проблему, а короткі відео – виконувати функцію первинного пояснення або інструкції.

Важливо, що освітня функція журналістики рішень не тотожна просвітництву в його дидактичному або повчальному сенсі. Йдеться не про те, що медіа нав'язує аудиторії певну модель поведінки, а про створення умов для більш компетентного розуміння соціальної реальності. Журналістика рішень не говорить аудиторії, що саме вона повинна робити, але надає їй знання про те, які дії, практики або підходи вже були випробувані, які результати вони дали та які обмеження мають.

Інтеграційна функція та формування горизонтальних зв'язків. Соціальна функція журналістики рішень проявляється також у її здатності формувати горизонтальні зв'язки між різними групами суспільства. Традиційна новинна журналістика часто вибудовує наратив навколо конфлікту: влада – громадяни, центр – регіони, постраждалі – відповідальні, експерти – пересічні люди, активісти – бюрократія. Така драматургія є важливою для виявлення проблем і відповідальності, однак вона не завжди сприяє розумінню того, як різні актори можуть взаємодіяти для досягнення змін.

Журналістика рішень дозволяє показати соціальну проблему як поле взаємодії, а не лише протистояння. Вона висвітлює роль громад, волонтерських ініціатив, місцевої влади, бізнесу, експертів, міжнародних організацій, освітніх установ, медиків, правозахисників, журналістів і самих бенефіціарів змін. У такій моделі соціальний ефект досягається не героїчним зусиллям однієї особи, а через координацію, довіру, спільну відповідальність і розподіл ролей.

Це має важливе значення для розвитку громадянського суспільства. Коли аудиторія бачить, що складні проблеми можуть вирішуватися через горизонтальну співпрацю, вона отримує не лише інформацію про конкретний кейс, а й уявлення про можливість колективної дії. Журналістика рішень у цьому сенсі виконує функцію соціального моделювання: вона показує, як може виглядати ефективна взаємодія між різними учасниками суспільного процесу.

Особливо важливою є репрезентація колективного героя. Якщо традиційна журналістська драматургія часто персоніфікує історію через одного героя – жертву, свідка, експерта або лідера, – то журналістика рішень дедалі частіше потребує моделі колективного героя: команди, громади, організації, партнерської мережі або інституційного середовища. Такий підхід дозволяє уникнути надмірної героїзації та точніше показати соціальну природу змін.

У кросмедійному середовищі інтеграційна функція журналістики рішень посилюється завдяки можливості створювати навколо теми комунікаційні спільноти. Соціальні мережі, месенджери, коментарі, інтерактивні карти, форми зворотного зв'язку та user-generated content дозволяють аудиторії не лише споживати матеріал, а й долучатися до обговорення, уточнення, поширення або локальної адаптації рішення. У такий спосіб журналістський матеріал може ставати точкою входу до ширшої соціальної взаємодії.

Мобілізаційна функція: від інформування до дії. Однією з ключових ознак соціальної функції журналістики рішень є її здатність стимулювати перехід від пасивного споживання інформації до активної громадянської позиції. Проте мобілізаційність у цьому випадку не слід ототожнювати з прямою агітацією або закликом до конкретної політичної дії. Йдеться про формування відчуття соціальної спроможності – розуміння того, що проблема може бути предметом раціонального аналізу, колективних зусиль, інституційних змін і практичних рішень.

Традиційний новинний контент часто мобілізує аудиторію через емоційний шок, обурення або страх. Така мобілізація може бути швидкою, але часто є короткотривалою. Вона здатна викликати реакцію, однак не завжди формує довгострокове розуміння механізмів дії. Журналістика рішень пропонує іншу модель мобілізації – через знання, приклад, доказ і пояснення. Вона не лише повідомляє, що проблема існує, а й показує, які кроки вже були зроблені для її подолання.

Це особливо важливо для тем, що мають тривалий і системний характер: відновлення громад, інтеграція внутрішньо переміщених осіб, адаптація ветеранів, підтримка освіти в умовах війни, розвиток інклюзивних просторів, екологічні ініціативи, медична допомога, боротьба з домашнім насильством, подолання бідності або підтримка локального підприємництва. У таких сферах швидкий емоційний імпульс є недостатнім. Потрібне розуміння того, як саме організувати зміни, які ресурси потрібні, які інституції мають бути залучені, які ризики виникають і як оцінювати результат.

У цьому сенсі журналістика рішень має мобілізаційну функцію довгого циклу. Вона не обмежується моментом публікації, а може підтримувати інтерес до теми через серійність, повторне звернення до героїв, оновлення даних, кросплатформне поширення, інтерактивні інструменти та залучення аудиторії до обговорення. Така модель особливо релевантна для кросмедійного середовища, де одна історія може мати кілька рівнів взаємодії: короткий відеофрагмент привертає увагу, повний матеріал пояснює механізм, інфографіка структурує дані, а соціальні мережі забезпечують дискусію та поширення.

Терапевтично-стабілізаційна функція та подолання новинної втоми. Окремої уваги потребує терапевтично-стабілізаційна функція журналістики рішень. У сучасному медіапросторі, перенасиченому повідомленнями про війни, катастрофи,

насильство, корупцію, політичні конфлікти та економічні кризи, аудиторія часто перебуває в стані хронічної інформаційної напруги. Це спричиняє не лише втому, а й втрату віри у можливість змін. У медіапсихологічному сенсі такий стан можна пов'язати з ефектом «вивченої безпорадності», коли людина не бачить зв'язку між інформацією, яку отримує, і можливістю реального впливу на ситуацію.

Журналістика рішень здатна частково нейтралізувати цей ефект, оскільки вона повертає аудиторії відчуття причинності та дії. Вона показує, що складні проблеми не зникають самі собою, але можуть бути предметом послідовної роботи. Вона демонструє не абстрактну надію, а конкретні механізми: хто діє, що робить, які результати отримує, що не працює, які уроки можна винести. Саме тому її терапевтичний потенціал полягає не у створенні комфорту, а у відновленні відчуття смислу й контролю.

Важливо підкреслити, що така функція не повинна перетворювати журналістику на психологічну підтримку або емоційне заспокоєння в прямому сенсі. Журналістика рішень залишається журналістикою, тобто має спиратися на факти, перевірку, баланс, контекст і професійну дистанцію. Її стабілізаційна роль полягає в тому, що вона створює менш деструктивний спосіб взаємодії з реальністю: не приховує проблеми, але й не залишає аудиторію в стані безвиході.

В аудіовізуальному форматі ця функція реалізується особливо виразно. Відео може демонструвати не лише наслідки кризи, а й процес відновлення: роботу волонтерів, взаємодію громади, ремонт інфраструктури, навчання дітей, реабілітацію, підтримку вразливих груп, запуск локальних ініціатив. Завдяки поєднанню зображення, звуку, монтажу, графіки та людських історій аудіовізуальна журналістика рішень здатна створювати емоційно переконливий, але водночас доказовий наратив соціальної стійкості.

Функція відновлення довіри до медіа. Криза довіри до медіа є одним із головних викликів сучасної журналістики. Вона пов'язана не лише з дезінформацією, політичною поляризацією або помилками редакцій, а й із відчуттям аудиторії, що новини часто є фрагментарними, негативними, сенсаційними або недостатньо корисними для розуміння реального життя. У такому контексті журналістика рішень може виконувати функцію відновлення довіри через підвищення прозорості, доказовості та практичної значущості журналістського матеріалу.

Матеріал у форматі журналістики рішень має бути побудований так, щоб аудиторія бачила не лише твердження автора, а й логіку доказів. Це передбачає посилання на джерела, відкритість методів оцінки ефективності рішення, залучення незалежних експертів, представлення різних точок зору, визнання обмежень і демонстрацію того, що рішення не є універсальним. Така структура підвищує довіру, оскільки не створює ілюзії простих відповідей на складні питання.

Особливо важливим є блок обмежень. Саме він відрізняє журналістику рішень від промоційної комунікації. Якщо матеріал показує лише успіх і замовчує труднощі, він може викликати підозру в рекламі або маніпуляції. Якщо ж автор чесно пояснює, що саме не спрацювало, які умови були необхідними, які ризики залишаються і чому рішення не можна механічно перенести в будь-який інший контекст, рівень довіри до матеріалу зростає.

У цьому сенсі соціальна функція журналістики рішень полягає також у формуванні нової культури довіри – не сліпої, а раціональної. Аудиторія довіряє не тому, що матеріал емоційно переконливий або позитивний, а тому, що він демонструє процес перевірки, визнає складність реальності та не приховує меж запропонованої відповіді.

Соціальна функція героя як агента змін. Важливим інструментом реалізації соціальної функції журналістики рішень є образ героя. У традиційній новинній журналістиці герой часто постає як жертва, свідок, потерпілий, експерт або представник інституції. У журналістиці рішень його роль трансформується: герой стає не лише носієм особистої історії, а й агентом змін, через якого аудиторія отримує доступ до розуміння механіки рішення.

Герой як агент змін виконує кілька соціальних функцій. По-перше, він персоніфікує складну соціальну проблему, роблячи її зрозумілішою для аудиторії. По-друге, він демонструє дію, тобто показує, що відповідь на проблему існує не лише на рівні декларацій, а в конкретних практиках. По-третє, він може виступати носієм інсайту – знання про те, що саме забезпечило результат і які уроки можуть бути корисними іншим. По-четверте, він формує емоційний зв'язок між аудиторією та темою, але цей зв'язок має бути підпорядкований доказовості, а не героїзації.

Соціальна небезпека надмірної героїзації полягає в тому, що складне рішення може бути зведене до виняткових якостей однієї людини. У такому разі аудиторія сприймає зміни як результат подвигу, а не

як систему дій, яку можна проаналізувати й частково відтворити. Тому журналістика рішень має прагнути до балансу між індивідуальною історією та ширшим соціальним контекстом. Часто більш коректною є модель колективного героя – команди, громади, організації або мережі учасників.

В аудіовізуальному сторітелінгу це означає, що камера має фіксувати не лише обличчя героя й емоційні моменти, а й процес його взаємодії з іншими учасниками, інструментами, простором і даними. Герой має бути представлений не як символ успіху, а як провідник у механіку рішення. Саме тоді його образ виконує справжню соціальну функцію.

Кросмедійний вимір соціальної функції журналістики рішень. У сучасному цифровому середовищі соціальна функція журналістики рішень не може бути повністю реалізована в межах одного формату або однієї платформи. Складні соціальні проблеми потребують багаторівневого пояснення, а різні сегменти аудиторії взаємодіють із контентом у різних режимах: хтось переглядає короткі відео, хтось читає аналітичні тексти, хтось слухає подкасти, хтось долучається до обговорення в соціальних мережах. Саме тому кросмедійність стає важливою умовою соціальної ефективності журналістики рішень.

Кросмедійна модель дозволяє розподілити соціальні функції між різними форматами. Коротке відео може виконувати функцію привернення уваги й емоційного входу в тему. Лонгрід забезпечує контекст, джерела, дані та аналітичне пояснення. Інфографіка структурує докази. Подкаст дозволяє глибше розкрити досвід учасників і складні обмеження. Інтерактивний інструмент дає аудиторії можливість співвіднести проблему зі своїм власним контекстом. Соціальні мережі створюють простір для дискусії, поширення й залучення.

У такій системі журналістський матеріал перестає бути завершеним одноразовим продуктом. Він стає комунікаційною екосистемою, у якій аудиторія може обирати рівень занурення, перевіряти джерела, повертатися до теми, доповнювати її власним досвідом або використовувати отримані знання в практичній діяльності. Саме це дозволяє журналістиці рішень виконувати не лише інформаційну, а й соціально-перетворювальну функцію.

Водночас кросмедійність створює і певні ризики. Через фрагментацію контенту окремі елементи можуть втрачати контекст, а короткі формати – надмірно спрощувати складні соціальні процеси. Тому ключовим завданням редакції є збереження смислової цілісності на всіх платформах. Кожен фрагмент має бути пов'язаний із загальною доказовою системою матеріалу й не підміняти складність теми емоційною реакцією.

Етичні межі соціальної функції журналістики рішень. Соціальна орієнтованість журналістики рішень не звільняє її від професійних стандартів, а навпаки – підвищує вимоги до етики, доказовості та прозорості. Оскільки цей підхід працює з прикладами ефективних практик, існує ризик його підміни промоційною комунікацією, адвокацією або некритичним висвітленням «успішних кейсів». Саме тому журналістика рішень має чітко дотримуватися меж між аналізом рішення та його рекламою.

Першою етичною умовою є доказовість. Автор має показати, на чому ґрунтується твердження про ефективність рішення: статистика, незалежна оцінка, експертні коментарі, порівняльні дані, досвід учасників або довготривалі результати. Без цього матеріал ризикує перетворитися на надихаючу історію без журналістської цінності.

Другою умовою є висвітлення обмежень. Жодне рішення не є універсальним, і журналіст має чесно показати, за яких умов воно працює, де може не спрацювати, які ресурси потребує, які ризики створює та які групи можуть залишитися поза його впливом. Саме цей елемент забезпечує критичність журналістики рішень.

Третьою умовою є уникнення стигматизації. Показуючи рішення, журналіст не повинен створювати образ «успішних» і «неуспішних» груп, не має протиставляти активних і пасивних громадян у спосіб, що принижує тих, хто перебуває у складніших умовах. Соціальна функція журналістики рішень полягає не в моралізаторстві, а в поясненні механізмів, ресурсів і контекстів.

Четвертою умовою є відповідальне використання емоцій. Емпатія є важливим елементом журналістики рішень, особливо в аудіовізуальному форматі, однак вона не повинна підміняти аналітичність. Відеоряд, музика, монтаж, крупні плани та графіка мають працювати на розуміння, а не на маніпулятивне посилення ефекту.

Таким чином, соціальна функція журналістики рішень реалізується лише тоді, коли конструктивність поєднується з професійною строгістю. Без доказовості, контексту та етичної відповідальності цей підхід може втратити свою журналістську природу.

Журналістика рішень як чинник комунікативної стійкості суспільства. У сучасних умовах особливого значення набуває здатність суспільства зберігати комунікативну стійкість – тобто

підтримувати здатність до раціонального обговорення, довіри, співпраці та колективного осмислення проблем навіть у ситуаціях кризи. Журналістика рішень може бути одним із чинників такої стійкості, оскільки вона пропонує альтернативу деструктивним інформаційним моделям: паніці, цинізму, апатії, поляризації та безпорадності.

Її роль полягає в тому, що вона формує наративи спроможності. Такі наративи не заперечують складність реальності, але показують, що в межах цієї складності можливі дії, співпраця, перевірені практики та поступові зміни. Для суспільства, яке переживає війну або тривалу кризу, це має особливе значення. Конструктивне медійне висвітлення не усуває травму й не замінює політичних або інституційних рішень, але допомагає підтримувати соціальну тканину, показуючи приклади взаємодії, відновлення та відповідальності.

Комунікативна стійкість також пов'язана з довірою між різними групами. Журналістика рішень може демонструвати не лише вертикальні рішення, що надходять від держави або великих інституцій, а й горизонтальні ініціативи громад, локальних медіа, волонтерів, освітян, лікарів, підприємців, правозахисників. Це дозволяє аудиторії бачити суспільство не лише як простір конфлікту або дефіциту, а як мережу взаємодії та потенційної підтримки.

Саме тому соціальна функція журналістики рішень має стратегічне значення для українського медіапростору. Вона може сприяти формуванню культури відновлення, де увага приділяється не лише масштабам руйнування, а й механізмам відбудови; не лише втратам, а й практикам підтримки; не лише проблемам інституцій, а й способам їх удосконалення.

Висновки. Проведене дослідження дозволяє стверджувати, що соціальна функція журналістики рішень є однією з ключових підстав для розгляду цього напряму як нової медійної парадигми. Журналістика рішень не заперечує традиційні функції медіа, а розширює їх, поєднуючи інформування, критичний аналіз, пояснення, доказовість і орієнтацію на соціальну дію.

Встановлено, що соціальна функція журналістики рішень проявляється в кількох взаємопов'язаних вимірах. По-перше, вона виконує інформаційно-пояснювальну функцію, допомагаючи аудиторії розуміти не лише проблему, а й механізми її подолання. По-друге, вона має освітній потенціал, оскільки формує компетентність аудиторії щодо соціальних, інституційних і громадянських практик. По-третє, вона виконує інтеграційну функцію, демонструючи можливості горизонтальної взаємодії між різними групами суспільства. По-четверте, вона має мобілізаційний ефект, оскільки сприяє переходу від пасивного споживання інформації до усвідомлення можливостей дії. По-п'яте, вона виконує терапевтично-стабілізаційну функцію, зменшуючи ефект новинної втоми та протидіючи відчуттю безпорадності.

Доведено, що журналістика рішень сприяє відновленню довіри до медіа через прозору доказову структуру матеріалу, чесне висвітлення обмежень, контекстуалізацію соціальних проблем і відмову від маніпулятивної позитивізації. Її конструктивність полягає не в оптимістичному тоні, а в здатності поєднувати критичність із пошуком відповідей, що мають суспільну значущість і піддаються перевірці.

У кросмедійному та аудіовізуальному вимірі соціальна функція журналістики рішень реалізується особливо виразно. Відеосторітелінг, інтерактивна графіка, лонгріди, подкасти, короткі платформні відео та соціальні мережі дозволяють створювати багаторівневі наративи, у яких проблема, рішення, докази, герої, процеси та обмеження функціонують як єдина комунікаційна система. Саме така структура дає змогу аудиторії переходити від емоційної реакції до аналітичного розуміння та потенційної соціальної дії.

Отже, соціальна функція журналістики рішень полягає у формуванні конструктивного публічного знання, підвищенні громадянської суб'єктності, підтримці комунікативної стійкості суспільства та створенні умов для осмисленої взаємодії навколо складних соціальних проблем. У межах дисертаційного дослідження «Аудіовізуальні технології журналістики рішень у кросмедійному вимірі» цей висновок є принципово важливим, оскільки дозволяє розглядати журналістику рішень не лише як професійний підхід або жанрову модель, а як цілісну медійну парадигму, спрямовану на відновлення зв'язку між інформацією, розумінням і соціальною дією.

Список літератури:

1. Борнштейн Д. Як змінити світ: соціальні підприємці і сила нових ідей. Київ: Темпора, 2013.
2. Городенко Л. Теорія масової комунікації: кросмедійний підхід. Київ: Інститут журналістики, 2017.
3. Gyldensted C. From Luxury to Necessity: The Impact of Constructive Journalism. Windesheim University, 2015.

4. Lough K., McIntyre K. A systematic review of constructive and solutions journalism research. *Journalism Practice*. 2021. Vol. 15(7). P. 912–929. https://doi.org/10.1177/146488492110445

5. McIntyre K. Solutions Journalism: The Effects of Including Solution Information in News Stories About Social Problems. *Journalism & Mass Communication Quarterly*. 2019. Vol. 96(1). P. 16–34. https://doi.org/10.1080/17512786.2017.1409647

6. Kovach B., Rosenstiel T. The Elements of Journalism. 3rd ed. New York: Three Rivers Press, 2014.

7. Solutions Journalism Network. What is Solutions Journalism? URL: https://www.solutionsjournalism.org/who-we-are/solutions-journalism. (дата звернення: 05.08.2026).

8. Solutions Journalism Network. The Solutions Journalism Strategy Guide. URL: https://www.solutionsjournalism.org. (дата звернення: 05.08.2026).

9. Reuters Institute for the Study of Journalism. Digital News Report 2026. Oxford: University of Oxford, 2026. URL: https://reutersinstitute.politics.ox.ac.uk/digital-news-report/2026. (дата звернення: 05.08.2026).

10. Pew Research Center. Americans' Complicated Relationship With News. 2026. URL: https://www.pewresearch.org/journalism/2026/02/11/americans-complicated-relationship-with-news/. (дата звернення: 05.08.2026).

11. Jenkins H. Convergence Culture: Where Old and New Media Collide. New York: NYU Press, 2006. (дата звернення: 05.08.2026).

12. Silverman C. (ed.). Verification Handbook: An Ultimate Guideline on Digital Age Sourcing for Emergency Coverage. European Journalism Centre, 2014.

13. Ward S. J. A. Radical Media Ethics: A Global Approach. Chichester: Wiley-Blackwell, 2015.

14. Nichols B. Introduction to Documentary. 3rd ed. Bloomington: Indiana University Press, 2017.

15. Sontag S. Regarding the Pain of Others. New York: Farrar, Straus and Giroux, 2003.

Podosyan A.O. THE SOCIAL FUNCTION OF SOLUTIONS JOURNALISM IN THE CONTEXT OF THE TRANSFORMATION OF THE CONTEMPORARY MEDIA PARADIGM

The article presents a comprehensive theoretical and methodological analysis of the social function of solutions journalism as one of the key characteristics of a new media paradigm under conditions of digital transformation, declining trust in media, and the spread of news fatigue. It is argued that solutions journalism goes beyond traditional problem-oriented reporting and performs an important social mission related to the formation of constructive public knowledge, the strengthening of civic agency, the actualization of effective practices for addressing socially significant problems, and the support of communicative resilience in society.

The study demonstrates that the social function of solutions journalism does not consist in creating a positive or optimistic image of reality, but rather in systematically combining critical analysis of social problems with the investigation of responses to them, evidence of effectiveness, conditions of implementation, limitations, and possibilities for scaling. This approach makes it possible to overcome the limitations of traditional news logic, which often represents conflict or crisis as a completed dramatic fact without providing audiences with sufficient understanding of mechanisms of social action.

It is emphasized that solutions journalism performs a number of interrelated social functions: informational and explanatory, educational, integrative, mobilizing, therapeutic and stabilizing, as well as the function of restoring trust in media and strengthening horizontal social ties. Particular attention is paid to its ability to counteract the effect of "learned helplessness" that may arise from prolonged exposure to negative, crisis-oriented, and conflict-driven news content.

