

ДЕСТРУКТИВНІ ТА КОНСТРУКТИВНІ ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ПРОТИДІЇ ЕКОЛОГІЧНИМ ТА ЕПІДЕМІЧНИМ ЗАГРОЗАМ В УМОВАХ ВІЙНИ

Корчакова Наталія Вікторівна

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри вікової та педагогічної психології
Рівненського державного гуманітарного університету
ORCID ID: 0000-0003-1164-3370
Scopus Author ID: 57226600692
Researcher ID: HKV-5556-2023

Лазоренко Борис Петрович

кандидат філософських наук, доцент,
провідний науковий співробітник
відділу соціальної психології особистості
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України
ORCID ID: 0000-0002-2113-0424
Researcher ID: ABX-3933-2022

Безлюдна Валентина Іванівна

кандидат педагогічних наук, доцент,
професор кафедри вікової та педагогічної психології
Рівненського державного гуманітарного університету
ORCID ID: 0000-0003-3276-3427
Scopus Author ID: 57738125800

Статтю присвячено аналізу психологічної готовності української студентської молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам в умовах війни в контексті набутих ними рівнів травмувальних стресових станів і психоемоційного вигорання, а також рівнів їхнього психологічного благополуччя, психологічної резильєнтності та ресурсного стресодолавання.

З'ясовано, що переважна більшість досліджуваних (84,3%) зазначили наявність середніх рівнів готовності в контексті впливу середніх і високих рівнів симптомів травмувальних стресових станів і психоемоційного вигорання, високих і середніх рівнів психологічного благополуччя, психологічної резильєнтності та ресурсного стресодолавання. Їх готовність протидіяти екологічним та епідемічним загрозам має статистично значущі зв'язки з ресурсним стресодолаванням ($r = 0,316$; $p < 0,01$), резильєнтністю ($r = 0,260$; $p < 0,01$), психологічним благополуччям ($r = 0,143$; $p < 0,05$), симптомами травмувальних стресових станів ($r = -0,210$; $p < 0,01$). Не виявлено статистично значущого взаємозв'язку між показниками готовності протидіяти загрозам і психоемоційним вигоранням ($r = 0,037$; $p \geq 0,05$). Відповідно до кореляційного аналізу та зіставлення рівневих показників визначено, що деструктивний вплив на готовність респондентів мають симптоми травмувальних стресових станів, а конструктивний – ресурсне стресодолавання.

Практичне значення дослідження полягає у з'ясуванні основних цілей підвищення психологічної готовності студентської молоді в умовах війни – пригнічення її деструктивних чинників та фасилітація конструктивних. Перспективними визначено подальше вивчення особливостей парадоксальної адаптації щодо забезпечення високих рівнів готовності молоді протидіяти екологічним та епідемічним загрозам, особистісного зростання та загального психологічного здоров'я, розроблення ефективних засобів психологічної допомоги для підвищення рівня її психологічної готовності до протидії загрозам в умовах війни.

Ключові слова: психологічна готовність протидіяти загрозам, стресові стани, вигорання, психологічне благополуччя, резильєнтність, стресодолавання.

Korchakova N., Lazorenko B., Bezliudna V. DESTRUCTIVE AND CONSTRUCTIVE FACTORS OF STUDENTS' PSYCHOLOGICAL READINESS TO COUNTER ENVIRONMENTAL AND EPIDEMIC THREATS IN WARTIME CONDITIONS

The article examines the psychological readiness of Ukrainian students to counter ecological and epidemic threats in wartime conditions in relation to their levels of traumatic stress and emotional burnout, as well as their levels of well-being, resilience, and resource-based coping with stress. The findings indicate that the majority of participants (84.3 percent) reported moderate levels of readiness in the context of moderate and high levels of traumatic stress symptoms and emotional burnout, together with high and moderate levels of psychological well-being, resilience, and resource-based coping. Furthermore, readiness to counter ecological and epidemic threats demonstrated statistically significant correlations with other indicators of psychological functioning, in particular, resource-based coping ($r = 0.316$; $p < 0.01$), resilience ($r = 0.260$; $p < 0.01$), psychological well-being ($r = 0.143$; $p < 0.05$), and traumatic stress symptoms ($r = -0.210$; $p < 0.01$). No statistically significant correlation was found between readiness to counter threats and emotional burnout ($r = 0.037$; $p \geq 0.05$). Correlation analysis and comparison of level indicators identified traumatic stress symptoms as a destructive factor influencing readiness, while resource-based coping was identified as a constructive factor. However, living in conditions of continuous systematic military threats may provoke a special paradoxical adaptation to its challenges. For instance, we have reason to assert that for a certain part of students, destructive factors can positively stimulate their psychological readiness, resilience, and stress management.

This study holds practical importance by establishing the main objectives for enhancing students' psychological readiness in wartime conditions, in particular reducing destructive factors and facilitating constructive ones. The prospects for further research involve exploring the features of paradoxical adaptation among students to ensure high levels of readiness to counter ecological and epidemic threats, foster personal growth, and promote overall psychological health in wartime conditions, as well as providing necessary psychological support to strengthen students' readiness to counter threats.

Key words: *psychological readiness to counter, traumatic stress symptoms, emotional burnout, well-being, resilience, and resource-based coping with stress.*

Вступ. Дослідженню психологічної готовності особистості до вирішення життєвих завдань у різних життєвих умовах, включно з її життєдіяльністю в ситуації війни, присвячені численні роботи вітчизняних і зарубіжних фахівців. Особливо важливим у сучасних реаліях геноцидної війни Росії проти української держави та її цивільного населення є вивчення психологічної готовності студентської молоді протидіяти військовим потенційним небезпекам і зумовленим ними епідемічним та екологічним загрозам щодо збереження її життя і здоров'я для перемоги та повоєнної відбудови країни. Концептуалізація поняття «психологічна готовність» та його операціоналізація в умовах сучасних українських реалій здійснена групою науковців, очолюваних Л. Карамушкою. Зокрема, виокремлено та з'ясовано сутність і структуру готовності; проаналізовано її основні компоненти; запропоновано методи діагностики [1]. Готовність громадян і суспільних груп до дій в умовах небезпечних і надзвичайних ситуацій ґрунтовно проаналізовано в дослідженні співробітників Інституту соціальної та політичної психології НАПН України В. Духневич, Н. Довгань, С. Поліщук та ін. [2].

