

## СПЕЦИФІКА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРАЦІВНИКІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ В УМОВАХ ВІЙНИ

**Василькевич Ярослава Зіновіївна**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

ORCID ID: 0000-0002-5946-3005

Scopus-Author ID: 57219291748

Researcher ID: 51509862

**Рик Ганна Сергіївна**

аспірантка кафедри психології

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

ORCID ID: 0000-0002-5552-8019

Scopus-Author ID: 57222340226

**Кікінезді Оксана Михайлівна**

доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри психології

Тернопільського національного педагогічного університету

імені Володимира Гнатюка

ORCID ID: 0000-0002-9240-279X

Scopus-Author ID: 57219294191

Researcher ID: I-7214-2018

У статті представлено результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження специфіки суб'єктивного благополуччя працівників соціальної сфери в умовах повномасштабної війни в Україні. Обґрунтовано актуальність дослідження, що зумовлена зростанням психоемоційного навантаження, професійних стресів і ризиків емоційного вигорання серед фахівців соціономічних професій, які забезпечують надання допомоги вразливим групам населення в умовах війни та соціальної невизначеності. Проаналізовано сучасні вітчизняні та зарубіжні концепції ментального, психологічного та суб'єктивного благополуччя особистості, а також підходи до аналізу професійного стресу. Емпіричне дослідження проведено із соціальними та медичними працівниками центрів надання соціальних послуг. Для діагностики суб'єктивного благополуччя застосовано модифіковану шкалу суб'єктивного благополуччя БіБіСі, яка охоплює показники психологічного благополуччя, фізичного здоров'я та благополуччя, а також міжособистісних стосунків. Рівень стресостійкості визначено за допомогою тесту «Стійкість до стресу». За результатами дослідження встановлено, що загальні середньогрупові показники суб'єктивного благополуччя соціальних і медичних працівників відповідають низькому рівню. Водночас виявлено вищий рівень загального та психологічного благополуччя у підгрупі медичних працівників порівняно із соціальними, тоді як показники фізичного здоров'я та благополуччя дещо вищі у соціальних працівників. Визначено рівень стійкості до стресу, який в обох підгрупах перебуває на середньому рівні, при цьому високі показники частіше представлені у медичних працівників. Підкреслено необхідність розробки цілеспрямованих програм психологічної підтримки та профілактики професійного виснаження працівників соціальної сфери в умовах війни.

**Ключові слова:** суб'єктивне благополуччя, психологічне благополуччя, фізичне здоров'я та благополуччя, стосунки, професійний стрес, працівники соціальної сфери.

### Vasylykevych Ya., Ryk H., Kikinezhdi O. SPECIFIC FEATURES OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF SOCIAL SECTOR EMPLOYEES IN THE CONTEXT OF WAR

The article presents the results of a theoretical analysis and an empirical study of the specific features of subjective well-being among social sector employees in the context of the full-scale war in Ukraine. The relevance of the study is substantiated by the increased psycho-emotional burden, professional stress, and heightened risk of emotional burnout among specialists in socionomic professions who provide assistance to vulnerable population groups under conditions of war and social uncertainty. Contemporary national and international concepts of mental, psychological,

*and subjective well-being, as well as theoretical approaches to the analysis of professional stress, are reviewed. The empirical study was conducted among social and healthcare professionals working in social service provision centers. Subjective well-being was assessed using the modified BBC Subjective Well-Being Scale, which includes indicators of psychological well-being, physical health and well-being, and interpersonal relationships. Stress resilience was measured using the "Stress Resistance" test. The findings indicate that the overall mean group levels of subjective well-being among social and healthcare workers correspond to a low level. At the same time, healthcare professionals demonstrated higher levels of overall and psychological well-being compared to social workers, whereas indicators of physical health and well-being were slightly higher among social workers. The level of stress resilience in both subgroups was found to be moderate, with high levels more frequently observed among healthcare professionals. The necessity of developing targeted psychological support programs and preventive interventions aimed at reducing professional exhaustion among social sector employees in wartime conditions is emphasized.*

**Key words:** *subjective well-being, psychological well-being, physical health and well-being, interpersonal relationships, professional stress, social sector employees.*

**Вступ.** Повномасштабна війна в Україні суттєво загострила проблему збереження ментального здоров'я фахівців соціальної сфери, діяльність яких пов'язана з постійним високим психоемоційним навантаженням, професійною відповідальністю та роботою з травмованими групами населення. У цьому контексті особливої наукової та практичної значущості набуває вивчення суб'єктивного благополуччя як інтегрального показника психологічного функціонування особистості в умовах хронічного стресу.

Проблема збереження, підтримки та відновлення ментального здоров'я громадян України в умовах війни належить до пріоритетних напрямів державної політики, спрямованої на надання психосоціальної допомоги та підтримки як особливо вразливим групам населення, так і працівникам підприємств, фахівцям соціономічних професій [1]. Як зазначає Т. Титаренко, посилення загального соціогенного стресу внаслідок травматизації населення, що пов'язане з особливим, гібридним характером війни, призводить до погіршення самопочуття, втрати почуття суб'єктивного благополуччя, зниження рівня психологічного здоров'я [2, с. 5–8]. Одним із важливих аспектів зазначеної проблеми є психодіагностика психоемоційних станів людини задля запобігання та подолання виснаження, емоційного вигорання, знаходження особистісних ресурсів для відновлення ментального/психічного здоров'я.

