

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ОСТРОЗЬКА АКАДЕМІЯ»**

Навчально-науковий інститут соціально-гуманітарного менеджменту
Кафедра психології

**Кваліфікаційна роботи
на здобуття освітнього ступеня магістра
на тему: «Психологічна стійкість в умовах війни:
логотерапевтичний підхід»**

Виконав студент
2 курсу, групи зМПс-21 спеціальності
«Психологія»
Ярмоленко Віталій Васильович

Керівник – Доктор філософських наук,
професор, Шевчук Дмитро Михайлович

Рецензент – Доктор психологічних наук,
професор, Жигайло Наталя Ігорівна

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ТА ЖИТТЄВОГО СЕНСУ.....	11
1.1. Психологічна стійкість як предмет наукового дослідження.....	11
1.2. Логотерапевтичний підхід Віктора Франкла до розуміння сенсу життя.....	14
1.3. Особливості впливу військового конфлікту на психологічний стан та стійкість особистості.....	20
Висновки до розділу 1.....	26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЛОГОТЕРАПЕВТИЧНОГО ПІДХОДУ НА ПСИХОЛОГІЧНУ СТІЙКІСТЬ В УМОВАХ ВІЙНИ	28
2.1. Обґрунтування процедури емпіричного дослідження.....	28
2.2. Результати емпіричного дослідження.....	31
2.3. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження.....	45
Висновки до розділу 2.....	53
РОЗДІЛ 3. РОЗРОБКА ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕКОМЕНДАЦІЙ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ ЛОГОТЕРАПЕВТИЧНОГО ПІДХОДУ ДЛЯ ПІДТРИМКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	54
3.1. Обґрунтування положень психологічних рекомендацій для використання логотерапевтичного підходу для підтримки психологічної стійкості в умовах війни.....	54
3.2. Психологічні рекомендації для ефективного використання логотерапевтичного підходу для підтримки психологічної стійкості в умовах війни.....	57
Висновки до розділу 3.....	64
ВИСНОВКИ.....	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ.....	70
ДОДАТКИ.....	93

ВСТУП

Актуальність проблеми. Повномасштабне вторгнення Російської Федерації в Україну стало тривалим системним стресором, що суттєво вплинуло на психологічний стан населення та актуалізувало проблему збереження психологічної стійкості особистості в умовах війни.

У контексті військових конфліктів, як свідчить досвід України, питання збереження ментального здоров'я та життєстійкості населення набуває особливої актуальності [34, с.208]. Ця ситуація вимагає поглибленого вивчення стресостійкості як ключового чинника для забезпечення психологічного благополуччя та функціонування суспільства в умовах тривалого дистресу [69; 24, с. 74]. Війна чинить комплексний негативний вплив на психологічний стан населення через створення екзистенційних загроз та підсилення дії всіх стресорів, що призводить до виникнення психологічного дистресу, стану подовженого стресу та посттравматичного стресового розладу [54, с. 34]. У зв'язку з цим, дослідження психологічної стійкості та стресостійкості особистості стало надзвичайно важливим у психологічній науці та практиці, особливо на тлі руйнування суспільного порядку та соціальних структур [69; 7, с. 96].

Воєнні події супроводжуються масовими травматичними переживаннями, зокрема втратою близьких, руйнуванням життєвого простору, вимушеним переселенням, загрозою життю, соціальною нестабільністю та невизначеністю майбутнього. Тривалий вплив зазначених чинників призводить до зростання рівня тривожності, емоційного виснаження, депресивних проявів і труднощів адаптації у значної частини населення. За відсутності ефективних внутрішніх ресурсів і стратегій подолання стресу особистість може втрачати відчуття контролю над власним життям, мотивацію до активної діяльності та віру в майбутнє, що негативно позначається на психологічному благополуччі.

Відповідно, вивчення механізмів формування психологічної стійкості, стратегій її підтримки та розвитку в умовах тривалих кризових ситуацій стає

нагальною потребою для забезпечення психічного здоров'я та соціальної стабільності [69; 53].

У цьому контексті особливої значущості набуває феномен психологічної стійкості як інтегральної здатності особистості зберігати внутрішню цілісність, адаптивність і цілеспрямованість в умовах екстремальних і тривалих стресових впливів. Важливим чинником психологічної стійкості є смисложиттєва сфера особистості, зокрема наявність переживаного сенсу життя та здатність знаходити смисл навіть у ситуаціях страждання та втрат.

Із огляду на це, значний науковий і практичний інтерес становить логотерапевтичний підхід, заснований В. Франклом, який розглядає пошук сенсу життя як ключовий ресурс подолання екзистенційних криз. Логотерапія спрямована на активізацію внутрішніх смисложиттєвих ресурсів особистості, що дозволяє переосмислити травматичний досвід, зберегти відчуття життєвої перспективи та підвищити психологічну стійкість в умовах війни. Цей підхід виявляється особливо актуальним у ситуаціях масової травматизації та соціальної дезінтеграції, де традиційні моделі психологічної допомоги можуть бути недостатніми [33]. З медико-психологічної точки зору, психологічна стійкість є вирішальним фактором у запобіганні розвитку психопатологій, включаючи посттравматичний стресовий розлад, депресію та тривожні розлади, оскільки її розвинений рівень значно знижує ризик виникнення цих станів навіть після впливу інтенсивних стресорів, таких як воєнні дії [27, с. 74].

Актуальність логотерапевтичного підходу підтверджується також його офіційним визнанням: відповідно до Наказу Міністерства охорони здоров'я України від 13 грудня 2023 року № 2118, логотерапію включено до переліку методів психотерапії з доведеною ефективністю. Це створює передумови для її ширшого застосування у практиці психологічної допомоги особам, які зазнали впливу воєнних подій. Відтак, поглиблене вивчення впливу військових конфліктів на психіку людини та пошук ефективних шляхів відновлення психологічного благополуччя є нагальною потребою сучасної психологічної науки [106, р. 1].

Теоретичну основу роботи становить логотерапевтичний підхід Віктора Франкла, який розглядає волю до сенсу як базовий мотиваційний ресурс подолання екзистенційної кризи. Розвиток логотерапії та її застосування в роботі з травмою, суїцидальністю, наслідками тероризму й війни висвітлюють як класичні праці В. Франкла, так і сучасні дослідження зарубіжних авторів. Різним аспектам дослідження ефекту логотерапії присвятили С.М. Саузвік, Б. Лоугерт. Особливу увагу цьому підходу та психологічній стійкості в контексті викликів для ментального здоров'я різних категорій осіб (відповідно до професії та віку) періоду пандемії COVID-19 присвятили П. Алтипармак, М. Деніз, П. Руссо-Нетзер, М. Амелі, В. Кілгор, Е. Тейлор, С. Клуан, Н. Дейлі, І. Марей-Сарван, Я. Хамама-Раз, А. Асаді, Л. Хамама.

Сучасні емпіричні дослідження воєнної травми описують війну як хронічний екстремальний стресор типу II, що руйнує базове відчуття безпеки, контролю та прогнозованості світу. У працях українських і зарубіжних авторів (зокрема, Ю. Карук [22], Г.П. Лазос [34], С. Павлюшенко [43], Р.П. Попелюшко [47; 48], О. Савченко, Л. Колесніченко, В. Чужикова та О. Береженна [51], К. Сачко [52], О. Чиханцова та К. Гуцол [65], F.J. Infurna та S.S. Luthar [102], A.R. Khan та A. Altalbe [104]) окреслюються наслідки війни для психічного здоров'я військовослужбовців і цивільних: зростання поширеності ПТСР, депресивних і тривожних розладів, моральних травм, а також потреба в спеціалізованих програмах психологічної підтримки та профілактики емоційного вигорання.

Вартим уваги є дослідницький доробок В.П. Москальця, котрий розглянув логотерапевтичні методи роботи з психотравмами різних категорій осіб, завданими внаслідок бойових дій. Окремо слід відзначити праці Л. Романовської та М. Новака, котрі дослідили психологічні умови розвитку життестійкості особистості в умовах війни, низку праць українських та іноземних дослідників присвячених особливостям формуванню стресостійкості здобувачів вищої освіти (Ж. Богдан та О. Романовська, Л. Мороз та О. Сафін), а також стратегіям подолання та стійкості воєнних біженців (L. Oviedo, B. Seruczyńska, J. Torralba, P. Roszak, J. D. Angel, O. Vyshynska, I. Muzychuk та S. Churpita [134]). Указані

автори у своїх працях показують, що збереження й переосмислення життєвих цінностей, розвиток оптимізму, самоефективності та почуття відповідальності істотно підсилюють здатність особистості витримувати тривалий військовий стрес.

Окрім цього, окрема група досліджень зосереджується на ролі ціннісно-сміслових орієнтацій як ключового ресурсу психологічної стійкості в умовах війни в контексті посттравматичного зростання й реінтеграції ветеранів (Т. Карамушка та Л. Карамушка [20], Ю. Назар [41], Л. П'янківська [49], М. Г. Ткалич [61], S. Bekešienė, R. Smaliukienė, R. Vaičaitienė, D. Bagdžiūnienė, R. Kanapeckaitė, O. A. Kapustian та O. Nakonechnyi [72], A. Costanza, A. Amerio, A. Aguglia, L. Magnani, P. Huguelet, G. Serafini, M. Pompili та M. Amore [82], Z. Grygorenko, G. Naydonova [94]).

Відтак, актуальність даного дослідження зумовлена необхідністю поглибленого аналізу психологічних ресурсів подолання військового стресу та розробки ефективних підходів до підтримки психологічної стійкості особистості.

Мета дослідження – визначити взаємозв'язок між психологічною стійкістю та життєвим сенсом особистості в умовах війни в контексті логотерапевтичного підходу.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати теоретичні підходи до проблеми психологічної стійкості особистості.
2. Здійснити теоретичний аналіз логотерапевтичного підходу.
3. Систематизувати наукові уявлення про роль життєвого сенсу в структурі психологічної стійкості.
4. Емпірично дослідити взаємозв'язок психологічної стійкості та смисложиттєвих орієнтацій в умовах війни.
5. Розробити практичні рекомендації щодо використання логотерапевтичного підходу для підтримки психологічної стійкості особистості.

Об'єкт дослідження – психологічна стійкість особистості.

Предмет дослідження – особливості взаємозв'язку психологічної стійкості та смисложиттєвих орієнтацій в умовах війни.

Гіпотеза дослідження: Існує статистично значущий взаємозв'язок між рівнем психологічної стійкості та показниками життєвого сенсу особистості в умовах війни; вищий рівень переживаного сенсу життя асоціюється з більшою психологічною стійкістю.

Методологія дослідження:

База дослідження: онлайн-опитування.

Вибірка: особи різного віку, які проживають в умовах війни (155 осіб).

Методи: Методологічною основою дослідження є екзистенційно-гуманістична парадигма, відповідно до якої особистість розглядається як активний суб'єкт власного життя, здатний до усвідомлення, вибору та пошуку сенсу навіть у граничних умовах існування. Важливе місце в дослідженні посідають ідеї логотерапії В. Франкла щодо визначальної ролі сенсу життя у збереженні психологічної стійкості в ситуаціях страждання та криз.

У ході дослідження було використано комплекс філософських, загальнонаукових, спеціально-наукових та емпіричних методів, що забезпечило цілісність і наукову обґрунтованість отриманих результатів.

У дослідженні застосовано низку **філософських методів:**

- екзистенційний підхід, що дозволив осмислити феномен психологічної стійкості в контексті людського буття, свободи вибору та відповідальності;
- діалектичний метод, який забезпечив аналіз психологічної стійкості як динамічного процесу, що формується у взаємодії особистості з умовами війни;
- принцип детермінізму, відповідно до якого психологічні явища розглядаються у зв'язку з конкретними соціальними та екзистенційними умовами.

Загальнонаукові методи:

Для теоретичного опрацювання проблеми було використано аналіз і синтез наукових джерел з проблем психологічної стійкості, смисложиттєвих орієнтацій та логотерапії; індукцію і дедукцію для формулювання узагальнень і гіпотез; системний підхід, що дозволив розглядати психологічну стійкість як багатовимірне утворення, яке включає особистісні, смислові та поведінкові компоненти; узагальнення та класифікацію наукових даних.

У межах психологічного дослідження застосовано Спеціально-наукові (психологічні) методи:

- психодіагностичний метод, спрямований на вивчення психологічної стійкості та смисложиттєвих орієнтацій особистості;
- кореляційний підхід, який дозволив виявити взаємозв'язки між показниками психологічної стійкості та сенсу життя;
- інтерпретаційний метод, що забезпечив психологічний аналіз і теоретичне осмислення отриманих результатів з позицій логотерапевтичного підходу.

Емпіричне дослідження здійснювалося з використанням стандартизованих психодіагностичних методик, зокрема:

- Авторська адаптація Т. В. Кулаєвої опитувальника «Мета в житті» (PIL, The Purpose in Life Test Дж. Крамбо та Л. Махоліка) [32, с.180-183];
- Опитувальник сенсу життя (MLQ 2006, Meaning in Life Questionnaire);
- Коротка шкала стійкого подолання труднощів (Brief Resilient Coping Scale, BRCS);
- Шкала життестійкості Коннора-Девідсона (Connor–Davidson Resilience Scale, CD-RISC-25).