Значну увагу групою українських дослідників, закономірно, приділено проблемі психологічної готовності військовослужбовців до діяльності в екстремальних умовах ведення бойових дій. Зокрема, співробітники Науково-дослідного центру гуманітарних проблем Збройних Сил України [3] розробили змістові та критеріальні питання такої готовності, визначили особливості її формування. Серед зарубіжних досліджень привертає увагу комплекс статей австралійських науковців, присвячених розробці та валідазації дев'ятифакторної шкали моніторингу готовності військовослужбовців до виконання обов'язків несення служби [4].

Водночас можемо констатувати, що досліджень психологічної готовності цивільної молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам, породженим війною, є обмаль. А втім, вивчення цих питань є досить важливим з огляду на те, що саме молодь має брати активну участь у забезпеченні перемоги в цій війні та в повоєнній відбудові країни. Дослідники цієї теми звертають увагу на те, що психологічна готовність особистості протистояти загрозам формується і функціонує не лише в контексті впливу різних деструктивних чинників та їх наслідків, але й у контексті важливих психологічних складових загального здоров'я особистості та соціальних груп, які можуть конструктивно підтримувати її в цих умовах. Серед деструктивних насамперед слід виокремити стресогенні чинники війни, зумовлені ними симптоми травмувальних стресових станів (далі – СТСС) та психоемоційне вигорання, а серед його конструктивних складових, які підтримують психологічну готовність особистості, зазначаємо психологічне благополуччя (далі – ПБ), психологічну резильєнтність і ресурсне стресодолаання.

За нашим припущенням, в умовах війни психологічне благополуччя студентської молоді у його суб'єктному прояві спільно з резильєнтністю та ресурсним стресодолаанням може стимулювати психологічну готовність особистості до протидії екологічним та епідемічним загрозам. Проте в деякої частини осіб унаслідок психотравмування та вигорання може відбутися ураження психологічного благополуччя, зниження

резильєнтності та здатності ресурсного стресодолаання, що може спричиняти поглиблення симптоматики травмувальних стресових станів і вигорання. У комплексі це може призводити до певної деформації психологічної готовності особистості протидіяти екологічним та епідемічним загрозам, зокрема до її неадекватного послаблення або, навпаки, до нерелевантного цим загрозам збудження та загострення.

Тому дослідження готовності особистості протидіяти екологічним та епідемічним загрозам повинно здійснюватися комплексно, враховуючи як деструктивні впливи травмувальних стресових станів та вигорання особистості, так і конструктивну дію її психологічного благополуччя, психологічної резильєнтності та ресурсного стресодолаання в реальних умовах продовження війни.

Метою статті є аналіз стану психологічної готовності студентської молоді протидіяти екологічним та епідемічним загрозам в умовах війни в контексті набутих нею рівнів симптомів травмувальних стресових станів і психоемоційного вигорання, з одного боку, і станів її психологічного благополуччя, психологічної резильєнтності та ресурсного стресодолаання – з іншого.

Методи та матеріали. Дослідження проводилося в березні 2025 року з використанням онлайн-сервісу Google Forms. Загальний обсяг вибірки досліджуваних становив 208 здобувачів вищої освіти віком від 17 до 19 років, із них 192 особи жіночої статі та 16 – чоловічої. Це молодь, що змушена була завершувати навчання в середній школі та розпочинати університетське навчання в умовах повномасштабного вторгнення Російської Федерації. Під час зіставлення результатів у підгрупах студентів і студенток показники рівнів різних чинників використовувалися лише як орієнтовні характеристики з огляду на незначний обсяг чоловічої вибірки.

У дослідженні застосовувався комплекс переважно скринінгових методик, орієнтованих на суб'єктивні оцінки своїх станів його учасниками: «Скринінговий запитальник психологічної готовності особистості до протидії екологічним та епідемічним загрозам», авт. Б. Лазоренко, В. Безлюдна [5]; опитувальник «Перелік симптомів ПТСР», адапт. для української популяції шкали PCL-5, В. Г. Безшейко [6]; опитувальник «Діагностика професійного вигорання», авт. К. Маслач, С. Джексон, українська адаптація [7]; «Скринінговий запитальник психологічного благополуччя», авт. Б. Лазоренко), розроблений на основі опитувальника «Шкали психологічного благополуччя», К. Ріфф, адапт. С. Карсканової [8]; «Шкала резильєнтності», авт. К. Connor, J. Davidson, адапт. Кокун, Мельничук [9]; «Ресурсо-орієнтована модель стресодолаання BASIC Ph», авт. М. Lahad, & D. Leykin, [10], україномовний варіант [11]. Первинна статистична обробка отриманих результатів здійснювалася за допомогою програми IBM SPSS Statistics 29.

Результати. Наукове дослідження започатковувалося з'ясуванням рівнів психологічної готовності студентської молоді протидіяти екологічним та епідемічним загрозам. Загалом рівень психологічної готовності студентської молоді до протидії екологічним та епідеміологічним загрозам є задовільним. У переважної більшості учасників опитування (84,3%) він характеризується середніми показниками (див. табл. 1).

Таблиця 1

Рівневі показники індикаторів психологічного функціонування

Індикатори психологічного функціонування	Підгрупи респондентів	Показники наповнюваності підгруп різного рівня функціонування індикаторів психологічного функціонування (у %) N = 208		
		низький рівень	середній рівень	високий рівень
Готовність студентської молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам	жінки	15,1	84,9	0
	чоловіки	18,8	75,0	6
	загалом	15,2	84,3	0,5
СТСС	жінки	13	24	63
	чоловіки	19	50	31
	загалом	12,9	24,2	62,9
Психоемоційне вигорання	жінки	3	85	12
	чоловіки	0	87,5	12,5
	загалом	2,4	85,7	11,9
Психологічного благополуччя	жінки	0	67	33
	чоловіки	0	75	25
	загалом	0	67,1	32,9
Резильєнтність	жінки	22,2	56,2	21,6
	чоловіки	18,8	50,0	31,3
	загалом	21,9	55,7	22,4
Ресурсне стресодолаання	жінки	7,8	28,0	64,2
	чоловіки	0	58,8	41,2
	загалом	7,1	30,5	62,4

При цьому в жіночій вибірці середні рівні зустрічаються частіше (84,9%), ніж у чоловічій вибірці (75,0%). У хлопців низькі рівні психологічної готовності до протидії загрозам зустрічаються частіше, ніж відповідні показники в підгрупі дівчат (18,8 і 15,1% відповідно), проте в чоловічій вибірці присутні і високі рівні психологічної готовності (6%), які у жіночій вибірці відсутні.