Проблема ментального та/або психологічного здоров'я розглядалась як зарубіжними (такими як А. Адлер, К. Горні, Е. Еріксон, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фройд, Е. Фром, К. Юнг та ін.), так і вітчизняними вченими (такими як: Л. Березовська, Л. Бурлачук, В. Горбунова, О. Гринів, О. Завгородня, А. Коваленко, Л. Коробка, І. Коцан, Г. Ложкін, М. Мушкевич, Л. Сердюк, Т. Титаренко та ін.). Дослідженню впливу війни на психічне/психологічне здоров'я різних категорій населення приділяють увагу нині такі українські дослідники, як: О. Бондарчук, І. Данилюк, Л. Засекіна, Л. Карамушка, С. Казакова, О. Савченко, О. Калюк, Т. Титаренко та інші.

**Метою статті** є опис результатів теоретичного аналізу та емпіричного дослідження особливостей суб'єктивного благополуччя працівників соціальної сфери в умовах війни. Теоретичну основу дослідження становлять сучасні концепції ментального здоров'я та психологічного благополуччя, а також підходи до аналізу професійного стресу.

У науковій термінології наявна різноманітність понять із зазначеної проблеми: «ментальне здоров'я», «психологічне здоров'я», «психічне здоров'я», «психологічне благополуччя», «суб'єктивне благополуччя» тощо. Учені наголошують на багатоаспектності досліджуваного феномену та багатозначності його визначень.

Згідно з визначенням ВООЗ, ментальне здоров'я є станом щастя та добробуту, в якому людина реалізує свої творчі здібності, може протистояти життєвим стресам, продуктивно працювати та робити внесок у суспільне життя [3]. Суголосним є визначення психологічного благополуччя, поданого у «Психологічному словнику Американської психологічної асоціації», як «стану щастя і задоволення, з низьким рівнем стресу, загальним хорошим фізичним та психічним здоров'ям та настроєм або високою якістю життя» [4].

У західній психології наявні різні теорії феномену психологічного благополуччя, розробляються нові поліфакторні моделі, які мають емпіричне підтвердження та кроснаціональну апробацію. Зокрема, С. Ryff та В. Singer представили авторську шестифакторну модель психологічного благополуччя як «модель позитивного особистісного функціонування» [5]. Ф. Bryant та J. Veroff виокремили три основні виміри психологічного благополуччя, такі як: «щастя», «відсутність напруження» та «особистісна адекватність» [6]. Р. Wang серед критеріїв психологічного благополуччя наголошував на фінансовій та сімейній тривозі, тривозі за здоров'я, оцінці актуального життя загалом [7]. Виміри об'єктивних і суб'єктивних аспектів благополуччя описані V. Voukelatou, L. Gabrielli, I. Miliou [8].

Українські вчені розглядають психологічне/суб'єктивне благополуччя у загальному теоретико-методологічному контексті концепцій життєтворення, життєздійснення. Зокрема, Т. Титаренко визначає психологічно здорову особистість як цілісну, самореалізовану та самоврегульовану особистість.

Автор трактує психологічне благополуччя як переживання здатності особистості відповідально змінювати та щоденно творити власне життя, набувати досвід у сферах непередбачуваного та неочікуваного, що передбачає переборення внутрішніх суперечностей і постійну особистісну трансформацію [2, с. 56–62]. О. Гринів розуміє психологічне благополуччя як цілісне та відносно стійке суб'єктивне переживання, що включає рефлексивну позицію особистості щодо власного життєвого шляху [9]. Особливостям взаємозв'язку психологічного благополуччя із особистісною самодетермінацією присвячено дослідження Л. Сердюк [10].

О. Савченко та О. Калюк з позиції структурно-функціонального підходу розглядають психологічне благополуччя як суб'єктивне благополуччя студентської молоді, визначили його структуру, підтвердили феномен полярності стану благополуччя та описали як умову успішної соціально-психологічної адаптації особистості до невизначених ситуацій тощо [11].

Питання підтримання психічного здоров'я й психологічного благополуччя працівників у різних сферах діяльності висвітлені у дослідженнях Л. Березовської [12], О. Бондарчук і С. Казакової [13], Л. Карамушки [14], А. Коваленко і Г. Рик [15], Т. Ринжук [16] та інших дослідників.

Різні аспекти зазначеної проблеми викладені у попередніх наших емпіричних розвідках [17; 18; 19; 20].

Упродовж останніх років зростає увага до проблем ментального здоров'я та трудових стресів як детермінанти суб'єктивного благополуччя працівників. Такі стреси позначаються на психосоматичному здоров'ї персоналу, продуктивності та конкурентоспроможності організації.

Особливої актуальності проблема робочих стресів набула в умовах війни та з огляду на стрімку зміну соціально-економічних умов трудової діяльності. Психологічна природа стресу залежить як від зовнішніх чинників, так і від їхнього суб'єктивного сприйняття, особистісного сенсу й оцінки.