Для обробки емпіричних даних застосовано методи математико-статистичного аналізу, зокрема кореляційний аналіз із використанням пакета

IBM SPSS Statistics 20, що забезпечило надійність і валідність інтерпретації результатів.

Новизна дослідження: уточнено роль смисложиттєвих орієнтацій як системоутворювального компонента психологічної стійкості, зокрема показано, що переживаний сенс життя виступає буфером негативного впливу воєнних стресорів незалежно від соціально-демографічних характеристик.

Практична та теоретична значимість.

Теоретична значущість дослідження полягає у поглибленні наукових уявлень про психологічну стійкість особистості в умовах війни з позицій екзистенційно-гуманістичної парадигми. У роботі уточнено роль смисложиттєвих орієнтацій та суб'єктивного переживання сенсу життя як ключових психологічних ресурсів підтримки стійкості в кризових і травматичних умовах.

Особливе значення набуває методологія, заснована на екзистенціальній психології та психотерапії В. Франкла, де пошук і реалізація сенсу навіть у найтрагічніших обставинах стає основою для відновлення та зростання [51].

Отримані результати розширюють теоретичні положення логотерапії В. Франкла, конкретизуючи їх застосування в сучасному соціально-психологічному контексті війни, та сприяють інтеграції логотерапевтичного підходу з сучасними концепціями психологічної стійкості та резильєнтності.

Матеріали дослідження можуть бути використані для подальших наукових розвідок у галузі психології стресу, травми, екзистенційної психології, а також у міждисциплінарних дослідженнях, присвячених проблемам адаптації особистості в умовах соціальної нестабільності.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів у діяльності практичних психологів, психотерапевтів, консультантів та фахівців психологічної служби, які працюють з особами, що переживають наслідки війни.

Ця проблема вимагає комплексного підходу, що інтегрує як традиційні, так і нові парадигми психотерапевтичної допомоги [46, с.143]. Зважаючи на

динамічний характер сучасних конфліктів, дослідження також акцентують увагу на значенні сенсу життя як критичного фактора, що сприяє резильєнтності та позитивним психологічним результатам під час колективної травми [143].

Зокрема, логотерапевтичний підхід, орієнтований на пошук та реалізацію сенсу життя, демонструє значний потенціал для підтримки осіб, які переживають екстремальні стресові ситуації та травми, пов'язані з війною [82].

Одним із найбільш авторитетних інструментів для оцінки цієї здатності є Шкала психологічної стійкості Кобаси та Мадді, яка вимірює рівень залученості, контролю та прийняття виклику як ключових компонентів життєстійкості. Також варто зазначити, що у подоланні психотравм, отриманих в кризових ситуаціях під час війни, ефективними є методи когнітивно-поведінкового підходу, що успішно впроваджуються в країнах, охоплених військовими конфліктами [46, с.146]. Шкала психологічної стійкості Кобаси та Мадді. Психологічна стійкість у цьому вимірі виявляється через внутрішній психологічний потенціал, що дозволяє протистояти психотравмам та зберігати ментальне здоров'я в умовах військового часу [46].

Поряд з цим, для повного розуміння та розвитку психологічної стійкості у військовослужбовців важливими є концепції оптимізму, самоефективності та потоку, що застосовуються фахівцями армії США [4].

Ці підходи, поєднані з акцентом на самодопомогу та самопідтримку, формують «іmunну» складову стресостійкості, що дозволяє особистості адаптуватися до найскладніших життєвих обставин [46].

Структура та обсяг роботи. Дипломна робота складається із вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, що налічує 167 найменувань та додатків. Повний обсяг роботи становить 152 сторінок.

Апробація результатів: результати дослідження було представлено в доповідях в рамках ХХХ Наукової викладацько-студентська конференції «Дні науки» (12-16 травня 2025 р., м. Острог) та Міжнародної наукової конференції «Громадянське суспільство у процесі вирішення конфліктів: досвід ЄС для України» (21-22 жовтня 2025 р., м. Острог).

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ТА ЖИТТЄВОГО СЕНСУ

1.1. Психологічна стійкість як предмет наукового дослідження

Психологічна стійкість є одним із ключових конструктів сучасної позитивної психології та психології здоров'я, що відображає здатність особистості ефективно адаптуватися та зберігати інтегративність функціонування в умовах значних життєвих труднощів, стресу або травми. Вона охоплює як вроджені диспозиції, так і набуті впродовж життя механізми подолання, що формуються під впливом соціального середовища та індивідуального досвіду [46].

Для позначення цієї здатності у науковій літературі найчастіше використовуються два споріднені, але різні концепти – життєстійкість та психологічна резильєнтність. Життєстійкість визначається як особистісна риса або система переконань, що відіграє роль буфера між стресом та негативними наслідками цього стану для здоров'я [137]. Ці автори відносять до життєстійкості ключові компоненти:

1. Залученість, що полягає в глибокому переконанні тому, що участь у тому, що відбувається, має сенс, сприяючи активній позиції особистості в подоланні стресових ситуацій [37, с.105].

2. Контроль, що виражається у вірі індивіда у власну здатність впливати на події та їх наслідки, навіть за наявності зовнішніх обмежень [12, с.64].

3. Прийняття виклику, що пов'язано з готовністю особистості сприймати зміни та труднощі як можливості для розвитку, а не як загрози, що узгоджується з динамічною моделлю адаптації [3, с.253].

Ця концепція життєстійкості, яка включає залученість, контроль та прийняття ризику, є особливо цінною для психологічної практики в Україні,

оскільки вона надає екзистенційну парадигму для розуміння та розвитку адаптивних стратегій в умовах кризи [4].

На відміну від життестійкості, резильєнтність зосереджена на результаті [94].

Психологічна стійкість у широкому розумінні є інтегральною якістю, що поєднує внутрішні ресурси (Connor & Davidson, 2003). Зокрема, компонент «прийняття ризику» підкреслює значення активного засвоєння знань та досвіду, що здобуваються в складних обставинах, для подальшого використання у життєвих стратегіях [4].

На відміну від життестійкості, резильєнтність також зосереджена на результаті (позитивній адаптації) попри вплив ризику [37, с.104-105].

Важливо підкреслити, що обидва концепти, хоч і мають певні відмінності, є взаємодоповнюючими та відображають різні аспекти здатності індивіда протистояти несприятливим життєвим обставинам. Висока психологічна стійкість корелює з меншою вразливістю до розвитку психічних розладів та кращою якістю життя в умовах хронічного стресу. Проте, для комплексного розуміння та ефективної підтримки в умовах екстремального стресу, як-от війна, необхідно інтегрувати ці підходи з логотерапевтичними принципами, які фокусуються на пошуку сенсу. Цей інтегрований підхід дозволяє не лише розвивати стійкість до травматичних подій, але й сприяє посттравматичному зростанню, відкриваючи нові горизонти для саморозвитку та особистісної трансформації навіть у найскладніших умовах. Основним завданням логотерапевтичного підходу є сприяння пошуку та усвідомленню особистістю унікального сенсу власного існування, що дозволяє їй знайти опору та мотивацію для подолання життєвих викликів. Такий пошук сенсу може стати екзистенційною основою, що дозволяє людям оцінювати стресори як випробування, а не як втрату чи шкоду, навіть коли їхня ідентичність руйнується під час кризи [2].

Цей підхід забезпечує не просто виживання, а повноцінне, осмислене життя в найскладніших умовах [63].

У психологічному трактуванні резильєнтність означає збереження стабільного рівня психологічної та фізичної діяльності в несприятливих ситуаціях, адаптацію до змін, а також здатність відновлюватися після негативного впливу зовнішніх факторів [78]. Ця адаптація може бути як поведінковою, так і когнітивною, що дозволяє індивіду ефективно протистояти стресорам [4].

Крім того, фахівці наголошують на важливості внутрішньої мотивації та лідерства як ключових факторів психологічної витривалості, особливо у контексті бойового досвіду [23, с. 126].

В умовах військових дій, психологічна стійкість військовослужбовців також включає здатність зберігати самоконтроль, витримку та адекватність мислення й поведінки у стресових або небезпечних ситуаціях [23]. Така здатність формується під впливом індивідуально-психологічних особливостей та потребує застосування ефективних методів підтримки активності та підвищення мотивації, що включають розвиток оптимізму та визначення життєвих цілей і смислів [4].

Екзистенційні смисли та цінності є ключовими внутрішніми ресурсами, які дозволяють особистості зберігати внутрішню стабільність і повертати стан рівноваги під час психоемоційних навантажень, особливо в умовах війни [17, с.47]

На особистісному рівні саморегуляція визначає характер і перебіг формування ціннісно-сміслових орієнтацій, а також екзистенційну стійкість до життєвих проблем та негараздів, що є особливо актуальним для військовослужбовців в умовах екстремальних навантажень [4]. Саме тому, дослідження морально-психологічного стану військових є важливим чинником для збереження боєздатності підрозділів, успішного виконання бойових завдань та попередження психологічних втрат [23].

Вивчення ціннісно-сміислової сфери особистості як ресурсу у запобіганні психологічному вигоранню в умовах війни дозволяє розробити ефективні підходи до збереження психічного здоров'я військовослужбовців [17, с.47].

Психологічні ресурси, що включають індивідуальні інтеріоризовані цінності, забезпечують особистості орієнтири для свідомого вибору цілей та способів реалізації потреб [17, с. 47]. Ці ресурси є динамічними та підлягають розвитку, що дозволяє посилювати психологічну стійкість та адаптивність особистості у відповідь на виклики зовнішнього середовища [17, с.49]. Серед зазначених ресурсів провідну роль відіграє мотиваційна сфера особистості, яка пов'язана із рівнем соціальної адаптованості та наявністю сформованої системи конструктивних копінг-стратегій.

1.2. Логотерапевтичний підхід Віктора Франкла до розуміння сенсу життя

Логотерапія – це один із провідних напрямків екзистенційно-гуманістичної психології, заснований австрійським психіатром і філософом Віктором Емілем Франклом. Цей підхід зосереджений на ідеї, що головною рушійною силою людської поведінки є прагнення до знаходження та реалізації сенсу у своєму житті, яке В. Франкл визначив як «воля до сенсу» [92].

Сенс життя, виступаючи первинною мотиваційною силою людини в умовах обмеження або втрати інших свобод, сприяє переживанню власного страждання через усвідомлений вибір ставлення до нього та надання йому глибинного екзистенційного значення. В. Франкл, який пережив жахи концентраційних таборів, на власному досвіді розробив метод екзистенційної психотерапії – логотерапії, що ґрунтується на ідеї про те, що пошук сенсу життя є основним аспектом психічного здоров'я [41]. Автор цієї концепції стверджував, що навіть у найекстремальніших умовах людина зберігає свободу вибору свого ставлення до обставин, що дозволяє знайти сенс навіть у стражданні [159]. Цей унікальний підхід, сформований на основі особистого досвіду Франкла в нацистських концтаборах, довів свою валідність у здатності людини досягати сенсу навіть у найглибших стражданнях [159].

Отже, В. Франкл розробив свій підхід, ґрунтуючись на власному досвіді перебування в нацистських концтаборах. Безпосередні спостереження дозволили В. Франклу прийти до висновку, що виживання в ситуації постійної загрози смерті можливе за умови пошуку та збереження сенсу та життєвої мети, реалізація якої стане можливою в майбутньому.

Серед ключових принципів логотерапії В. Франкл запропонував волю до сенсу, а також внутрішню свободу та відповідальність.

Воля до сенсу становить діалектичну антитезу попереднім філософським і психологічним концепціям, які розвинули у своїх працях Зигмунд Фройд – «воля до задоволення» та Альберт Адлер – воля до влади. Відтак, концепція логотерапії стверджує, що психічні розлади, зокрема, ноогенні неврози, виникають внаслідок саме появи екзистенційного вакууму – відчуття внутрішньої порожнечі, яка є наслідком фрустрації волі до сенсу. Сам сенс є не винаходом людини, а знахідкою, що походить з навколишнього світу й вимагає своєї реалізації.

В. Франкл стверджував, що людина має свободу волі, навіть в екстремальних обставинах. Ця свобода проявляється у здатності людини обирати своє ставлення до обставин в разі відсутності можливості впливати на них [92].

Водночас свобода нерозривно пов'язана з відповідальністю (логос-відповідальність). Це поняття передбачає, що людина відповідальна за реалізацію свого унікального сенсу попри обставини.

Ключовим для розуміння логотерапевтичного підходу до стійкості є ідея, що сенс можна знайти трьома основними шляхами, або через реалізацію трьох груп цінностей:

- Цінності творчості (Creative Values), що передбачають здійснення сенсу через працю, внесок у світ (наприклад, навчання, допомога, творчість).
- Цінності переживання (Experiential Values), які означають відчуття чогось (наприклад, переживання любові, краси природи, мистецтва).