Проведений кореляційний аналіз вказує на існування низки статистично значущих взаємозв'язків між досліджуваними психологічними показниками (див. табл. 2). Зокрема, існує слабкий обернено пропорційний зв'язок між показниками готовності протидіяти загрозам (ГПЗ) та СТСС ($r = -0,210$; $p < 0,01$), помірний позитивний зв'язок між ГПЗ та ресурсним стресодоланням ($r = 0,316$; $p < 0,01$), дещо слабший позитивний зв'язок між ГПЗ та резильєнтністю ($r = 0,260$; $p < 0,01$), а також слабкий зв'язок між ГПЗ та психологічним благополуччям ($r = 0,143$; $p < 0,05$).

Таблиця 2

Кореляційні зв'язки між показниками готовності протидіяти екологічним та епідеміологічним загрозам та іншими індикаторами психологічного функціонування

Індикатори психологічного функціонування	Готовність протидіяти екологічним та епідеміологічним загрозам	
	Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)
Психологічне благополуччя	0,143*	0,040
СТСС	-0,210**	0,002
Психоемоційне вигорання	0,037	0,594
Резильєнтність	0,260**	0,000
Ресурсне стресодолання	0,316**	0,000

Примітки: ** – показник статистично значущий на рівні 0,01; * – показник статистично значущий на рівні 0,05.

Зіставляючи суб'єктивні оцінки рівнів психологічної готовності респондентів протидіяти екологічним та епідемічним загрозам з їх оцінками рівнів СТСС (див. рис. 1), ми виходили із смислового очікування, що на початку четвертого року повномасштабної війни простежуватиметься переважання середніх і високих рівнів СТСС, яким відповідатимуть різні рівні психологічної готовності молоді їм протидіяти, як відносно адекватні, так і завищені чи занижені (відповідно з різними індивідуальними конфігураціями психологічного благополуччя, резильєнтності, ресурсного стресодолання респондентів та їх виснаження, згідно із застосованими в дослідженні методиками).

За отриманими результатами їх співвідношення можемо зазначити наявність низьких рівнів готовності (15,2%) і низьких рівнів СТСС (12,9%), високих рівнів СТСС (63%) і високих рівнів готовності (0,5%), а також середніх рівнів психологічної готовності студентської молоді (84,3%) і середніх рівнів СТСС (24,2%) Загалом, за наявних умов війни переважна більшість студентської молоді (84,3%) декларує середній рівень психологічної готовності протидії загрозам, перебуваючи в умовах високого (60%) і середнього (24,2%) рівнів симптомів травматичних стресових станів. Слабкий обернено пропорційний зв'язок між зазначеними індикаторами психологічного функціонування вказує на потенційний деструктивний вплив, який можуть здійснювати травматичні стани на готовність протидіяти екологічним та епідеміологічним загрозам, проте наявність подібних станів не позбавляє людину можливості адекватно реагувати на виклики, пов'язані із зазначеними наслідками війни.

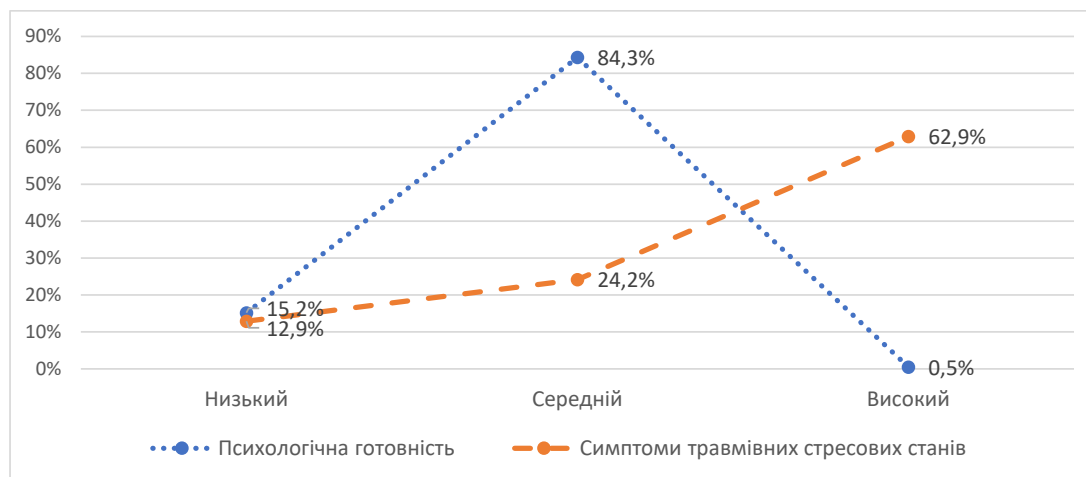


Рис. 1. Графічна презентація показників рівнів психологічної готовності молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам і рівнів СТСС (у %)

Щодо порівняння показників рівнів психологічної готовності та СТСС у чоловічій та жіночій вибірках маємо засвідчити, що у хлопців низькі рівні готовності (18,8%) співмірні низьким рівням СТСС (19%). Середні рівні готовності (75,0%) є помітно вищими, ніж середні рівні СТСС (50,0%). Високі рівні готовності (6,0%) суттєво нижчі, ніж високі рівні симптомів травмувальних стресових станів (31,0%). Натомість у дівчат низькі рівні готовності (15,1%) співмірні з низькими рівнями СТСС (13,0%), середні рівні готовності (84,9%) у декілька разів вищі за середні рівні СТСС (24,0%), натомість за відсутності високих рівнів готовності зазначено суттєво високі рівні СТСС (63,0%), які значно перевищують їхні середні рівні СТСС.