Причини професійного стресу поділяють на безпосередні (конкретна робоча подія: складність завдання, дефіцит часу, конфлікт з керівництвом) і основні (особистісні, фізіологічні, професійні риси суб'єкта). Важливу роль відіграють також додаткові життєві та діяльнісні чинники – від глобальних соціальних та економічних зрушень до особистих життєвих і вікових криз. Вони формують загальний рівень адаптаційних можливостей людини та її здатності протистояти безпосереднім і базовим причинам стресу.

Для розуміння, діагностики і управління професійними стресами слід враховувати процесуальний і причинно-наслідковий аспекти: будь-яка діяльність здатна генерувати психологічні причини появи стресу, а психологічні реакції відбиваються на робочій поведінці.

Т. Сох [21, с. 493] виділяє чотири категорії професійних стресорів: вимоги до особистості; особистісні характеристики, навички, адаптаційний потенціал; ситуаційні обмеження, що впливають на можливості адаптації; зовнішня (соціальна) підтримка. Визначальним чинником появи робочого стресу є невідповідність між вимогами та особистими можливостями індивіда.

Серйозний вплив стресу відбивається як на психічному та фізичному стані, так і на професійній діяльності індивіда. До негативних ефектів стресу належать: зменшення працездатності, зниження результативності; ослаблення загальної адаптаційної здатності; особистісні деформації та стрес-синдроми (відчуття самотності, вигорання, депресія, хронічна втома); розвиток хвороб адаптації (виразка, кардіологічні захворювання, гіпертонія, астма тощо) [21].

Стрес залишає відбиток на всіх сферах психіки: на емоційному рівні домінують тривожність і переживання значущості ситуації; у когнітивній сфері – відчуття загрози; мотиваційна сфера балансує між мобілізацією і капітуляцією; у поведінці спостерігаються зміни інтенсивності й темпу діяльності, з'являється скрутність рухів. Загальною рисою виступає зсув інтенсивності відповідних процесів у бік або їх посилення, або гальмування.

Отже, аналіз праць зарубіжних та українських учених із зазначеної проблеми засвідчив, що феномени ментального/психологічного здоров'я та психологічного/суб'єктивного благополуччя є найважливішими життєвими цінностями, які ототожнюються у масовій свідомості та мають синонімічне вираження у науковій термінології. Благополуччя вважають інтегральним критерієм здоров'я, щасливим станом задоволення власним життям у цілісному поєднанні фізичних, психічних та соціальних контекстів. Відповідно, здоров'я трактується як повне фізичне, душевне і соціальне благополуччя, що визначається активною життєвою позицією, позитивними стосунками в колі значущих людей, оптимізмом, самореалізованістю, креативністю, стресостійкістю особистості.

Особливого значення набуває ця проблема для працівників соціальної сфери, які мають забезпечити підтримку вразливих верств населення у складних умовах сьогодення.

**Матеріали та методи.** З початку вивчення суб'єктивного благополуччя були складнощі з його однозначною інтерпретацією та відсутністю відповідних вимірювальних інструментів, що ускладнювало емпіричну перевірку феномену.

У нашому дослідженні для вирішення поставлених у роботі завдань було використано методику «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» (The Modified BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB) (P. Pontin, M. Schwannauer, S. Tai, & M. Kinderman) [22] для визначення як загального показника суб'єктивного благополуччя, так і показників за субшкалами: психологічне благополуччя, фізичне здоров'я та стосунки.

Методика передбачає оцінювання трьох взаємопов'язаних компонентів суб'єктивного благополуччя:

1) «психологічне благополуччя», що відображає суб'єктивне відчуття контролю над власним життям, позитивну спрямованість щодо майбутнього, впевненість у власних судженнях і переконаннях, особистісне зростання тощо);

2) «фізичне здоров'я та благополуччя», яке характеризує рівень задоволеності фізичним здоров'ям, якістю сну, працездатністю, можливістю підтримувати повсякденну активність, поєднувати працю з відпочинком і фізичною активністю, а також відсутність виражених проявів тривоги й депресивних станів;

3) «стосунки», що відображають суб'єктивну оцінку якості взаємодії з оточенням, емоційний комфорт у спілкуванні, наявність значущих дружніх і близьких взаємин, готовність звертатися за соціальною підтримкою та задоволеність інтимною сферою життя тощо [22, с. 23–24].

Тест «Стійкість до стресу» [22] дозволив виміряти рівень стресостійкості (низький, середній, високий).

Емпіричне дослідження проводилось на базі Центру надання соціальних послуг та соціальної інтеграції м. Переяслава (Київської області) та Тернопільського міського територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг). У дослідження було залучено 48 осіб: 23 медичні працівники та 25 соціальних працівників.

**Результати.** За методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі» визначено загальний показник суб'єктивного благополуччя та показники за субшкалами: психологічне благополуччя, фізичне здоров'я та благополуччя, стосунки.

У табл. 1 наведено порівняльний аналіз середньогрупових показників суб'єктивного благополуччя та показників за субшкалами: психологічне благополуччя, фізичне здоров'я та благополуччя і стосунки соціальних і медичних працівників.