– Цінності ставлення [92].

Стійкість з позиції логотерапії формується завдяки саме цінностям ставлення. Ці цінності дозволяють людині витримати найважчі обставини, перетворюючи їх на людське досягнення та демонструючи внутрішню свободу.

З феноменом ставлення пов'язана також концепція трагічного оптимізму. Це поняття описує здатність людини зберігати оптимізм і віру в сенс життя, незважаючи на «Трагічну тріаду» людського існування: біль, провину та смерть. Разом із цим логотерапевтичний підхід стверджує, що навіть у стражданні можна знайти надсенс [92].

В. Франкл підкреслював, що саме це прагнення до сенсу, або «духовність», є дієвою силою для виживання і допомагає подолати всі труднощі, перетворюючи людину зі споживача в активного творця власного життя [92]. Ця внутрішня сила, що дозволяє людині реалізовувати свій потенціал навіть у найбільш несприятливих обставинах, є ключовим компонентом психологічної стійкості, що дозволяє не просто виживати, а й знаходити глибокий сенс у боротьбі [53].

В. Франкл стверджував, що логотерапія може допомогти людям, що стикаються з тероризмом, насильством, депресією та дегуманізацією технологічної культури, відновити свою ідентичність і мету [159].

Саме цей акцент на внутрішній свободі та відповідальності за вибір свого ставлення до долі, незалежно від зовнішніх обставин, є фундаментальним для розвитку психологічної стійкості в умовах війни [98, р. 37]. Ця філософія, на відміну від психоаналізу З. Фрейда та індивідуальної психології А. Адлера, розглядає людину як істоту, що шукає не задоволення чи владу, а унікальний і неповторний сенс у своєму житті, що є фундаментальним для її психічного здоров'я [93].

Логотерапія, відтак, виходить за рамки традиційної психотерапії, відновлюючи духовність та прагнення до сенсу як центральні терапевтичні цілі, особливо актуальні в дегуманізованому та технологічному світі [159]. Ця концепція передбачає трансцедентаці в межах волі до сенсу як базового чинника

людської психіки [72, р. 133]. Цей акцент на відкритті особистого сенсу життя підкреслює свідомість, свободу та відповідальність як життєво важливі людські характеристики, кидаючи виклик редуccionістським поглядам та детерміністичним теоріям. [93].

У цій концепції роль логотерапевта полягає не в нав'язуванні значення, а в розширенні перспективи пацієнта, роблячи весь спектр потенційного значення усвідомленим і видимим для нього. [113, р. 41].

Це дозволяє людям формувати власну унікальну відповідь на виклики життя, попри будь-які зовнішні обставини [149].

Водночас указані принципи є особливо релевантними в контексті військових дій, під час яких екстремальні обставини вимагають від особистості мобілізації внутрішніх ресурсів та глибокого осмислення свого існування. В. Франкл наголошував, що сенс не створюється індивідом, а віднаходиться ним через творчість, переживання та взаємини, що є критично важливим для розуміння шляхів формування психологічної стійкості [21, с.31].

В цьому контексті логотерапія дозволяє переосмислити травматичний досвід війни як каталізатор особистісного зростання та розвитку глибинного розуміння життєвого призначення [92, р. 147, 194]. Ця перспектива підкреслює, що пошук сенсу не обмежується лише для дорослих та є актуальним для будь-якого віку, зокрема для дітей, які можуть адаптуватися до умов війни через формування нової структури життєвого світу попри обставини [5, с. 36]. Так, діти, що пережили війну, можуть не «забувати» або «переживати це швидше», а натомість обирають, що робити зі своїм досвідом, перетворюючи його на сенс через малювання, розмови чи навіть мовчання [5, с. 36].

Логотерапевтичний підхід надає методологічну основу для розуміння та сприяння психологічній стійкості, підкреслюючи, що навіть у найскладніших обставинах, таких як війна, людина має внутрішній ресурс для пошуку та створення сенсу [72].

Цей підхід дозволяє переосмислити травматичний досвід війни як каталізатор особистісного зростання та розвитку глибинного розуміння

життєвого призначення. Відповідно до цієї концепції навіть у психотравмуючих ситуаціях, таких як війна, страждання можуть стати поштовхом для прояву внутрішньої свободи волі та формування нових, унікальних сенсів [63]. Саме здатність знаходити сенс у стражданнях дозволяє людям не лише виживати, а й відновлювати психічне здоров'я та досягати посттравматичного зростання [36].

Це підкреслює важливість ціннісно-сислової сфери особистості як ключового ресурсу для подолання екзистенційної кризи, спричиненої війною, та запобігання психологічному вигоранню [17, с. 48-49]. Збереження індивідуальних цінностей є критично важливим для інтеграції травматичного досвіду в загальну систему життєвих смислів, що підтримує психічну цілісність особистості [21]. Такий підхід дозволяє трансформувати травматичний досвід у джерело внутрішньої сили та мудрості, сприяючи розвитку глибокої самоідентифікації та цілеспрямованої життєдіяльності [63].

Вказана трансформація, своєю чергою, формує нові адаптаційні ресурси, що дозволяють особистості ефективніше протистояти майбутнім стресовим впливам та відновлювати психоемоційну рівновагу [10, с.36].

Відтак, основні принципи логотерапії пропонують надійну основу для розуміння того, як люди можуть подолати травматичний досвід, активно шукаючи та стверджуючи глибшу мету свого існування, навіть по усвідомленню визначеності сенсу життя наприкінці реабілітаційного періоду, зокрема, після бойових дій, відображає успішність психотерапії та її динамічність, сприяючи повноцінному відновленню особистості після глибоких страждань [122, р.28; 21, с. 112].

Це підтверджує важливість психотерапевтичної допомоги, яка переорієнтує комбатантів на використання збережених особистісних ресурсів для досягнення позитивних змін [21, с. 3].

Активізація таких буттєвих цінностей, як життя, гідність, свобода та справедливість, дієво захищає та надихає людину, надаючи їй справжні сили та енергію, що є вирішальним для протидії психологічному вигоранню в умовах тривалих кризових ситуацій [17, с.49].

Особливо це стосується адаптації до умов війни, де екзистенційні виклики актуалізують потребу в переосмисленні життєвих пріоритетів і цінностей, що дозволяє інтегрувати травматичний досвід у систему осмисленості [21, с.50].

Ціннісна настанова, що включає відповідальність за свою долю та віру у власні можливості, стає буфером проти негативних наслідків стресу, зміцнюючи психологічну стійкість та здатність до посттравматичного зростання [83].

Ця ціннісна сфера особистості, що включає усвідомлення себе, своєї професійної діяльності та взаємин з оточуючими, формує вектор особистісного розвитку та дозволяє м'якше переживати травму [138].

Набуття «оптимального сенсу життя», заснованого на загальнолюдських цінностях, є ключовим для успішної адаптації в реабілітаційний період [21, с.49-50]. Так, люди, які пережили травматичні події, можуть знайти сенс у допомозі іншим або у прагненні до соціальних змін [95].

Екзистенційні умови, такі як військові дії, вимагають від залучених до них осіб, насамперед, військовослужбовців, переосмислення життєвих цінностей та смислів, орієнтованих на виживання та життя [1, с. 11]. Саме тому психологічна інтервенція повинна бути спрямована на переосмислення травматичного досвіду, що сприяє формуванню нових життєвих цілей, цінностей і смислів [63].

Важливість цінності життя є ключовим психологічним показником, який необхідно враховувати при розробці психологічних втручань, спрямованих на підвищення адаптивного потенціалу та відновлення психологічних ресурсів [51].

Вказане переосмислення дозволяє комбатантам знайти нові ціннісні орієнтири, які стають рушійною силою для подолання посттравматичного стресового розладу та розвитку посттравматичного зростання [4].

Психологічна допомога в таких умовах зосереджується на зміні ставлення до воєнної травматизації, стимулюючи посттравматичне зростання через відновлення здатності до сенсотворення та пошук нових ціннісно-сміслових орієнтацій [44].

Ця трансформація смислових структур особистості комбатантів є не лише фактором психологічної стійкості, але й основою для успішної реінтеграції у

мирне життя [21, с. 39]. Реалізація такого процесу забезпечує не лише зменшення симптомів посттравматичного стресу, але й активізує внутрішні ресурси особистості, спрямовані на саморозвиток та адаптацію до нових життєвих умов.

1.3. Особливості впливу військового конфлікту на психологічний стан та стійкість особистості

В умовах війни населення переживає тривалий травматичний стрес, що підкреслює критичну потребу у вивченні та застосуванні механізмів психологічної стійкості [106, р. 1; 54]. Цей тривалий стрес, спричинений війною, відрізняється від інших видів травматичних подій тим, що він є широкомасштабним, не спрямованим на окремих осіб, а на населення загалом [54]. Наслідки цих подій виявляються в значному зростанні кількості психологічних травм, що вимагає підвищеної уваги до адаптаційних механізмів та пошуку ефективних стратегій подолання негативних впливів [45; 53]. Зокрема, до 55% учасників бойових дій стикаються з довгостроковими наслідками бойового стресу, включаючи різні ступені посттравматичного стресового розладу, що підкреслює глибокий вплив військових конфліктів на психічне здоров'я [50, с.136]. Крім того, у ветеранів можуть спостерігатися депресія, тривога, проблеми зі сном, спалахи гніву та суїцидальні думки, що ускладнює їх соціальну адаптацію та реінтеграцію в суспільство [47].

Особливо тривалі військові конфлікти формують унікальний спектр хронічних і гострих стресогенних чинників, які впливають як на психіку індивідуального військовослужбовця, так і на морально-психологічний клімат усього підрозділу. Ці чинники призводять до порушень морально-психологічного стану, зниження бойової ефективності та підвищеного ризику емоційного вигорання або розвитку посттравматичних станів [23].

Військовий конфлікт являє собою екстремальний стресор, який радикально змінює середовище існування людини, створюючи умови для

глибокої психологічної травматизації. Психологічна реакція на війну є комплексною і залежить як від характеру впливу (безпосередня участь у бойових діях, чи перебування у зоні обстрілів), так і від внутрішніх ресурсів особистості (психологічна стійкість, сенсожиттєві орієнтації). Навіть за відсутності клінічно виражених проявів посттравматичного стресу, перебування в умовах бойових дій може зумовлювати тривалі особистісні трансформації у свідків, які посилюють наявні психічні труднощі та сприяють розвитку психологічної дезадаптації. Ці зміни можуть проявлятися у вигляді тривоги, депресії та проблем зі сном, що є частим явищем серед цивільного населення, яке постраждало від конфлікту [104].

Військовий конфлікт класифікується як травматична подія типу II (хронічна, повторювана травма), яка порушує базові потреби людини у безпеці, контролі та прогнозованості світу. Ключові психологічні наслідки впливу війни охоплюють:

- Порушення базового почуття безпеки: тривале перебування в умовах загрози життю. Ця постійна загроза викликає перманентну гіперпильність, яка виснажує адаптивні ресурси організму і руйнує базове відчуття безпеки [29].

- Втрата контролю: обставини війни позбавляють людину можливості впливати на своє життя та майбутнє, що входить у прямий конфлікт із ключовим компонентом життєстійкості [119]. Це провокує глибоке почуття безпорадності та відчуження, що є однією з основних причин розвитку психологічних розладів у військових та цивільних осіб [81]. Додатково, війна може призводити до появи неврозів, тривожних розладів, депресії та втоми, що значно погіршує якість життя та соціальну функціональність [67].

- Моральні травми [115]. Ці травми пов'язані з внутрішнім конфліктом, що виникає, коли особа діє або стає свідком подій, які суперечать її основним моральним переконанням, викликаючи почуття провини, сорому або зради [67].

Ці бойові стресори мають кумулятивний ефект, що може дестабілізувати морально-психологічний стан особового складу, якщо не будуть вжиті своєчасні профілактичні та корекційні заходи [23]. Такі обставини можуть призвести до

цілого ряду негативних наслідків, включаючи зниження психологічного здоров'я, втрату здатності до пошуку нових життєвих перспектив та зниження адаптивності [8, с. 156]. Під час війни люди піддаються впливу численних негативних стрес-факторів, що може призвести до стресових розладів і психічних травм [8, с. 159]. Тривалий вплив бойових дій, катувань, насильства, голоду та втрати близьких може занурити людину у стан відчаю, страху та тривоги, що підвищує ризик розвитку тривожних розладів, депресії та посттравматичного стресового розладу [67].

Військова травма, з її унікальними та інтенсивними стресорами, вимагає спеціалізованих підходів до психологічної інтервенції, які враховують як індивідуальні, так і колективні аспекти пережитого досвіду [3; 46; 53]. Зокрема, психотравмуюча ситуація війни характеризується втратою здоров'я та життя, руйнуванням потреби в безпеці та зниженням базової довіри до світу.

Накопичення бойового досвіду може зміцнювати витримку та впевненість, проте тривале виснаження часто призводить до апатії, дратівливості та зниження мотивації [23]. Ці стани можуть серйозно погіршити психологічний стан військовослужбовців і цивільного населення, впливаючи на їхню здатність ефективно функціонувати та відновлюватися після травматичних подій [67].