The article argues that in audiovisual and cross-media dimensions, the social function of solutions journalism is realized through the demonstration of the procedural nature of change, the visualization of evidence, the representation of the hero as an agent of change, the combination of emotional engagement with analytical accuracy, and the creation of multilayered narratives that allow audiences to move from superficial awareness of a problem to a deeper understanding of ways to address it. It is concluded that such journalism contributes not only to informing the public, but also to the development of social capacity, civic responsibility, and a culture of constructive action.

Keywords: *solutions journalism, social function of journalism, constructive journalism, audiovisual journalism, cross-media, trust in media, news fatigue, civic agency, social change, evidence.*

Дата першого надходження статті до видання: 06.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 28.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 007.304.070
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/45

Пустовий Р.В.
https://orcid.org/0009-0002-0560-405X
Сумський державний університет

ВПЛИВ НОВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ НА РОЗВИТОК РЕКРЕАТИВНОЇ МЕДІАКОМУНІКАЦІЇ

Розвиток новітніх технологій у наш час впливає на життя суспільства. Поява нових пристроїв, штучного інтелекту, збільшення ролі соціальних мереж і месенджерів позначається на побуті людей, їх соціальних взаємодіях. Медіакомунікація як невід'ємна частина життя суспільства також зазнає змін. Під час війни в Україні одним з найактуальніших видів медіакомунікації є рекреативний, і він теж змінюється через нові технологічні рішення. Тепер кожен громадянин, який має ґаджет і інтернет, може впливати на громадську думку, надаючи факти чи особисті враження. У статті розглянуто, які новітні технології застосовуються у сучасній журналістиці та, зокрема, у рекреативній медіакомунікації, як вони впливають на виробництво та споживання медіаконтенту. Виокремлено основні наслідки впливу новітніх технологій на медіасферу. Зокрема, мова йде про фрагментацію аудиторії, коли люди об'єднуються навколо медіа, яке транслює лише одну прийнятну для них позицію, створюючи таким чином так звані інформаційні бульбашки. Ще одним наслідком впливу технологій на журналістику є персоналізація інформації, коли алгоритми різних платформ вивчають користувача та пропонують йому контент згідно його попередніх зацікавлень. Окремо приділено увагу імерсивній журналістиці, яка чи не найбільше використовує нові технологічні рішення для максимального занурення аудиторії в історію, яка розповідається. Віртуальна, доповнена реальність, сферичні відео – все це допомагає споживачеві інформації відчути себе на місці подій, детальніше у них розібратися. Також у статті показано суттєвий вплив штучного інтелекту на роботу журналістів (як позитивний досвід, коли ШІ допомагає автоматизувати рутинні процеси, так і негативний, коли постає ризик втрати роботи людьми). Дослідження доводить, що новітні технології мають значний вплив як загалом на медіакомунікацію, так і, зокрема, на рекреативний її різновид.

Ключові слова: *фрагментація аудиторії, персоналізація інформації, алгоритми, штучний інтелект, імерсивна журналістика.*

Постановка проблеми. Ми живемо у часи бурхливого розвитку найрізноманітніших новітніх технологій. Науково-технічний прогрес зумовлює зміни, зокрема, у роботі журналістів. Поява нових ґаджетів, цифрових платформ, програмного забезпечення, штучного інтелекту має свій як позитивний, так і негативний вплив на різні медіа. Ці зміни впливають не лише на способи створення, поширення та споживання інформації, а й на характер усієї медіакомунікації і, зокрема, на її рекреативний різновид, який дедалі більше стає інтерактивним, персоналізованим та мультимедійним. Сучасний користувач виступає не лише споживачем, а й активним учасником комунікаційних процесів, що формує нові моделі взаємодії між медіа, аудиторією та цифровими платформами.

Рекреативна медіакомунікація, спрямована на забезпечення відпочинку, емоційного розвантаження, культурного дозвілля та соціальної взаємодії, набуває нових форм завдяки використанню інноваційних технологій. Застосування генеративного штучного інтелекту, алгоритмів рекомендацій, технологій віртуальної та доповненої реальності, інтерактивного відеоконтенту, стримінгових сервісів і цифрових платформ розширює можливості створення рекреативного контенту та підвищує рівень залученості аудиторії. Водночас діджиталізація породжує низку викликів, пов'язаних з інформаційним перевантаженням, формуванням залежності від соціальних мереж, алгоритмічною селекцією контенту, ризиками маніпулятивного впливу та зміною традиційних моделей культурного споживання.

© Пустовий Р.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

Попри значну кількість досліджень, присвячених цифровій трансформації медіакомунікацій, питання комплексного впливу новітніх технологій на розвиток саме рекреативної медіакомунікації залишається недостатньо опрацьованим. Особливої уваги потребує аналіз взаємозв'язку між технологічними інноваціями, трансформацією комунікаційних практик, зміною поведінки аудиторії та формуванням нових форматів рекреативного медіаконтенту в умовах цифрового суспільства.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблематика розвитку рекреативної медіакомунікації в умовах цифрових трансформацій нерідко звертає на себе увагу українських й іноземних науковців. Сучасні дослідження зосереджуються на впливі цифровізації, штучного інтелекту, соціальних мереж, стримінгів, технологій віртуальної (VR) та доповненої (AR) реальності, алгоритмічної персоналізації контенту на зміну комунікаційних практик і моделей споживання рекреативного медіаконтенту. Зокрема, О. Васьківська вивчає використання штучного інтелекту (ШІ) у роботі журналістів [1]. О. Ситник досліджує проблеми впровадження ШІ у медіа, зосередившись на законодавчому врегулюванні прав на твори, згенеровані за допомогою ШІ [8]. Праця Г. Дженкінса обґрунтовує концепцію конвергентної та партисипативної культури [9]. Попри значну кількість наукових праць, більшість із них присвячена окремим аспектам впливу новітніх технологій на медіакомунікацію, розвиток соціальних мереж, цифрове дозвілля або туристично-рекреаційну сферу. Водночас недостатньо комплексно досліджено цифрову трансформацію рекреативної медіакомунікації як цілісної системи, що поєднує технологічні інновації, комунікаційні процеси, рекреативні практики та зміну моделей взаємодії аудиторії з медіаконтентом.

Постановка завдання. Мета дослідження полягає в обґрунтуванні особливостей впливу новітніх цифрових технологій на розвиток рекреативної медіакомунікації у світі та в Україні, виявленні ключових напрямів її трансформації в умовах цифровізації медіапростору.

Виклад основного матеріалу. Сьогодні медіа перетворилися на важливий інструмент впливу на суспільство, його комунікацію та соціальну активність. Через розвиток цифрових технологій формується нова медіареальність, у якій поєднуються соціальні, технологічні та інформаційні процеси.

Сучасне медіасередовище – складне та багатогранне, адже містить у собі різні об'єкти, суб'єкти та способи взаємодії між людьми. Цифрові комунікації активно змінюють суспільні відносин, тому з'являється потреба нових підходів до розвитку медіапростору.

Структура медіаспоживання змінюється, бо люди дедалі частіше використовують нові медіа замість традиційних. Це пов'язано з поширенням цифрових технологій. Водночас для частини авдиторії традиційні медіа залишаються більш надійним джерелом інформації, хоча вони забезпечують переважно односторонню комунікацію.

До медіареальності нашого часу належать соціальні мережі, месенджери, пошукові системи, блоги, відеохостинги, онлайн-платформи, форуми, енциклопедії та інші інтернет-сервіси. Вони дають людям можливість швидко спілкуватися, об'єднуватися за інтересами, створювати спільноти та проявляти соціальну активність через коментарі, репости, «вподобайки» й інші форми взаємодії [4, с. 341].

Однією з важливих тенденцій впливу новітніх технологій на медіакомунікацію є фрагментація аудиторії. Раніше люди об'єднувалися навколо кількох великих медіа, а сьогодні вони розпорошені між багатьма платформами. Цей чинник послаблює єдиний інформаційний простір і сприяє появі «ехо-камер», де користувачі сприймають лише ту інформацію, що підтверджує їхні власні погляди. Як наслідок, у таких людей виникають труднощі з об'єктивним сприйняттям дійсності та збереженням суспільної єдності.

Зростання популярності відеоконтенту – ще одна важлива зміна. Наприклад, частка соціальних відео у споживанні новин збільшилася з 52% у 2020 році до 65% у 2025 році. Відеоплатформи стали головним джерелом новин, особливо для молоді, яка надає перевагу візуальному формату. Журналістика адаптується до цього, створюючи швидкий та емоційний контент, що нерідко призводить до спрощення складних тем і боротьби за увагу авдиторії.

Персоналізація інформації грає велику роль у новій медіареальності. Алгоритми соцмереж добирають контент згідно зацікавлень і попередніх реакцій юзера, витворюючи для кожного індивідуальну інформаційну картину світу. Наприклад, стрічка рекомендацій «TikTok» орієнтується на кількість переглянутого відео користувачем на певну тему, поставлені вподобайки або перегляд контенту до кінця. Після досягнення цих умов соцмережа буде дедалі більше пропонувати схожих відео. Це, своєю чергою, може сприяти поширенню маніпуляцій і недостовірної інформації, тому довіра до медіа стає вкрай значущою.

Також змінюється і характер журналістики. Все більшого значення набувають лідери громадської думки і блогери, які нерідко є власниками більшої аудиторії, ніж традиційні медіа. Український блогер Михайло Лебіга завдяки великій кількості підписників у «YouTube», «TikTok» та інших соціальних мережах неодноразово організовував благодійні збори на підтримку Збройних Сил України. Після його закликів багато користувачів робили донати, до зборів приєднувалися інші блогери та медіа. У таких умовах головним ресурсом стає увага людей, а успіх залежить від здатності створювати емоційний зв'язок.

Соціальні медіа поєднують можливості особистого спілкування та масового впливу, задовольняючи потреби людей у комунікації та самовираженні. Водночас за цим стоять складні технології керування увагою. Алгоритми платформ просувають контент, який викликає найбільше реакцій, через що популярності набувають емоційні й поляризуючі повідомлення, а раціональна дискусія часто відходить на другий план [6, с. 206].

Одним із важливих напрямів розвитку медіа є використання штучного інтелекту (ШІ). Його застосовують для автоматичного створення новин, аналізу аудиторії та обробки даних. У багатьох розвинених країнах ШІ вже допомагає створювати прості інформаційні матеріали, наприклад спортивні новини чи фінансові огляди. В Україні цей процес лише починає розвиватися.

Глобальні компанії («Google», «Meta», «Twitter» (X) тощо) контролюють значну частину інформаційного ринку в інтернеті та мають значний вплив на медіапростір. Зокрема, «Google» визначає, яку інформацію користувачі знаходять через його пошукову систему. Відповідно медіа працюють над кращою індексацією своїх сайтів, матеріалів на них, аби їх пошук показував якомога вище у своєму списку. «Meta» формує інформаційні стрічки та рекомендації у своїх соцмережах «Facebook», «Instagram», «Threads», і для медіа важливо, щоб їхні пости потрапляли на очі якомога більшій аудиторії. «X» є майданчиком для оперативного поширення новин і суспільно-політичних дискусій. Відтак постає проблема залежності місцевих медіа від міжнародних платформ, а також посилюється монополізація інформаційної сфери. В Україні це досить відчутно, адже національні медіа мають недостатньо ресурсів для конкуренції з великими технологічними корпораціями.

Для створення глибших аналітичних матеріалів та досліджень журналісти дедалі частіше працюють з великими масивами інформації. Напрямок журналістики даних в Україні поступово набирає обертів і розвивається. У нашій країні працюють видання та аналітичні платформи, які регулярно використовують візуалізацію та аналіз даних з різних державних реєстрів, інших відкритих баз даних (texty.org.ua, «Слово і діло», «YouControl», «Опендатабот»).

Поширення громадянської журналістики є ще одним трендом у медіа. Завдячуючи новим технологіям, пересічні люди тепер можуть створювати контент і впливати на громадську думку. Громадянська журналістика у нашій країні стала досить важливим джерелом незалежної інформації.

Для того, щоб зберегти фінансову незалежність, українським медіа варто впроваджувати такі бізнес-моделі, як, приміром, підписки та платний доступ до визначеного контенту. Прикладами видань, які вже фінансуються підписниками більшою чи меншою мірою, є «NV», «Forbes Ukraine», «The Kyiv Independent», «Українська правда». Багато медіа міжнародного рівня, як-от «The New York Times», успішно використовують систему передплати як значне джерело доходу. Така модель також може стати для українських медіа ефективним способом підтримки незалежності та стійкості, тим більше в умовах війни та обмеженого рекламного ринку [5, с. 44–45].

Імерсивна журналістика використовує інтерактивні технології для створення глибокого емоційного досвіду, завдяки якому користувачі не тільки читають чи дивляться новини, а немовби опиняються в епіцентрі подій. Основними ознаками такого виду подачі інформації є інтерактивність, візуалізація та емоційне залучення аудиторії.

Особливу роль у процесі наближення реципієнта до інформації відіграє віртуальна реальність (VR). Вона надає можливість конструювати штучні середовища, які імітують реальний або вигаданий світ за допомогою звуку, зображення та інших ефектів. Завдяки VR користувачі можуть занурюватися у віртуальний простір і взаємодіяти з ним через спеціальні пристрої (наприклад, VR-окуляри та контролери руху). Такі технології дають медійникам додаткові спроможності для створення інтерактивного та персоналізованого контенту, який більше впливає на емоції аудиторії [3, с. 107–108].

У сучасному суспільстві дедалі помітнішою стає тенденція до стирання меж між реальним і віртуальним середовищами. Особливо швидко розвиваються технології віртуальної (VR), доповненої (AR) та змішаної реальності (MR), які відкривають нові способи взаємодії людини з цифровим контентом.

Віртуальна реальність забезпечує повне або часткове занурення користувача у штучно створене цифрове середовище, ізолюючи його від фізичного світу за допомогою спеціальних пристроїв, зокрема VR-шоломів. VR-репортаж «Displaced» від «New York Times» дозволив свого часу глядачам опинитися поряд із трьома дітьми, які стали біженцями внаслідок війни. В Україні під час повномасштабного вторгнення Росії «United24 Media» використовує віртуальну реальність для показу наслідків агресії, зруйнованих міст і життя цивільних. Метою цієї технології є максимально реалістичне відтворення візуальних, звукових та інших сенсорних ефектів, що створюють відчуття присутності у змодельованому просторі.

На відміну від VR, доповнена реальність не замінює навколишній світ, а лише доповнює його цифровими елементами – зображеннями, текстом, графікою чи відео. Реалізація AR можлива за допомогою смартфонів, планшетів, спеціальних окулярів або проєкційних систем, що робить цю технологію більш доступною для широкого кола користувачів. Журнал «Esquire» був одним із перших, хто застосував доповнену реальність у друкованому виданні. На одну з їхніх обкладинок можна було навести смартфон і побачити у ньому анімоване звернення актора Р. Дауні-молодшого.

Змішана реальність поєднує можливості віртуальної та доповненої реальності. Вона дає змогу інтегрувати тривимірні цифрові об'єкти у фізичний простір таким чином, щоб користувач міг взаємодіяти з ними так само, як із реальними предметами. Для цього, як правило, використовуються спеціальні окуляри або шоломи. Завдяки високому рівню інтеграції віртуальні об'єкти можуть виглядати майже так само, як і реальні. Телеканал CNN використовує змішану реальність для пояснення воєнних подій, роботи військової техніки, космічних місій, стихійних лих. Віртуальні моделі інтегрують у реальний простір студії, а ведучі взаємодіють з ними під час етерів.

Основними критеріями розмежування віртуальної, доповненої та змішаної реальності є рівень занурення користувача у цифровий простір, ступінь інтеграції віртуальних об'єктів із фізичним середовищем та характер взаємодії людини з ними. Саме ці характеристики стали підґрунтям для формування сучасних підходів до класифікації технологій розширеної реальності та визначення перспектив їх подальшого розвитку [2, с. 233–234].

Поєднання імерсивної журналістики та віртуальної реальності формує новий спосіб сприймання новин. Люди можуть ніби опинятися в центрі подій, що робить інформацію більш зрозумілою, наочною та доступною. Такі технології використовують не лише в журналістиці, а й у навчальному процесі, віртуальних виставках, іграх та інших медіапроєктах.

Ще однією перспективною технологією є відео 360 (сферичне відео, панорамування), яке дозволяє глядачам самостійно обирати напрямок руху під час перегляду відео. Цей формат часто застосовують для пояснення складних тем.

ШІ допомагає продукувати візуально привабливий контент, автоматизувати обробку інформаційних матеріалів і точніше орієнтувати вміст на конкретну авдиторію. Водночас розвиток цих технологій створює й певні ризики. Адже не виключені можливі порушення конфіденційності, авторських прав, етичних норм, а також заміна людської праці автоматизованими системами. Тому використання ШІ потребує чіткого контролю та прозорої редакційної політики.

Поширення віртуальної реальності поки обмежується високою вартістю обладнання та складністю технічних засобів. Проте інноваційні технології відкривають для медіа великі перспективи та суттєво змінюють як створення, так і споживання контенту [3, с. 108–109].

У сучасному цифровому суспільстві журналістика подорожі починається задовго до фактичного відвідування дестинації. На етапі планування вирішальну роль відіграють цифрові інформаційні ресурси, соціальні мережі, онлайн-платформи та користувацький контент, які формують уявлення про майбутню подорож. У результаті очікування тревел-журналістів дедалі більше ґрунтуються не на власному досвіді чи офіційній інформації, а на образах рекреативної медіакомунікації і візуальних наративах, створених іншими користувачами.

Персоналізація туристичних рекомендацій за допомогою цифрових алгоритмів значно спрощує вибір маршрутів і туристичних об'єктів. Разом з тим така практика сприяє популяризації найбільш медійно представлених локацій, що призводить до певної стандартизації туристичних маршрутів. Унаслідок цього індивідуальний туристичний досвід поєднується з цифровими образами, сформованими у медіапросторі.

Безпосередньо під час подорожі цифрові технології також суттєво трансформують взаємодію тревел-журналіста з навколишнім середовищем. Мобільні додатки, електронні карти, цифрові путівники та технології доповненої реальности забезпечують нові можливості для навігації, отримання

інформації та інтерпретації культурних і природних об'єктів. Завдяки цьому простір набуває характеристик цифрового медіасередовища, у якому фізичні об'єкти доповнюються інтерактивними інформаційними елементами.

Важливою складовою сучасного туристичного досвіду є його публічна репрезентація. Фотографування, відеозйомка та поширення вражень у соціальних мережах перетворюються на невід'ємну частину подорожі та впливають на формування суспільних уявлень про туристичні дестинації. Таким чином, сучасний тревел-журналіст виконує подвійну роль: він не лише споживає інформацію, а й активно створює медіаконтент, який впливає на вибір і поведінку інших користувачів.

Крім того, сучасні цифрові технології дають змогу самостійно створювати елементи віртуального туристичного простору. Використовуючи спеціалізоване обладнання та програмне забезпечення, можна здійснювати 3D-зйомку об'єктів, формувати панорамні зображення, об'єднувати їх у віртуальні тури та інтерактивні екскурсії. Такі технології значно розширюють можливості презентації туристичних ресурсів і забезпечують нові формати ознайомлення з культурною та природною спадщиною [7, с. 81].

Висновки. Вплив новітніх технологій на розвиток медіакомунікації загалом і рекреативної, зокрема, важко переоцінити. Науково-технічний прогрес сприяє змінам у створенні та споживанні інформації. Такі технології, як соціальні мережі та месенджери, стали частиною життя багатьох людей, і на це не можуть не зважати журналісти. Медіа стають конвергентними, намагаються дотягнутися до аудиторії в усіх можливих місцях її перебування. Технології віртуальної, доповненої реальності, сферичні відео є менш поширеними, але такими, які поступово впроваджуються та мають великий потенціал. Штучний інтелект увірвався у наше життя і продовжує впливати як на виробників, так і на споживачів медіапродуктів. Тому дослідження цих явищ залишається актуальним і надалі.

Список літератури:

1. Васьківська О. Технології штучного інтелекту в журналістиці сучасності. Матеріали X конгресу «Авіація в XXI столітті» – «Безпека в авіації та космічні технології». Київ: Національний авіаційний університет, 2022. С. 6.2.107–6.2.111.