Таблиця 1

### Порівняльний аналіз середніх показників соціальних і медичних працівників за шкалою суб'єктивного благополуччя БіБіСі

Підгрупи	Субшкали та загальний показник суб'єктивного благополуччя							
	Психологічне благополуччя		Фізичне здоров'я та благополуччя		Стосунки		Суб'єктивне благополуччя	
	бал	рівень	бал	рівень	бал	рівень	бал	рівень
Соцпрацівники	36,12	Н	19,16	Н	14,96	Н	70	Н
Медпрацівники	41,48	С	18,26	Н	16,43	Н	76,17	Н

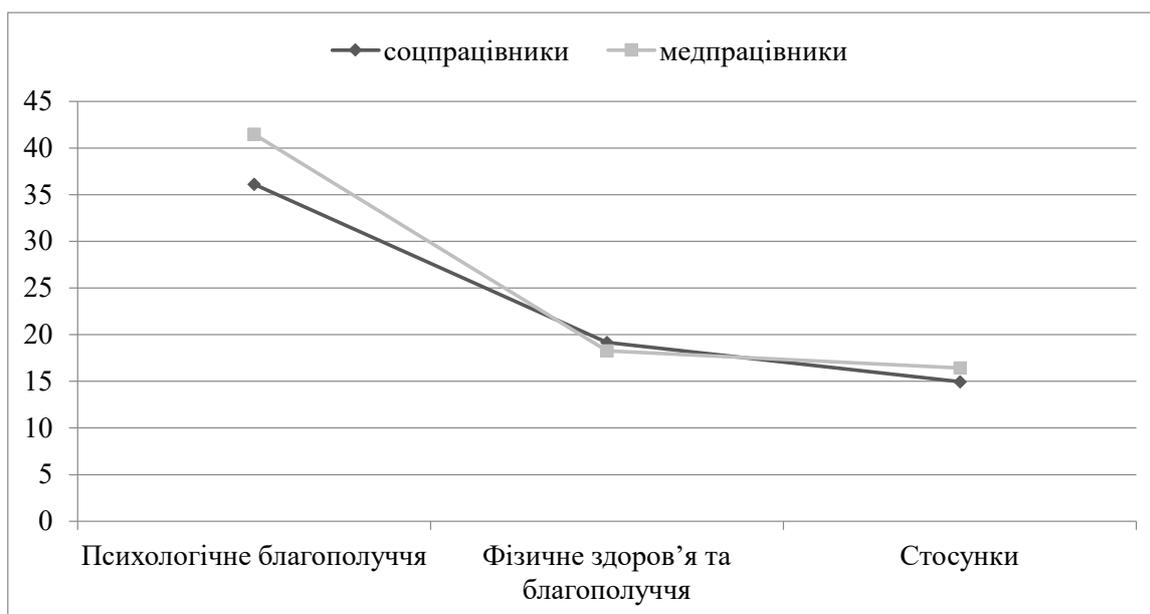
За загальним показником суб'єктивне благополуччя у підгрупі медичних працівників незначуще вище, ніж у підгрупі соціальних працівників (76,17 і 70 балів відповідно). Проте обидва показники відповідають низькому рівню благополуччя, хоча показник медпрацівників перебуває на межі із середнім рівнем благополуччя.

Порівняльний аналіз середньогрупових показників суб'єктивного благополуччя за субшкалами (рис. 1) не виявив відмінностей між соціальними і медичними працівниками за показниками «фізичне здоров'я та благополуччя» і «стосунки»: обидва показники відповідають низькому рівню благополуччя.

За субшкалою «психологічне благополуччя» вищий середньогруповий показник у підгрупі медичних працівників (41,48 бала), який відповідає середньому рівню благополуччя. Середньогруповий показник у підгрупі соціальних працівників (36,12 бала) відповідає низькому рівню благополуччя.

Представленість рівнів окремих субшкал і загального показника суб'єктивного благополуччя соціальних і медичних працівників за шкалою БіБіСі наведено у табл. 2.

**Порівняльний аналіз** представленості рівнів загального показника суб'єктивного благополуччя соціальних і медичних працівників (рис. 2) показав, що високий рівень благополуччя значно більше представлений у підгрупі медпрацівників – 13%, порівняно із соцпрацівниками – 4%. Низький рівень загального показника менш представлений також у підгрупі медпрацівників (56,5%), аніж у соцпрацівників (68%).



**Рис. 1. Середні показники соціальних і медичних працівників за субшкалами суб'єктивного благополуччя (БіБіСі)**

Отже, за результатами порівняльного аналізу середньогрупових показників і представленості рівнів загального показника суб'єктивного благополуччя соціальних і медичних працівників можна дійти висновку про вищий рівень суб'єктивного благополуччя підгрупи медичних працівників порівняно з підгрупою соціальних працівників.