Загалом, беручи до уваги високі та середні рівні СТСС, переважній більшості респондентів вдалося зберігати середні рівні психологічної готовності до протидії екологічним та епідемічним загрозам в умовах війни, що триває. Ці результати навели нас на думку, що високі та середні рівні СТСС можуть не тільки знижувати в окремих респондентів психологічну готовність протидіяти загрозам, але й виступати стимулами її підвищення. Також, імовірно, стабілізація психологічної готовності в більшості учасників дослідження на середньому рівні може бути пояснена впливами інших конструктивних психологічних чинників, залучених до нашого комплексного дослідження.

Під час порівняння рівнів психологічної готовності протидії екологічним та епідемічним загрозам респондентів із встановленими рівнями психоемоційного вигорання (рис. 2) ми виходили з прогностичного смислового очікування, що високим рівням психологічної готовності відповідатимуть низькі рівні вигорання, і навпаки – низьким рівням готовності відповідатимуть високі рівні вигорання. За отриманими результатами маємо такі їх співвідношення: низькі рівні психологічної готовності (15,2%) у декілька разів вищі, ніж низькі рівні вигорання (2,4%); середні рівні готовності (84,3%) виявилися співмірними із середніми рівнями вигорання (85,7%), а високі рівні готовності (0,5%) набагато нижчі за високі рівні вигорання (11,9%). Для переважної кількості студентської молоді середні рівні психологічної готовності є співмірними із середніми рівнями психоемоційного вигорання.

У цьому сенсі, зважаючи на середні рівні вигорання, їм вдається підтримувати середній рівень психологічної готовності протидіяти екологічним та епідемічним загрозам. Водночас проведений кореляційний аналіз не підтвердив нашого очікування щодо наявності взаємозв'язку між зазначеними конструктами ($r = 0,037$; $p \geq 0,05$).

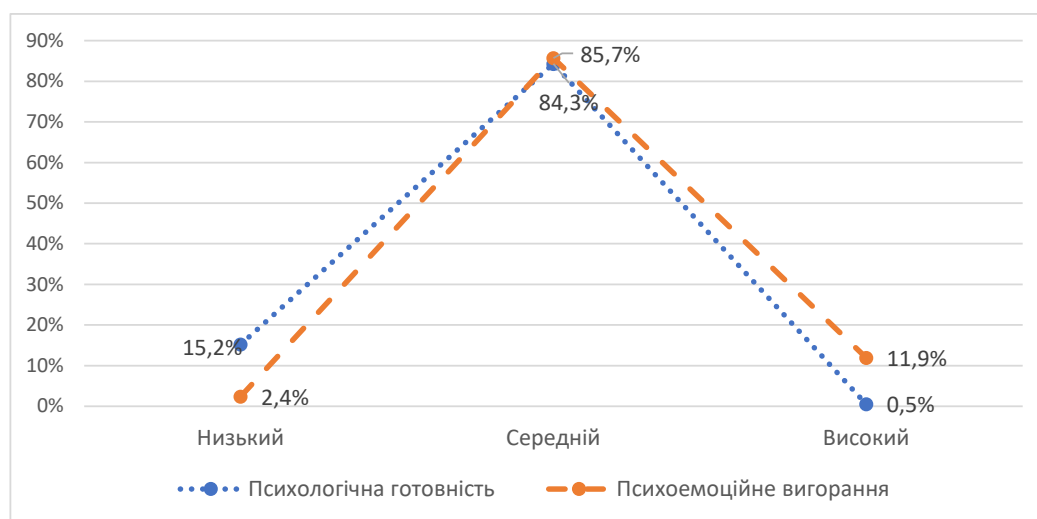


Рис. 2. Графічна презентація показників рівнів психологічної готовності молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам і рівнів психоемоційного вигорання (у %)

Здійснюючи порівняння рівнів психологічної готовності студентської молоді з рівнями їхнього психологічного благополуччя, ми сподівалися, що в респондентів із високими рівнями психологічної готовності також будуть високі рівні ПБ. Однак за отриманими результатами було з'ясовано, що низьким (15,2%) і середнім рівням готовності, які притаманні переважній більшості студентської молоді (84,3%), відповідають середні (67,1%) та високі (32,9%) рівні ПБ. При цьому високі рівні готовності показали лише 0,5% респондентів, а низькі рівні психологічного благополуччя відсутні (див. рис. 3).

Щодо співвідношення рівнів готовності та психологічного благополуччя дівчат і хлопців слід сказати, що у студенток з низькими рівнями готовності (15,1%) відсутні низькі рівні психологічного благополуччя; середні рівні готовності у них представлені досить потужно (84,9%), але відсутні високі рівні готовності. При цьому високі рівні ПБ зазначила третина респонденток (33,0%).

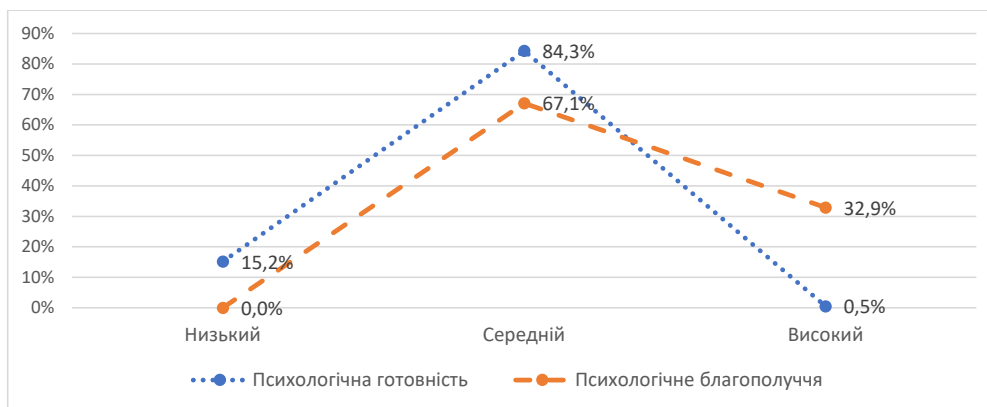


Рис. 3. Графічна презентація показників рівнів психологічної готовності молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам і рівнів психологічного благополуччя (у %)

У хлопців загальний розподіл зазначених відношень має такий вигляд: за низьких рівнів психологічної готовності (18,8%) відсутні низькі рівні ПБ; середні рівні готовності (75,0%) за відсотками такі самі, як і середні рівні ПБ (75,0%); за незначних високих рівнів готовності студентів (6,0%) високі рівні ПБ становлять чверть (25,0%) чоловічої вибірки. Загалом у нашій вибірці респондентів ми спостерігаємо, що в умовах тривалого деструктивного впливу чинників війни переважній більшості студентів вдалося зберегти середні рівні психологічної готовності до загроз за середніх і високих рівнів психологічного благополуччя, проте значної кореляції між цими показниками не спостерігається ($r = 0,143$; $p < 0,05$).