Це особливо актуально, оскільки психологічні зміни, що виникають у військовослужбовців після участі в бойових діях, торкаються підструктури їхньої спрямованості, вимагаючи детального розгляду питань, пов'язаних із сенсом життя учасників бойових дій [43].

Значимість цих ціннісно-сміслових орієнтацій зростає у контексті повернення ветеранів до цивільного життя, де вони потребують адаптації до мирних умов та інтеграції отриманого досвіду в нову реальність [98].

Крім того, цінності та моральні орієнтири ветеранів суттєво змінюються під впливом бойових дій. Ця трансформація підкреслює важливість психологічної роботи, яка зосереджується на переосмисленні та інтеграції нового ціннісного досвіду до особистісної структури колишніх комабатантів [30, с.132].

Важливо відзначити, що дослідження сутності та характеристик морально-психологічного стану військ в умовах сучасної війни має як наукову, так і практичну цінність, оскільки сприяє підвищенню ефективності системи оборони держави та формуванню стійкої психологічної готовності військовослужбовців до тривалого протистояння в умовах бойового стресу [23].

Саме тому розробка та впровадження ефективних програм лікування та профілактики емоційного вигорання серед військовослужбовців є надзвичайно актуальним завданням, що вимагає міждисциплінарного підходу та адаптації до умов конкретних військових операцій [145; 146].

Шкала оцінки психологічної стійкості, розроблені на основі таких програм, можуть відігравати ключову роль у моніторингу ефективності психологічної допомоги та своєчасному виявленні ризиків. Шкали адаптації, зокрема W&SAS, є одним з таких інструментів, що фокусується на ролі життєвого сенсу у підтримці резильєнтності. Ці шкали дозволяє оцінити рівень сформованості сенсу життя та його вплив на здатність особистості долати стресові ситуації та зберігати психологічне благополуччя. Це особливо важливо в контексті військових конфліктів, де особистісна стійкість до стресу і травматичних подій прямо залежить від здатності знаходити і підтримувати значущість свого існування [42, с. 534].

Особливо актуальним є питання застосування таких інструментів в умовах активних бойових дій, де класичні методи психологічної діагностики можуть бути недоступними [9].

Відтак, важливим є розробка нових підходів до психологічної підтримки, які не тільки фокусуються на відновленні, але й на превентивних заходах, що підсилюють внутрішні ресурси особистості до зіткнення з травматичним досвідом [15; 23].

Із цієї перспективи, дослідження життєвого сенсу стає критично важливим для розуміння здатності військовослужбовців адаптуватися до реалій військового життя та підтримувати свою резильєнтність [51].

Психологічна допомога та підтримка постраждалих внаслідок війни спрямована на запобігання розвитку посттравматичних стресових розладів, депресій та суїцидальних тенденцій, які можуть виникати внаслідок тривалого впливу психотравмуючих факторів [46, с.142].

Відтак, ефективна психологічна підтримка має зосереджуватися на підтриманні та розвитку ціннісно-сислової сфери особистості, що є важливим буфером проти негативних наслідків бойового стресу [23].

Важливо враховувати, що оптимізм, осмислення та соціальна підтримка є взаємодоповнюючими факторами, які підсилюють психологічну стійкість під час криз, спричинених війною [143; 134].

Цей підхід передбачає комплексне використання внутрішніх ресурсів особистості, включаючи її ціннісні переконання, надію та здатність до самоусвідомлення, що є критично важливим для адаптації в екстремальних умовах та запобігання розвитку посттравматичного стресового розладу [83].

Так, зокрема, цінності та моральні риси військовослужбовців зазнають значної трансформації під час участі у військових діях, впливаючи на їх здатність пережити травму та визначаючи вектор подальшого розвитку [68].

Цей підхід дозволяє трансформувати страждання, надаючи йому сенсу, що є центральним аспектом логотерапії та допомагає людям переосмислити травматичний досвід і сформувані нові життєві цілі [74].

Особливо це актуально для контексту військових дій, де нестача безпеки та постійна загроза активізують потребу в глибокому усвідомленні життєвих подій, що перетворюється на особистий досвід і є основою для формування життєвої філософії та сенсу життя [2]. Ефективне подолання таких травм залежить від своєчасної та адекватної психологічної допомоги, що сприяє відновленню життєстійкості та покращенню ментального здоров'я постраждалих [35, с. 208-209].

Для військовослужбовців стійкість є не лише особистісною рисою, а й професійно важливою якістю (бойова стійкість). Їхній досвід визначається прямим впливом бойової травми:

1. Бойова стійкість: включає здатність зберігати когнітивну функціональність, швидкість прийняття рішень та емоційну регуляцію під час прямої загрози. Наявність чіткої бойової мети та відчуття братства (Rostker, 2007). Здатність долати труднощі та зберігати психологічну стійкість у військових умовах формується на основі когнітивних ресурсів, емоційних навичок, соціальної підтримки та фізичної витривалості [50].

Специфіка смислової опори: Стійкість комбатантів часто пов'язана з колективним сенсом – виконанням військового обов'язку, захистом Батьківщини та побратимів. Фрустрація цього сенсу або його втрата після повернення до цивільного життя є одним із чинників розвитку. Цей аспект є критично важливим, оскільки збереження індивідуальних цінностей допомагає інтегрувати травматичний смисловий досвід у загальну систему життєвих смислів та цінностей, тим самим запобігаючи дезадаптивним наслідкам [21].

Цивільне населення, особливо ті, хто пережив окупацію, внутрішнє переміщення або втрату майна, стикається з іншим набором викликів, які впливають на їхню стійкість:

2. Травма втрати: Втрата дому, соціального статусу, звичного життя, що призводить до кризи ідентичності та загострення екзистенційного вакууму. Ця криза вимагає знаходження нових джерел сенсу та переосмислення життєвих цілей для відновлення психологічної рівноваги та сприяння адаптації [92]. Крім того, для цивільних осіб, які пережили подібні травми, вкрай важливою є соціальна підтримка та участь у відновленні громади, оскільки це сприяє формуванню нового колективного сенсу та відновленню відчуття приналежності [51].

3. Зміщення локусу контролю: Хронічне відчуття безпорадності та залежності від зовнішніх, неконтрольованих факторів (держава, збройні сили, ворог) руйнує внутрішній локус контролю. Це може призвести до пасивності, апатії та зниження мотивації до активного подолання наслідків травматичного досвіду, що в свою чергу, ускладнює процеси психологічної адаптації та відновлення [53]. Емоційна травма, спричинена військовими діями, часто

призводить до відчуття відстороненості та втрати довіри до оточуючих, що ускладнює соціальну інтеграцію та посилює відчуття ізоляції [21].

4. Соціальна підтримка та сенс: Для цивільних осіб критичну роль у формуванні стійкості відіграє відновлення соціальних зв'язків, волонтерство та переорієнтація на майбутні, післявоєнні цілі. Саме в цьому контексті життєвий сенс [92] полягає у можливості відновити відчуття контролю над власним життям і знайти нові ціннісні орієнтири, що сприяють активній адаптації та психологічному відновленню [3; 66]. Це може включати в себе рефреймінг ставлення до життя та ціннісно-сміслових аспектів, переосмислення просторових характеристик життєвого світу та зміну власних пріоритетів і бажань [8, с.156].

Попри універсальний характер психологічної стійкості, її смислова структура та ресурсні складники варіюються залежно від життєвого досвіду особистості. Аналіз взаємозв'язку між стійкістю та життєвим сенсом у широкій вибірці дозволяє виявити базові екзистенційні механізми адаптації та обґрунтувати диференційовану психологічну підтримку з урахуванням смисложиттєвих потреб різних груп.

Висновки до розділу 1

Аналіз теоретичних підходів дозволив розглянути психологічну стійкість як багатовимірний, інтегративний конструкт, що поєднує адаптаційні можливості особистості, її емоційно-вольові ресурси та ціннісно-сміслову сферу. У контексті сучасних викликів, пов'язаних із війною, психологічна стійкість постає не лише як здатність до подолання стресу, а як умова збереження психічного здоров'я, внутрішньої цілісності та здатності до осмисленого функціонування в екстремальних умовах.

Аналіз наукових підходів засвідчує, що психологічна стійкість тісно пов'язана з процесами смислотворення та переживання життєвого сенсу, які визначають суб'єктивну значущість досвіду, спрямованість активності та

готовність особистості брати відповідальність за власну життєву позицію. У цьому зв'язку особливої методологічної значущості набуває логотерапевтичний підхід В. Франкла, який розглядає волю до сенсу як фундаментальний мотиваційний чинник та ключовий ресурс подолання екзистенційної кризи. Саме здатність знаходити сенс у складних і травматичних обставинах розглядається як центральний механізм підтримання психологічної стійкості.

Розгляд війни як хронічного екстремального стресора дозволяє дійти висновку, що її психологічний вплив не зводиться до сукупності травматичних подій, а полягає у глибинній трансформації системи безпеки, контролю та життєвих смислів особистості. Це зумовлює необхідність комплексного, системного та диференційованого підходу до вивчення й підтримки психологічної стійкості різних категорій осіб з урахуванням специфіки їхнього життєвого та воєнного досвіду.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ЛОГОТЕРАПЕВНИТЧНОГО ПІДХОДУ НА ПСИХОЛОГІЧНУ СТІЙКІСТЬ В УМОВАХ ВІЙНИ

2.1. Обґрунтування процедури емпіричного дослідження

У дослідженні використано неімовірнісну вибірку, сформовану методом зручності. Добір респондентів здійснювався шляхом онлайн-опитування за допомогою Google Forms¹, що передбачало добровільну участь осіб, які мали доступ до інтернету та погодилися взяти участь у дослідженні.

До вибірки увійшли респонденти різної статі, віку, рівня освіти та сімейного стану. Усі учасники брали участь у дослідженні добровільно, заповнюючи електронну анкету в онлайн-форматі. Такий спосіб збору даних забезпечив оперативність отримання інформації та охоплення респондентів із різним соціальним досвідом.

Використання неімовірнісної вибірки зручності зумовлене практичними обмеженнями проведення емпіричного дослідження, зокрема часовими рамками, умовами воєнного стану та необхідністю забезпечення безпеки учасників. Онлайн-формат опитування дозволив залучити достатню кількість респондентів без прямого контакту та з дотриманням етичних принципів психологічного дослідження.

Водночас слід зазначити, що неімовірнісний характер вибірки обмежує можливість узагальнення отриманих результатів на всю генеральну сукупність. Отримані дані відображають тенденції, характерні для досліджуваної групи респондентів, і потребують обережності в інтерпретації.

З огляду на тип вибірки, результати дослідження інтерпретуються як такі, що відображають взаємозв'язки та особливості прояву досліджуваних психологічних змінних у конкретній групі респондентів, а не як універсальні закономірності для всієї популяції.

¹ Форма доступна за покликанням:

https://docs.google.com/forms/d/1NO80921h4ncaUq_JAjkqptasyTfhhF04-iBjCNLI1IA/edit

Емпіричне дослідження психологічної стійкості в умовах воєнних подій проведено на вибірці з 155 респондентів, які добровільно взяли участь в онлайн-опитуванні. Вибірка характеризується переважанням осіб жіночої статі, а також респондентів середнього та зрілого віку з вищою освітою, що є релевантним для дослідження смисложиттєвих орієнтацій і внутрішніх ресурсів особистості в кризових умовах. Такий розподіл зумовлений специфікою добровільної онлайн-вибірки та відповідає загальній тенденції в психологічних дослідженнях, де жінки частіше беруть участь в опитуваннях, пов'язаних із переживанням стресу та психологічного благополуччя в кризових умовах. Переважання респондентів із вищою освітою (63,6%) є важливим у контексті логотерапевтичного підходу, оскільки дозволяє досліджувати усвідомлені смисложиттєві орієнтації, здатність до рефлексії та пошуку особистісного сенсу як ресурсу психологічної стійкості.

Із огляду на логотерапевтичний підхід, що розглядає пошук і реалізацію сенсу життя як ключовий ресурс подолання екзистенційних викликів, доцільним є застосування комплексу методик, спрямованих на оцінку як смислових, так і ресурсних компонентів психологічної стійкості.

Для досягнення мети дослідження було використано такі психодіагностичні інструменти:

1. Методика PIL (Purpose in Life Test) в авторській адаптації Т. В. Кулаєвої спрямована на діагностику рівня усвідомленості життєвого сенсу, цілеспрямованості та екзистенційної наповненості життя [32, с. 180-183]. Її застосування є методично обґрунтованим у межах логотерапевтичного підходу, оскільки дозволяє оцінити сформованість смисложиттєвих орієнтацій як провідного чинника психологічної стійкості в умовах війни. Наявність у вибірці значної кількості осіб із вищою освітою забезпечує достатній рівень рефлексивності для коректного заповнення методики.