2. Волинець В. Віртуальна, доповнена і змішана реальність: сутність понять та специфіка відповідних комп'ютерних систем. *Питання культутурології,* 2021. Вип. 37. С. 231–243. https://doi.org/10.31866/2410-1311.37.2021.237322

3. Грозна О. Технологічні інновації в онлайн-медіа: роль штучного інтелекту та віртуальної реальності у трансформації контенту. *Обрії друкарства,* 2024. Вип. 1 (15). С. 102–112. https://doi.org/10.20535/2522-1078.2024.1(15).302843

4. Гудзь О., Петькун С. Формування нової медіа реальності в умовах цифрових трансформацій. *Вісник Херсонського національного технічного університету,* 2023. Вип. 4 (87). С. 339–345. https://doi.org/10.35546/kntu2078-4481.2023.4.42

5. Лосінський М. Вплив нових технологій на розвиток медіа-простору: порівняльний аналіз українського та міжнародного досвіду. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Філологія,* 2025. Вип. 1 (15). С. 42–47. https://doi.org/10.32689/maup.philol.2025.1.8

6. Матвієнків С., Сегедин Д. Нові медіа як комунікативні технології XXI століття. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Політологія (з нагоди ювілею професора Василя Марчука)*, 2026. Вип. 22. С. 203–210. https://doi.org/10.32782/2312-1815/2025-22-25

7. Опейда А. Трансформація туристичної подорожі в контексті цифрової медіакультури та глобальних викликів. *Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв,* 2026. Вип. 1. С. 79–83. https://doi.org/10.32461/2226-3209.1.2026.356233

8. Ситник О. Проблематика впровадження штучного інтелекту в сучасних ЗМІ та медіатехнологіях. *Український інформаційний простір,* 2023. Вип. 2 (12). С. 252–265. https://doi.org/10.31866/2616-7948.2(12).2023.291187

9. Jenkins H. Convergence Culture: Where Old and New Media Collide. New York: NYU Press, 2006. 308 p.

Pustovyi R.V. THE IMPACT OF NEW TECHNOLOGIES ON THE DEVELOPMENT OF RECREATIONAL MEDIA COMMUNICATION

The development of new technologies in our time has a significant impact on the life of society. The emergence of new devices, artificial intelligence, the increasing role of social networks and messengers affects people's everyday life, their social interactions. Media communication as an integral part of society's life is also undergoing changes. During the war in Ukraine, one of the most relevant types of media communication

is recreational, and it is also changing due to new technological solutions. Now every citizen who has a gadget and the Internet can influence public opinion by providing facts or personal impressions. The article examines what new technologies are used in modern journalism and, in particular, in recreational media communication, how they affect the production and consumption of media content. The main consequences of the impact of new technologies on the media sphere are highlighted. In particular, we are talking about audience fragmentation, when people unite around media that broadcasts only one position acceptable to them, thus creating so-called information bubbles. Another consequence of the impact of technology on journalism is the personalization of information, when algorithms of various platforms study the user and offer him content according to his previous interests. Special attention is paid to immersive journalism, which uses perhaps the most new technological solutions to maximally immerse the audience in the story being told. Virtual, augmented reality, spherical videos – all this helps the consumer of information to feel like they are at the scene of events, to understand them in more detail. The article also shows the significant impact of artificial intelligence on the work of journalists (both a positive experience, when AI helps automate routine processes, and a negative one, when there is a risk of losing people's jobs). The study proves that the latest technologies have a significant impact both on media communication in general and, in particular, on its recreational variety.

Keywords: *audience fragmentation, information personalization, algorithms, artificial intelligence, immersive journalism.*

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 342.9:351.746:007:07.1]:355.01(470:477)
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/46

Рожнятівська Н.В.
https://orcid.org/0009-0005-8613-779X
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

НОРМАТИВНО-ПРАВОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ІНФОРМАЦІЙНОЇ БЕЗПЕКИ: СПІВВІДНОШЕННЯ ВІДКРИТОСТІ ТА РЕЖИМУ ТИШІ (2014–2026)

У статті проаналізовано нормативно-правове забезпечення інформаційної безпеки України як безпосередній регулятор комунікаційної взаємодії Збройних Сил України з медіа, що розгортається на перетині між інформаційною відкритістю та режимом тиші. Правовий механізм балансування відкритості й обмеження схарактеризовано як багаторівневу систему, що охоплює конституційний, законодавчий, стратегічно-доктринальний, спеціальний (воєнного стану) і тактично-відомчий рівні регулювання. Показано, що правовий режим доступу до інформації про перебіг бойових дій визначає повсякденні умови роботи медіа в зоні бойових дій: порядок акредитації журналістів, зони доступу, межі висвітлення руху й розташування військ, формати офіційної комунікації сектору безпеки й оборони. Основну увагу приділено еволюції нормативної бази та практик медіавзаємодії за трьома періодами збройного протистояння – антитерористичної операції (2014–2018), операції Об'єднаних сил (2018–2022) та повномасштабного вторгнення і воєнного стану (2022–2026). Установлено, що баланс послідовно зміщувався від переважання відкритості до безпекового обмеження, однак у межах воєнного стану ця динаміка не була лінійною: пікове звуження відкритості 2022–2023 років змінилося частковою лібералізацією 2024–2025 років, досягнутою через інституціоналізований діалог командування з медіаспільнотою. Виявлено суперечність між презумпцією відкритості публічної інформації та безпековою логікою превентивного обмеження, а також юридичну невизначеність режиму тиші, який застосовується як усталений інструмент, проте не має легального визначення, що знижує правову передбачуваність для всіх учасників комунікаційної взаємодії. Запропоновано напрями вдосконалення: легальне закріплення режиму тиші як строкового, обмеженого за обсягом і підконтрольного інструмента; послідовне підпорядкування будь-яких інформаційних обмежень критерію пропорційності; розвиток інституту стратегічних комунікацій, який запобігає утворенню інформаційного вакууму; гармонізація національного регулювання з європейськими стандартами свободи вираження поглядів і доктринами стратегічних комунікацій НАТО.

Ключові слова: *інформаційна безпека, стратегічні комунікації, комунікаційна взаємодія з медіа, інформаційна відкритість, операційна безпека (OPSEC), режим тиші, акредитація журналістів, воєнний стан.*

Постановка проблеми. Інформаційна безпека перетворилася на одну з визначальних умов існування сучасної держави, а її забезпечення давно вийшло за межі суто технічного захисту даних. Сьогодні вона охоплює і протидію деструктивному інформаційному впливу, і збереження інформаційного суверенітету, і водночас гарантування права кожного на доступ до інформації. Саме поєднання цих складників породжує внутрішню суперечність: інформаційна безпека одночасно вимагає відкритості (як умови довіри, підзвітності та стійкості суспільства до маніпуляцій) і обмеження (як засобу захисту чутливих відомостей та протидії ворожому використанню інформації).

Ця суперечність набуває характеру правової проблеми тоді, коли постає питання про межі допустимого обмеження свободи інформації в інтересах безпеки. У мирний період такі межі визначаються переважно галузевим інформаційним законодавством, що виходить із пріоритету відкритості. Натомість в умовах збройної агресії та воєнного стану на перший план виходить безпекова

© Рожнятівська Н.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

логіка, у межах якої формується практика так званого режиму тиші – тимчасового утримання від оприлюднення певних відомостей. Проблема полягає в тому, що цей інструмент, попри широке застосування, не має сталого легального оформлення, а отже, його співвідношення з конституційним правом на інформацію залишається юридично невизначеним.

Для журналістики ця проблема має цілком практичний вимір: саме правовий режим доступу до інформації про перебіг бойових дій визначає повсякденні умови роботи медіа в зоні бойових дій – від порядку акредитації та кола відомостей, які дозволено оприлюднювати, до відповідальності за передчасне висвітлення перебігу операцій й розташування військ. Відтак нормативна база інформаційної безпеки є не зовнішнім тлом, а безпосереднім регулятором комунікаційної взаємодії Збройних Сил України з медіа, і зміни в ній прямо позначаються на практиках воєнної журналістики та стратегічних комунікацій.

Об'єктом дослідження є нормативно-правове забезпечення інформаційної безпеки України. Предметом дослідження є співвідношення інформаційної відкритості та режиму тиші в цьому забезпеченні, розглянуте крізь призму комунікаційної взаємодії Збройних Сил України з медіа у 2014–2026 роках.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Найближчим до предмета цієї статті є напрям досліджень стратегічних комунікацій, воєнної журналістики та медіаправа, у якому аналізуються взаємодія органів сектору безпеки й оборони з медіа, робота прес-офіцерів і прес-центрів, порядок акредитації та безпеки журналістів у зоні бойових дій, а також стандарти висвітлення російсько-української війни й протидія маніпулятивному контенту. Теоретичне підґрунтя розуміння інформаційного протиборства та гібридної війни закладають праці Г. Почепцова [13] і колективна монографія за редакцією В. Горбуліна [46]. Категоріальний апарат стратегічних комунікацій систематизовано у словнику Т. Попової та В. Ліпкана [10], а інституційне становлення стратегічних комунікацій за стандартами НАТО дослідила А. Баровська [1]. Розвиток стратегічних комунікацій сил оборони в умовах російсько-української війни аналізує І. Іжутова [6], а законодавчі норми та професійні стандарти журналістики воєнного часу – Г. Гребньов [2]. Дедалі більшої ваги набувають праці з кібербезпеки, що розширюють розуміння інформаційної безпеки за рахунок захисту інформаційної інфраструктури [39]. Помітним є й вплив європейських стандартів свободи вираження поглядів, передусім практики застосування статті 10 Конвенції про захист прав людини і основоположних свобод із її вимогою пропорційності обмежень [7].

Водночас бракує праць, у яких відкритість і режим тиші були б осмислені саме як парні, взаємозумовлені елементи єдиного правового механізму інформаційної безпеки, а нормативна база – простежена в її еволюції за періодами збройного протистояння. Здебільшого ці явища розглядаються окремо: відкритість – у контексті прав людини, а обмеження – у контексті безпеки, поза їхньою історико-правовою динамікою. Подолання такої роз'єднаності й систематизація різнорівневих та різночасових правових джерел, що опосередковують баланс відкритості та обмеження, становлять дослідницьку прогалину, на заповнення якої спрямована ця стаття.

Постановка завдання. Метою статті є розкрити структуру й зміст нормативно-правового забезпечення інформаційної безпеки та визначити правовий механізм, що опосередковує співвідношення інформаційної відкритості й режиму тиші, а також простежити еволюцію цього забезпечення за трьома періодами збройного протистояння. Для її досягнення поставлено такі завдання: з'ясувати поняття інформаційної безпеки як об'єкта правового регулювання та її місце в системі національної безпеки; розкрити понятійне співвідношення відкритості, операційної безпеки й режиму тиші в межах моделі «тріади комунікації»; систематизувати правові джерела за рівнями регулювання (конституційний, законодавчий, стратегічно-доктринальний, спеціальний і тактично-відомчий); реконструювати нормативну базу періодів антитерористичної операції (2014–2018), операції Об'єднаних сил (2018–2022) та повномасштабного вторгнення і воєнного стану (2022–2026); зіставити національне регулювання з європейськими та євроатлантичними стандартами; виявити колізії й прогалини та запропонувати шляхи вдосконалення.

Виклад основного матеріалу. У правовому розумінні інформаційна безпека є складним, дворівневим об'єктом. З одного боку, вона захищає інформаційні права особи – право вільно одержувати й поширювати інформацію, право на достовірну інформацію, право на захист персональних даних (стаття 34 Конституції України [8], закон України «Про інформацію» [34] та «Про доступ до публічної інформації» [20]). З іншого – вона захищає суспільство й державу від інформаційних загроз: дезінформації, ворожих інформаційно-психологічних операцій, витоку відомостей, що

загрожують обороноздатності (стаття 17 Конституції України [8], закон України «Про національну безпеку України» [36] та «Про державну таємницю» [19]). Ці два рівні не завжди узгоджуються: те, що зміцнює інформаційні права особи, не завжди зміцнює безпеку держави, і навпаки. Саме тому правове забезпечення інформаційної безпеки не зводиться до простого «захисту», а потребує балансування різноспрямованих інтересів.

Інформаційна відкритість у контексті інформаційної безпеки постає не як абсолютна цінність, а як презумпція: відомості вважаються доступними, доки не доведено правомірність їх обмеження. Відкритість виконує безпекову функцію – вона підтримує суспільну довіру, забезпечує підзвітність влади та підвищує стійкість суспільства до маніпуляцій, оскільки прогалини в офіційній комунікації зазвичай заповнюються дезінформацією.

Протилежним началом у сфері військової комунікації є операційна безпека (OPSEC). OPSEC – це комплекс заходів захисту критично важливих відомостей про плани, дислокацію, чисельність та оснащення підрозділів, розголошення яких може надати перевагу противникові або поставити під загрозу життя військовослужбовців; таке розуміння спирається на доктринальні визначення операційної безпеки у Глосарії термінів і визначень НАТО AAP-06 [47] та в американській доктрині операційної безпеки Joint Publication 3-13.3 [49]. На перетині відкритості й операційної безпеки формується третій складник – публічний імідж інституції, що в умовах війни перетворюється з питання репутації на об'єкт національної безпеки. У прикладних дослідженнях військових стратегічних комунікацій, що спираються на доктринальні підходи НАТО [46; 48], ці три категорії доцільно розглядати як «тріаду комунікації», що перебуває в стані динамічної рівноваги: надмірна відкритість шкодить безпеці, надмірна закритість руйнує довіру та імідж, а імідж є інтегральним показником досягнутого балансу. Саме ця оптика становить концептуальне тло цієї статті й дисертаційного дослідження, до якого вона дотична.

Режим тиші є правовим і практичним інструментом, через який вимога операційної безпеки реалізується у сфері публічної комунікації. Його доцільно розуміти як тимчасове, цілеспрямоване й обмежене за обсягом утримання від оприлюднення певних відомостей до зникнення підстав для обмеження або до їх офіційного підтвердження.

Принципово відмежувати режим тиші від суміжних явищ: від державної таємниці (яка має формалізований і тривалий характер) та від безпідставного замовчування (яке не має легітимної мети й суперечить праву на інформацію). Отже, відкритість і режим тиші не є взаємовиключними: вони утворюють єдину шкалу, на якій правомірне обмеження є вузьким, обґрунтованим винятком із загального правила доступності.

Конституційний рівень регулювання утворюють насамперед статті 17 і 34 Конституції України [8]. Стаття 17 відносить забезпечення інформаційної безпеки до найважливіших функцій держави, надаючи їй найвищого, конституційного статусу. Стаття 34 гарантує свободу інформації й водночас визначає вичерпний перелік легітимних підстав її обмеження – інтереси національної безпеки, територіальної цілісності, громадського порядку, а також захист репутації, прав інших осіб і запобігання розголошенню конфіденційної інформації.

На законодавчому рівні баланс конкретизується двома різноспрямованими масивами норм. Перший – галузеве інформаційне законодавство. Закон України «Про інформацію» закладає загальні засади обігу інформації [34], а Закон України «Про доступ до публічної інформації» закріплює презумпцію відкритості та встановлює трискладовий тест як головний інструмент перевірки правомірності обмеження [20]; на відомчому рівні порядок доступу конкретизує Інструкція із забезпечення доступу до публічної інформації в Міністерстві оборони України та Збройних Силах України [24]. За цією інструкцією доступ може бути обмежено лише тоді, коли обмеження відповідає легітимній меті, його розголошення здатне завдати істотної шкоди, і ця шкода переважає суспільний інтерес в оприлюдненні. Закон України «Про медіа» доповнює цей масив регулюванням діяльності суб'єктів у сфері медіа, зокрема в умовах протидії деструктивному впливу [35].

Другий масив – безпекове законодавство. Закон України «Про державну таємницю» встановлює найвищий рівень захисту відомостей, формалізуючи їх через Звід відомостей, що становлять державну таємницю [19]; тут діє вже зворотна презумпція – обмеження. Закон України «Про основні засади забезпечення кібербезпеки України» поширює захист на інформаційну інфраструктуру, що є невід'ємною складовою інформаційної безпеки [39]. Закон України «Про національну безпеку України» інтегрує ці елементи в єдину систему [36]. До цього ж масиву належить Закон України «Про правовий режим воєнного стану» [41]: серед заходів правового режиму воєнного стану він передбачає, зокрема, можливість заборони передачі

інформації через комп'ютерні мережі (пункт 11 статті 8) та запровадження військовим командуванням додаткових заходів охорони державної таємниці (пункт 22 статті 8). Унаслідок цього в законодавстві співіснують дві логіки: галузева, що виходить із відкритості й індивідуального балансування, та безпекова, що тяжіє до категоризації й обмеження. Узгодження цих логік за критерієм пропорційності й становить основу правового забезпечення інформаційної безпеки.

Стратегічно-доктринальний рівень формують акти політико-правового програмування. Стратегія інформаційної безпеки, затверджена указом Президента України, визначає актуальні загрози, цілі та пріоритети державної політики в інформаційній сфері, серед яких – протидія дезінформації, зміцнення інформаційного суверенітету та розвиток стратегічних комунікацій [43]. Її попередницею була Доктрина інформаційної безпеки України 2017 року, що вперше системно окреслила національні інтереси в цій сфері [45].

Запровадження правового режиму воєнного стану суттєво зміщує баланс. Закон України «Про правовий режим воєнного стану» допускає тимчасові обмеження конституційних прав, зокрема щодо поширення інформації [41]. У цих умовах звичне індивідуальне балансування за трискладовим тестом доповнюється – а в окремих сегментах і заміщується – категоричними превентивними заборонами.

Найвиразнішим прикладом є стаття 114-2 Кримінального кодексу України [9], запроваджена у 2022 році [18], що встановлює відповідальність за несанкціоноване поширення низки відомостей військового значення, якщо їх не було оприлюднено в офіційний спосіб. Юридична конструкція цієї норми є показовою для всієї проблематики: правомірність поширення прив'язується до критерію попереднього офіційного оприлюднення. Тим самим режим тиші фактично набуває кримінально-правового закріплення для найбільш чутливих категорій інформації, а презумпція відкритості для них тимчасово інвертується: визначальним стає не питання про допустимість обмеження, а питання про наявність офіційного дозволу на розкриття.

Найбільш операційно значущим для повсякденної взаємодії військ із журналістами є тактично-відомчий рівень регулювання, на якому абстрактний баланс відкритості й безпеки перетворюється на конкретні правила роботи медіа. Ці правила закріплюються насамперед наказами Міністерства оборони України та Головнокомандувача Збройних Сил України, затвердженими в різні періоди – від Інструкції про порядок допуску журналістів на об'єкти Міністерства оборони України та Збройних Сил України 2012 року [25] до нормативних документів періоду воєнного стану; їхню еволюцію докладно розглянуто нижче в межах періодизації.

Еволюція нормативно-правового забезпечення періоду (2014–2026)

Нормативно-правове забезпечення інформаційної безпеки не було сталим: воно змінювалося разом із правовим режимом збройного протистояння Росії та України. Три послідовні періоди – антитерористична операція, операція Об'єднаних сил і повномасштабне вторгнення з режимом воєнного стану – відрізняються не лише правовою підставою ведення бойових дій та органом, що ними керує, а й характерною конфігурацією співвідношення відкритості та режиму тиші. Простеження цієї еволюції дає змогу побачити, як безпекова логіка поступово посилювалася, а простір відкритості звужувався, що безпосередньо визначало й умови комунікаційної взаємодії військ із медіа на тактичному рівні.

Період антитерористичної операції (2014–2018)

Правовою основою протидії збройній агресії на цьому етапі стала антитерористична модель. Бойові дії велися у форматі антитерористичної операції, розпочатої навесні 2014 року на підставі рішення Ради національної безпеки і оборони України та відповідно до Закону України «Про боротьбу з тероризмом» [15]; координацію операції здійснював Антитерористичний центр при Службі безпеки України. Юридичним тригером цього етапу став Указ Президента України від 14 квітня 2014 року № 405/2014 [42], який формально запустив оборонні механізми, проте залишив інформаційну сферу у хиткому стані. Правовий режим воєнного стану в цей період не запроваджувався, попри те що профільний Закон України «Про правовий режим воєнного стану» було ухвалено у 2015 році [41] – він залишався «сплячим» інструментом.

Оскільки надзвичайні режими не діяли, інформаційна сфера регулювалася переважно галузевим законодавством мирного часу – законами «Про інформацію» [34] та «Про доступ до публічної інформації» [20] з їхньою презумпцією відкритості й трискладовим тестом. Хоча Закон «Про інформацію» та Закон «Про державну таємницю» формально містили базові обмеження щодо поширення відомостей, які можуть зашкодити нацбезпеці, а Звід відомостей, що становлять державну таємницю, чітко окреслював параметри секретності щодо дислокації та озброєння військ, ці

інструменти виявилися неадаптованими до умов «гібридної» війни в цифрову епоху. Режим тиші існував радше як ситуативна практика командування операції, ніж як юридично оформлений інститут: обмеження щодо висвітлення бойових дій запроваджувалися тимчасово, без окремої нормативної підстави та без кримінально-правового підкріплення. На стратегічному рівні необхідність жорсткішого контролю була усвідомлена лише після перших катастрофічних наслідків «стримів» з фронту. Зокрема, Указ Президента від 24 вересня 2014 року № 744/2014 [44] (реагуючи на трагедію в Іловайську) вперше прямо доручив Кабміну та силовим відомствам посилити контроль за витоком інформації та врегулювати акредитацію журналістів. Водночас саме в цей період закладаються перші спеціальні інструменти захисту національного інформаційного простору – зокрема обмеження ретрансляції ворожого пропагандистського контенту згідно із Законом України «Про внесення змін до деяких законів України щодо захисту інформаційного телерадіопростору України» [17], а також інституційне оформлення державної інформаційної політики (створення Міністерства інформаційної політики наприкінці 2014 року).

У площині медіавзаємодії комунікація з журналістами будувалася ситуативно: акредитація та допуск представників медіа в зону операції здійснювалися Антитерористичним центром при Службі безпеки України відповідно до спеціального порядку акредитації представників медіа [11], який запровадив перші паперові перепустки, а офіційне інформування забезпечували прес-центр операції та новостворені підрозділи зі зв'язків із громадськістю, ще без єдиного унормованого порядку. Дискреційний характер цієї моделі був закладений уже в статті 17 Закону України «Про боротьбу з тероризмом» [15], за якою обсяг, форму і час інформування громадськості визначає керівник операції, а єдиним чинним відомчим актом загального характеру тривалий час залишалася Інструкція про порядок допуску журналістів, працівників засобів масової інформації на об'єкти Міністерства оборони України та Збройних Сил України, затверджена наказом Міноборони від 14 червня 2012 року № 399 [25], – документ, розроблений для умов мирного часу й не розрахований на район активних бойових дій.