Таблиця 2

**Представленість рівнів субшкал і загального показника суб'єктивного благополуччя (соц. і медпрацівники)**

Показники суб'єктивного благополуччя	Рівні суб'єктивного благополуччя					
	низький		середній		високий	
	соц.	мед.	соц.	мед.	соц.	мед.
Психологічне благополуччя	64	52	36	17,5	0	30,5
Фізичне здоров'я та благополуччя	64	70	28	30	8	0
Стосунки	64	52	20	30,5	16	17,5
Суб'єктивне благополуччя	68	56,5	28	30,5	4	13

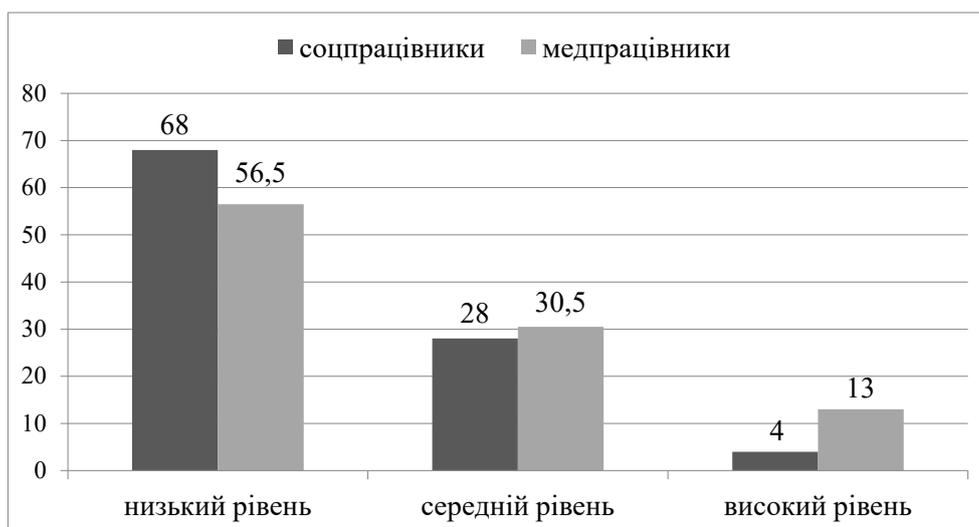
**Порівняльний аналіз** представленості рівнів показників окремих субшкал суб'єктивного благополуччя соціальних і медичних працівників за шкалою БіБіСі показав значне переважання представленості високого рівня за субшкалою «Психологічне благополуччя» у досліджуваних підгрупі медичних працівників – 30,5%, тоді як у досліджуваних підгрупі соціальних працівників високий рівень психологічного благополуччя не виявлений. Низький рівень за субшкалою «Психологічне благополуччя» менш представлений також у підгрупі медпрацівників (52%), аніж у соцпрацівників (64%).

Отже, за результатами порівняльного аналізу середньогрупових показників і представленості рівнів показника за субшкалою «Психологічне благополуччя» соціальних і медичних працівників можна зробити висновок, що рівень психологічного благополуччя досліджуваної підгрупи медичних працівників вищий, аніж у підгрупі соціальних працівників.

Показник «психологічне благополуччя» відображає суб'єктивне відчуття контролю над власним життям, позитивну спрямованість щодо майбутнього, упевненість у власних судженнях і переконаннях, а також переживання особистісного розвитку.

Представленість високого та середнього рівнів за субшкалою «Стосунки» у досліджуваних підгрупі медичних працівників також вища, але незначуще, як і нижча представленість низького рівня цього показника.

Отже, за результатами порівняльного аналізу середньогрупових показників і представленості рівнів показника за субшкалою «Стосунки» соціальних і медичних працівників можна дійти висновку,



**Рис. 2. Представленість рівнів загального показника суб'єктивного благополуччя соціальних і медичних працівників**

що рівень благополуччя за показником «стосунки» підгрупи медичних працівників незначуще вищий, аніж у підгрупі соціальних працівників.

Показник «стосунки» відображає суб'єктивну оцінку якості взаємодії з оточенням, емоційний комфорт у спілкуванні, наявність значущих дружніх і близьких взаємин, готовність звертатися за соціальною підтримкою та допомогою, задоволеність інтимною сферою життя тощо.

Проте представленість високого рівня за субшкалою «Фізичне здоров'я та благополуччя» вища у досліджуваних підгрупі соціальних працівників (8%), тоді як у досліджуваних підгрупі медичних працівників високий рівень фізичного здоров'я та благополуччя не виявлений. Низький рівень за цією субшкалою менш представлений також у підгрупі соцпрацівників (64%), аніж у медпрацівників (70%).

Отже, за результатами порівняльного аналізу середньогрупових показників і представленості рівнів показника за субшкалою «Фізичне здоров'я та благополуччя» соціальних і медичних працівників можна дійти висновку, що рівень фізичного здоров'я та благополуччя досліджуваної підгрупи соціальних працівників незначуще вищий, аніж у підгрупі медичних працівників.

Показник «фізичне здоров'я та благополуччя» характеризує рівень задоволеності соматичним станом, якістю сну, працездатністю, можливістю підтримувати повсякденну активність, поєднувати працю з відпочинком і фізичною активністю, а також відсутність виражених проявів тривоги та депресивних станів.

Тест «Стійкість до стресу» вимірює рівень стійкості до стресу (низький, середній, високий).

У табл. 3 наведено середні показники стійкості до стресу досліджуваних соціальних і медичних працівників.