2. Шкала BRCS (Brief Resilient Coping Scale) використана для оцінки здатності до стійкого, адаптивного подолання стресових ситуацій, що є центральним показником психологічної стійкості. Методика дозволяє виявити рівень активного подолання труднощів, готовність до змін та орієнтацію на

конструктивні стратегії реагування в умовах тривалого стресу, зокрема воєнного.

Застосування BRCS є доцільним з огляду на різновіковий склад вибірки та універсальність шкали для дорослого населення.

3. Опитувальник MLQ використано для оцінки двох компонентів смислу життя:

- наявності сенсу життя (Presence of Meaning);
- пошуку сенсу життя (Search for Meaning).

Застосування цієї методики дозволяє диференціювати стабільні смисложиттєві орієнтації та динамічні процеси екзистенційного пошуку, які можуть по-різному проявлятися в умовах війни. Це є принципово важливим у межах логотерапевтичного підходу, що акцентує увагу не лише на наявності сенсу, а й на активному його конструюванні в кризових обставинах.

4. Шкала CD-RISC-25 (Connor–Davidson Resilience Scale) застосована для комплексної оцінки психологічної стійкості як інтегральної особистісної характеристики, що включає витривалість, адаптивність, саморегуляцію та здатність відновлюватися після стресових подій.

Використання цієї методики дозволяє зіставити екзистенційні (сміслові) показники з особистісними ресурсами стійкості, що відповідає меті дослідження та забезпечує багатовимірний аналіз феномену психологічної стійкості в умовах війни.

Дослідження проводилося з дотриманням основних етичних принципів психологічної науки. Участь респондентів була добровільною та анонімною. Перед початком опитування учасники були поінформовані про мету дослідження, умови участі, а також про право відмовитися від участі на будь-якому етапі без негативних наслідків.

Збір персональних даних, що дозволяють ідентифікувати особу респондента, не здійснювався. Отримані результати використовувалися в узагальненому вигляді виключно з науковою метою. Особлива увага приділялася

коректності формулювання запитань з урахуванням підвищеної емоційної чутливості теми війни та можливого психологічного навантаження на учасників.

Відтак, використаний комплекс методик дозволяє цілісно дослідити психологічну стійкість особистості в умовах війни, поєднуючи оцінку смисложиттєвих орієнтацій, екзистенційного пошуку та особистісних ресурсів подолання, що повністю відповідає логотерапевтичному підходу та меті магістерського дослідження.

2.2. Результати емпіричного дослідження

Більшість респондентів (83,2%) зазначили, що не мають особистого статусу, безпосередньо пов'язаного з війною (учасник/учасниця бойових дій, внутрішньо переміщена особа, особа з інвалідністю внаслідок війни, біженець/ка, член сім'ї загиблого Захисника України тощо). Водночас 16,8% опитаних мають такий статус, що свідчить про наявність у вибірці осіб, що мають безпосередній досвід, пов'язаний із воєнними діями.

Чи маєте Ви статус, пов'язаний із війною (учасниця/ик бойових дій, особа з інвалідністю внаслідок війни, внутрішньо переміщена особа, біженка/ець, член сім'ї, член сім'ї загиблого (померлого) Захисника України).

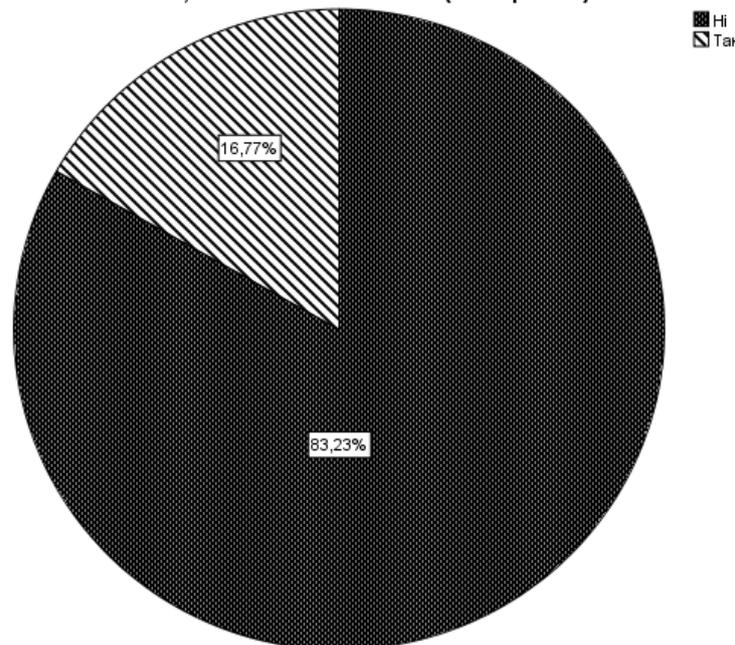


Рис. 1. Частка респондентів, що мають формальний статус, що пов'язаний із війною

Цей показник дозволяє розглядати вибірку як таку, що переважно складається з осіб без формалізованого воєнного статусу, однак із включенням значущої підгрупи респондентів, безпосередньо залучених до наслідків війни.

Водночас аналіз даних засвідчує значно вищу поширеність опосередкованого воєнного досвіду. Так, 58,7% респондентів мають близьких родичів, які володіють статусом, пов'язаним із війною. Це вказує на те, що навіть за відсутності власного статусу, більшість учасників дослідження перебувають у тісному емоційному та соціальному контакті з особами, безпосередньо залученими до воєнних подій.

Чи маєте Ви близьких рідних, що мають статус, зазначений у попередньому питанні?

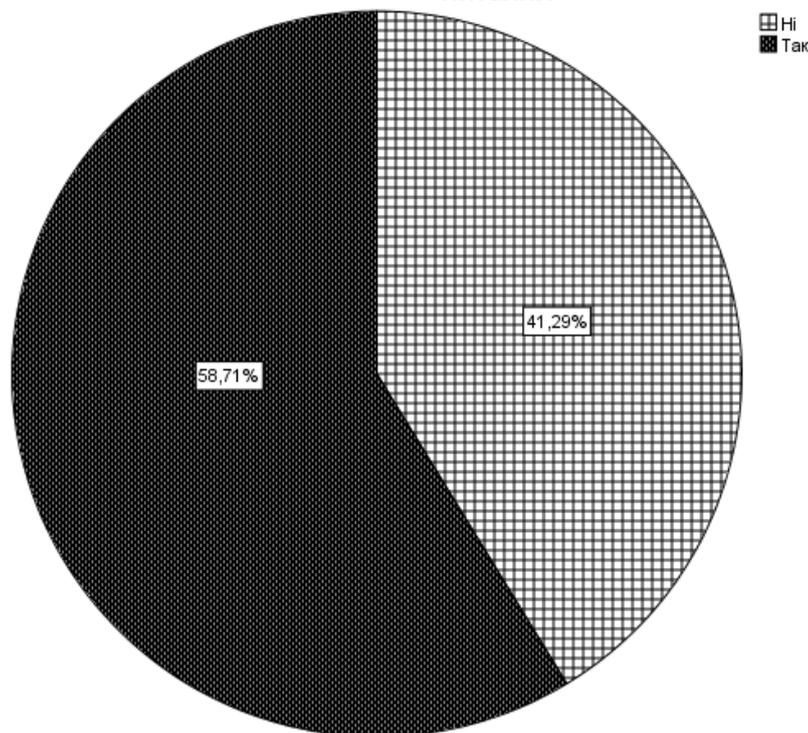


Рис. 2. Частка респондентів, що мають близьких рідних із формальним статусом, пов'язаним із війною

Крім того, 30,3% опитаних повідомили про втрату близьких родичів (загибель, зникнення безвісти або перебування в полоні) внаслідок війни.

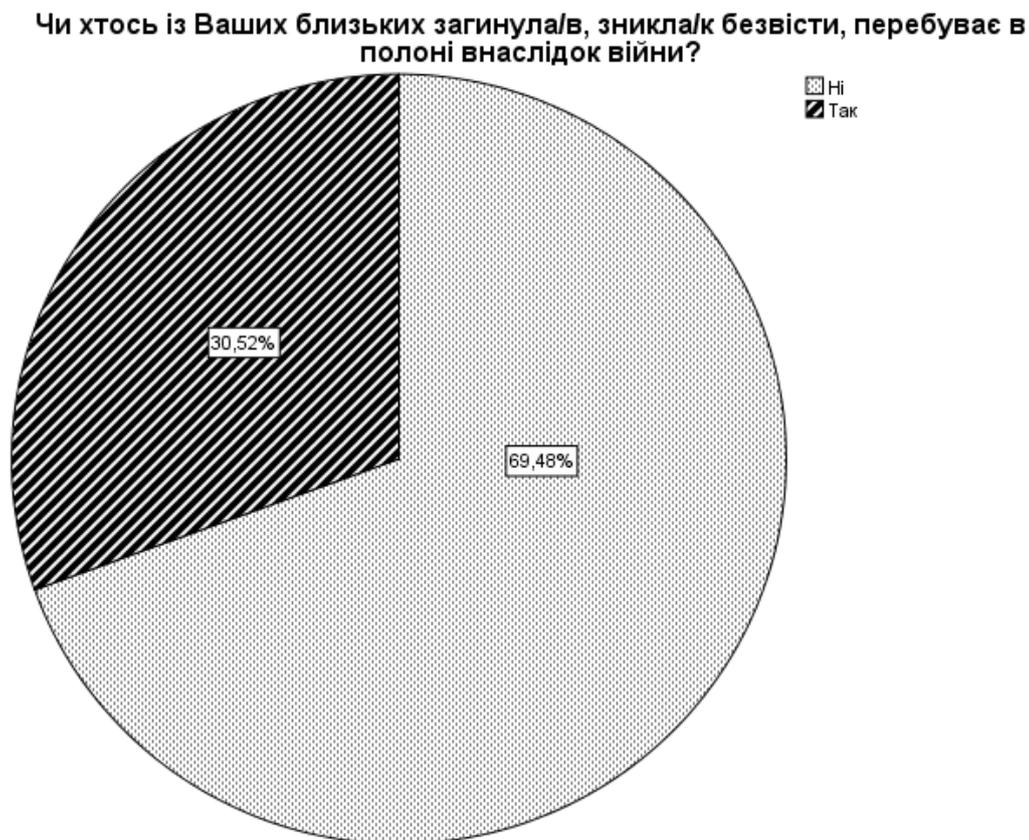


Рис.3. Частка респондентів, котрі мають серед рідних близьких загиблих, зниклих безвісти, або опинилися в полоні внаслідок війни

Ще більш вираженим є вплив війни на ширше соціальне оточення: 69,0% респондентів зазначили, що серед їхнього не родинного оточення є особи, які загинули, зникли безвісти або перебувають у полоні.



Рис. 4. Частка респондентів, котрі мають серед свого оточення (окрім членів родини) загиблих, зниклих безвісти, або опинилися в полоні внаслідок війни

Таким чином, війна постає як потужний соціально-травматичний чинник, що пронизує повсякденний життєвий простір більшості опитаних, навіть за відсутності прямої участі у бойових діях.

Аналіз матеріальних наслідків війни демонструє, що 30,3% респондентів зазнали матеріальних втрат, тоді як 69,0% не повідомили про такі втрати. Отримані дані свідчать про суттєву, хоча й не тотальну, економічну вразливість досліджуваної групи.

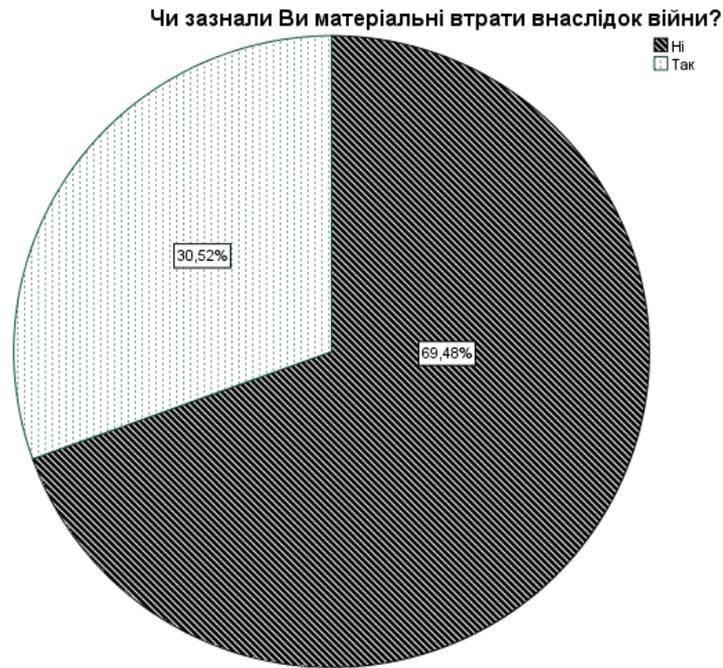


Рис. 5. Частка респондентів, що зазнали матеріальних втрат унаслідок війни

Щодо фізичного виміру впливу війни, 25,2% опитаних зазначили шкоду фізичному здоров'ю, отриману внаслідок воєнних подій.