Першим профільним відомчим актом став наказ Міністерства оборони України від 17.04.2015 № 174 «Про організацію висвітлення діяльності Збройних Сил України» [38]. Лише наприкінці 2016 року з'являється фундаментальний документ цього етапу – Правила роботи представників засобів масової інформації в районі проведення антитерористичної операції [14], внесені наказом першого заступника керівника Антитерористичного центру при Службі безпеки України (керівника АТО) від 27.10.2016 № 555 як додаток 4 до наказу від 19.01.2016 № 45 про упорядкування допуску представників медіа на військові об'єкти; оновлений порядок запрацював із 1 січня 2017 року. Саме цей документ юридично закріпив поняття OPSEC (безпеки операцій) на рівні роботи медіа: увів дворівневу систему акредитації (знамениті «сині» картки для загального допуску та «рожеві» – для передової), встановив правило обов'язкового супроводу пресофіцерами та чітко заборонив фіксацію позицій, техніки й обличь без дозволу. Ще у жовтні 2016 року наказом Генерального штабу ЗСУ від 07.10.2016 № 374 було затверджено Інструкцію з реалізації стратегічних комунікацій у Збройних Силах України [22] – перший відомчий акт, що операціоналізував стратегічні комунікації на рівні війська. Наприкінці періоду АТО цю систему остаточно закріпив наказ Генерального штабу ЗСУ від 11.04.2017 № 127 [29], яким затверджено Положення про органи зв'язків з громадськістю (прес-служби) Збройних Сил України і який перетворив ситуативну роботу пресцентрів на сталу систему зв'язків з громадськістю. Ціну нормативної невизначеності перших років унаочнили події під Іловайськом (серпень 2014 року) та в районі Дебальцевого (січень–лютий 2015 року): оприлюднення в реальному часі відомостей про переміщення військ створювало пряму загрозу життю військовослужбовців, тоді як офіційне применшення масштабів втрат підривало суспільну довіру до державної комунікації та стимулювало розвиток альтернативних, непідконтрольних джерел інформації. Спробою врегулювати цей хаос на рівні тактичного компромісу між армією та медіа стали спільні «Пам'ятки для представників ЗМІ», які, попри свій рекомендаційний характер, підписувалися журналістами як обов'язковий регламент роботи. Доктринальним підсумком періоду стала Доктрина інформаційної безпеки України 2017 року [45], яка вперше системно окреслила національні інтереси, загрози та засади державної політики в інформаційній сфері в умовах гібридної агресії. Того ж року наказом Міністерства оборони України від 22.11.2017 № 612 схвалено Концепцію стратегічних комунікацій Міністерства оборони України та Збройних Сил України [27] – першу концептуальну рамку стратегічних комунікацій оборонного відомства.

Період операції Об'єднаних сил (2018–2022)

Другий період позначений переходом від антитерористичної до оборонної моделі. Із набуттям чинності Законом України «Про особливості державної політики із забезпечення державного суверенітету України на тимчасово окупованих територіях у Донецькій та Луганській областях» [40] формат антитерористичної операції було замінено операцією Об'єднаних сил, розпочатою 30 квітня 2018 року. Цей закон докорінно змінив правову логіку оборонного дискурсу: він чітко підпорядкував усі силові структури Командувачу об'єднаних сил та надав військовому керівництву легітимне право встановлювати особливі режими доступу в зону бойових дій. Керівництво силами перейшло від Служби безпеки України до Збройних Сил України – до Об'єднаного оперативного штабу, а протидія агресії дістала кваліфікацію заходів із забезпечення національної безпеки і оборони, відсічі і стримування збройної агресії Російської Федерації. Ця зміна мала й інформаційно-правовий вимір: комунікація щодо бойових дій дедалі більше інтегрувалася у військову вертикаль.

На системному рівні визначальним став Закон України «Про національну безпеку України» [36], який закріпив інформаційну безпеку як окрему сферу національної безпеки, нормативно визначив принципи стратегічних комунікацій (StratCom) як невіддільного елемента оборони держави та впорядкував сектор безпеки й оборони. Стратегічно-доктринальний рівень оновлюється ухваленням Стратегії інформаційної безпеки [43] з акцентом на стратегічних комунікаціях, інформаційному суверенітеті та протидії дезінформації; інституційно цей курс супроводжується розбудовою спроможностей стратегічних комунікацій, зокрема профільних структур зв'язків із громадськістю у Збройних Силах та Центру стратегічних комунікацій. Інституційне оформлення цієї вертикалі завершили накази Головнокомандувача Збройних Сил України 2020 року, якими затверджено положення про Управління стратегічних комунікацій Апарату Головнокомандувача [32] та про Управління зв'язків з громадськістю Збройних Сил України [31], а в Міністерстві оборони України – Положення про Департамент стратегічних комунікацій (наказ від 09.04.2020 № 114) [28]. Доктринальним підсумком цього курсу стала Доктрина публічного спілкування (ВКП 18-00(01).01), затверджена Головнокомандувачем Збройних Сил України у вересні 2020 року [5], – базовий документ про принципи публічної комунікації війська, розроблений з урахуванням підходів держав – членів НАТО. Важливим кроком у розвитку комунікаційних спроможностей за стандартами НАТО став наказ Генерального штабу ЗСУ від 22.10.2018 № 345 [21], яким затверджено Інструкцію з організації діяльності високомобільних груп внутрішніх комунікацій у Збройних Силах України, що розширило інструментарій військових медіа і пресофіцерів. У вимірі медіавзаємодії функцію офіційного інформування перебирає прес-центр операції Об'єднаних сил, а взаємодія з журналістами поступово формалізується: усталюються процедури акредитації, супроводу та роботи медіа в районі операції, що відображає перехід комунікації військ із медіа від ситуативної моделі до інституційно керованої. Інституційним рубежем стало те, що з 25 квітня 2018 року акредитацію представників медіа почав здійснювати прес-центр Об'єднаних сил, а Служба безпеки України припинила виконання цих функцій.

Центральним документом оперативно-тактичного рівня став Наказ Командувача об'єднаних сил від 23.04.2018 № 20 [12], який затвердив Порядок допуску представників ЗМІ на військові об'єкти в районі проведення ООС. Цим актом було скасовано старі перепустки АТО та сформовано дворівневу систему акредитації: прескарта другого ступеня (синього кольору) надавала право виконувати редакційні завдання в районі операції без доступу до лінії бойового зіткнення, тоді як прескарта першого ступеня (зеленого кольору – *у деяких джерелах згадується як рожева/червона на етапі переходу*), що видавалася після проходження спеціалізованого курсу при Міністерстві оборони України, дозволяла роботу безпосередньо на лінії зіткнення. Обов'язковим елементом моделі став регламентований супровід журналістів офіцерами прес-служб (служб зв'язків з громадськістю).

Паралельно, з метою забезпечення «режиму тиші» та OPSEC, діяв оновлений під формат ООС перелік відомостей, заборонених до розголошення. Журналісти під розписку зобов'язувалися не фіксувати точні географічні координати, номери частин, прізвища командирів тактичної ланки без погодження, а також системи інженерних загороджень та новітні зразки озброєння (як-от перші застосування комплексів Javelin чи БПЛА Bayraktar).

Водночас медіаспільнота піддавала цю модель системній критиці за бюрократизованість і непрозорість: у 2019 році профільні організації публічно заявляли про «ручне керування» акредитацією та вибіркові відмови журналістам, що окреслило головну ваду періоду – збереження широкої

дискреції командування за формально впорядкованої процедури, без юридично визначених підстав для відмови в акредитації та механізму її оскарження. Саме в цей період уперше практично апробовано і сам режим воєнного стану – під час його короткочасного запровадження в низці областей наприкінці 2018 року, що засвідчило дієвість механізму, передбаченого Законом України «Про правовий режим воєнного стану» [41].

Період повномасштабного вторгнення і воєнного стану (2022–2026)

Повномасштабне вторгнення Російської Федерації 24 лютого 2022 року докорінно змінило правову рамку. Якщо у попередні періоди АТО та ООС обмеження свободи слова і діяльності медіа балансували в межах цивільного законодавства мирного часу, то на новому етапі пріоритет операційної безпеки (OPSEC) отримав абсолютне й легітимне домінування. Цьому сприяла нормативна база, напрацьована на попередньому етапі. Інституційна пам'ять та процедури, вибудовані через Наказ Командувача ООС № 20 (супровід, акредитація), стали правовим шаблоном, який дозволив військовому керівництву в перші ж дні великої війни оперативно розгорнути систему регулювання медіа, продемонструвавши переваги повної мілітаризації комунікацій та єдиної жорсткої вертикалі (від Головнокомандувача до пресофіцера тактичної ланки).

Того ж дня, 24 лютого 2022 року, на всій території держави було запроваджено правовий режим воєнного стану – Указом Президента України «Про введення воєнного стану в Україні» № 64/2022 [16], затвердженим Законом України [33] та згодом неодноразово продовжуваним. Уперше в повному обсязі активовано механізм Закону України «Про правовий режим воєнного стану» [41], який допускає тимчасові обмеження конституційних прав, зокрема щодо поширення інформації.

Ключовою новацією стало кримінально-правове закріплення режиму тиші для найбільш чутливих відомостей. Законом України від 24 березня 2022 року [18] Кримінальний кодекс України доповнено статтею 114-2 [9], яка встановила відповідальність за несанкціоноване поширення інформації про переміщення, рух або розміщення Збройних Сил України, якщо таку інформацію не було оприлюднено в офіційний спосіб. Правомірність поширення відомостей військового значення відтоді прив'язується до критерію попереднього офіційного оприлюднення, унаслідок чого презумпція відкритості для цих категорій тимчасово інвертується. Паралельно оновлюється й медійне регулювання: Закон України «Про медіа» [35] кодифікував діяльність суб'єктів у сфері медіа, посилив захист національного інформаційного простору та впорядкував правила поширення контенту в умовах воєнного стану.

На рівні практики режим тиші дістав розгорнуте втілення в системі офіційної комунікації та безпосередньо переформатував взаємодію військ із медіа. Порядок роботи представників медіа в районах ведення бойових дій було унормовано насамперед **наказом Головнокомандувача Збройних Сил України від 3 березня 2022 року № 73** «Про організацію взаємодії між Збройними Силами України, іншими складовими сил оборони та представниками засобів масової інформації на час дії правового режиму воєнного стану» [37] та **наказом Міністерства оборони України від 8 лютого 2022 року № 36** «Про затвердження Інструкції про порядок допуску журналістів, працівників засобів масової інформації на об'єкти системи Міністерства оборони України» [26], – що запровадили обов'язкову акредитацію, поділ території на зони доступу та супровід журналістів офіцерами зі зв'язків із громадськістю. Наказ № 36 затвердив порядок допуску журналістів і працівників медіа на об'єкти системи Міністерства оборони та прямо передбачає дотримання ними режиму доступу до інформації з обмеженим доступом. Наказ № 73 став базовим документом періоду повномасштабного вторгнення і має декілька редакцій зі змінами, внесеними наказами Головнокомандувача ЗСУ № 196 від 12.07.2022, № 266 від 03.10.2022, № 49 від 27.02.2023, № 51 від 03.02.2024 та № 31 від 17.01.2025. Первинна редакція наказу № 73 визначила алгоритм дій командувачів і командирів під час роботи з цивільними медіа, порядок акредитації журналістів національних та іноземних медіа і правила роботи представника медіа в районі ведення бойових дій; окремим додатком закріплено перелік відомостей, розголошення яких заборонене. Наказ № 73 також скасував старі перепустки операції Об'єднаних сил, запровадив єдину акредитацію ЗСУ та чітко визначив перелік відомостей, які категорично заборонено розголошувати (чисельність і назви частин, геолокація позицій, наслідки ударів до закінчення встановленого терміну мовчання).

Суттєві зміни до наказу № 73 внесено наказом Головнокомандувача ЗСУ від 27.02.2023 № 49, яким структуровано зону бойових дій на три зони доступу: «зелену» (вільна робота медіа), «жовту» (робота лише у супроводі пресофіцера) та «червону» (повна заборона доступу). Тоді ж

запроваджено прескарту нового зразка строком до шести місяців і можливість призупинення акредитації на час з'ясування обставин порушення. Надання командувачам оперативно-стратегічних угруповань військ (ОСУВ) права щотижня змінювати статус населених пунктів на тактичному рівні фактично закрило передову для незалежної журналістики, перевівши більшість гарячих точок у «червону зону». Це зумовило глибоку кризу у відносинах ЗСУ з вітчизняними та іноземними медіа.

Показово, що ця нормативна база формувалася в діалозі з медіаспільнотою. Каталізатором перегляду стало резонансне позбавлення акредитації низки українських та іноземних журналістів за роботу в щойно деокупованому Херсоні в листопаді 2022 року, після якого було створено робочі групи за участю журналістів, профільних громадських організацій, представників Збройних Сил, Генерального штабу та Офісу Президента.

Наступні зміни були закріплені в наказі Головнокомандувача ЗСУ від 3 лютого 2024 року № 51 і мали переважно ліберальний характер: строк акредитації подовжено до дванадцяти місяців, чітко описано межі та правила кожної із зон, спрощено погодження інтерв'ю (дозвіл надає прямий командир, а не вище командування), передбачено акредитацію суб'єктів у сфері онлайн-медіа, зареєстрованих відповідно до Закону України «Про медіа» [35], і водночас розширено та конкретизовано перелік відомостей, заборонених до розголошення. Аналітичні структури (наприклад Інститут масової інформації), які моніторять свободу слова, фіксували як здобутки оновленого наказу № 73 (лібералізацію зон доступу, посилення гарантій безпеки журналістів, узгодження із Законом «Про медіа» [35]), так і невирішені суперечності – насамперед відсутність розмежування дозволу на зйомку та дозволу на публікацію, ризик надмірного розширення червоних зон і вибірковість доступу до них.

Останні за часом зміни, закріплені наказом Головнокомандувача ЗСУ від 17 січня 2025 року № 31, завершили трансформацію системи зонування шляхом суттєвої децентралізації доступу медіа. Зокрема, було скасовано вимогу щодо обов'язкового супроводу пресофіцера під час роботи журналістів у цивільних локаціях та громадських місцях всередині «жовтої» зони, дозволивши акредитованим медійникам працювати там самостійно; регламентовано механізм точкового допуску до «червоної» зони у виняткових випадках за розпорядженням командування угруповань військ і в супроводі офіційних осіб; уточнено положення щодо верифікації медіа та актуалізовано додаток із переліком відомостей, несанкціоноване поширення яких шкодить операційній безпеці (зокрема щодо фіксації засобів РЕБ, ППО та точних координат дислокацій).

У термінах співвідношення відкритості й режиму тиші наказ № 73 у його чинній редакції (з урахуванням усіх наведених змін) є найточнішим нормативним втіленням балансу: система зон операціоналізує контрольовану відкритість (керований доступ замість суцільної заборони чи безконтрольного допуску), а перелік заборонених відомостей є юридичною формалізацією критично важливої інформації в логіці операційної безпеки. Ця еволюція унаочнює, що українська модель є моделлю контрольованої відкритості, яка виробляється в постійному узгодженні інтересів, а не статичним набором заборон.

Протягом 2024–2026 років Наказ № 73 продовжував еволюціонувати в бік врегулювання нових технологічних ризиків. До нього було внесено суворі обмеження щодо використання супутникових систем (Starlink) журналістами безпосередньо на позиціях, правила роботи цивільних дронів у зоні відповідальності бригад, а також запроваджено цифровізацію та верифікацію процесу акредитації. Одночасно держава посилила внутрішній OPSEC через директиви Генерального штабу ЗСУ щодо суворої регламентації використання смартфонів, зйомок на позиціях та ведення особистих соцмереж (TikTok, Telegram) самими військовослужбовцями (нормативним попередником тут була Інструкція зі зберігання і користування особовим складом засобами стільникового зв'язку, затверджена наказом Головнокомандувача ЗСУ від 01.07.2020 № 74 [23]), контроль за чим частково ліг на служби зв'язків з громадськістю (СЗГ) бригад.

Офіційне інформування централізувалося – від скоординованого оприлюднення відомостей уповноваженими органами до формування спільного інформаційного марафону як загальнонаціонального майданчика новин. Характер періоду – домінування безпекової логіки: індивідуальне балансування за трискладовим тестом доповнюється, а подекуди й заміщується категоричними превентивними заборонами, а режим тиші фактично інституціоналізується як робоче правило журналістської практики, хоч і залишається без автономного легального визначення.

Водночас інституційне оновлення комунікаційної вертикалі свідчить про поступове врівноваження цього зміщення: наказом Головнокомандувача

Збройних Сил України від 10 червня 2025 року № 284 затверджено Положення про підрозділи комунікацій Збройних Сил України [30]. Цей наказ прийшов на заміну одразу двом актам: наказ Головнокомандувача ЗСУ від 18 березня 2023 року № 70 «Про затвердження Порядку здійснення стратегічних комунікацій Збройних Сил України» визнано таким, що втратив чинність, а наказ Генерального штабу від 11 квітня 2017 року № 127 «Про затвердження Положення про органи зв'язків з громадськістю (прес-служби) Збройних Сил України» [29] – таким, що не застосовується. Доктринальну лінію продовжила Доктрина «Військові зв'язки з громадськістю» (ОП 10-0(208), AJP-10.3), затверджена начальником Генерального штабу 15 січня 2026 року [3], – друге видання, яке замінило Доктрину публічного спілкування 2020 року [5] і розроблене на основі однойменної союзницької доктрини військових зв'язків з громадськістю AJP-10.3. У координатах співвідношення відкритості й тиші ця доктрина закріплює на відомчому рівні саме презумпцію відкритості: відповідно до натівського принципу максимального розкриття за мінімальної затримки проактивне, своєчасне і правдиве інформування визначено обов'язком підрозділів комунікацій, а утримання від оприлюднення допускається як точковий виняток щодо відомостей, захищених вимогами операційної безпеки. Наказ № 284 відповідає на це питання інституційно: затверджене ним Положення покладає на підрозділи комунікацій обидві складові балансу. З одного боку – проактивну відкритість: інформування громадськості та медіа, «заходи проактивної комунікації» із забезпеченням «статусу першоджерела інформації в умовах кризових ситуацій і реагування на випередження», участь у забезпеченні доступу до публічної інформації; з іншого – заходи інформаційної безпеки щодо «недопущення висвітлення відомостей, які можуть призвести до обізнаності противника», зокрема погодження аудіовізуальних матеріалів і контроль за змістом інформації, яка надається медіа [31]. Конкретні ж межі закритого (зони доступу, перелік заборонених до розголошення відомостей) визначає наказ № 73 [37]. Отже, нормативне оновлення 2025–2026 років не повертає модель до замовчування, а нормативно оформлює контрольовану відкритість: розкривати за замовчуванням, мовчати – лише тоді й тією мірою, якою цього вимагає безпека операцій і людей.

Зіставлення трьох періодів виявляє послідовну траєкторію: від фрагментарного регулювання з переважанням відкритості (антитерористична операція) через мілітаризацію управління й посилення безпекових засад (операція Об'єднаних сил) до кодифікованого обмеження з домінуванням безпекової логіки (воєнний стан). Баланс відкритості й режиму тиші поступово зміщувався в бік тиші, однак у межах третього періоду ця динаміка виявилася нелінійною, коливальною: пікове звуження відкритості 2022 – початку 2023 року змінилося частковою лібералізацією 2024 року, досягнутою через інституціоналізований діалог командування з медіаспільнотою, у якому кризові кейси правозастосування виконували функцію тригерів нормативних змін. Саме тому потреба в законному визначенні цього режиму стала особливо нагальною. Ця періодизація безпосередньо кореспондує із завданнями дисертаційного дослідження, присвяченого еволюції комунікаційної взаємодії Збройних Сил України з медіа на тактичному рівні у 2014–2026 роках.

Європейські та євроатлантичні орієнтири

Національне регулювання має узгоджуватися з міжнародними стандартами. Стаття 10 Конвенції про захист прав людини і основоположних свобод гарантує свободу вираження поглядів і водночас допускає її обмеження, якщо воно встановлене законом, переслідує легітимну мету (зокрема національну безпеку) і є необхідним у демократичному суспільстві [7]. Останній критерій передбачає пропорційність: обмеження не може бути ширшим, ніж це потрібно для досягнення мети. Цей підхід концептуально збігається з національним трискладовим тестом і слугує запобіжником проти надмірних обмежень.

У євроатлантичному вимірі орієнтиром є доктринальні стандарти стратегічних комунікацій НАТО – Об'єднана доктрина зі стратегічних комунікацій AJP-10 [48] і Військова політика НАТО зі стратегічних комунікацій MC 0628 [50], а також уніфіковане тлумачення базових термінів, зокрема операційної безпеки, у Глосарії термінів і визначень НАТО AAP-06 [47]. Ці документи інтегрують захист інформації в ширшу систему узгодженого впливу й публічної діяльності та водночас послідовно дотримуються принципу максимального розкриття за мінімальної затримки, розглядаючи своєчасну й правдиву комунікацію як стратегічний інструмент, а не лише інформаційний супровід. Методологічним доповненням є американська доктрина операційної безпеки Joint Publication 3-13.3, що описує OPSEC як циклічний аналітичний процес оцінювання власної діяльності з позиції противника [49]. Україна сприйняла цю рамку концептуально, зокрема через Доктрину зі стратегічних комунікацій [4] та Доктрину публічного

спілкування [5] Збройних Сил України, проте її інституційне втілення залишається процесом, що триває, і стикається з труднощами – насамперед із потребою узгодити категоричні заборони воєнного часу з вимогою пропорційності та з браком сталих процедур контрольованого розкриття інформації.