Аналіз співвідношення рівнів психологічної готовності студентів до протидії екологічним і епідемічним загрозам та психологічної резильєнтності (рис. 4) свідчить про те, що середній рівень психологічної готовності (84,3%) є співмірним із сумою середнього (55,7%) та високого (22,4%) рівнів психологічної резильєнтності, а низький рівень психологічної резильєнтності (21,9%) є дещо вищим, ніж низький рівень психологічної готовності (15,2%).

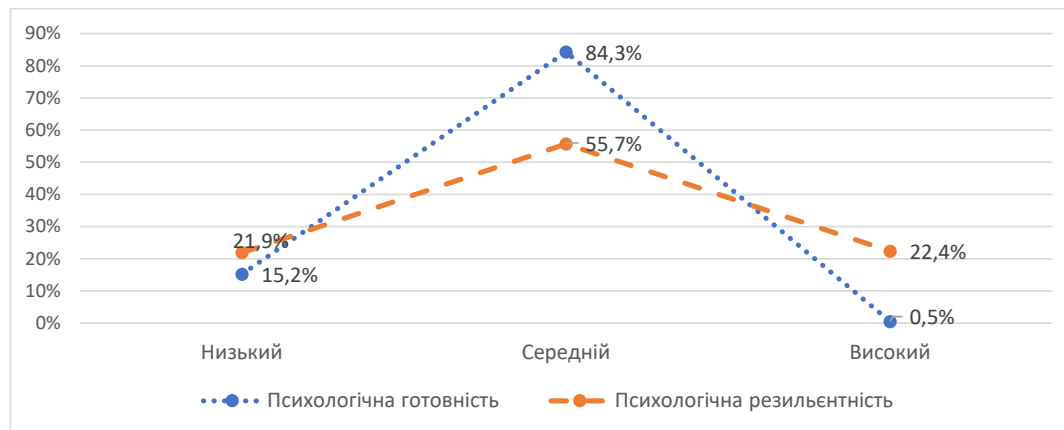


Рис. 4. Графічна презентація показників рівнів психологічної готовності молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам і рівнів їхньої психологічної резильєнтності (у %)

Результати співвідношення показників рівнів психологічної готовності та психологічної резильєнтності студенток та студентів такі: низькі рівні готовності у дівчат (15,1%) дещо нижчі, ніж рівні резильєнтності (22,2%). Середні рівні (84,9%) готовності студенток, навпаки, значно вищі за їх середні рівні резильєнтності (56,2%). Високі рівні готовності у студенток відсутні, а відсоток високого рівня резильєнтності є досить високим (21,6%). Щодо хлопців зазначаємо, що їх низькі рівні готовності (18,8%) повністю збігаються з низькими рівнями резильєнтності. Середні рівні готовності у студентів вищі (75,0%), ніж їх середні рівні резильєнтності (50,0%). Однак високі рівні резильєнтності (31,3%) суттєво вищі за високі рівні їхньої психологічної готовності (6,0%).

Таким чином, можемо припустити, що високі рівні резильєнтності студентської молоді спільно з їх середніми рівнями підтримують середні рівні їхньої психологічної готовності протидіяти екологічним та епідемічним загрозам. При цьому високі рівні резильєнтності є лідерами такої підтримки. Згідно з результатами кореляційного аналізу, готовність протидіяти загрозам більшою мірою пов'язана

з резильєнтністю, ніж з психологічним благополуччям, але меншою – ніж з ресурсним стресодоланням (див. табл. 2). Останній конструкт відіграє роль одного з основних факторів, що опосередковують психологічну готовність студентів протидії екологічним і епідемічним загрозам. Зіставлення рівнів указаних конструктів має такий вигляд: низький рівень готовності протидіяти загрозам (15,2%) удвічі вищий у відсотковому вимірі, ніж низький рівень стресодолання (7,1%), проте середній рівень їх психологічної готовності (84,9%) є значно вищим за середній рівень ресурсного стресодолання (30,5%) Шкала високого рівня готовності у студентів становить лише незначні 0,5%, тоді як високий рівень стресодолання представлений дуже потужно (62,4%) (див. рис. 5).

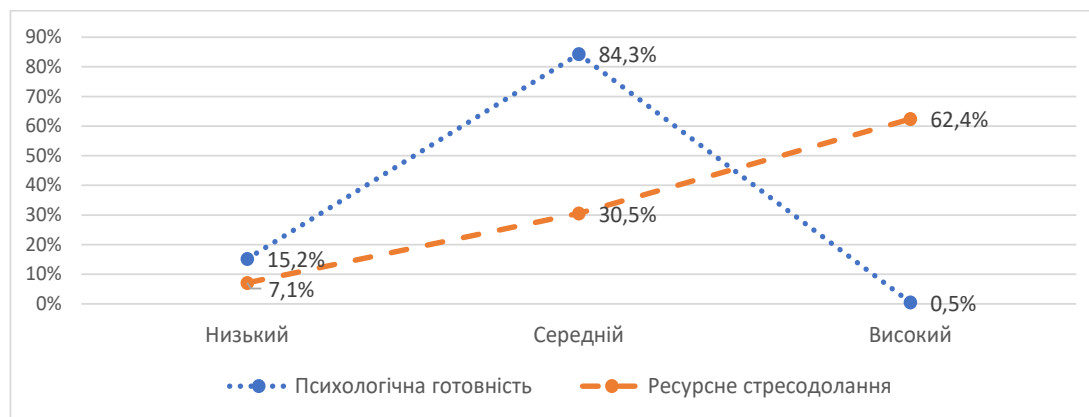


Рис. 5. Графічна презентація показників рівнів психологічної готовності молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам і рівнів ресурсного стресодолання (у %)

Стосовно співвідношення рівнів психологічної готовності й ресурсного стресодолання у хлопців і дівчат маємо зазначити таке: за відсутності низького рівня стресодолання низький рівень готовності студентів становить 18,8%. За досить високого середнього рівня готовності (75,0%) спостерігається середній рівень стресодолання становить 58,8%. Однак за незначного високого рівня готовності (0,5%) високий рівень стресодолання у студентів дорівнює 41,2%.