Рис. 5. Частка респондентів, що зазнали шкоди фізичному здоров'ю внаслідок війни

Водночас лише 7,7% респондентів повідомили про досвід фізичного насильства під час війни, що може свідчити про відносно низьку поширеність прямого насильницького впливу у вибірці, однак не зменшує його психологічної значущості для постраждалих осіб.

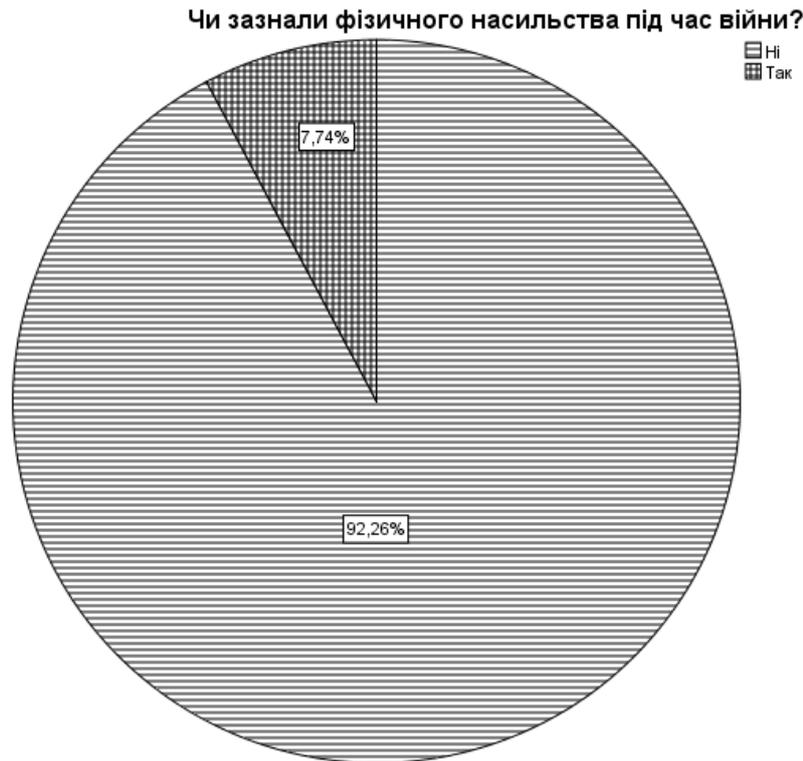


Рис. 5. Частка респондентів, що зазнали фізичного насильства під час війни

За методикою Purpose in Life Test (PIL) середнє значення становить: $M = 86,07$ (за інтегральним показником), $SD = 15,61$. Цей показник свідчить про відносно збережене відчуття смислу життя у більшості респондентів. Разом із тим варіативність результатів указує на наявність екзистенційної напруги, часткової втрати відчуття контролю над майбутнім, зміщення фокусу смислотворення з довгострокових цілей на короткострокове виживання.

Результати проведеної шкали Brief Resilient Coping Scale (BRCS) отримано такі результати $M = 14,63$, $SD = 2,79$,

Це демонструє помірному рівню резильєнтного копіngu, що свідчить про здатність респондентів використовувати активні та конструктивні стратегії подолання, зберігати гнучкість мислення в стресових ситуаціях, а також шукати адаптивні способи реагування. Водночас ці показники не досягають високих значень, що вказує на обмеженість ресурсів у ситуації хронічного стресу війни.

Отримане середнє значення за підшкалою MLQ-P ($M = 3,24$) відповідає помірно зниженому рівню наявності смислу життя. Це свідчить про те, що для значної частини респондентів відчуття життєвої визначеності, цілеспрямованості та внутрішньої наповненості є нестабільним або фрагментованим.

Висока варіативність результатів ($SD = 1,17$) вказує на гетерогенність вибірки: поряд із респондентами з відносно збереженим смислом життя присутня помітна частка осіб, які переживають екзистенційну дезорієнтацію. Така картина є типовою для популяцій, що перебувають у ситуації хронічного травматичного стресу, зумовленого війною.

Середнє значення за методикою MLQ-S ($M=2,84$) свідчить про помірно виражений пошук смислу життя. Це означає, що більшість респондентів перебувають у стані екзистенційного пошуку, однак без різко підвищеної напруги, характерної для кризових або дезадаптивних станів.

Підвищена дисперсія результатів ($SD = 1,40$) вказує на значні індивідуальні відмінності: від осіб, які активно шукають нові життєві орієнтири, до респондентів із зниженим рівнем смисложиттєвої рефлексії.

		PIL	CD-RISC-25	BRCS	MLQ
N	Valid	155	155	155	155
	Missing	0	0	0	0
Mean		86,07	27,21	14,63	28,48
Std. Error of Mean		1,254	,575	,224	1,048
Std. Deviation		15,607	7,165	2,789	13,047

Таб.1. Показник середнього значення та стандартного відхилення для результатів використаних методик.

За результатами кореляційного аналізу (за Пірсоном) виявлено статистично значущі зв'язки між основними психологічними ресурсами особистості. Найбільш тісний позитивний зв'язок зафіксовано між показником сенсу життя (PIL) та загальною життєстійкістю (CD-RISC-25) ($r = 0,478$ при $p < 0,01$). Це підтверджує гіпотезу про те, що наявність чітких життєвих цілей є фундаментальною опорою для психологічної опірності стресу в умовах війни.

Змінні	PIL	CD-RISC-25	BRCS	MLQ
PIL	1	,48**	,34**	-,29**
CD-RISC-25	,48**	1	,57**	-,40**
BRCS	,34**	,57**	1	-,26**
MLQ	-,29**	-,40**	-,26**	1
Ваша стаття	-,17*	-,00	,16*	-,10
Освіта	-,12	-,19*	-,05	-,06
Сімейний стан	,10	,02	,10	-,09
Статус, пов'язаний із війною	-,10	-,09	-,01	,15
Шкода здоров'ю	-,18*	-,17*	-,14	,04
Вік	-,10	-,00	,04	-,00

Таблиця 2. Кореляційні зв'язки між психологічними показниками та соціально-демографічними змінними (N=155, **p < 0,01, * p < 0,05)

Також виявлено значущий кореляційний зв'язок між здатністю до стійкого подолання (BRCS) та життєстійкістю ($r = 0,566$, $p < 0,01$). Це вказує на те, що активні стратегії адаптації безпосередньо підсилюють внутрішній ресурс стійкості особистості.

Окрему увагу привертає зворотний зв'язок між пошуком сенсу (MLQ) та життєстійкістю ($r = -0,398$, $p < 0,01$). Це свідчить про те, що стан активного пошуку сенсу, який часто супроводжується екзистенційною тривогою та відчуттям невизначеності, тимчасово знижує адаптаційні можливості людини. Побудована регресійна модель підтверджує цей вплив: коефіцієнт $B = -0,219$ ($p = 0,000$) вказує на те, що зростання інтенсивності пошуку сенсу без його реалізації є достовірним предиктором зниження показників поточної стійкості.

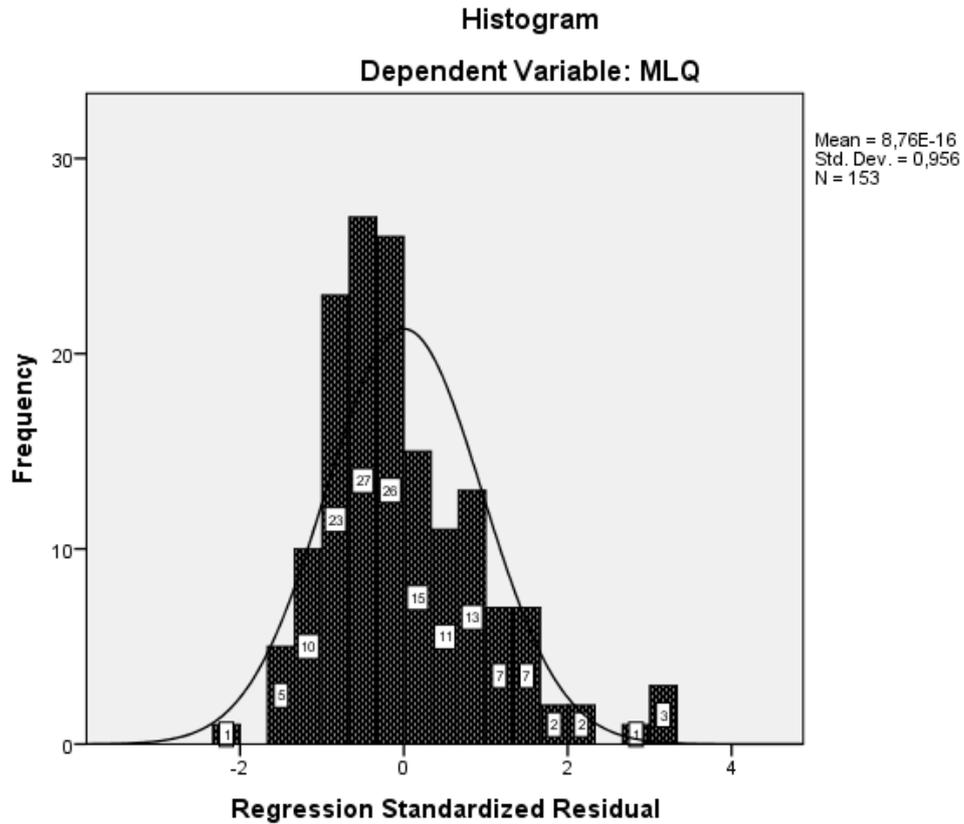
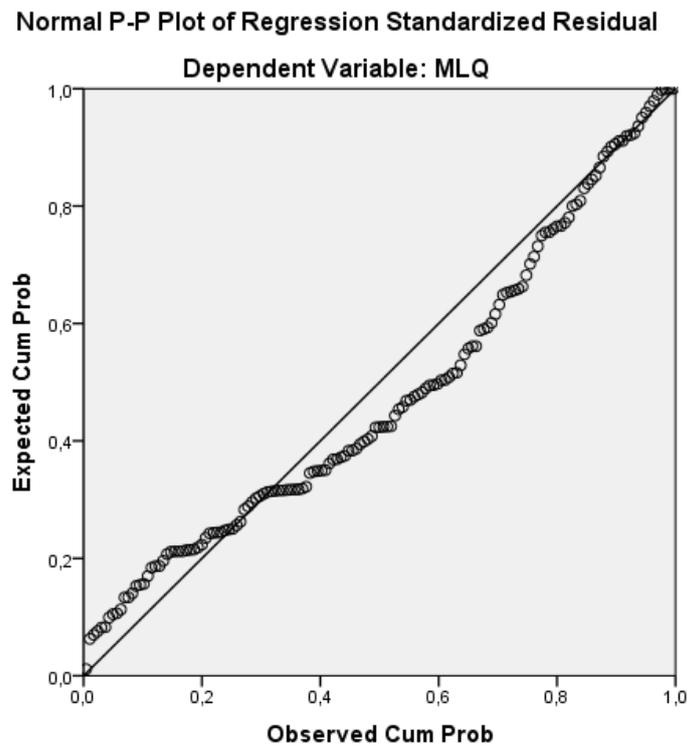


Рис. 6. Гістограма стандартизованих залишків регресії MLQ



**Рис. 7. Нормальний P–P графік стандартизованих залишків регресії
MLQ**

Результати аналізу гістограми та Normal P-P Plot стандартизованих залишків свідчать про дотримання припущення нормальності у регресійній моделі з залежною змінною РІЛ, що підтверджує адекватність моделі та валідність подальшої інтерпретації результатів.