Порівняння національних моделей взаємодії армії з медіа дає змогу точніше позиціонувати українське рішення. Американський підхід еволюціонував від жорстких медіа-пулів війни в Перській затоці до програми «вбудованої» журналістики (embedded journalism) в Іраку, за якої доступ до підрозділів надавався в обмін на дотримання заздалегідь визначених правил (Ground Rules) [51]. Ізраїльська модель спирається на превентивну військову цензуру, а британська посідає проміжне положення, регулюючи взаємодію з пресою через узгоджувальний документ «Зелена книга» [52]. На тлі цього спектра українська модель постає як контрольована відкритість: вона свідомо уникає інституту суцільної превентивної цензури, але й не зводиться до необмеженого доступу, поєднуючи узгоджувальні домовленості та «вбудований» доступ із обмеженим переліком заборонених до розголошення відомостей і саморегуляцією медіаспільноти.

Проведений аналіз дає змогу виокремити кілька системних проблем. По-перше, режим тиші застосовується як усталений інструмент, проте не має легального визначення й самостійного статусу, що породжує невизначеність щодо його підстав, суб'єктів, обсягу та строків. По-друге, зберігається колізія між галузевою презумпцією відкритості й безпековою презумпцією обмеження, яка особливо загострюється в умовах дії категоричних заборон. По-третє, бракує єдиних процедур, які забезпечували б своєчасне зняття обмежень і повернення до відкритості після зникнення безпекових підстав.

З огляду на це доцільними є такі напрями вдосконалення. Перший – легальне закріплення режиму тиші як строкового, обмеженого за обсягом і підконтрольного інструмента з чітко визначеними підставами, суб'єктами рішень і механізмом припинення, зокрема через прив'язку розкриття до офіційного підтвердження. Другий – послідовне підпорядкування будь-яких обмежень критерію пропорційності, що дає змогу узгодити галузеву й безпекову логіки та уникнути як надмірних, так і недостатніх обмежень. Третій – розбудова інституту стратегічних комунікацій, який запобігає утворенню інформаційного вакууму й тим самим знижує потребу в обмеженнях. Четвертий – гармонізація національного регулювання з європейськими стандартами свободи вираження поглядів і доктринами стратегічних комунікацій НАТО. Реалізація цих напрямів дала б змогу перетворити співвідношення відкритості й режиму тиші з джерела правової невизначеності на керований, передбачуваний баланс.

Висновки. Дослідження підтверджує, що нормативно-правове забезпечення інформаційної безпеки є багаторівневою системою, у якій відкритість і режим тиші виступають не випадковими, а структурно пов'язаними елементами єдиного механізму балансування. Інформаційна безпека постає як дворівневий об'єкт правового регулювання, що поєднує захист інформаційних прав особи із захистом суспільства й держави від інформаційних загроз, а тому потребує не простого обмеження, а зваженого узгодження різноспрямованих інтересів.

Установлено, що ключову напругу системи становить співіснування галузевої презумпції відкритості та безпекової презумпції обмеження. Аналіз нормативної бази трьох періодів – антитерористичної операції (2014–2018), операції Об'єднаних сил (2018–2022) та повномасштабного вторгнення і воєнного стану (2022–2026) – засвідчує послідовне зміщення балансу від переважання відкритості до безпекового обмеження: у звичайних умовах узгодження здійснювалося через індивідуальне балансування за трискладовим тестом і критерієм пропорційності, тоді як в умовах воєнного стану баланс зміщується в бік категоричних превентивних заборон, найвиразнішим утіленням яких є стаття 114-2 Кримінального кодексу України. Сам режим тиші при цьому залишається юридично невизначеним інститутом, що знижує правову передбачуваність.

Перспективними напрямами подальших досліджень є розроблення правових критеріїв правомірності режиму тиші, механізмів своєчасного зняття інформаційних обмежень та емпіричний аналіз практики застосування відповідних норм, що безпосередньо кореспондує із завданнями дисертаційного дослідження, присвяченого дихотомії інформаційної відкритості й безпеки та еволюції комунікаційної взаємодії Збройних Сил України з медіа на тактичному рівні.

Інформація про використання штучного інтелекту. Під час підготовки статті інструменти штучного інтелекту використовувалися виключно для мовного редагування, перевірки граматики, перекладу або інших допоміжних завдань, без використання згенерованих ними об'єктів як результатів академічної діяльності.

Список літератури:

1. Баровська А. В. Стратегічні комунікації: досвід НАТО. *Стратегічні пріоритети.* 2015. № 1 (34). С. 147–152.

2. Гребньов Г. Журналістика в умовах воєнного стану: законодавчі норми та професійні стандарти. *Український інформаційний простір*. 2026. № 1 (17). С. 18–35. DOI: https://doi.org/10.31866/2616-7948.1(17).2026.359164.

3. Доктрина «Військові зв'язки з громадськістю» : ОП 10-0(208), AJP-10.3 / Генеральний штаб Збройних Сил України. Київ, 2026. 48 арк.

4. Доктрина зі стратегічних комунікацій : ВКП 10-00(49).01 / Збройні Сили України. Київ, 2020. 36 с.

5. Доктрина публічного спілкування : ВКП 18-00(01).01 / Збройні Сили України. Київ, 2020. URL: https://mod.gov.ua/diyalnist/normativno-pravova-baza/doktrina-publichnogo-spilkuvannya-serpen-2020 (дата звернення: 01.07.2026).

6. Іжутова І. В. Стратегічні комунікації України в умовах російсько-української війни. *Наука і оборона*. 2023. № 2. С. 46–51. DOI: https://doi.org/10.33099/2618-1614-2023-22-2-46-51.

7. Конвенція про захист прав людини і основоположних свобод : міжнар. договір від 4 листоп. 1950 р. (ст. 10). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_004 (дата звернення: 01.07.2026).

8. Конституція України : Закон України від 28 черв. 1996 р. № 254к/96-ВР. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр (дата звернення: 01.07.2026).

9. Кримінальний кодекс України : Закон України від 5 квіт. 2001 р. № 2341-III (зі змінами). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2341-14 (дата звернення: 02.07.2026).

10. Попова Т. В., Ліпкан В. А. Стратегічні комунікації : словник / за заг. ред. В. А. Ліпкана. Київ : ФОП О. С. Ліпкан, 2016. 416 с.

11. Порядок акредитації представників засобів масової інформації в районі АТО. Міністерство закордонних справ України : офіційний сайт. URL: https://edinburgh.mfa.gov.ua/news/34555-poryadok-akreditaciji-predstavnikiv-zasobiv-masovoji-informaciji-v-rajoni-ato (дата звернення: 02.07.2026).

12. Порядок допуску представників засобів масової інформації на військові об'єкти у районі проведення операції об'єднаних сил : наказ Командувача об'єднаних сил від 23 квіт. 2018 р. № 20.

13. Почепцов Г. Сучасні інформаційні війни. Київ : Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2015. 497 с.

14. Правила роботи представників засобів масової інформації в районі проведення антитерористичної операції : дод. 4 до наказу Антитерористичного центру при Службі безпеки України (керівника Антитерористичної операції на території Донецької та Луганської областей) від 19 січ. 2016 р. № 45 «Про упорядкування порядку допуску представників засобів масової інформації на військові об'єкти у районі проведення Антитерористичної операції на території Донецької та Луганської областей» ; дод. внесено наказом першого заступника керівника Антитерористичного центру при Службі безпеки України від 27 жовт. 2016 р. № 555.

15. Про боротьбу з тероризмом : Закон України від 20 берез. 2003 р. № 638-IV. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/638-15 (дата звернення: 01.07.2026).

16. Про введення воєнного стану в Україні : Указ Президента України від 24 лют. 2022 р. № 64/2022. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/64/2022 (дата звернення: 01.07.2026).

17. Про внесення змін до деяких законів України щодо захисту інформаційного телерадіопростору України : Закон України від 5 лют. 2015 р. № 159-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/159-19 (дата звернення: 02.07.2026).

18. Про внесення змін до Кримінального кодексу України та інших законодавчих актів України щодо забезпечення протидії несанкціонованому поширенню інформації про переміщення, рух або розміщення Збройних Сил України : Закон України від 24 берез. 2022 р. № 2160-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2160-20 (дата звернення: 01.07.2026).

19. Про державну таємницю : Закон України від 21 січ. 1994 р. № 3855-XII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3855-12 (дата звернення: 01.07.2026).

20. Про доступ до публічної інформації : Закон України від 13 січ. 2011 р. № 2939-VI. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2939-17 (дата звернення: 01.07.2026).

21. Про затвердження Інструкції з організації діяльності високомобільних груп внутрішніх комунікацій у Збройних Силах України : наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 22 жовт. 2018 р. № 345. URL: https://dovidnykmpz.info/zagalni/nakaz-heneral-noho-shtabu-zs-ukrainy-v-2/ (дата звернення: 01.07.2026).

22. Про затвердження Інструкції з реалізації стратегічних комунікацій у Збройних Силах України : наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 7 жовт. 2016 р. № 374.

23. Про затвердження Інструкції зі зберігання і користування особовим складом Збройних Сил України засобами стільникового зв'язку та іншими електронними засобами : наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 1 лип. 2020 р. № 74.

24. Про затвердження Інструкції із забезпечення доступу до публічної інформації в Міністерстві оборони України та Збройних Силах України : наказ Міністерства оборони України від 13 черв. 2017 р. № 319, зареєстр. в М-ві юстиції України 6 лип. 2017 р. за № 827/30695. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0827-17 (дата звернення: 01.07.2026).

25. Про затвердження Інструкції про порядок допуску журналістів, працівників засобів масової інформації на об'єкти Міністерства оборони України та Збройних Сил України : наказ Міністерства оборони України від 14 черв. 2012 р. № 399, зареєстр. в М-ві юстиції України 9 лип. 2012 р. за № 1149/21461 (втратив чинність). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1149-12 (дата звернення: 09.07.2026).

26. Про затвердження Інструкції про порядок допуску журналістів, працівників засобів масової інформації на об'єкти системи Міністерства оборони України : наказ Міністерства оборони України від 8 лют. 2022 р. № 36. URL: https://mod.gov.ua/diyalnist/normativno-pravova-baza/nakaz-ministerstva-oboroni-ukraini-n-36-vid-08-02-2022-pro-zatverdzhennia-instruktsii-pro-poriadok-dopusku-zhurnalistiv-pratsivnikiv-zasobiv-masovoi-informatsii-na-ob-iekti-sistemi-ministerstva (дата звернення: 08.07.2026).

27. Про затвердження Концепції стратегічних комунікацій Міністерства оборони України та Збройних Сил України : наказ Міністерства оборони України від 22 листоп. 2017 р. № 612.

28. Про затвердження Положення про Департамент стратегічних комунікацій Міністерства оборони України : наказ Міністерства оборони України від 9 квіт. 2020 р. № 114.

29. Про затвердження Положення про органи зв'язків з громадськістю (прес-служби) Збройних Сил України : наказ Генерального штабу Збройних Сил України від 11 квіт. 2017 р. № 127.

30. Про затвердження Положення про підрозділи комунікацій Збройних Сил України : наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 10 черв. 2025 р. № 284.

31. Про затвердження Положення про Управління зв'язків з громадськістю Збройних Сил України : наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 3 черв. 2020 р. № 44.

32. Про затвердження Положення про Управління стратегічних комунікацій Апарату Головнокомандувача Збройних Сил України : наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 14 квіт. 2020 р. № 14.

33. Про затвердження Указу Президента України «Про введення воєнного стану в Україні» : Закон України від 24 лют. 2022 р. № 2102-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2102-20 (дата звернення: 01.07.2026).

34. Про інформацію : Закон України від 2 жовт. 1992 р. № 2657-XII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-12 (дата звернення: 01.07.2026).

35. Про медіа : Закон України від 13 груд. 2022 р. № 2849-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2849-20 (дата звернення: 01.07.2026).

36. Про національну безпеку України : Закон України від 21 черв. 2018 р. № 2469-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2469-19 (дата звернення: 01.07.2026).

37. Про організацію взаємодії між Збройними Силами України, іншими складовими сил оборони та представниками засобів масової інформації на час дії правового режиму воєнного стану : наказ Головнокомандувача Збройних Сил України від 3 берез. 2022 р. № 73 (зі змінами згідно з наказами від 12 лип. 2022 р. № 196, від 3 жовт. 2022 р. № 266, від 27 лют. 2023 р. № 49, від 3 лют. 2024 р. № 51 та від 17 січ. 2025 р. № 31). URL: https://mod.gov.ua/diyalnist/normativno-pravova-baza/nakaz-golovnokomanduvacha-zsu-vid-03-03-2022-roku-73-zi-zminami (дата звернення: 09.07.2026).

38. Про організацію висвітлення діяльності Збройних Сил України : наказ Міністерства оборони України від 17 квіт. 2015 р. № 174.

39. Про основні засади забезпечення кібербезпеки України : Закон України від 5 жовт. 2017 р. № 2163-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2163-19 (дата звернення: 01.07.2026).

40. Про особливості державної політики із забезпечення державного суверенітету України на тимчасово окупованих територіях у Донецькій та Луганській областях : Закон України від 18 січ. 2018 р. № 2268-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2268-19 (дата звернення: 01.07.2026).

41. Про правовий режим воєнного стану : Закон України від 12 трав. 2015 р. № 389-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/389-19 (дата звернення: 01.07.2026).

42. Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 13 квітня 2014 року «Про невідкладні заходи щодо подолання терористичної загрози і збереження територіальної цілісності України» : Указ Президента України від 14 квіт. 2014 р. № 405/2014. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/405/2014 (дата звернення: 01.07.2026).

43. Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 15 жовтня 2021 року «Про Стратегію інформаційної безпеки» : Указ Президента України від 28 груд. 2021 р. № 685/2021. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/685/2021 (дата звернення: 01.07.2026).

44. Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 28 серпня 2014 року «Про невідкладні заходи щодо захисту України та зміцнення її обороноздатності» : Указ Президента України від 24 верес. 2014 р. № 744/2014. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/744/2014 (дата звернення: 01.07.2026).

45. Про рішення Ради національної безпеки і оборони України від 29 грудня 2016 року «Про Доктрину інформаційної безпеки України» : Указ Президента України від 25 лют. 2017 р. № 47/2017. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/47/2017 (дата звернення: 09.07.2026).

46. Світова гібридна війна: український фронт : монографія / за заг. ред. В. П. Горбуліна. Київ : НІСД, 2017. 496 с.

47. AAP-06. NATO Glossary of Terms and Definitions (English and French). Edition 2021. Brussels : NATO Standardization Office, 2021. https://english-military-dictionary.org.ua/search/OPSEC?84947d1f5d45e3f2ac6a2b5561fc0d38=1 (дата звернення: 10.07.2026).

48. AJP-10. Allied Joint Doctrine for Strategic Communications. Edition A, Version 1. NATO Standardization Office, 2023. 184 p. https://assets.publishing.service.gov.uk/media/6525459d244f8e00138e7343/AJP_10_Strat_Comm_Change_1_web.pdf (дата звернення: 09.07.2026).

49. Joint Publication 3-13.3. Operations Security. Washington : Joint Chiefs of Staff, 2016. URL: https://media.defense.gov/2020/Oct/28/2002524944/-1/-1/0/JP%203-13.3-OPSEC.PDF (дата звернення: 09.07.2026).

50. NATO Military Policy on Strategic Communications (MC 0628). Brussels : NATO, 2017.

51. Public Affairs Guidance (PAG) on Embedding Media during Possible Future Operations/Deployments in the U.S. Central Command Area of Responsibility. Washington : U.S. Department of Defense, 2003.

52. The Green Book: MOD Working Arrangements with the Media for Use throughout the Full Spectrum of Conflict. Version 8. London : Ministry of Defence, 2013.

Rozhniativska N.V. REGULATORY AND LEGAL FRAMEWORK FOR INFORMATION SECURITY: THE BALANCE BETWEEN TRANSPARENCY AND CONFIDENTIALITY (2014–2026)

This article analyzes Ukraine's legal framework for information security as the direct regulator of communication between the Armed Forces of Ukraine and the media, which operates at the intersection of information transparency and a media blackout. The legal mechanism for balancing openness and restrictions is characterized as a multilevel system encompassing constitutional, legislative, strategic-doctrinal, special (martial law), and tactical-departmental levels of regulation. It is demonstrated that the legal regime governing access to information about the course of hostilities determines the day-to-day conditions of media operations in the combat zone: the procedure for accrediting journalists, access zones, limits on reporting the movement and deployment of troops, and the formats of official communication by the security and defense sector. The main focus is on the evolution of the regulatory framework and media engagement practices across three periods of armed conflict: the anti-terrorist operation (2014–2018), the Joint Forces Operation (2018–2022), and the full-scale invasion and martial law (2022–2026). It was found that the balance shifted progressively from a predominance of openness toward security-based restrictions, however, within the framework of martial law, this dynamic was not linear: the peak restriction of openness in 2022–2023 was followed by a partial liberalization in 2024–2025, achieved through institutionalized dialogue between the command and the media community. A contradiction has been identified between the presumption of openness of public information and the security rationale for preventive restrictions, as well as legal uncertainty regarding the "silence regime," which is applied as an established tool but lacks a legal definition, thereby reducing legal predictability for all participants in communication interactions. The following areas for improvement are proposed: legally enshrining the "silence regime" as a time-limited, scope-limited, and controllable tool; consistently subjecting any information restrictions to the principle of proportionality; developing the institution of strategic communications to prevent the creation of an information vacuum; harmonizing national regulations with European standards on freedom of expression and NATO's doctrines of strategic communications.

Keywords: *information security, strategic communications, media relations, transparency, operational security (OPSEC), media blackout, journalist accreditation, martial law.*

Дата першого надходження статті до видання: 04.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 02.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070:159.9
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/47

Фенько Н.М.
https://orcid.org/0009-0001-4407-500X
Центральноукраїнський державний університет імені Володимира Винниченка

Бурлака В.С.
https://orcid.org/0000-0002-3055-6881
Центральноукраїнський науковий ліцей Кіровоградської обласної ради

Мисевра В.С.
https://orcid.org/0009-0007-5305-524X
Центральноукраїнський науковий ліцей Кіровоградської обласної ради

ДУМСКРОЛІНГ ЯК МЕДІАЕФЕКТ КРИЗОВОГО ІНФОРМАЦІЙНОГО СЕРЕДОВИЩА

Статтю присвячено дослідженню думскролінгу як медіаефекту кризового часу в умовах цифрового інформаційного середовища. Актуальність дослідження зумовлена зростанням ролі цифрових медіа в період тривалих суспільних криз, коли безперервний потік негативної інформації сприяє формуванню практик нав'язливого споживання новин. Метою статті є визначення сутності думскролінгу як комплексного медіаефекту, виявлення медіачинників його поширення та оцінка ефективності практик саморегуляції медіаспоживання. Розглянуто основні теоретичні підходи до трактування цього явища та запропоновано його визначення як результату взаємодії поведінкових особливостей аудиторії, технологічних механізмів цифрових платформ і редакційних практик медіа. Виокремлено контентні та форматні медіачинники, що сприяють нав'язливому споживанню переважно негативного новинного контенту. Методологічну основу дослідження становлять аналіз наукових джерел, кількісний контент-аналіз українських Telegram-каналів, анкетування респондентів та пілотна апробація стратегій саморегуляції медіаспоживання. На основі кількісного контент-аналізу українських Telegram-каналів визначено особливості використання медіатригерів думскролінгу в різних типах цифрових медіа. Також проаналізовано результати анкетування та пілотної апробації стратегій саморегуляції медіаспоживання. Наукова новизна дослідження полягає у запропонованому підході до розгляду думскролінгу як комплексного медіаефекту та систематизації контентних і форматних медіачинників, що сприяють його формуванню. Встановлено, що нав'язливе споживання новин підтримується не лише індивідуальними психологічними чинниками, а й особливостями функціонування сучасного цифрового медіасередовища. Обґрунтовано доцільність поєднання практик медіагігієни з відповідальнішими підходами до виробництва та поширення кризового контенту.

Ключові слова: *думскролінг, медіаефект, цифрові медіа, Telegram-канали, медіаспоживання, медіагігієна, інформаційна тривожність, кризовий контент.*

Постановка проблеми. В умовах повномасштабної війни цифрові медіа та соціальні мережі стали основними каналами оперативного інформування населення про перебіг кризових подій. За результатами дослідження «Медіаспоживання українців: третій рік повномасштабної війни», проведеного за підтримки USAID та ОПОРИ, 73,4% українців використовують соціальні мережі як джерело новин, а найпопулярнішою платформою серед них залишається Telegram [4]. Висока інтенсивність новинного потоку, постійне оновлення контенту та домінування кризової тематики формують специфічне інформаційне середовище, орієнтоване на безперервне утримання уваги аудиторії.

За таких умов поширюється явище думскролінгу, яке визначається як нав'язливе та тривале споживання переважно негативного новинного

© Фенько Н.М., Бурлака В.С., Мисевра В.С., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

контенту. Його розвиток пов'язаний як із психологічною потребою людини контролювати ситуацію невизначеності, так і з особливостями функціонування сучасних цифрових платформ: алгоритмізованими стрічками, високою швидкістю поширення повідомлень, сенсаційною подачею інформації та механізмами економіки уваги. Унаслідок цього регулярне занурення в кризовий контент спричиняє зростання психоемоційного напруження, тривожності та інформаційного виснаження споживачів новин.