У дівчат низький рівень готовності становить 15,1%, а низький рівень готовності у два рази нижче – 7,8%. Середній рівень готовності засвідчили 84,9% респонденток, а середній рівень стресодолання позначили 28,0%. Проте високий рівень готовності у студенток відсутній за наявності дуже високого рівня стресодолання (64,2%). При цьому стосовно рівня стресодолання відсоток студенток, які його зазначили, є значно вищим, ніж у студентів (41,2%). Загалом слід зазначити, що ресурсне стресодолання потужно підтримує психологічну готовність студентської молоді в умовах війни.

Маємо також порівняти співвідношення деструктивних впливів на психологічну готовність і загальне психологічне здоров'я студентської молоді. За результатами нашого дослідження сума середніх (24,2%) і високих (62,9%) рівнів СТСС становить 87,1%; сума середніх (85,7%) і високих (11,9%) рівнів психоемоційного вигорання – 97,6%. Тобто вигорання серед наших респондентів є більш поширеним наслідком деструктивного впливу умов війни, ніж СТСС. Однак щодо дошкульності, то, відповідно до отриманих результатів, негативним лідером є СТСС, оскільки поширеність його високих рівнів значно перевершує високі рівні психоемоційного вигорання.

Аналізуючи конструктивні фактори загального психологічного здоров'я студентської молоді в умовах війни, за результатами дослідження маємо зазначити, що сума середніх (67,1%) і високих (32,9%) рівнів психологічного благополуччя становить 100%; сума середніх (55,7%) і високих (22,4%) рівнів психологічної резильєнтності – 78,1%, а сума середніх (30,5%) і високих (62,4%) рівнів ресурсного стресодолання – 92,9%. Таким чином, щодо поширеності середніх і високих рівнів зазначених психологічних чинників лідером є психологічне благополуччя, на другому місці – ресурсне стресодолання, на третьому – психологічна резильєнтність. Однак за найбільшим відсотком поширеності високих рівнів зазначених чинників лідером є ресурсне стресодолання, на другому місці – психологічне благополуччя, на третьому – психологічна резильєнтність.

Також нас зацікавила певна амбівалентність результатів щодо взаємозв'язку психологічної готовності студентів протидії екологічним та епідемічним загрозам і їхнього психоемоційного вигорання. З одного боку, спостерігається подібність графіків наповнюваності рівневих підгруп (рис. 2), особливо що стосується середніх їхніх значень, які практично збігаються. З іншого – відсутність кореляційного зв'язку між вказаними конструктами. З'ясування особливостей зазначених подібностей потребує подальших досліджень.

Певні невідповідності та суперечності щодо рівнів СТСС і психологічного благополуччя спостерігалася нами в попередніх дослідженнях курсантів і курсанток, що здобувають професію військових психологів, та у працівників освіти деокупованих і прифронтових територій, особливо між їхніми СТСС та ПБ [12; 13]. Більш детальний її аналіз із врахуванням провідних шкал ПБ досліджуваних і відповідних їм стратегій дав змогу визначити ймовірні тенденції у певних осіб у бік розвитку різних психологічних негараздів, зокрема ПТСР, або посттравматичного особистісного зростання.

Заглиблюючись у сенс цієї суперечності, припускаємо, що для значної кількості студентської молоді вона може бути пояснена особистим психологічним захистом, запереченням типу «я не втомлений, у мене все гаразд» і механізмом витіснення тих чи інших симптомів СТСС та вигорання під час відповідей на запитання про власне благополуччя та спроможність опанування стресових станів в умовах, коли вся країна мужньо захищається від російської агресії. Така суб'єктивна самооцінка своїх станів часто притаманна українським захисникам і захисницям на фронті та волонтерам, які переживають значні рівні травмувальних стресових станів, мають симптоми вигорання, проте продовжують виконувати свої службові й добровільно взяті на себе волонтерські обов'язки та зазначають, що у них «загалом все гаразд». Також слід зважати на схильність певного числа досліджуваних до суб'єктивного перебільшення чи применшення своїх рівнів прояву тих чи інших станів.

Крім того, беремо до уваги більш ніж трирічне перебування студентської молоді в умовах тягlosti систематичних військових загроз. Протягом цього часу у значній частини респондентів може відбуватися своєрідна «парадоксальна адаптація» [14] до негативних станів, суб'єктивна «нормалізація» СТСС і вигорання, яка за своїм механізмом і наслідками певною мірою подібна до нормалізації негативних станів військовослужбовців в умовах бойового стресу, завдяки якій вони можуть брати участь у подальших бойових діях.

Загалом за умов тривалого перебування в зоні постійної дії військових загроз рівень психологічної готовності в окремих представників студентської молоді до них також може або загострюватись, або притуплятися. Також, оскільки деструктивні та конструктивні чинники психологічної готовності студентської молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам в умовах війни перебувають у взаємозв'язку та різних варіантах взаємної обумовленості, в окремих випадках для конкретних респондентів деструктивні чинники війни можуть виконувати стимулюючу роль щодо підвищення готовності протидії загрозам та посттравматичного особистісного зростання чи, навпаки, пригнічувати її, зумовлювати тенденцію набуття окремими представниками студентської молоді тих чи інших психологічних негараздів. При цьому суб'єктивні самооцінки рівнів власних станів респондентів можуть і відображати їх активну суб'єкту протидію загрозам, і зазначати бажаний рівень прояву тих чи інших чинників, а не їх фактичний стан.

Висновки. Уперше досліджено психологічну готовність української студентської молоді протидіяти екологічним та епідемічним загрозам в умовах війни в контексті набутих ними рівнів СТСС і психоемоційного вигорання, а також станів їхнього психологічного благополуччя, психологічної резильєнтності та ресурсного стресодолаання. За допомогою описової статистики з'ясовано наявність переважаючих середніх рівнів психологічної готовності студентської молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам (84,3%) у контексті набутих ними значних середніх і високих рівнів СТСС (загальна сума 87,1%), а також високих і середніх рівнів вигорання (загальна сума 97,6%) в умовах продовження повномасштабної війни.