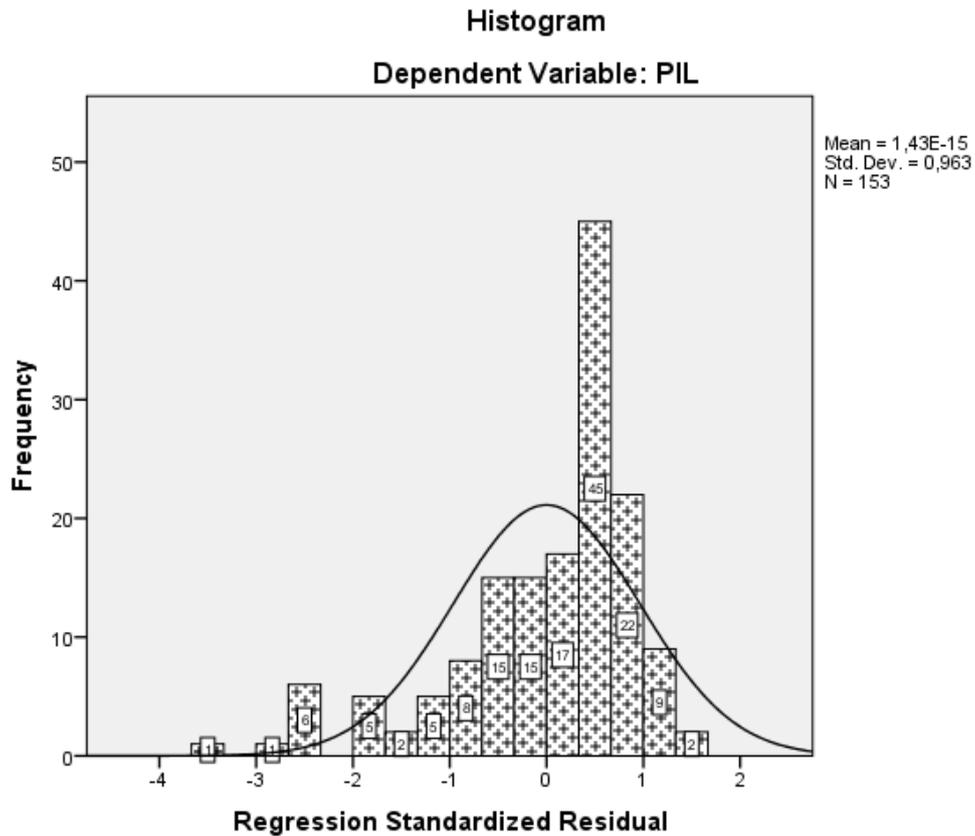
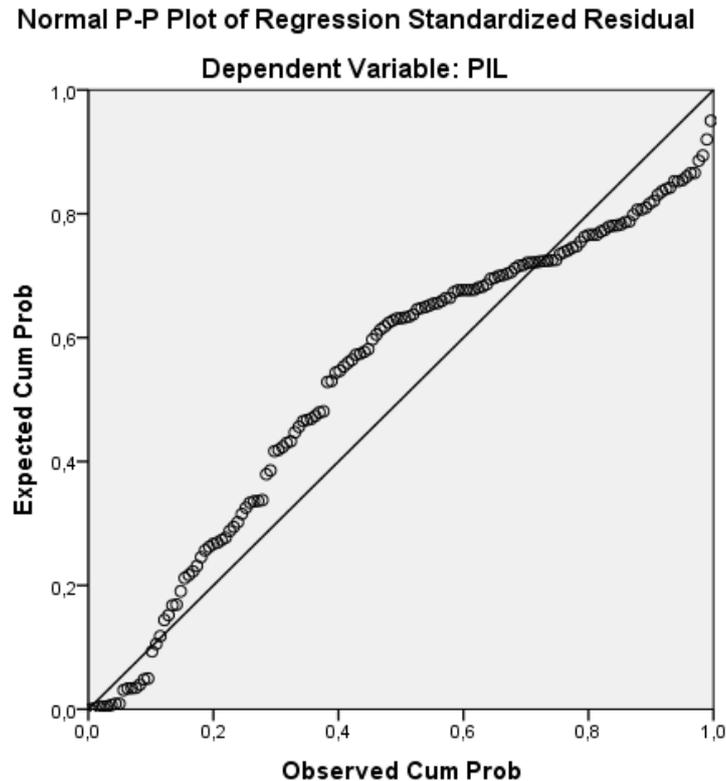


Рис. 8. Гістограма стандартизованих залишків регресії РІЛ



**Рис. 9. Нормальний P–P графік стандартизованих залишків регресії
PIL**

Комплексність цих зв'язків підтверджується результатами багатомірного аналізу (MANOVA). Встановлено, що система смисложиттєвих орієнтацій є головним чинником, який пояснює 94% ($R^2 = 0,940$) варіативності показників життєстійкості. Виявлено значущий ефект взаємодії $PIL * MLQ$ ($p = 0,032$, $\eta^2_p = 0,823$), що вказує на те, що вплив наявності сенсу на стійкість людини залежить від інтенсивності його пошуку: найвищий рівень життєстійкості спостерігається у респондентів зі сформованою системою сенсів, яка не потребує перманентного кризового перегляду.

У межах дослідження було проаналізовано вплив соціально-демографічних та воєнно-контекстуальних чинників (вік, стать, освіта, сімейний стан, досвід втрат та загрози життю) на психологічну стійкість. Результати засвідчили відсутність стійких статистично значущих зв'язків між більшістю соціально-демографічних показників, зокрема сімейний стан, рівень освіти, вік, наявність статусу, пов'язаного з війною, та рівнем стійкості (CD-RISC-25,

BRCS). Рівень освіти та сімейний стан не продемонстрували прямого впливу на здатність до відновлення. Побудовані регресійні моделі, в яких ці характеристики виступали предикторами, не досягли статистичної значущості, що підкреслює перевагу внутрішніх психологічних ресурсів над зовнішніми соціальними характеристиками.

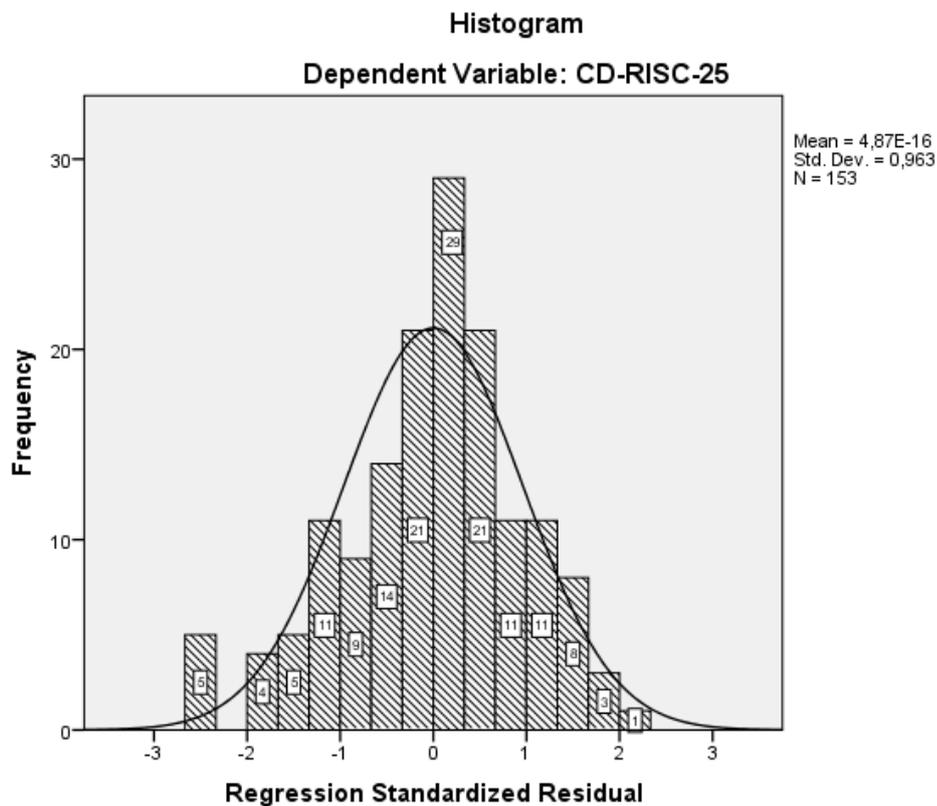
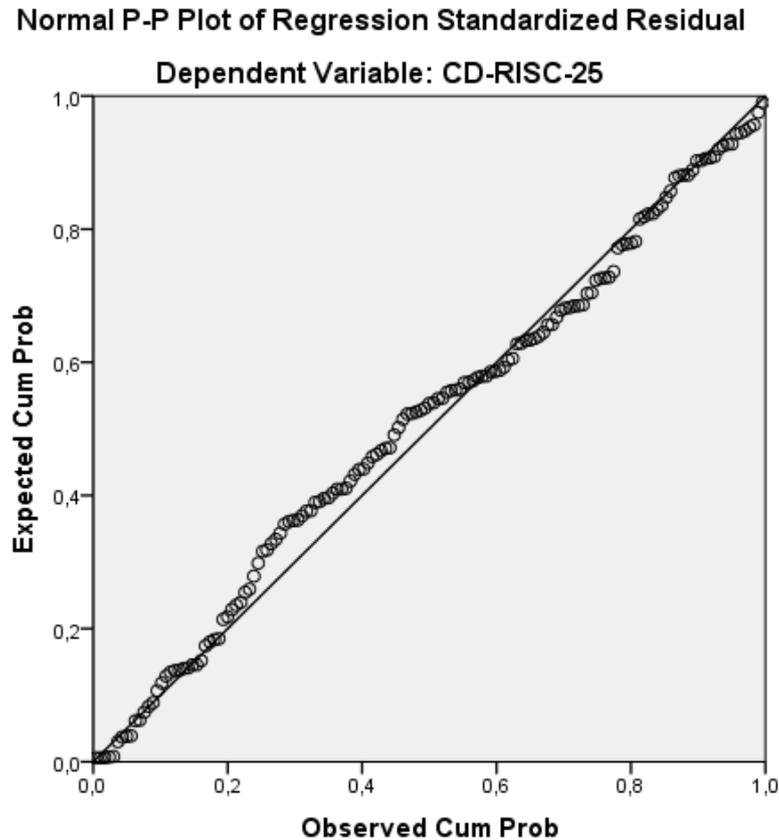


Рис. 8. Гістограма стандартизованих залишків регресії CD-RISC-25



**Рис. 9. Нормальний P–P графік стандартизованих залишків регресії
CD-RISC-25**

Проте аналіз за допомогою критерію ANOVA показав, що вік є визначальним чинником у формуванні саме смисложиттєвих орієнтацій ($F = 3,052$, $p = 0,004$). Зрілість особистості та накопичений життєвий досвід сприяють вищій стабільності сенсової сфери, що опосередковано підтримує стійкість.

При аналізі впливу безпосереднього досвіду війни було отримано важливі результати:

Прямі факти матеріальних втрат або наявності статусу ВПО/УБД не показали значущого впливу на рівень сенсу життя (PIL) ($p > 0,05$). Це свідчить про високу автономність внутрішніх смислів особистості від матеріальних обставин.

Водночас шкода фізичному здоров'ю виявилася найбільш вагомим негативним чинником, що пригнічує навички стійкого подолання (BRCS) ($B = -$

1,33, $p = 0,015$). Фізичне ушкодження стає реальним бар'єром для реалізації активних копінг-стратегій, обмежуючи динамічний ресурс адаптації.

Таким чином, психологічна стійкість особистості в умовах війни детермінована насамперед внутрішньою структурою сенсів (PIL) та станом їх пошуку (MLQ), тоді як зовнішні ситуаційні чинники (за винятком фізичної шкоди здоров'ю) мають другорядне значення.

2.3. Інтерпретація результатів емпіричного дослідження

Отримані в межах емпіричного дослідження результати загалом підтверджують висунуту гіпотезу про існування статистично значущого взаємозв'язку між рівнем психологічної стійкості особистості та показниками життєвого сенсу в умовах війни. Виявлені кореляційні та регресійні залежності свідчать, що переживаний сенс життя виступає важливим психологічним ресурсом, який підтримує здатність особистості до адаптації, саморегуляції та подолання екстремальних життєвих обставин. Зокрема, як показали попередні дослідження [21], осмисленість життя має кореляційний зв'язок з емоційною стійкістю та іншими індивідуально-психологічними особливостями особистості. В цьому контексті вищий рівень життєстійкості спостерігається серед осіб, які мають родичів, що беруть участь у воєнних діях, та перевершує показники фізичного стану [61]. Ці результати підкреслюють вирішальну роль внутрішніх смислових орієнтацій у підтримці психічного здоров'я та стійкості, навіть коли зовнішні обставини, такі як фізичні травми або матеріальні втрати, створюють значні виклики [20]. Цей феномен узгоджується з даними, які вказують на те, що оптимізм та пошук сенсу є центральними чинниками психологічної резильєнтності в умовах колективної травми [143]. Ця віра у перемогу є конструктивною копінг-стратегією, яка забезпечує розвиток позитивних психологічних установок, що оптимізують внутрішній психологічний стан [44].

Зокрема, встановлено наявність помірних і виражених позитивних кореляцій між показниками усвідомленого життєвого сенсу (PIL) та рівнем

психологічної стійкості (CD-RISC-25, BRCS). Це означає, що респонденти з вищим рівнем цілеспрямованості, суб'єктивної осмисленості життя та внутрішньої екзистенційної опори демонструють вищу здатність до психологічного відновлення, гнучкості та витривалості в умовах воєнного стресу. Такі результати узгоджуються з положеннями логотерапії В. Франкла, відповідно до яких наявність усвідомленого сенсу життя виступає ключовим чинником виживання та психічної стійкості в ситуаціях граничних випробувань. Ця концепція підкреслює, що здатність знаходити сенс навіть у стражданнях дозволяє особистості мобілізувати внутрішні ресурси для подолання кризових ситуацій [17, с.49]. Важливо зазначити, що життєва філософія, що включає сенс життя, є додатковим предиктором резильєнтності, перетворюючи події об'єктивної реальності на особистий досвід [2]. При цьому особистісний рівень саморегуляції, що формується на основі ціннісно-сміслових орієнтацій, визначає перебіг екзистенційної стійкості до життєвих негараздів, особливо в екстремальних умовах [4]. Крім того, встановлено, що високий рівень психологічної стійкості сприяє зниженню проявів різноманітних негативних особистісних якостей і феноменів, зокрема професійного вигорання, посттравматичних та інших психічних розладів, соматичних скарг, зловживання алкоголем, унікальної поведінки, депресії, тривожності, obsesивних проявів і трудоголізму [26, с. 12]. Це є особливо актуальним для військовослужбовців, для яких переживаний сенс життя та чітко сформована самоідентичність відіграють ключову роль у підтриманні психологічної стійкості в кризових ситуаціях [51].