Особливої актуальності проблема думскролінгу набуває в умовах воєнного медіасередовища, де негативний контент є структурною частиною інформаційного потоку та не може бути повністю усунений. У цьому контексті важливим стає дослідження факторів, які стимулюють нав'язливе споживання новин, а також аналіз ефективності практик саморегуляції медіаспоживання як елемента інформаційної гігієни та медіаграмотності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Науковий інтерес до думскролінгу суттєво посилився в період пандемії COVID-19, коли це явище почали розглядати як окремий поведінковий ефект цифрового медіаспоживання. У дослідженнях Бхакті Шарми [19] та Сейді Сатісі [18] увага зосереджується на психологічних механізмах нав'язливого перегляду новин, зокрема зв'язку між інформаційною тривожністю, залежністю від платформ і прагненням читачів зменшити невизначеність. Клер Робертсон та співавтори [17] аналізують вплив медіапрактик на посилення цього ефекту, акцентуючи роль негативно маркованих заголовків у збільшенні тривалості взаємодії користувачів із новинною стрічкою. В українському науковому дискурсі проблему думскролінгу в умовах воєнного інформаційного середовища досліджує Валентин Бугрим [1], який розглядає її у контексті медіаспоживання та психологічної саморегуляції і порівнює механізми дії із пристрастю до азартних ігор. Методологічну основу для вивчення цього явища в українській аудиторії запропонували Юрій Мельник і Анатолій Стаднік [6], розробивши україномовний інструментарій для визначення рівня думскролінгу. Попри наявні наукові напрацювання, недостатньо вивченими залишаються медіачинники надмірного новинного споживання та ефективність практик саморегуляції в умовах тривалого кризового інформаційного впливу.

Постановка завдання. Мета статті полягає у дослідженні думскролінгу як медіаефекту кризового часу, визначенні основних медіачинників його поширення в українському цифровому інформаційному середовищі та аналізі ефективності практик саморегуляції медіаспоживання.

Виклад основного матеріалу. Термін «думскролінг» (doomscrolling) виник у цифровому середовищі в період пандемії COVID-19 і швидко поширився для позначення практики безперервного перегляду негативних новин у соціальних мережах та онлайн-медіа. Слово утворене шляхом поєднання англійських лексем doom («загибель», «фатальність», «приреченість») і scrolling («гортання стрічки») [11]. У 2020 році термін був включений до словника Merriam-Webster як позначення тенденції постійно переглядати погані новини, навіть попри їхній негативний вплив на емоційний стан людини [16].

У перших наукових дослідженнях Бхакті Шарми [19] та Сейді Сатісі [18] думскролінг переважно трактувався як індивідуальна поведінкова проблема, пов'язана з інформаційною тривожністю, залежністю від цифрових платформ і прагненням людини зменшити невизначеність через постійний моніторинг кризових повідомлень. Дослідження Клер Робертсон та співавторів [17] частково змістило фокус на роль медіапрактик, зокрема негативно маркованих заголовків і кризової тематики, які впливають на тривалість взаємодії аудиторії з новинною стрічкою.

Проте наявні підходи лише частково пояснюють механізми формування думскролінгу в сучасному цифровому середовищі, оскільки зосереджуються або на психологічному стані користувача, або на окремих характеристиках медіаконтенту. У межах цього дослідження думскролінг розглядається як комплексний медіаефект кризового часу, що виникає внаслідок взаємодії трьох груп чинників. Першу групу становлять поведінкові особливості, зокрема прагнення знизити рівень невизначеності та контролювати власну безпеку в умовах кризи. Другу – технологічні механізми цифрових платформ: нескінченна стрічка, алгоритмізоване ранжування контенту, система сповіщень і постійне оновлення повідомлень. Третю групу формують редакційні практики цифрових медіа, які в умовах «економіки уваги» надають перевагу сенсаційному, емоційно насиченому та конфліктному контенту. Відтак думскролінг можна визначити як медіаефект, що проявляється у тривалому нав'язливому споживанні переважно негативних новин і підтримується одночасною дією поведінкових, технологічних та редакційних чинників.

Для аналізу механізмів формування думскролінгу в цифровому медіасередовищі було

виокремлено дві групи медіачинників: контентні та форматні. Такий підхід дозволяє розглядати думскролінг не лише як наслідок індивідуальної поведінки читачів, а і як результат специфіки подачі новинного контенту в цифрових медіа. Під медіачинниками розуміємо сукупність характеристик контенту та способів його подачі, що впливають на тривалість, інтенсивність і нав'язливість споживання новинної інформації. Їхній вплив реалізується як через зміст журналістських матеріалів – добір лексики, стилістику заголовків, побудову повідомлень, – так і через особливості організації та візуального оформлення новинного потоку. У зв'язку з цим вважаємо доцільним поділяти медіачинники на *контентні*, що стосуються змістових характеристик повідомлень, та *форматні*, пов'язані зі способами подачі інформації в цифровому середовищі.

Контентні медіачинники охоплюють мовні та смислові елементи журналістських матеріалів, які посилюють емоційну реакцію аудиторії та стимулюють тривале споживання кризового контенту. До цієї групи належать:

1) використання емоційно негативної лексики – слів і мовних конструкцій, що актуалізують у користувачів відчуття небезпеки, страху або паніки. Найчастіше йдеться про лексеми на кшталт «пекло», «жах», «катастрофа», «шок», «загибель», які формують тривожне емоційне тло сприйняття новин [10];

2) застосування сенсаційних графічних підсилювачів, зокрема написання заголовків CAPS LOCK, надмірної пунктуації, емодзі-тригерів і клікбейтних конструкцій, що привертають увагу користувача та стимулюють відкриття матеріалу [15];

3) використання оціночної та суб'єктивної лексики, коли нейтральне інформування замінюється емоційно забарвленими характеристиками на зразок «ганебний», «жахливий», «безпрецедентний», які формують авторську оцінку події замість її фактологічного опису [10];

4) створення ефекту невизначеності через риторичні запитання та інтригуючі заголовки. Конструкції типу «Що буде далі?» або «До чого готуватися?» стимулюють психологічне напруження та спонукають аудиторію постійно оновлювати новинну стрічку [9; 14];

5) акцентування безпосередньої загрози за допомогою активних дієслів теперішнього часу – «атакує», «насувається», «зростає» – які створюють ефект постійної присутності небезпеки та відчуття невідкладності подій [7].

Форматні медіачинники пов'язані з технологічними особливостями подачі новин і візуальними механізмами залучення аудиторії, що підтримують безперервне занурення в інформаційний потік. До цієї групи належать:

1) висока інтенсивність і частота оновлення контенту, що створює ефект нескінченного новинного потоку та практично виключає «інформаційні паузи». За спостереженнями Олени Комар [2], алгоритми цифрових платформ формують ехокамери й епістемічні бульбашки, у межах яких користувач постійно взаємодіє з однотипним кризовим контентом. У результаті новинна стрічка функціонує як замкнена система, що ускладнює критичне осмислення інформації та вихід зі стану тривожності;

2) візуальна агресивність контенту, що проявляється у використанні шокуючих фотографій, відеоматеріалів або графічних елементів, здатних викликати сильну емоційну реакцію та утримувати увагу [9];

3) інтерактивні механізми залучення користувачів – заклики до коментування, репостів, голосувань або переходу за посиланнями, які стимулюють активну взаємодію з контентом і стимулюють автоматичне гортання стрічки [9];

4) тематичний дисбаланс новинного контенту, за якого кризові, конфліктні та загрозливі повідомлення домінують в інформаційному потоці [20];

5) соціальне підсилення тривоги через демонстрацію масовості проблеми за допомогою опитувань, реакцій аудиторії та інших елементів взаємодії, які створюють ефект колективного переживання небезпеки [13].

Запропонований поділ медіачинників дозволяє розглядати думскролінг як результат комплексного впливу змістових і форматних характеристик цифрового медіасередовища. Такий підхід дає можливість науково обґрунтувати, що сучасні практики подачі новин не лише виконують інформаційну функцію, а й здатні посилювати тривожність та підтримувати нав'язливе споживання кризового контенту.

Виокремлені десять медіачинників стали основою для подальшого кількісного контент-аналізу, для якого було обрано три Telegram-канали, що репрезентують різні моделі цифрового медіаспоживання. Канал «Труха» [3] використано як приклад популярного новинного агрегатора з високою інтенсивністю подачі контенту. «Лачен пише» [5] було обрано як один із найбільших авторських Telegram-каналів українського сегмента. Telegram-канал «Української правди» [8]

репрезентує традиційне онлайн-медіа з високим рівнем довіри аудиторії. Водночас контент каналу повністю дублює матеріали офіційного сайту видання, що дозволяє аналізувати особливості поширення новин не лише в межах месенджера.

Для забезпечення об'єктивності результатів у дослідженні було використано кількісний контент-аналіз із застосуванням елементів корпусного підходу. Емпіричну базу сформували 1355 новинних повідомлень загальним обсягом 29 469 слів, опублікованих у період із 1 до 14 жовтня 2025 року. До вибірки увійшли 603 пости Telegram-каналу «Труха» (16 379 слів), 263 повідомлення каналу «Лачен пише» (4896 слів) та 489 публікацій Telegram-каналу «Української правди» (8194 слова).

У процесі аналізу фіксувалася наявність або відсутність кожного з десяти визначених медіачинників думскролінгу. Для підвищення точності результатів враховувалися не лише абсолютні показники вживання окремих ознак, а й їхня відносна частотність у межах досліджуваного масиву контенту. Отримані дані подано у наступних таблицях.

Результати проведеного контент-аналізу засвідчили, що різні типи цифрових медіа застосовують різні за специфікою механізми залучення аудиторії, а отже – по-різному активізують практики думскролінгу. Аналіз сумарних показників виокремлених медіачинників дозволив встановити, що найбільш інтенсивно тригери думскролінгу використовує канал «Труха», тоді як «Лачен пише» орієнтується переважно на емоційно-ціннісне залучення підписників. Telegram-канал «Української правди» продемонстрував найнижчий рівень використання таких механізмів, що загалом відповідає принципам стриманої журналістики.

Найбільш виражену модель стимулювання думскролінгу демонструє канал «Труха», для якого характерне поєднання сенсорного перевантаження, шокового контенту та агресивних способів візуальної подачі інформації. Саме цей ресурс має найвищі показники використання емоційно негативної лексики – 1,69% від загального обсягу проаналізованого тексту. У повідомленнях регулярно повторюються слова й конструкції, пов'язані з небезпекою, руйнуванням і загрозою: «жесть», «жах», «пекло», «масований обстріл», «вибух», «загибель», «жертви» тощо. Водночас канал демонструє найвищий рівень використання сенсаційних графічних підсилювачів – 2,27%. Йдеться про надмірну кількість знаків оклику, емодзі-тригерів, а також елементів візуального акцентування, які формують ефект постійного інформаційного

Таблиця 1

Контентні медіачинники думскролінгу в українських Telegram-каналах (абсолютна та відносна частотність до загальної кількості проаналізованих слів у кожному каналі)

№	Медіачинник	«Труха»	«Лачен пише»	УП
1	Емоційно-негативна лексика	277 випадків (1,69%)	46 випадків (0,94%)	75 випадків (0,92%)
2	Сенсаційні графічні підсилювачі	372 випадки (2,27%)	44 випадки (0,9%)	99 випадків (1,2%)
3	Оціночна та суб'єктивна лексика	75 випадків (0,46%)	105 випадків (2,14%)	10 випадків (0,12%)
4	Наратив невизначеності	7 випадків (0,04%)	3 випадки (0,06%)	5 випадків (0,06%)
5	Акцент на безпосередній загрозі	23 випадки (0,14%)	11 випадків (0,22%)	12 випадків (0,14%)

Таблиця 2

Форматні медіачинники думскролінгу в українських Telegram-каналах (абсолютна та відносна частотність до загальної кількості проаналізованих постів з кожного каналу)

№	Медіачинник	«Труха»	«Лачен пише»	УП
1	Інтенсивність подачі	43 постів/доба	19 постів/доба	34 пости/доба
2	Візуальна агресивність: – шокуючі фото та відео – жирний шрифт – списки	 158 постів (26,2%) 603 пости (100%) 27 постів (4,5%)	 28 постів (10,6%) 17 постів (6,5%) 6 постів (2,3%)	 47 постів (9,6%) 46 постів (9,4%) 21 пост (4,3%)
3	Заклики до взаємодії з контентом	103 пости (17,1%)	14 постів (5,3%)	15 постів (3,1%)
4	Кількість новин про проблеми та кризи	339 постів (56,2%)	95 постів (36,1%)	107 постів (21,9%)
5	Опитування серед підписників	3 пости (0,5%)	0 постів (0%)	0 постів (0%)

напруження. Окремої уваги заслуговують показники візуальної агресивності контенту. Усі проаналізовані публікації каналу містили жирний шрифт, а понад чверть дописів супроводжувалися шокуючими фото або відеоматеріалами. Сукупність цих елементів створює ефект безперервного візуального шуму, який підтримує автоматичне гортання стрічки та ускладнює емоційне дистанціювання від кризового контенту. Крім того, канал активно використовує інтерактивні механізми залучення підписників – заклики до коментування, репостів або переходу на інші ресурси. У поєднанні з агресивною лексикою та візуальними тригерами це формує модель постійної емоційної взаємодії користувача з інформаційним потоком.

Іншу модель взаємодії з аудиторією демонструє канал «Лачен пише». На відміну від «Трухи», він рідше використовує візуально агресивні елементи, однак компенсує це високим рівнем суб'єктивізації контенту. Найвищий показник серед усіх досліджених критеріїв становить саме оціночна та емоційно забарвлена лексика – 2,14%. Отже, увага аудиторії утримується не стільки через сенсаційність, скільки через авторську інтерпретацію подій та апеляцію до спільних цінностей і емоційних реакцій. Характерною рисою каналу є активне використання коротких авторських коментарів, які супроводжують новинні повідомлення та надають їм додаткового емоційного забарвлення. Репліки на кшталт «Це як?», «Треш», «Ого» чи «Побачимо» формують ефект неформального діалогу з аудиторією та посилюють відчуття постійної присутності автора в інформаційному просторі.

Telegram-канал «Української правди» продемонстрував найнижчі показники використання тригерів думскролінгу. Для нього характерна помірна інтенсивність оновлення контенту та значно нижчий рівень емоційного й візуального навантаження. Канал майже не використовує суб'єктивну лексику, рідко застосовує графічні підсилювачі та практично не містить закликів до взаємодії з контентом. Використання емодзі переважно має інформаційний характер і не виконує функції емоційного тиску на аудиторію. Це свідчить про орієнтацію видання на інформування, а не на стимулювання безперервного залучення користувача.

Отримані результати дають підстави виокремити дві основні моделі стимулювання думскролінгу в українському Telegram-сегменті. Перша ґрунтується на сенсорному та емоційному перевантаженні аудиторії через шоковий контент і агресивні способи подачі інформації. Друга – на механізмах соціального й ціннісного залучення, що стимулюють постійну емоційну взаємодію користувача з автором каналу. Обидві моделі функціонують як ефективні інструменти посилення користувацької активності підписників в цифровому середовищі та значною мірою підтримуються технологічними особливостями сучасних платформ.

Відтак, проблема думскролінгу виходить за межі індивідуальної поведінки користувача та пов'язана з особливостями сучасної цифрової медіасистеми. Це актуалізує потребу у формуванні більш відповідальних практик подачі кризового контенту, а також розвитку навичок саморегуляції медіаспоживання в аудиторії.

Для додаткової перевірки результатів контент-аналізу було проведено пілотне зрізове офлайн-анкетування 49 респондентів віком від 15 до 60+ років. Опитування охоплювало три блоки: особливості медіаспоживання, рівень думскролінгу (на основі методики Ю. Мельника та А. Стадника [6]) та оцінку ефективності індивідуального самоконтролю. Вибірка має пілотний характер і не претендує на репрезентативність, проте отримані результати засвідчили високу поширеність думскролінгу серед усіх вікових груп: понад 66% респондентів продемонстрували середній або високий рівень ризику. Водночас характер прояву цього медіаефекту виявився різним залежно від віку. Для молодших груп більш характерним є імпульсивне та хаотичне споживання новин, пов'язане зі страхом пропустити важливу інформацію та високою частотою оновлення контенту. Натомість у старших респондентів думскролінг частіше набуває форми стійкої звички постійного моніторингу кризових подій. Результати опитування також засвідчили обмежену ефективність індивідуального самоконтролю. Попри спроби свідомо обмежувати новинне споживання, значна частина респондентів повідомила про труднощі з припиненням перегляду інформаційної стрічки навіть за умови емоційного виснаження. Це підтверджує, що думскролінг підтримується не лише психологічними чинниками, а й особливостями функціонування сучасного цифрового медіасередовища.

Для перевірки практичної ефективності запропонованих стратегій саморегуляції було проведено пілотну апробацію за участю 10 респондентів віком 25–40 років. Протягом семи днів учасники застосовували комплекс поведінкових, когнітивних та емоційних практик обмеження думскролінгу. Отримані результати засвідчили помірне зниження показників нав'язливого споживання новинного контенту, однак не продемонстрували повного усунення тривожності та потреби постійного оновлення стрічки. Це підтверджує, що індивідуальна саморегуляція

має обмежену ефективність без змін у практиках подачі кризового контенту з боку цифрових медіа. Пілотний характер апробації не дає підстав для широких узагальнень, однак дозволяє окреслити перспективність запропонованих стратегій.

Це дає підстави розглядати проблему думскролінгу як таку, що потребує комплексного підходу, який поєднує відповідальні практики цифрових медіа та розвиток навичок медіасаморегуляції аудиторії.

У контексті професійної журналістики перспективним підходом може бути використання принципів конструктивної журналістики, сформульованих Ульріком Хаагерупом [12]. Така модель передбачає не лише висвітлення кризових подій, а й акцентування уваги на можливих рішеннях, механізмах підтримки та процесах відновлення. Практична реалізація цього підходу може включати зменшення частки сенсаційної та емоційно перевантаженої подачі, чітке маркування термінового контенту, обмеження використання травматичних візуальних матеріалів і збалансування кризових новин матеріалами аналітичного або пояснювального характеру.

Для читачів ефективними можуть бути практики усвідомленого медіаспоживання: встановлення часових меж для перегляду новин, вимкнення PUSH-сповіщень, обмеження взаємодії з джерелами, що систематично використовують тривожні тригери, а також переключення уваги на офлайн-активності у випадках емоційного перевантаження. Важливу роль також відіграє формування навичок критичного сприйняття інформації та регулярної медіагігієни.

Таким чином, мінімізація негативних наслідків думскролінгу потребує не лише індивідуального самоконтролю, а й трансформації підходів до виробництва та поширення кризового контенту у цифровому медіасередовищі.

Висновки. У статті обґрунтовано підхід до розгляду думскролінгу як медіаефекту кризового часу, що виникає внаслідок взаємодії поведінкових особливостей аудиторії, технологічних механізмів цифрових платформ і редакційних практик медіа. Для його дослідження запропоновано систему контентних і форматних чинників, які дають змогу виявляти потенційні тригери нав'язливого споживання новинного контенту. Проведений контент-аналіз показав, що українські Telegram-канали використовують різні моделі залучення підписників. Для новинних агрегаторів характерним є переважання сенсаційних і візуально підсилених повідомлень, тоді як авторські канали частіше спираються на суб'єктивну інтерпретацію подій та емоційне залучення читачів. Водночас контент традиційних онлайн-медіа демонструє нижчий рівень використання таких практик. Опитування респондентів і пілотна апробація стратегій саморегуляції засвідчили значну поширеність нав'язливого споживання новин та водночас обмежені можливості його подолання виключно за рахунок індивідуальних зусиль. Це дає підстави стверджувати, що зниження негативних наслідків думскролінгу потребує поєднання практик медіагігієни з більш відповідальними підходами до виробництва й поширення кризового контенту.

Список літератури:

1. Бугрим В. Думскролінг та його подолання. Сімдесят другі економіко-правові дискусії. Серія: Соціальні та гуманітарні науки: матеріали Міжнародної наукової інтернет-конференції, (м. Львів, Україна – м. Переворськ, Польща, 21–22 лютого 2023 р.), с. 168–175. URL: https://www.spilnota.net.ua/ua/article/id-4209

2. Комар О.В. Ефект ехо-камери у персональній комунікації у російсько-українській війні. Збірник матеріалів X Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (м. Кам'янське, 1 – 2 червня 2023 р.). С. 241–243. URL: https://www.researchgate.net/publication/375121214_EFEKT_EHOKAMERI_U_PERSONALNIJ_KOMUNIKACII_U_ROSIJSKO-UKRAINSKIJ_VIJNI

3. Крамар С. Рейтинг найпопулярніших telegram-каналів в Україні – рейтинг. *Galera.news.* 21 травня. 2025. URL: https://galera.news/rejtyng-najpopulyarnishykh-telegram-kanaliv-v-ukrayini-rejtyng-9885

4. Кузьменко Ю. Де українці найчастіше читають новини – опитування ОПОРИ. *Суспільне.* 16 липня. 2024. URL: https://suspilne.media/792085-de-ukrainci-najcastise-citaut-novini-opituvanna-opori

5. «Лачен пише» є єдиним не анонімним та не проросійським телеграм-каналом у топ-10 – дослідження IMI. *Іститут масової інформації.* 5 квітня. 2023. URL: https://imi.org.ua/news/lachen-pyshe-ye-yedynym-ne-anonimnym-ta-ne-prorosijskym-telegram-kanalom-v-top-10-doslidzhennya-imi-i51961

6. Мельник Ю. Стаднік А. Опитувальник з думскролінгу: метод. посіб. (укр. версія). Харків, 2025. 12 с. URL: https://ekrpoch.culturehealth.org/programs/Melnyk.Stadnik.5.2025.DQ.pdf

7. Ромах О.В. Специфіка використання засобів продукування тривожності та страху в медіатекстах. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук із соціальних комунікацій. 27.00.06 – прикладні соціально-комунікаційні технології. Київський національний університет імені Тараса Шевченка Інститут журналістики. Київ, 2016.