Визначено, що психоемоційне вигорання серед наших респондентів є більш поширеним наслідком деструктивного впливу умов війни, ніж СТСС. Однак щодо дошкульності, то, згідно з отриманими результатами, негативним лідером є СТСС, оскільки поширеність його високих рівнів у студентської молоді (62,9%) значно перевершують поширеність високих рівнів психоемоційного вигорання (11,9%). Крім того, СТСС має більш тісний взаємозв'язок із психологічною готовністю студентської молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам, ніж психоемоційне вигорання.

Стосовно конструктивних факторів, що опосередковують готовність протидіяти загрозам, з'ясовано, що найбільший відсоток поширеності *високих рівнів* серед студентської молоді має ресурсне стресодолаання (62,4%), на другому місці – психологічне благополуччя (32,9%), а на третьому – психологічна резильєнтність (22,4%). Серед цих факторів найтісніший взаємозв'язок із готовністю протидіяти загрозам має ресурсне стресодолаання ($r = 0,316$; $p < 0,01$).

Тому одним із провідних деструктивних чинників впливу на готовність респондентів визначено СТСС, а конструктивним – ресурсне стресодолаання. При цьому маємо підстави стверджувати, що для певної частини студентської молоді деструктивні чинники можуть позитивно стимулювати їх психологічну готовність, резильєнтність і стресодолаання, а для переважної більшості – адекватно актуалізувати ресурсне стресодолаання. Разом із тим звертаємо увагу на те, що за більш ніж трирічне перебування студентської молоді в умовах тягlosti систематичних військових загроз у значній частини респондентів може спостерігатися своєрідна парадоксальна адаптація до її викликів.

Практичне значення дослідження полягає у з'ясуванні основних цілей щодо підвищення психологічної готовності студентської молоді в умовах війни – пригнічення її деструктивних чинників і фасилітація конструктивних. Також зазначаємо, що у зв'язку з тривалістю напруженого воєнного стану в Україні зростатимуть потреби у психологічній допомозі студентській молоді щодо зміцнення її психологічного благополуччя, ресурсного стресодолавання та резильєнтності як важливих умов забезпечення її психологічної готовності до протидії різним загрозам та збереження її загального психологічного здоров'я.

Оскільки психологічне здоров'я студентської молоді є значущим суспільним капіталом, доцільно, відповідно до імплементації Закону України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні», сприяти створенню й ефективному функціонуванню служб психологічної допомоги студентам і викладачам освітніх закладів, залучати старшокурсників кафедр психології та соціальної роботи до проходження практики в цих службах під керівництвом і контролем викладачів та відповідних фахівців-практиків, проводити систематичний моніторинг станів психологічного здоров'я студентської молоді, надавати їй відповідну психологічну допомогу та здійснювати необхідні профілактичні заходи.

Перспективами подальших досліджень може бути визначення особливостей парадоксальної адаптації студентської молоді щодо забезпечення високих рівнів її готовності до протидії екологічним та епідемічним загрозам, особистісного зростання та загального психологічного здоров'я в умовах війни. Також необхідним є вдосконалення вітчизняних дослідницьких методик, зокрема розробка адаптованих до сучасних реалій українського суспільства – продовження війни й очікуваного повоєнного відновлення – скринінгових і поглиблених методик дослідження важливих аспектів психологічного здоров'я різних вікових та професійних груп.

Література:

1. Карамушка Л., Тиченко М. Психологічна готовність працівників сфери креативних індустрій до здійснення професійної кар'єри: зміст, структура, методики дослідження. *Організаційна психологія. економічна психологія*. 2022. Т. 3, № 27. С. 85–102. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.9>.
2. Готовність до надзвичайної ситуації: виміри конструктивності / В. М. Духневич, Н. О. Довгань, С. А. Поліщук та ін. ; за заг. ред. В. М. Духневича ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. і політ. психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2023. 395 с.
3. Кокун О. М., Мороз В. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : метод. посіб. Київ : 7БЦ, 2021. 170 с.
4. Keegan R. J., Flood A., Niyonsenga T., Welvaert M., Rattray B., Sarkar M., Melberzs L., Crone D. Development and Initial Validation of an Acute Readiness Monitoring Scale in Military Personnel. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.738609/full>.
5. Лазоренко Б., Безлюдна В. Скринінг самооцінки студентською молоддю готовності до протидії екологічним та епідемічним загрозам в аспекті їхнього психологічного добробуту в умовах війни. *Забезпечення конструктивної поведінки населення в умовах екстремального стресу: матеріали круглого столу (27 березня 2025 року, м. Київ)*. Київ : Талком, 2025. С. 74–77. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/745259/>.
6. Безшейко В. Г. Адаптація шкали для клінічної діагностики ПТСР та опитувальника «Перелік симптомів ПТСР» для української популяції. *НейроNEWS: психоневрологія та нейропсихіатрія*. 2018. № 3(96). С. 30–31. URL: <https://surl.li/eifhon>.
7. Особливості емоційного вигорання педагогів. Діагностика професійного «вигорання» (К. Маслач, С. Джексон). *Всеосвіта*, 2017. URL: http://vugoraniya.blogspot.com/2017/12/blog-post_57.html.
8. Карсканова С. В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. № 1. С. 1–10.
9. Кокун О. М., Мельничук Т. І. Шкала резильєнтності Коннора – Девідсона-10. Резильєнс-довідник : практичний посібник. Київ : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2023. С. 16–17. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734632>.
10. Lahad M., Leykin D. The Integrative Model of Resiliency – The “BASIC Ph” Model, or What Do We Know about Survival? M. Lahad, D. Leykin. – London, UK and Philadelphia, USA : Jessica Kingsley, 2013. P. 11–32.
11. Ресурсоорієнтована модель стресодолавання BASIC Ph. *Ресурсна психологія та психотерапія*, 2025. URL: <https://arpp.com.ua/articles/resursooriyentovana-model-stresodolannya-basic-ph/>.
12. Дорожкін В. Р., Лазоренко Б. П. Посттравматичні стресові стани та психологічне благополуччя працівників освіти прифронтових та деокупованих територій в умовах війни. *Журнал сучасної психології*. 2024. Вип. 1(32). С. 61–69. DOI: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-7>.
13. Лазоренко Б. П., Дубровинський Г. Р. Психологічний добробут курсантів військових психологів: рівні травматичного ураження та стратегії забезпечення в умовах російсько-української війни. *Вісник Національного університету оборони України* : зб. наук. праць. Київ : НУОУ, 2024. Вип. 80(4). С. 77–87. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-80-4-77-87>.
14. Weeks G. R., L'Abate L. Paradoxical Psychotherapy. Theory & Practice With Individuals, Couples & Families. New York : Routledge, 2013. 288 p. DOI: <https://doi.org/10.4324/9780203776124>.