Таблиця 3

**Середні показники стійкості до стресу соціальних і медичних працівників**

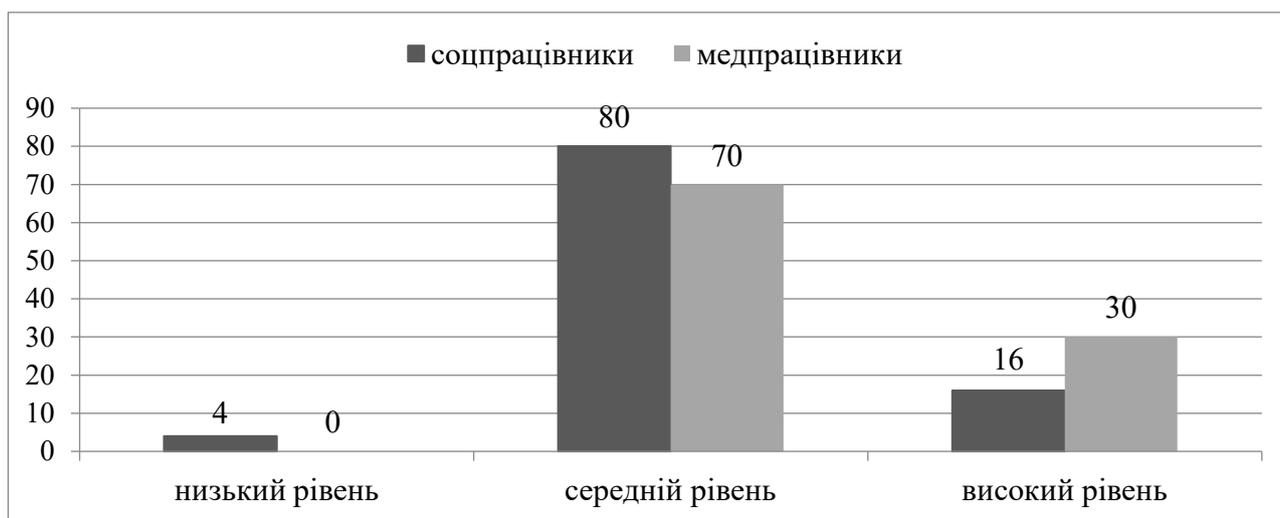
Підгрупи	Показник стійкості до стресу	
	бал	рівень
Соцпрацівники	34,64	середній
Медпрацівники	32,35	середній

Середньогрупові показники стійкості до стресу досліджуваних перебувають на середньому рівні, показник соціальних працівників незначуще вищий від показника стійкості до стресу медичних працівників (34,64 і 32,35 відповідно).

Представленість рівнів стійкості до стресу у підгрупах досліджуваних соціальних і медичних працівників наведено на рис. 3.

Високий рівень стійкості до стресу переважає у підгрупі досліджуваних медичних працівників – 30%.

У соціальних працівників високий рівень представлений удвічі менше – 16%. Низький рівень стійкості до стресу визначено тільки у соціальних працівників – 4%. У медичних працівників низького рівня стійкості до стресу не виявлено.



**Рис. 3. Представленість рівнів показника стійкості до стресу соціальних і медичних працівників**

**Висновки.** Середньогрупові загальні показники суб'єктивного благополуччя соціальних і медичних працівників відповідають низькому рівню благополуччя. За результатами порівняльного аналізу середньогрупових показників і представленості рівнів загального показника суб'єктивного благополуччя соціальних і медичних працівників можна дійти висновку, що рівень суб'єктивного благополуччя досліджуваної підгрупи медичних працівників вищий, аніж у підгрупі соціальних працівників. За показниками субшкाल у досліджуваній підгрупі медичних працівників вищий рівень психологічного благополуччя та показника «стосунки», у підгрупі соціальних працівників незначуще вищий рівень фізичного здоров'я та благополуччя.

Середньогрупові показники стійкості до стресу досліджуваних перебувають на середньому рівні. Високий рівень стійкості до стресу переважає у підгрупі досліджуваних медичних працівників. Низький рівень стійкості до стресу визначено тільки у соціальних працівників.

Отримані результати підкреслюють необхідність впровадження системних програм психологічної підтримки та профілактики професійного виснаження працівників соціальної сфери в умовах воєнного часу.

### Література:

1. Що таке ментальне здоров'я та як про нього дбати? Сайт Державної служби України з питань праці. URL: <https://smu.dsp.gov.ua/news/shcho-take-mentalne-zdorov-ia-ta-iaak-pro-noho-dbaty> (дата звернення: 12.12.2025).
2. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомогі в умовах тривалої травматизації: монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
3. Mental health. *World Health Organization*. 8 October 2025. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response> (дата звернення: 12.12.2025).
4. Well-being. *APA Dictionary of Psychology*. URL: <https://dictionary.apa.org/well-being> (дата звернення: 12.12.2025).
5. Ryff C.D., Singer B. Psychological well-being: Meaning, measurement and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and psychosomatics*. 1996. № 65(1). P. 14–23. DOI: 10.1159/000289026.
6. Bryant F.B., Veroff J. The structure of psychological well-being: A sociohistorical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1982. 43(4). P. 653–673. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.43.4.653>.
7. Warr P. A study of psychological well-being. *British Journal of Psychology*. 1978. Vol. 62. Issue 1. P. 111–121. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1978.tb01638.x>.
8. Voukelatou V., Gabrielli L., Miliou I. et al. Measuring objective and subjective well-being: dimensions and data sources. *Int J Data Sci Anal*. 2021. Vol. 11. P. 279–309. DOI: <https://doi.org/10.1007/s41060-020-00224-2>.
9. Гринів О. Аналіз підходів до дослідження психологічного благополуччя особистості. Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. 2014. Вип. 19. Ч. 1. С. 25–34.
10. Сердюк Л.З. Фактори самодетермінації та психологічного благополуччя особистості. Український психологічний журнал. 2019. № 2(12). С. 147–159.
11. Савченко О.В., Калюк О.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>.
12. Березовська Л. Психологічне благополуччя та задоволеність життям: емпіричний ракурс. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 53(3). С. 24–32. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2019-53-3-24-32>.
13. Бондарчук О., Казакова С. Особливості психологічного благополуччя керівників закладів професійної (професійно-технічної) освіти з різними типами ставлення до персоналу освітньої організації. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3–4(27). С. 75–84. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.7>.

14. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни: основні вияви і ресурси. *Вчені записки Університету «Крок»*. 2022. № 3(67). С. 124–133. DOI: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-67-124-133>.
15. Коваленко А., Рик Г. Особливості професійного благополуччя працівників сфери інформаційних технологій. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2020. Том 2. № 12. С. 26–33. DOI: [https://doi.org/10.17721/BSP.2020.2\(12\).5](https://doi.org/10.17721/BSP.2020.2(12).5).
16. Ринжук Т.В. Психологічні ресурси та стратегії підтримки професійного благополуччя представників органів місцевого самоврядування в умовах воєнного стану. Психологічні студії. Волинський національний університет імені Лесі Українки : Видавничий дім «Гельветика». 2025. № 2. С. 159–164.
17. Vasylykevych Ya.Z., Kikinezhdi O.M., Ryk H.S. Psychodiagnostic of mental health of Ukrainian refugees in European countries. Психологічне благополуччя та ментальне здоров'я в умовах невизначеності : матеріали науково-практичної конференції, м. Одеса, 7 квітня 2025 р. Львів-Торунь : Liha-Pres, 2025. С. 139–142. DOI: <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-38>.
18. Kikinezhdi O.M., Savelyuk N.M., Levchuk N.S., Vasylykevych Ya.Z. Design thinking in the development of the ability to manage the environment of life activities as a component of personal psychological well-being. *Grail of Science : inter. scientific journal*. № 35. Вінниця ; Відень : ГО «Європейська наукова платформа» : «International Centre Corporative Management», 2024. С. 436–442. DOI: [10.36074/grail-of-science.19.01.2024.080](https://doi.org/10.36074/grail-of-science.19.01.2024.080).
19. Savelyuk N., Kikinezhdi O., Vasylykevych Ya. Psychological well-being of Ukrainian youth as a component of personal resource in conditions of uncertainty. *Quality of Life in Global and Local Contexts: Values, Innovation, and Multidisciplinary Dimensions : Monograph*. Opole : The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole, 2023. P. 638–648. URL: [https://www.wszia.opole.pl/wpcontent/uploads/2024/01/Mono\\_Opole\\_2023-1.pdf](https://www.wszia.opole.pl/wpcontent/uploads/2024/01/Mono_Opole_2023-1.pdf).
20. Vasylykevych Ya.Z., Shalnieva P.O., Ryk S.M., Zhynska H.Ya., Kikinezhdi O.M. Creativity and uncertainty tolerance as a resource for the psychological well-being of an individual. *Revista de la Universidad del Zulia*. Vol. 12, Núm. 34, Ciencias Sociales y Arte, Septiembre-Diciembre 2021. 585–603. DOI: <https://doi.org/10.46925/rdluz.34>.
21. Cox T. The nature and management of stress. *New Behav*. 1975. V. 2. P. 493.
22. 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.