8. ТОП 100 новинних сайтів України. *On-news*. 2023. URL: https://ua.on-news.net/blogi/top-100-novynnyh-saytiv-ukrayni

9. Шульська Н. Зінчук Р. Комунікативно-функційний потенціал заголовків у мові сучасних медіа. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Філологія. Журналістика.* 2021. Том 32 (71) № 5 Ч. 2. С. 221–225. DOI https://doi.org/110.32838/2710-4656/2021.5-2/35

10. Bednarek M. Evaluation in Media Discourse: Analysis of a Newspaper Corpus. A&C Black, 2006, 272 p.

11. Doomscrolling. Oxford Learner's Dictionary. URL: https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/doomscrolling?q=doomscrolling

12. Haagerup U. Constructive news: How to save the media and democracy with journalism of tomorrow. Aarhus Universitetsforlag, 2017.

13. Kramer A. Guillory J. Hancock J. Experimental evidence of massive-scale emotional contagion through social networks. *PNAS*, 2014. Vol.111, no.24, p.8788 – 8790. DOI https://doi.org/10.1073/pnas.1320040111

14. Lai L. Farbrot A. What makes you click? The effect of question headlines on readership in computer-mediated communication. *Social Influence*, 2013. Vol. 9(4), p. 289–299. DOI http://dx.doi.org/10.1080/15534510.2013.847859

15. Molek-Kozakowska K. Towards a pragma-linguistic framework for the study of sensationalism in news headlines. *Discourse & Communication*, 2013. Vol.7(2), p. 173–197. DOI https://doi.org/10.1177/1750481312471668

16. On 'Doomsurfing' and 'Doomscrolling'. Merriam-Webster Dictionary. URL: https://www.merriam-webster.com/wordplay/doomsurfing-doomscrolling-words-were-watching (дата звернення: 06.08.2026)

17. Robertson C. Pröllochs N. Schwarzenegger K. Pärnamets P. Van Bavel J. Feuerriegel S. Negativity drives online news consumption. *Nature Human Behaviour* 2023, Vol. 7, p. 812–822. DOI https://doi.org/10.1038/s41562-023-01538-4

18. Satici S. Tekin E. Deniz M. Satici B. Doomscrolling Scale: its Association with Personality Traits, Psychological Distress, Social Media Use, and Wellbeing. Applied Research in Quality of Life. 19 October, 2022. DOI https://doi.org/10.1007/s11482-022-10110-7

19. Sharma B. Lee S. Johnson B. The Dark at the End of the Tunnel: Doomscrolling on Social Media Newsfeeds. *Technology, Mind, and Behavior*, 2022. Vol.3 (1). DOI https://doi.org/10.1037/tmb0000059

20. Soroka S. Fournier P. Nir L. Cross-national evidence of a negativity bias in psychophysiological reactions to news. *PNAS*, 2019. Vol.116, no.38, p.18888–18892 DOI https://doi.org/10.1073/pnas.1908369116

Fenko N.M., Burlaka V.S., Mysevra V.S. DOOMSCROLLING AS A MEDIA EFFECT OF THE CRISIS INFORMATION ENVIRONMENT

This article examines doomscrolling as a media effect emerging in times of crisis within the contemporary digital information environment. The relevance of the study stems from the growing role of digital media during prolonged societal crises, when the continuous flow of negative information contributes to compulsive patterns of news consumption. The study aims to conceptualize doomscrolling as a complex media effect, identify the media-related factors contributing to its emergence, and assess the effectiveness of self-regulation strategies in news consumption. It reviews the main theoretical approaches to understanding this phenomenon and defines it as the result of the interaction between audience behavioral patterns, technological mechanisms of digital platforms, and media editorial practices. The study identifies content-related and format-related factors that contribute to compulsive consumption of predominantly negative news content. The methodological framework combines a review of scholarly literature, a quantitative content analysis of Ukrainian Telegram channels, a survey of media users, and a pilot evaluation of news consumption self-regulation strategies. Based on a quantitative content analysis of Ukrainian Telegram channels, the research reveals how doomscrolling-related media triggers are employed across different types of digital media. The findings are further corroborated by survey data and a pilot study assessing the effectiveness of self-regulation strategies in news consumption. The study contributes to the conceptualization of doomscrolling as a complex media effect and proposes a classification of content-related and format-related media factors that facilitate its emergence. The results indicate that compulsive news consumption is driven not only by individual psychological factors but also by structural characteristics of the contemporary digital media environment. The study argues for combining media hygiene practices with more responsible approaches to the production and dissemination of crisis-related content.

Keywords: *doomscrolling, media effect, digital media, Telegram channels, news consumption, media hygiene, information-related anxiety, crisis-related content.*

Дата першого надходження статті до видання: 08.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 12.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

УДК 070:004.8
DOI https://doi.org/10.32782/2709-3093/2026.5/48

Чулкова А.В.
https://orcid.org/0009-0008-3842-0461
Чорноморський національний університет імені Петра Могили

ВИКОРИСТАННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В РОБОТІ СУЧАСНОГО ЖУРНАЛІСТА: ТЕХНОЛОГІЧНІ МОЖЛИВОСТІ, ЕТИЧНІ ВИКЛИКИ ТА БЕЗПЕКОВІ РИЗИКИ

У статті розглядаються особливості використання технологій штучного інтелекту (ШІ) у сучасній журналістиці, визначаються основні напрямки практичного застосування та аналізуються етичні, професійні та безпекові виклики, що виникають у процесі інтеграції алгоритмічних систем у роботу редакцій. Актуальність дослідження зумовлена стрімким розвитком генеративного ШІ, який суттєво трансформує процеси створення, обробки, аналізу та поширення інформації, переосмислюючи традиційні підходи до журналістської роботи. Узагальнено результати сучасних наукових досліджень, проведених українськими та міжнародними авторами, статистичні дані міжнародних наукометричних баз даних, результати соціологічних досліджень та професійних опитувань серед журналістів щодо рівня використання інструментів ШІ в редакційній практиці. Проаналізовано досвід українських та міжнародних ЗМІ у впровадженні технологій ШІ для автоматизації рутинних процесів, підготовки метаданих, перекладу, аналізу, створення мультимедійного контенту та оптимізації редакційної роботи. Особлива увага приділяється редакційній політиці щодо відповідального використання ШІ, принципам прозорості, редакційного контролю та підтримки професійних стандартів у журналістиці. У статті висвітлено ключові етичні ризики, пов'язані з потенційними фактичними помилками, поширенням дезінформації, плагіатом, алгоритмічним упередженням та необхідністю обов'язкової перевірки матеріалів, створених за допомогою генеративних моделей. Окремо також розглядається тема цифрової безпеки журналістів у контексті розвитку технологій штучного інтелекту, зокрема загроза діпфейків, клонування голосу, поширення маніпулятивного контенту та інших форм технічно спрощеного цифрового насильства. Проаналізовано чинні міжнародні та українські рекомендації щодо етичного використання штучного інтелекту в медіа, зокрема принципи Паризької хартії та рекомендації Комісії з журналістської етики. У статті стверджується, що штучний інтелект не може повноцінно замінити журналістів, оскільки він не здатний забезпечити критичне мислення, професійну відповідальність, етичну оцінку та повне розуміння соціального контексту. Водночас його відповідальне використання створює значні можливості для підвищення ефективності редакційної діяльності, автоматизації технічних процесів, розвитку журналістики даних, посилення перевірки фактів та боротьби з дезінформацією. Висновок полягає в необхідності вдосконалення правового регулювання, розвитку цифрових навичок журналістів, впровадження внутрішніх редакційних стандартів використання штучного інтелекту та інтеграції відповідних навчальних компонентів у систему підготовки майбутніх журналістів.

Ключові слова: *штучний інтелект, журналістика, генеративний штучний інтелект, медіа, цифрова безпека.*

Постановка проблеми. Стрімкий розвиток технологій штучного інтелекту став одним із ключових факторів цифрової трансформації сучасної журналістики. Генеративні моделі, алгоритми машинного навчання та інші інтелектуальні системи все частіше використовуються для пошуку, аналізу, обробки та створення медіаконтенту, автоматизації редакційних процесів та оптимізації професійної діяльності журналістів. Водночас широке впровадження штучного інтелекту супроводжується низкою етичних, професійних та безпекових викликів. Серед них ризики поширення недостовірної

© Чулкова А.В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

інформації, виникнення алгоритмічної упередженості, порушення авторських прав, зниження редакційної відповідальності, використання генеративного ШІ для створення діпфейків, маніпулятивного контенту та інших форм інформаційного впливу. В умовах повномасштабної війни ці загрози стають особливо актуальними, оскільки безпосередньо впливають на достовірність інформації, рівень довіри до ЗМІ та цифрову безпеку журналістів. Незважаючи на активне впровадження інструментів штучного інтелекту в діяльність редакцій, питання визначення меж його відповідального використання, підтримки професійних стандартів журналістики та формування ефективних механізмів редакційного контролю залишаються недостатньо дослідженими. Це вимагає комплексного аналізу технологічних можливостей штучного інтелекту, пов'язаних з ним етичних викликів та ризиків безпеки в сучасній журналістській практиці.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання використання штучного інтелекту в журналістиці останніми роками перебуває в центрі уваги як зарубіжних, так і українських науковців. Дослідження Н. Діакопулоса, М. Карлсона, К. Порлецца, Н. Турмана та інших присвячені автоматизації журналістської діяльності, алгоритмічному виробництву новин, трансформації редакційних процесів та ролі журналіста в контексті розвитку штучного інтелекту. У деяких наукових роботах аналізуються етичні аспекти використання генеративного ШІ, проблеми достовірності інформації, алгоритмічної упередженості, прозорості та редакційної відповідальності.

Водночас, незважаючи на значну кількість наукових робіт, питання комплексного поєднання технологічних можливостей штучного інтелекту з етичними та безпековими аспектами його використання в професійній діяльності журналістів залишаються недостатньо вивченими. Потрібне подальше наукове осмислення питань редакційного регулювання використання генеративного ШІ, забезпечення цифрової безпеки журналістів, протидії дезінформації та формування сучасних професійних стандартів використання технологій штучного інтелекту в журналістиці.

Постановка завдання. Мета статті – дослідити особливості використання штучного інтелекту в роботі сучасного журналіста, визначити його технологічні можливості, проаналізувати основні етичні виклики та ризики безпеки, пов’язані з використанням генеративних технологій у журналістській діяльності, та окреслити перспективи їх відповідального використання в редакційній практиці.

Виклад основного матеріалу. Активне впровадження технологій штучного інтелекту (ШІ) у сфері масових комунікацій суттєво трансформує традиційні підходи до виробництва медіаконтенту [2]. Алгоритми машинного навчання та генеративні моделі змінюють процеси пошуку, опрацювання, аналізу, створення та поширення інформації [5]. Такі технологічні зміни надають редакціям нові інструменти для автоматизації рутинних завдань і підвищення ефективності роботи, але водночас актуалізують питання дотримання професійних стандартів, журналістської етики та забезпечення безпеки медійників в мережі [12].

Питання інтеграції штучного інтелекту в журналістську діяльність дедалі частіше стає предметом наукових досліджень в Україні та світі. Аналіз міжнародних наукометричних баз даних засвідчує стале зростання кількості публікацій, що присвячені цій темі. Зокрема, за даними Web of Science, станом на середину 2024 року було проіндексовано 704 наукові праці, тоді як у 2009 році існувала лише одна публікація, що стосувалась теми ШІ. Упродовж наступних років цікавість до теми значно посилилась: у 2023 році було опубліковано 169 робіт, а лише за перше півріччя 2024 – ще 98 досліджень. Подібна динаміка присутня і у міжнародних базах Scopus і Dimensions, що підтверджує актуальність дослідження впливу штучного інтелекту на сучасну журналістику [20].

Високий рівень суспільної уваги до технологій ШІ відображається і в українському медіапросторі. За результатами моніторингових досліджень, протягом року українські засоби масової інформації згадували штучний інтелект понад 167 тисяч разів, з яких близько 66 тисяч публікацій безпосередньо стосувались українського контексту [15]. Сукупне потенційне охоплення таких матеріалів перевищило 148 мільйонів переглядів, що свідчить про значний інтерес аудиторії до цієї теми. Більшість публікацій була розміщена у загальнонаціональних медіа, а найчастіше матеріали про ШІ публікувались в новинних рубриках. Значна частина контенту також зосереджувалась у спеціалізованих технологічних розділах [15]. Серед найпоширеніших тем були як експерименти зі створенням візуального контенту за допомогою генеративного ШІ, так і практичне застосування інтелектуальних технологій у бізнесі, торгівлі, інфраструктурних проєктах та інших сферах суспільного життя [15].

Незважаючи на активне висвітлення теми штучного інтелекту в медіа, рівень його практичного використання серед населення України поки що

залишається відносно невисоким. За результатами соціологічних досліджень, більшість українців обізнані про існування ШІ, однак лише близько третини вже використовували їх у повсякденному житті чи професійній діяльності [9]. Найактивніше такими інструментами користується молодь віком 18–29 років, а також жителі великих міст [9]. Така ситуація свідчить про нерівномірний рівень цифрової грамотності населення та створює додаткові виклики для медіасфери. Недостатнє розуміння принципів роботи ШІ підвищує ризик поширення дезінформації, маніпулятивного контенту та інших інформаційних загроз, що зумовлює необхідність посилення ролі журналістів у перевірці фактів, поясненні нових технологій та формуванні медіаграмотності аудиторії [19].

Водночас українські редакції поступово інтегрують інструменти штучного інтелекту у свою професійну повсякденну діяльність. За результатами анонімного опитування Інститут масової інформації серед журналістів та редакторів національних та регіональних медіа, майже чверть редакцій уже використовують ШІ на регулярній основі. Це свідчить про те, що відбувається поступовий перехід від експериментального застосування таких інструментів до їх системного впровадження в процеси редакції. Використання штучного інтелекту деталі частіше охоплює виконання рутинних завдань, підготовку матеріалів, аналіз інформації та оптимізацію виробництва, що дозволяє журналістам зосередитись на більш складних творчих і аналітичних аспектах роботи [14].

Попри загалом позитивне ставлення до використання ШІ в журналістиці, українські медійники оцінюють його ефективність досить стримано. За результатами опитування, середня оцінка роботи інструментів ШІ становить 3,7 бала з 5 можливих, що свідчить про їхню практичну цінність, але, водночас, вказує на наявність певних обмежень та стримуючих факторів. Майже кожен п'ятий опитаний журналіст повідомив, що стикався з випадками, коли ШІ надавав некоректні або вигадані дані, що в окремих ситуаціях призводило до помилок у журналістських матеріалах. Це підтверджує, що навіть за активного користування ШІ остаточна відповідальність за перевірку фактів та якість опублікованого матеріалу лежить саме на журналістах та редакціях [14].

Попри поступове поширення технологій ШІ в медіасфері, частина редакцій свідомо обмежує її використання або повністю від них відмовляється. Основними причинами є як професійні, так і практичні чинники. Найчастіше журналісти наголошують на тому, що творчість, критичне мислення та індивідуальний стиль автора залишаються ключовими складовими професії, які ШІ не здатен повноцінно відтворити. Суттєвими бар'єрами також є недостатній рівень знань та навичок роботи з інструментами ШІ, а також побоювання щодо поширення недостовірної інформації, фактичних помилок та змішування понять під час генерації контенту. Крім того, частина респондентів висловлює незадоволення якістю матеріалів, створених алгоритмами, та занепокоєння можливими випадками ненавмисного плагіату через використання вже наявного в мережі контенту. Такі результати свідчать про те, що успішна інтеграція ШІ в журналістику потребує розвитку технологій, підвищення рівня цифрової компетентності медійників, розробку чітких етичних стандартів і вдосконалення механізмів перевірки достовірності інформації [14].

Водночас, важливу роль у підготовці журналістів до роботи з новими технологіями відіграють освітні ініціативи. З метою підвищення цифрової грамотності та розвитку навичок використання ШІ Інститут масової інформації проводить безкоштовні навчальні заходи базі регіональних «Медіабаз». За роки функціонування цієї мережі було організовано сотні тренінгів, практичних занять та нетворкінгових подій, до яких долучилось понад 10 тисяч медійників та медійниць. Окрім навчання, «Медіабази» забезпечують журналістів та журналісток робочими просторами, професійною підтримкою та необхідним безпековим обладнанням, що є особливо важливим в умовах повномасштабної війни [14].

Використання ШІ в сучасних медіа розвивається за двома основними напрямками: автоматизація технічних процесів і поєднання роботи алгоритмів з діяльністю журналістів та журналісток [20]. Практика провідних українських та міжнародних редакцій засвідчує, що найбільшої ефективності вдається досягти за умов чіткого визначення сфер застосування ШІ та розмежування його функцій із професійною діяльністю людини [10].

Наприклад, редакція «Української правди» дотримується людиноцентричної моделі створення журналістського контенту. Використання ШІ для написання та редагування основних текстових матеріалів не допускається, оскільки редакція переконана, що лише журналіст чи журналістка можуть забезпечити всебічне висвітлення теми, належне розуміння контексту та збалансованість інформації. Водночас, технології Open AI застосовують для оптимізації окремих технічних процесів,

наприклад, заповнення метаданих, створення SEO-описів і підготовки чернеток перекладів іншими мовами. Використання синтезу мовлення дозволяється лише для окремих категорій матеріалів, таких як розважальні, науково-популярні чи реконструктивні проєкти, за умови обов'язкового інформування аудиторії про використання ШІ. Натомість його використання для редагування або озвучення історичних аудіозаписів редакційними правилами не допускається [10].

Національне суспільне мовлення України («Суспільне») керується у своїй роботі «Принципами застосування штучного інтелекту», ухваленими у 2023 році. Цей документ базується на принципах прозорості, відповідальності та доцільності використання ШІ. Зокрема, у новинному мовленні редакційна політика передбачає повну заборону на використання текстів, аудіозаписів, зображень і відеоматеріалів, створених за допомогою ШІ, тому що це розглядається як необхідна умова для збереження достовірності фактів та недопущення викривлення реальних подій [10].

Інші українські медіа також поступово впроваджують ШІ у свою діяльність, використовуючи їх переважно для виконання допоміжних або технічних завдань. Зокрема, редакція «The Kyiv Independent» застосовує його технології у веброзробці, створенні користувацьких інтерфейсів, продуктовій аналітиці та оптимізації внутрішніх бізнес-процесів. Окрім цього, видання планує запровадити відкриту політку щодо маркування матеріалів, під час створення яких використовувались технології ШІ, зокрема аудіоверсій журналістських матеріалів. В свою чергу, мережа гіперлокаційних медіа «Rayon.in.ua» використовує ШІ для підвищення ефективності роботи своїх регіональних редакцій та оптимізації щоденних робочих процесів [10].

Щодо міжнародної практики, то в ній можна спостерігати приклади більш масштабного впровадження ШІ в діяльність медіа. Так, іспанське видання «El Pais» застосувало аналітичну платформу «Graphext» для дослідження та візуалізації взаємозв'язків між політичними діячами та медіаорганізаціями на основі аналізу великих масивів даних із соціальних мереж [20]. Водночас китайське державне інформаційне агентство «Xinhua» стало одним із перших медіа, яке представило цифрового ведучого новин, створеного за допомогою технологій ШІ. Такий віртуальний диктор здатен відтворювати зовнішність, голос і міміку реальної людини та забезпечувати безперервне мовлення [20].

Разом з тим, поширення подібних технологій активізує низку професійних та етичних викликів. Надмірна автоматизація редакційних процесів без належного контролю може послабити роль журналіста/журналістки, негативно вплинути на якість інформації та знизити рівень довіри аудиторії до медіа [2]. Окрім того, досвід різних галузей діяльності людини свідчить, що спроби повністю замінити людську працю алгоритмами не завжди дає очікуваний результат та підвищення ефективності, а іноді – може створювати додатковий професійний тиск і сприяти емоційному вигоранню працівників/працівниць [20].

Одним із найважливіших напрямів використання ШІ в Україні є боротьба з дезінформацією та перевірка достовірності інформації в умовах повномасштабної війни [20]. Показовим прикладом тут є проєкт «War of Words», створений за підтримки Microsoft Ukraine із використанням хмарної платформи «Azure» [17]. Система використовує технології ШІ для автоматизованого моніторингу та аналізу великих обсягів контенту російських пропагандистських медіа. Інструмент забезпечує автоматичне розшифрування аудіоматеріалів, їх переклад англійською мовою, пошук за ключовими словами та візуалізацію результатів аналізу за допомогою інтерактивних інформаційних панелей. Завдяки цьому журналісти/журналістки, дослідники/дослідниці та представники/представниці державних інституцій можуть оперативніше виявляти пропагандистські повідомлення, аналізувати інформаційні кампанії та ефективніше протидіяти поширенню дезінформації [17].

Враховуючи всі фактори і стрімке впровадження генеративного ШІ в медіасферу актуалізується необхідність формування чітких етичних та правових засад його використання [13]. У міру розширення можливостей алгоритмів зростає потреба у визначенні правил взаємодії між людиною та технологіями ШІ, які б забезпечили відповідальне використання новітніх технологій. Українські та міжнародні медіаорганізації говорять про те, що впровадження інновацій не повинно суперечити основоположним принципам журналістики, а використання ШІ має здійснюватись з дотриманням професійних стандартів, етичних норм і редакційної відповідальності [16].

Важливим міжнародним документом у сфері використання штучного інтелекту в журналістиці є Паризька хартія, ухвалена у 2021 році [1]. Вона визначає основні принципи відповідального використання ШІ в медіа, а саме: ключові редакційні рішення має ухвалювати людина, використання

алгоритмів повинно відповідати стандартам правдивості, точності, неупередженості та захисту приватності, системи ШІ мають бути прозорими й проходити незалежний аудит, відповідальність за опублікований контент завжди несе редакція, аудиторія повинна бути поінформована про використання ШІ, а під час висвітлення подій перевага має надаватись автентичним матеріалам, а не згенерованим ШІ [3].