References:

1. Karamushka, L., & Tychenko, M. (2022). Psykholohichna hotovnist pratsivnykiv sfery kreatyvnykh industrii do zdiisnennia profesiinoi kariery: zmist, struktura, metodyky doslidzhennia [Psychological readiness of creative industries workers for professional career implementation: content, structure, research methods]. *Orhanizatsiina psykholohiia. ekonomichna psykholohiia*, 3(27), 85–102. <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.9/> [in Ukrainian].

2. Dukhnevych, V. M., Dovhan, N. O., Polishchuk, S. A., et al. (Eds. V. M. Dukhnevych) (2023). Hotovnist do nadzvychainoi sytuatsii: vymiry konstruktyvnosti [Readiness for emergency situations: dimensions of constructiveness]. Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD, 395 [in Ukrainian].
3. Kokun, O. M., Moroz, V. M., Pishko, I. O., Lozinska, N. S. (2021). Formuvannia psykholohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtziv viiskovoi sluzhby za kontraktom do vykonannia zavdan za pryznachenniam pid chas boiovoho zlahodzhennia: metod. posib [Formation of psychological readiness of contract military servicemen to perform tasks during combat training: methodological manual]. Kyiv : 7BTs, 170 [in Ukrainian].
4. Bezsheiko, V. H. (2018). Adaptatsiia shkaly dlia klinichnoi diahnozyky PTSD ta opytuvalnyka "Perelik symptomiv PTSD" dlia ukrainskoi populatsii [Adaptation of the PTSD clinical diagnostic scale and the PTSD symptom checklist for the Ukrainian population]. *NeiroNEWS: psykhonevrolohiia ta neiropsykhiaetriia*, 3(96), 30–31. Retrieved from: <https://surl.li/eifhony> [in Ukrainian].
5. Keegan, R. J., Flood, A., Niyonsenga, T., Welsaert, M., Rattray, B., Sarkar, M., Melberzs, L., Crone, D. (2021). Development and Initial Validation of an Acute Readiness Monitoring Scale in Military Personnel. *Frontiers in Psychology*, 12. Retrieved from: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.738609/full>.
6. Lazorenko, B., & Bezliudna, V. (2025). Skryning samoocinky studentskoi molodi hotovnosti do protydyi ekolohichnym ta epidemichnym zahrozam v aspekti yikhnoho psykholohichnoho dobrobutu v umovakh viiny [Screening of self-esteem of student youth's readiness to counteract ecological and epidemic threats in the aspect of their psychological well-being during war]. V *Zabezpechennia konstruktyvnoi povedinky naselennia v umovakh ekstremalnoho stresu: materialy kruhloho stolu (27 bereznia 2025 roku, Kyiv)*. Kyiv: Talkom. P. 74– 77. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/745259/> [in Ukrainian].
7. Osoblyvosti emotsiinoho vyhorannia pedahohiv (2017) [Features of emotional burnout in teachers]. *Diahnozyka profesiinoho "vyhorannia"* (K. Maslach, S. Dzheksan). *Vseosvita*. Retrieved from: http://vugoraniya.blogspot.com/2017/12/blog-post_57.html [in Ukrainian].
8. Karskanova, S. V. (2011). Opytuvalnyk "Shkaly psykholohichnoho blahopoluchchia" K. Riff: protses ta rezultaty adaptatsii [The K. Ryff Psychological Well-Being Scales questionnaire: adaptation process and results]. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota* 1, 1–10 [in Ukrainian].
9. Kokun, O. M., Melnychuk, T. I. (2023) Shkala rezyliientnosti Konnora-Devidsona-10. Rezyliiens-dovidnyk: praktychni posibnyky [Connor-Davidson Resilience Scale-10. In Resilience handbook: practical guide]. Kyiv: Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 16–17. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734632> [in Ukrainian].
10. Lahad, M., & Leykin, D. (2013). The Integrative Model of Resiliency – The "BASIC Ph" Model, or What Do We Know about Survival? *The "BASIC Ph" Model of Coping and Resiliency Theory, Research and Cross-Cultural*. London, UK and Philadelphia, USA: Jessica Kingsley, 11–32.
11. Resursoorientovana model stresodolannia BASIC Ph. (2025) [Resource-oriented model of stress coping BASIC Ph]. *Resursna psykholohiia ta psykhoterpiia*. Retrieved from: <https://arpp.com.ua/articles/resursoorientovana-model-stresodolannia-basic-ph/> [in Ukrainian].
12. Dorozhkin, V. R., Lazorenko, B. P. (2024) Posttravmatychni stresovi stany ta psykholohichne blahopoluchchia pratsivnyts osvity pryfrontovyykh ta deokupovanykh terytorii v umovakh viiny [Post-traumatic stress states and psychological well-being of female education workers from frontline and deoccupied territories during war]. *Zhurnal suchasnoi psykholohii*, 1(32), 61–69. DOI: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-7> [in Ukrainian].
13. Lazorenko, B. P., Dubrovynskyi, H. R. (2024) Psykholohichnyi dobrobut kursantiv viiskovykh psykholohiv: rivni travmivnoho urazhennia ta stratehii zabezpechennia v umovakh rosiisko-ukrainskoi viiny [Psychological well-being of military psychologist cadets: levels of traumatic impact and support strategies during the Russo-Ukrainian war]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy: zb. nauk. prats.* Kyiv: NUOU. 80(4), 77–87. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-80-4-77-87> [in Ukrainian].
14. Weeks, G. R., L'Abate, L. (2013). Paradoxical Psychotherapy. Theory & Practice With Individuals, Couples & Families. New York. 288 p. <https://doi.org/10.4324/9780203776124>.

Стаття надійшла до редакції 05.10.2025
Статтю прийнято до публікації 28.10.2025
Статтю опубліковано 29.12.2025