## References:

1. State Labour Service of Ukraine. (2025). Shcho take mentalne zdorovia ta yak pro noho dbaty? [What is mental health and how to take care of it?]. Retrieved December 12, 2025, from: <https://smu.dsp.gov.ua/news/shcho-take-mentalne-zdorov-ia-ta-ia-k-pro-noho-dbaty> [in Ukrainian].
2. Tytarenko, T.M. (2018). Psykholohichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy v umovakh tryvaloi travmatyzatsii [Psychological health of personality: Self-help resources under conditions of prolonged traumatization]. Kropyvnytskiy: Imeks-LTD [in Ukrainian].
3. World Health Organization. (2025, October 8). *Mental health*. Retrieved December 12, 2025, from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
4. American Psychological Association. (2022). Well-being. In *APA Dictionary of Psychology*. Retrieved December 12, 2025, from: <https://dictionary.apa.org/well-being>.
5. Ryff, C.D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65(1), 14–23. <https://doi.org/10.1159/000289026>.
6. Bryant, F.B., & Veroff, J. (1982). The structure of psychological well-being: A sociohistorical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(4), 653–673. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.43.4.653>.
7. Warr, P. (1978). A study of psychological well-being. *British Journal of Psychology*, 62(1), 111–121. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1978.tb01638.x>.
8. Voukelatou, V., Gabrielli, L., Miliou, I., et al. (2021). Measuring objective and subjective well-being: Dimensions and data sources. *International Journal of Data Science and Analytics*, 11, 279–309. <https://doi.org/10.1007/s41060-020-00224-2>.
9. Hryniv, O. (2014). Analiz pidkhodiv do doslidzhennia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti [Analysis of approaches to the study of psychological well-being of personality]. *Zbirnyk naukovykh prats: filosofii, sotsiologii, psykholohii*, 19(1), 25–34 [in Ukrainian].
10. Serdiuk, L.Z. (2019). Faktory samodeterminatsii ta psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti [Factors of self-determination and psychological well-being of personality]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal*, 2(12), 147–159 [in Ukrainian].
11. Savchenko, O.V., & Kaliuk, O.O. (2021). Struktura subiektyvnoho blahopoluchchia studentiv [Structure of students' subjective well-being]. *Orhanizatsiina psykholohii. Ekonomichna psykholohii*, 4(24), 61–67. <https://doi.org/10.31108/2.2021.4.24.8> [in Ukrainian].
12. Berezovska, L. (2020). Psykholohichne blahopoluchchia ta zadovolenist zhyttiam: empirichni rakurs [Psychological well-being and life satisfaction: An empirical perspective]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*, 53(3), 24–32. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2019-53-3-24-32> [in Ukrainian].
13. Bondarchuk, O., & Kazakova, S. (2022). Osoblyvosti psykholohichnoho blahopoluchchia kerivnykiv zakladiv profesiinoi osvity z riznymi typamy stavlennia do personalu [Features of psychological well-being of vocational education institution managers with different types of attitudes toward staff]. *Orhanizatsiina psykholohii. Ekonomichna psykholohii*, 3–4(27), 75–84. <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.7> [in Ukrainian].
14. Karamushka, L.M. (2022). Psykhične zdorovia personalu orhanizatsii v umovakh viiny: osnovni vyiavy i resursy [Mental health of organizational staff under war conditions: Main manifestations and resources]. *Vcheni zapysky Universytetu "Krok"*, 3(67), 124–133. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-67-124-133> [in Ukrainian].
15. Kovalenko, A., & Ryk, H. (2020). Osoblyvosti profesiinoho blahopoluchchia pratsivnykiv sfery informatsiinykh tekhnolohii [Features of professional well-being of information technology employees]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Psykholohii*, 2(12), 26–33. [https://doi.org/10.17721/BSP.2020.2\(12\).5](https://doi.org/10.17721/BSP.2020.2(12).5) [in Ukrainian].

16. Rynzhuk, T.V. (2025). Psykholohichni resursy ta stratehii pidtrymky profesiinoho blahopoluchchia predstavnykiv orhaniv mistsevoho samovriaduvannia v umovakh voiennoho stanu [Psychological resources and support strategies for professional well-being of local government representatives under martial law]. *Psykholohichni studii*, 2, 159–164 [in Ukrainian].
17. Vasylykevych, Ya.Z., Kikinezhdi, O.M., & Ryk, H.S. (2025). Psychodiagnostic of mental health of Ukrainian refugees in European countries. In *Psychological well-being and mental health under conditions of uncertainty: Proceedings of the scientific and practical conference* (pp. 139–142). Lviv–Torun: Liha-Pres. <https://doi.org/10.36059/978-966-397-496-5-38>.
18. Kikinezhdi, O.M., Savelyuk, N.M., Levchuk, N.S., & Vasylykevych, Ya.Z. (2024). Design thinking in the development of the ability to manage the environment of life activities as a component of personal psychological well-being. *Grail of Science*, 35, 436–442. <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.19.01.2024.080>.
19. Savelyuk, N., Kikinezhdi, O., & Vasylykevych, Ya. (2023). Psychological well-being of Ukrainian youth as a component of personal resource in conditions of uncertainty. In *Quality of Life in Global and Local Contexts: Values, Innovation, and Multidisciplinary Dimensions* (pp. 638–648). Opole: Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole. [https://www.wszia.opole.pl/wpcontent/uploads/2024/01/Mono\\_Opole\\_2023-1.pdf](https://www.wszia.opole.pl/wpcontent/uploads/2024/01/Mono_Opole_2023-1.pdf).
20. Vasylykevych, Ya.Z., Shalnieva, P.O., Ryk, S.M., Zhyrskaya, H.Ya., & Kikinezhdi, O.M. (2021). Creativity and uncertainty tolerance as a resource for the psychological well-being of an individual. *Revista de la Universidad del Zulia*, 12(34), 585–603. <https://doi.org/10.46925//rdluz.34>.
21. Cox, T. (1975). The nature and management of stress. *New Behaviour*, 2.
22. Karamushka, L.M. (Ed.). (2023). *Metodyky doslidzhennia psykhiichnoho zdorovia ta blahopoluchchia personalu orhanizatsii: psykholohichniy praktykum* [Methods for studying mental health and well-being of organizational staff: Psychological practicum]. Kyiv: H.S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine [in Ukrainian].

**Дата першого надходження статті до видання: 29.11.2025**  
**Дата прийняття статті до друку після рецензування: 16.12.2025**  
**Дата публікації (оприлюднення) статті: 12.03.2026**