В Україні практичні рекомендації щодо відповідального використання ШІ в журналістиці розробила Комісія з журналістської етики. У своїх рекомендаціях вона наголошує, що генеративний ШІ має суттєві обмеження: він не здатний самостійно оцінювати достовірність інформації, відрізняти факти від фейків, виявляти плагіат та уникати упередженості. Тому використання таких технологій потребує обов'язкової перевірки та редакційного контролю з боку журналістів/журналісток [11].

КЖЕ рекомендує редакціям відкрито повідомляти аудиторії про використання ШІ під час підготовки матеріалів. Для цього пропонується застосовувати чіткі позначки, які пояснюють, якою була роль ШІ у створенні тексту чи зображення та чи здійснював журналіст подальшу перевірку, редагування або фактчекінг. Такий підхід сприяє прозорості редакційної діяльності та зміцнює довіру аудиторії [11].

Але, поряд із новими можливостями для автоматизації редакційної роботи, розвиток ШІ створює додаткові ризики для безпеки журналістів/журналісток, зокрема спрощує створення маніпулятивного та шкідливого контенту [8]. Одним з перших комплексних українських досліджень цієї проблематики став звіт «Коли штучний інтелект стає ворожим: гендерні загрози проти українських журналісток», підготовлений громадською організацією «Жінки в медіа» спільно з ЮНЕСКО за підтримки уряду Японії [8]. У дослідженні, авторками якого є Ліза Кузьменко та Зоя Красовська, проаналізовано сучасні безпекові виклики на основі результатів опитування 119 українських журналісток [8].

Результати засвідчили, що 43% опитаних журналісток щонайменше раз на тиждень стикаються у своїй професійній діяльності або інформаційному просторі з контентом, створеним за допомогою ШІ. Водночас, понад третина респонденток належить до соціально вразливих груп: внутрішньо переміщені особи, партнерки чи дружини військових, а також, самотні матері. Аналіз професійної приналежності учасниць опитування показав, що найбільшу частку становлять представниці онлайн-медіа (51%), далі – мультимедійних платформ (19%), друкованих видань (13%), радіо (9%), телебачення (3%) та медійних громадських організацій (3%) [4].

Технічно фасилітоване гендерно зумовлене насильство (technology-facilitated gender-based violence, TFGBV) охоплює використання цифрових технологій для вчинення насильства щодо жінок через їхню стать і професійну діяльність в онлайн-просторі. З розвитком генеративного ШІ такі загрози набули нових форм. Зокрема, ШІ використовується для створення діпфейків, клонування голосу, генерації фальшивих інтимних зображень і поширення неправдивої інформації про журналісток. Подібні дії спрямовані на дискредитацію, психологічний тиск, залякування та підрив професійної репутації медійниць [4].

У дослідженні наведено низку прикладів використання ШІ для дискредитації. Одним з найрезонансніших став випадок журналістки-розслідувачки Олени Мудрої, проти якої, після публікації про забудову Карпат, було розгорнуто кампанію онлайн-переслідування. Зловмисники використали штучно згенероване відео з клонованим голосом її неповнолітнього сина та поширювали неправдиві звинувачення, намагаючись дискредитувати журналістку й завдати шкоди її професійній репутації [4].

Подібні атаки мають серйозні наслідки для журналістів/журналісток та свободи слова. Вони негативно впливають на психічне здоров'я медійників/медійниць, призводять до самоцензури, а інколи й змушують залишити професію. Водночас, ефективний правовий захист в Україні поки обмежений. Однією з головних причин є відсутність чітких правових механізмів розслідування злочинів, пов'язаних з використанням ШІ, а також, офіційно затверджених методик, які дозволили б юридично підтвердити факт створення діпфейків чи іншого ШІ-контенту. Через це притягнення винних до відповідальності суттєво ускладнюється [4].

Висновки. Проведений аналіз наукових джерел, практичного досвіду та результатів дослідження показує, що штучний інтелект став одним з ключових чинників трансформації сучасної журналістики. Попри стрімкий розвиток технологій, ШІ не може повністю замінити журналіста/журналістку, адже не володіє критичним мисленням, професійною відповідальністю, етичними судженнями і здатністю глибоко розуміти суспільний контекст. Натомість він виступає ефективним інструментом, який автоматизує рутинні процеси,

прискорює обробку інформації та розширює аналітичні можливості редакції.

Для ефективного та безпечного використання ШІ в медіасфері варто реалізувати певні заходи. На рівні редакцій доцільно розробити внутрішні правила використання, забезпечити прозоре маркування контенту та зберегти остаточний редакційний контроль за людиною. Важливим є також дотримання вимог щодо захисту персональних даних і нерозголошення конфіденційної інформації через ШІ-сервіси.

На державному рівні актуальним залишається питання вдосконалення законодавства, яке регулюватиме правові аспекти використання ШІ, а також розвиток технологічних можливостей для правоохоронних органів.

Не менш важливим є розвиток медіаосвіти. До програм підготовки журналістів та журналісток доцільно включати дисципліни, присвячені етичному використанню ШІ, цифровій безпеці та медіаграмотності. Паралельно необхідно підтримувати просвітницькі ініціативи, спрямовані на підвищення цифрової грамотності населення та розвиток навичок критичного сприйняття інформації.

Майбутній розвиток журналістики залежить від здатності поєднати технологічні можливості ШІ з професійними компетентностями журналіста/журналістки. За умов відповідального використання ШІ може стати дієвим інструментом підвищення якості медіаконтенту, не замінюючи людину, а доповнюючи її професійну діяльність.

Список літератури:

1. 10 принципів роботи журналістів зі штучним інтелектом. У чому суть Паризької хартії? : електронний ресурс. URL: https://mediamaker.me/paryzka-hartiya-vprovadzhennya-shtuchnogo-intelektu-5862/.

2. Васильківська К.В. Роль штучного інтелекту в сучасній журналістиці: загрози чи можливості : дипломна робота ... бакалавра : 061 Журналістика. Київ, 2025. 48 с.

3. Етика використання ШІ в медіа – принципи та підходи: AI-каталог від LMF, електронний ресурс. URL: https://ai.lvivmediaforum.com/ethics.

4. «Жінки в медіа» разом з ЮНЕСКО презентували дослідження «Коли штучний інтелект стає ворожим» : електронний ресурс. URL: https://wim.org.ua/materials/mediacenter-ukraine-ai-study/.

5. Збереження журналістської чесності в епоху штучного інтелекту: електронний ресурс. URL: https://www.vietnam.vn/uk/giu-ban-linh-nguoi-lam-bao-trong-ky-nguyen-ai.

6. Кисельова О., Тяпкіна Н. Інтеграція штучного інтелекту в медіапрактики. *Молодий вчений*. 2025. № 6 (137). https://doi.org/10.32839/2304-5809/2025-6-137-14

7. Кіберполіція взяла участь у презентації дослідження щодо гендерних онлайн-загроз для журналісток – Департамент Кіберполіції: електронний ресурс. URL: https://cyberpolice.gov.ua/news/kiberpolicziya-vzyala-uchast-u-prezentacziyi-doslidzhennya-shhodo-gendernyx-onlajn-zagroz-dlya-zhurnalistok-4370/.

8. Коли штучний інтелект стає ворожим: ГО «Жінки в медіа»: електронний ресурс. URL: https://wim.org.ua/wp-content/uploads/2025/12/WEB_Koly-shtuchnyy-intelekt-staie-vorozhym-1.pdf.

9. Мистецтво чи розвага: ставлення українців до GenAI: електронний ресурс. URL: https://www.kantar.com/ua/inspiration/advertising-media/ukrainians-about-genai.

10. Не можеш побороти – очоль. Як українські медіа інтегрують штучний інтелект в роботу: електронний ресурс. URL: https://detector.media/rinok/article/250246/2026-06-04-ne-mozhesh-poboroty-ochol-yak-ukrainski-media-integruyut-shtuchnyy-intelekt-v-robotu/.

11. Рекомендації Комісії з журналістської етики щодо використання штучного інтелекту для створення журналістських матеріалів: електронний ресурс. URL: https://cje.org.ua/statements/rekomendatsii-komisii-z-zhurnalistskoi-etyky-shchodo-vykorystannia-shtuchnoho-intelektu-dlia-stvorennia-zhurnalistskykh-materialiv/.

12. Роботи у журналістиці. Як штучний інтелект змінює журналістику і чи зможе він замінити журналістів: електронний ресурс. URL: http://mediakrytyka.lnu.edu.ua/novi-tehnologii-media/roboty-u-zhurnalistytsi-yak-shtuchnyy-intelekt-zminyuye-zhurnalistyku-i-chy-zmozhe-vin-zaminyty-zhurnalistiv.html.

13. Сидоренко Т., Тарасова А. Штучний інтелект у журналістиці: можливості, виклики та етичні аспекти майбутнього медіапейзажу: наукові тези.

14. Українські медіа та штучний інтелект. Як редакції залучають ШІ для створення контенту?: Інститут масової інформації, електронний ресурс. URL: https://imi.org.ua/monitorings/ukrayinski-media-ta-shtuchnyj-intelekt-yak-redaktsiyi-zaluchayut-shi-dlya-stvorennya-kontentu-i62217.

15. Штучний інтелект в Україні: досвід використання, перспективи, тренди в медіа: електронний ресурс. URL: https://proit.ua/shtuchnii-intieliekt-v-ukrayini-dosvid-vikoristannia-pierspiektivi-triendi-v-miedia/.

16. Штучний інтелект у журналістиці: Університет «КРОК», електронний ресурс. URL :https://www.krok.edu.ua/ua/pro-krok/pidrozdili/navchalni/kursi-z-pidvishchennya-kvalifikatsiji/shtuchnij-intelekt-u-zhurnalistitsi.

17. Штучний інтелект у журналістиці: загроза чи нові можливості: Факультет PR, журналістики та інформаційної політики, електронний ресурс. URL: https://fzgij.knukim.edu.ua/component/content/article/80-blog/news/2847-shtuchnyy-intelekt-u-zhurnalistytsi-zahroza-chy-novi-mozhlyvosti.

18. Штучний інтелект у медіа – між можливостями та загрозами: електронний ресурс. URL: https://webportal.nrada.gov.ua/shtuchnyj-intelekt-u-media-mizh-mozhlyvostyamy-ta-zagrozamy/.

19. Штучний інтелект у медіа: рекомендації Мінцифри: презентація, електронний ресурс. URL: https://nipo.gov.ua/shtuchnyj-intelekt-media-treninh/.

20. Ярошенко О. Штучний інтелект у журналістиці: майбутнє медіа під впливом нових технологій. *Наукові записки Інституту журналістики*.2024. Т. 2 (85). С. 139–156.

21. SPEKA увійшла до переліку рекомендованих медіа України: електронний ресурс. URL: https://speka.ua/news/speka-uviisla-do-pereliku-rekomendovanix-media-ukrayini-9xk7qw

Chulkova A.V. ARTIFICIAL INTELLIGENCE IN MODERN JOURNALISM: TECHNOLOGICAL OPPORTUNITIES, ETHICAL CHALLENGES, AND SECURITY RISKS

The article examines the features of the use of artificial intelligence (AI) technologies in modern journalism, identifies the main areas of practical application, and analyzes the ethical, professional, and security challenges that arise in the process of integrating algorithmic systems into the work of editorial offices. The relevance of the study is due to the rapid development of generative AI, which significantly transforms the processes of creating, processing, analyzing, and disseminating information, rethinking traditional approaches to journalistic work. The results of modern scientific research conducted by Ukrainian and international authors, statistical data from international scientometric databases, results of sociological research, and professional surveys among journalists on the level of use of AI tools in editorial practice are summarized. The experience of Ukrainian and international media in implementing AI technologies for automating routine processes, preparing metadata, translating, analyzing, creating multimedia content, and optimizing editorial work is analyzed. Particular attention is paid to editorial policy on the responsible use of AI, the principles of transparency, editorial control and support for professional standards in journalism. The article highlights key ethical risks associated with potential factual errors, the spread of disinformation, plagiarism, algorithmic bias and the need for mandatory verification of materials created using generative models. The topic of digital security of journalists in the context of the development of artificial intelligence technologies is also separately considered, in particular the threat of deepfakes, voice cloning, the spread of manipulative content and other forms of technically simplified digital violence. The current international and Ukrainian recommendations on the ethical use of artificial intelligence in the media are analyzed, in particular the principles of the Paris Charter and the recommendations of the Commission on Journalist Ethics. The article argues that artificial intelligence cannot fully replace journalists, as it is unable to provide critical thinking, professional responsibility, ethical assessment and a full understanding of the social context. At the same time, its responsible use creates significant opportunities for increasing the efficiency of editorial activities, automating technical processes, developing data journalism, strengthening fact-checking and combating disinformation. The conclusion is that there is a need to improve legal regulation, develop digital skills of journalists, implement internal editorial standards for the use of artificial intelligence and integrate relevant educational components into the training system for future journalists.

Keywords: *artificial intelligence, journalism, generative artificial intelligence, media, digital security.*

Дата першого надходження статті до видання: 22.07.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 18.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 23.10.2026

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

Авраменко І.А. – аспірантка кафедри соціальних комунікацій та інформаційної діяльності Запорізького національного університету

Адамчук А.В. – здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти Приватного акціонерного товариства «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

Азаркіна О.В. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та соціальної роботи Національного університету «Одеська політехніка»

Александрова Ю.М. – здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти Університету Григорія Сковороди в Переяславі

Алєксєєва О.В. – кандидат юридичних наук, старший дослідник, старший науковий співробітник науково-дослідної лабораторії з проблем управління правоохоронною діяльністю та її психологічного супроводження Навчально-наукового інституту післядипломної освіти Національної академії внутрішніх справ

Баратюк А.Ю. – аспірант, асистент кафедри психодіагностики та клінічної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

Башлакова Ю.В. – аспірантка Херсонського державного університету

Бедан В.Б. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки та психології Міжнародного університету

Блінов Є.М. – старший викладач кафедри періодичної преси та медіа редагування Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

Бойчук С.С. – доктор філософії у галузі Психологія, доцент кафедри соціології та психології ННІ № 5 Харківського національного університету внутрішніх справ

Бурлака В.С. – вчитель англійської мови Центральноукраїнського наукового ліцею Кіровоградської обласної ради

Вальчишин О.С. – викладач кафедри психології та соціальної роботи Західноукраїнського національного університету

Варіна Г.Б. – магістр психології, старший викладач кафедри психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького

Васильченко О.М. – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології Вищого навчального закладу «Університет економіки та права «КРОК»

Вашека Т.В. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри авіаційної психології та управління людським фактором Національного університету «Київський авіаційний інститут»

Власова Д.А. – викладач кафедри психології, філософії та суспільних наук Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

Волошин В.М. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри реабілітаційної психології та фізичного виховання Закладу вищої освіти «Подільський державний університет»

Гірняк Г.С. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та соціальної роботи Західноукраїнського національного університету

Голік О.В. – кандидат наук із соціальних комунікацій, доцент, доцент кафедри журналістики та реклами Державного торговельно-економічного університету

Гулько Ю.А. – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії психології творчості Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

Джежик О.В. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»

Джолос О.В. – кандидат наук із соціальних комунікацій, доцент, доцент кафедри аудіовізуальних медіа Навчально-наукового інституту журналістики Київського національного університету імені Тараса Шевченка

Дідух М.М. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри авіаційної психології та управління людським фактором Національного університету «Київський авіаційний інститут»

Довгопола К.С. – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник відділу освіти дітей з порушеннями сенсорного розвитку Інституту спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка Національної академії педагогічних наук України

Еверс І.М. – аспірантка кафедри психології Державного вищого навчального закладу «Ужгородський національний університет»

Зайцева О.Л. – кандидатка педагогічних наук, старша викладачка кафедри спеціальної освіти Національного університету «Запорізька політехніка»

Іванова О.А. – доктор наук із соціальних комунікацій, професор, декан факультету журналістики, реклами та видавничої справи Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

Іванченко О.В. – кандидат наук із соціальних комунікацій, доцент, директор ННІ української філології та соціальних комунікацій Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького

Кияниця Є.О. – кандидат наук із соціальних комунікацій, доцент, доцент кафедри журналістики та реклами Державного торговельно-економічного університету

Климків Р.І. – кандидат психологічних наук, викладач кафедри фундаментальних та соціальних наук Комунального закладу вищої освіти Львівської обласної ради «Львівська медична академія імені Андрея Крупинського»

Ковальова О.В. – доктор психологічних наук, професор кафедри психології Чорноморського національного університету імені Петра Могили

Кодацька Н.О. – кандидат соціологічних наук, доцент, завідувач кафедри журналістики Університету митної справи та фінансів

Козловець І.М. – здобувач третього освітньо-наукового рівня вищої освіти Харківського національного університету внутрішніх справ

Костюченко О.В. – доктор психологічних наук, професор Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

Кульматицький А.В. – кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри невропатології та нейрохірургії факультету післядипломної освіти Державного некомерційного товариства «Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького»

Лепетуха М.В. – асистент кафедри журналістики Національного університету «Одеська юридична академія»

Литвиненко Л.І. – науковий співробітник лабораторії консультативної психології та психотерапії Інституту психології імені Г. С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

Лісовенко А.Ф. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія»

Марченко О.Г. – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри соціології та психології Навчально-наукового інституту № 5 Харківського національного університету внутрішніх справ

Мельниченко В.В. – аспірант кафедри педагогіки та психології Міжнародного університету

Мехдієва І. – докторант кафедри нових медіа та комунікацій Університету Ускюдара

Милосердний В.І. – аспірант Запорізького національного університету

Мисевра В.С. – учень 10 класу Центральноукраїнського наукового ліцею Кіровоградської обласної ради

Мітіна С.В. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, філософії та суспільних наук Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського

Моржевська Т.С. – аспірантка кафедри психології Вищого навчального закладу «Університет економіки та права «КРОК»

Мороз Р.А. – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник Українського науково-методичного центру практичної психології і соціальної роботи Національної академії правових наук України

Мостова Т.Д. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології і психологічного консультування Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

Мусій В.Б. – старший викладач кафедри періодичної преси та медіа редагування Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

Навальна М.І. – доктор філологічних наук, професор, професор кафедри журналістики та мовної комунікації Національного університету біоресурсів і природокористування України

Петяк О.М. – здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти Сумського державного університету, військовослужбовиця ЗСУ

Пилипенко О.С. – аспірант Національного університету цивільного захисту України

Подосян А.О. – викладач кафедри журналістики, реклами та медіакомунікацій Одеського національного університету імені І. І. Мечникова

Пустовий Р.В. – аспірант кафедри журналістики та філології Сумського державного університету

Рожнятівська Н.В. – ад'юнкт Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка

Розов В.І. – кандидат психологічних наук, доцент, професор кафедри професійної психології Національної академії Служби безпеки України

Романенкова О.Ю. – кандидат медичних наук, доцент кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Закладу вищої освіти «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

Стеценко А.І. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Університету Григорія Сковороди в Переяславі

Тарасова Т.Б. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, політології та соціокультурних технологій Сумського державного університету

Фадін А.О. – здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти Одеського національного університету імені І.І. Мечникова

Федорова І.М. – здобувачка другого рівня вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету

Фенько Н.М. – кандидат філологічних наук, доцент кафедри української філології та журналістики Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка

Хараджи М.В. – кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри практичної психології Університету Григорія Сковороди в Переяславі

Харлай Л.О. – докторка філософії, доцентка, доцентка кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології Державного закладу вищої освіти «Університет менеджменту освіти»

Харченко С.В. – доктор філологічних наук, професор, завідувач кафедри журналістики та мовної комунікації Національного університету біоресурсів і природокористування України

Харченко С.І. – асистентка кафедри психології та здоров'я людини Білоцерківського національного аграрного університету

Хоменко Т.В. – здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти Університету Григорія Сковороди в Переяславі

Чачко С.Л. – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри загальної психології і психологічного консультування Одеського національного університету імені І.І. Мечникова

Червоношапка М.О. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, викладач кафедри фізичної терапії, психічного та фізичного здоров'я Комунального закладу вищої освіти Львівської обласної ради «Львівська медична академія імені Андрея Крупинського»

Чулкова А.В. – викладачка кафедри журналістики та політології Чорноморського національного університету імені Петра Могили

Швентідзе С.З. – магістрантка кафедри психології, соціальної роботи та педагогіки Закладу вищої освіти «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»

Шель Н.В. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та соціальної психології Донецького національного університету імені Василя Стуса

Шиян О.М. – кандидат соціологічних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Приватного вищого навчального закладу «Європейський університет»

Яблонська Т.М. – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психодіагностики та клінічної психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка

НОТАТКИ

Науковий журнал

ВЧЕНІ ЗАПИСКИ
ТАВРІЙСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ В. І. ВЕРНАДСЬКОГО

Серія: Психологія

Том 37 (76) № 5 2026

Коректура • *І. Чудеснова*

Комп'ютерна верстка • *С. Любченко*

Адреса редакції:
Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського
м. Київ, вул. Джона Маккейна, 33

Дата розміщення онлайн: 23.10.2026. Дата друку: 30.10.2026.
Формат 60×84/8. Гарнітура Times New Roman.
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 46,31. Ум. друк. арк. 42,78.
Зам. № 1026/840. Наклад 150 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
65101, м. Одеса, вул. Інглезі, 6/1
Телефон +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 7623 від 22.06.2022 р.