Отримані результати узгоджуються з науковими даними, що підкреслюють визначальну роль смислотворення у зниженні негативних психологічних наслідків і сприянні посттравматичному зростанню осіб, які зазнали впливу значущих стресових чинників [21; 34]. Це свідчить про те, що глибоке відчуття життєвого призначення виконує функцію захисного чинника, опосередковуючи взаємозв'язок між травматичним досвідом та психологічним благополуччям.

Водночас особливу увагу заслуговують виявлені негативні кореляції між показником MLQ та всіма індикаторами психологічної стійкості. На перший погляд, такі результати можуть здаватися суперечливими щодо гіпотези, однак у логотерапевтичному контексті вони є цілком закономірними. Шкала MLQ у даному дослідженні відображає передусім інтенсивність пошуку сенсу, а не його наявність. Згідно з концепцією В. Франкла, стан активного пошуку сенсу часто супроводжується екзистенційною фрустрацією, внутрішньою напругою та переживанням смисложиттєвої кризи. В умовах війни такі переживання можуть посилювати суб'єктивне відчуття вразливості, що пояснює обернений зв'язок між показником MLQ та психологічною стійкістю. Цей динамічний процес пошуку сенсу, хоч і потенційно призводить до зростання, на початкових етапах може бути пов'язаний зі зниженням суб'єктивного відчуття стійкості, оскільки вимагає переосмислення фундаментальних переконань в умовах екстремального стресу. Цей феномен підкреслює, що хоча остаточне віднайдення сенсу життя підвищує рівень психологічної стійкості, сам процес його пошуку, особливо в умовах травматичного досвіду, на початкових етапах може проявлятися як підвищена психологічна вразливість (Ostafin & Proulx, 2020). Тому, попри те що тривалий пошук сенсу здатен спричиняти тимчасову психологічну нестабільність, його подальше віднайдення є критично важливим для формування ефективних стратегій подолання та розвитку довготривалої психологічної стійкості в складних життєвих обставинах [75].

Крім того, наявність сенсу життя послідовно пов'язується з нижчим рівнем психологічного дистресу, тоді як активний пошук сенсу в окремих випадках може корелювати з підвищеним рівнем дистресу, що вказує на складну та динамічну взаємодію між процесами смислотворення та психічним благополуччям [97]. Отже, диференційований зв'язок між наявністю сенсу та його пошуком зумовлює необхідність більш детального аналізу цих процесів, особливо серед популяцій, які зазнають глибоких і тривалих життєвих випробувань [51].

Отримані результати регресійного аналізу додатково підтверджують зазначену інтерпретацію: інтенсивність пошуку сенсу життя виступає статистично значущим предиктором рівня психологічної стійкості, пояснюючи помітну частку її варіативності. Це свідчить про те, що не сам факт звернення до смислових питань, а саме ступінь сформованості та інтегрованості сенсу життя є вирішальним чинником психологічної витривалості особистості в кризових умовах. Це розрізнення підкреслює важливість переходу від стану екзистенційного пошуку до стану осмисленої інтеграції, особливо в умовах глибокого стресу та життєвих випробувань. Відповідно, терапевтичні інтервенції, спрямовані на полегшення такого переходу, а не лише на ініціювання пошуку сенсу, можуть виявитися більш ефективними у зміцненні психологічної стійкості. Ефективність подібних інтервенцій значною мірою залежить від здатності особистості до смислотворення, що передбачає переоцінку та інтеграцію травматичного досвіду в цілісний життєвий наратив [103].

Натомість тривалий і безуспішний пошук сенсу пов'язаний із дезадаптивними наслідками та нижчою якістю життя, особливо у випадках, коли людині не вдається узгодити травматичні події з уже наявними смисловими структурами [77, р.3]. Крім того, здатність знаходити сенс у негативному досвіді визначається як ключова стратегія подолання труднощів, що сприяє адаптації до стресових ситуацій як у короткостроковій, так і в довготривалій перспективі [103]. Таким чином, сприяння успішній інтеграції сенсу, а не лише стимулювання його пошуку, постає як більш цілеспрямований підхід до підвищення психологічної стійкості в кризових умовах.

З позицій логотерапії отримані дані підтверджують тезу В. Франкла про те, що людина здатна витримати майже будь-які зовнішні обставини за умови наявності внутрішнього сенсу, тоді як його втрата або невизначеність істотно підвищує ризик психологічної дезадаптації. У контексті війни сенс життя може виконувати функцію смислового ядра, що організовує переживання травматичного досвіду, знижує рівень дистресу та сприяє мобілізації

особистісних ресурсів. Наявність життєвого сенсу дає змогу особистості сприймати стресові чинники як керовані виклики, а не як непереборні загрози, навіть у ситуаціях значних втрат або порушення ідентичності під час кризових подій [2]. Цей важливий аспект смислу виконує захисну функцію, пом'якшуючи глибокий психологічний вплив травматичних подій, пов'язаних із війною, шляхом формування відчуття цілеспрямованості та внутрішньої узгодженості в умовах хаосу [51]. Ця особистість демонструє вищий рівень психологічної стійкості за умови включеності в систему взаємної підтримки, як це було описано американською психологинею Ф. Волш [74].

Натомість відсутність сенсу може посилювати екзистенційну фрустрацію та ноогенні неврози, ускладнюючи здатність особистості долати труднощі й потенційно призводячи до дезадаптивних форм поведінки (Milenina & Torizova, 2024). У зв'язку з цим сенсоорієнтований терапевтичний підхід набуває особливої ваги в умовах війни, пропонуючи концептуальну основу для відновлення цілісного світогляду та пошуку оновленого життєвого сенсу попри глибокі страждання [82]. Такі інтервенції зазвичай акцентують увагу на переосмисленні особистісних цінностей і переконань, що дає змогу людині повному інтерпретувати власний досвід і віднайти нові, часто болісні, але значущі шляхи смислотворення [137]. Цей підхід визнає, що формування сенсу є не лише інтелектуальним процесом, а глибокою психологічною трансформацією, у межах якої страждання може стати джерелом особистісного зростання та самотрансценденції [159].

Вілер, у свою чергу, підкреслює, що глибоке занурення у власний досвід і його інтеграція в загальну концепцію життя сприяють посиленню психологічної стійкості, допомагаючи пережити кризу втрати сенсу після значних втрат [51]. Армур також наголошує, що усвідомлення значущості життя та його цінності дозволяє людям ефективно долати психологічні наслідки травм і стресу, сприяючи покращенню психічного здоров'я [51]. Крім того, сучасні дослідження підкреслюють, що підтримка відчуття сенсу в житті може пом'якшити вплив травматичних подій, діючи як вирішальний буфер проти розвитку деморалізації

та підтримуючи позитивну психологічну адаптацію [82]. Цей процес дозволяє людям не тільки відновитися, але й потенційно досягти посттравматичного зростання, встановлюючи оновлене відчуття мети та зв'язку [128; 51]. Більше того, люди, здатні чітко висловити сенс своїх страждань, більш схильні до покращення психічного здоров'я та покращення самопочуття, що підкреслює потенціал логотерапії у сприянні стійкості та стимулюванні трансформаційного терапевтичного процесу [75, р.20]. Більше того, було показано, що навмисне конструювання значення в рамках наративу, особливо після переживання травми, посилює механізми подолання труднощів та допомагає в емоційній регуляції [66]. Це підкреслює особливий внесок логотерапії, висвітлюючи її зосередженість на меті та значенні як основоположних елементах для подолання страждань та сприяння психологічній стійкості. [72; 128]. Ця структура особливо актуальна у військовому контексті, де вплив екстремальних несприятливих обставин вимагає потужних внутрішніх ресурсів для сталого психологічного благополуччя. Крім того, цей акцент на меті створює потужний контраргумент детерміністським поглядам на психічне здоров'я, виступаючи за людську діяльність у процесі відновлення шляхом переосмислення страждань як можливості для зростання [75, р.30].

Цей підхід знаходить своє відображення у концепції Віктора Франкла, який наголошував на невід'ємній ролі пошуку та реалізації сенсу життя як фундаментального елементу людського існування, особливо в умовах екзистенційної кризи. Ця перспектива узгоджується з емпіричними даними, які свідчать про те, що люди, які знаходять сенс у несприятливому досвіді, демонструють вищий рівень стійкості та посттравматичного зростання. [75, р. 20; 161, р.2-3]. Такі висновки свідчать про те, що інтеграція логотерапевтичних принципів Франкла в психологічне втручання може значно підвищити здатність учасників бойових дій перетворювати травматичний досвід на джерела особистісного зростання та тривалої психологічної стабільності. [139]. Це додатково підтверджується дослідженнями, які вказують на те, що усвідомлення значущості власного життя виступає водночас і предиктором, і медіатором у

подоланні горя, відновленні після ПТСР та сприянні особистому благополуччю, особливо в кризових обставинах [51]. Концепція логотерапії стверджує, що страждання, якщо розглядати його крізь призму орієнтації на сенс, може слугувати каталізатором глибокого особистісного зростання та реалізації людської цілісності в умовах безвихідних особистісних обставин, зокрема загрози смерті [90, р.11]. Такий підхід узгоджується з сучасною позитивною психологією, яка підкреслює роль життєвої мети як вагомого чинника психологічної стійкості та розвитку, що дозволяє особистості протистояти екзистенційній порожнечі та прагнути до сенсу. Відтак, принципи логотерапії пропонують надійну основу для зміцнення психологічної резильєнтності перед обличчям глибоких випробувань, підкреслюючи внутрішню здатність людини знаходити та конструювати сенс навіть посеред, здавалося б, нездоланих викликів [159].

Цей акцент на пошуку сенсу є особливо критичним в умовах війни, де через повсюдну загрозу смерті та втрату контролю може легко виникнути екзистенційний вакуум [160]. Віктор Франкл, пройшовши через жахи нацистських концтаборів, зауважив, що «воля до сенсу» слугувала потужним захисним фактором проти відчаю, дозволяючи людям витримувати екстремальні страждання завдяки зосередженню на меті, що виходить за межі їхніх поточних обставин [92]. Цей фундаментальний висновок, виведений з його власного життєвого досвіду, позиціонує логотерапію як глибоко актуальний теоретичний і практичний підхід для розуміння та формування психологічної стійкості у верств населення, що зазнали гострої травми [161; 159]. Він стверджував, що люди мають притаманну їм «волю до сенсу» – фундаментальне прагнення шукати та ідентифікувати мету у своєму житті, реалізація якої посилює витривалість та опірність особистості перед лицем негараздів [149; 159]. Цей пошук сенсу є не просто психологічним конструктом, а екзистенційним імперативом, який дозволяє індивідам виходити за межі безпосередніх обставин і знаходити значущість у своїх стражданнях, перетворюючи страждання на ціль пошуку сенсу життя [75, р. 20]. Ця концепція є особливо життєво важливою в

контекстах колективної травми, таких як воєнний час, де віднайдення сенсу у спільному досвіді може сприяти спільній стійкості та психологічному благополуччю громади [143]. В. Франкл, ґрунтуючись на своєму досвіді в концентраційних таборах, обґрунтував, що навіть у найекстремальніших умовах людина може знайти сенс, що дозволяє їй вижити та зберегти свою гідність [92; 39, с. 18]. Ця здатність до трансценденції, тобто виходу за межі себе та своїх обставин, є наріжним каменем його теорії, підкреслюючи, що люди не детерміновані зовнішніми факторами, а володіють свободою вибору свого ставлення до долі [149].

Отже, результати дослідження не лише підтверджують висунуту гіпотезу, а й розширюють розуміння механізмів психологічної стійкості, підкреслюючи ключову роль екзистенційно-сміслових чинників. Практична значущість отриманих даних полягає в доцільності включення логотерапевтичних і смислоорієнтованих інтервенцій у програми психологічної підтримки осіб, які переживають наслідки війни. Ці інтервенції можуть бути спрямовані на допомогу індивідам у виявленні та формулюванні особистих цінностей та цілей, що дозволить їм переосмислити травматичний досвід у контексті значущості та особистісного зростання [75]. Особливо це стосується комбатантів, для яких збереження індивідуальних цінностей є критичним для інтеграції травматичного досвіду в систему життєвих смислів [21]. Їхня здатність до адаптації та психологічної стійкості значною мірою залежить від перетворення травматичного досвіду на смислові конструкції та орієнтації, які слугують рушійною силою для подальшої активності [21]. Неспроможність знайти або відновити сенс життя може стати основною причиною психологічних труднощів, відчуття безглуздості та внутрішньої порожнечі, що часто спостерігається у ветеранів війни [21, с. 2; 42, с. 534].

Виходячи з цього, логотерапевтичний підхід надає методологічну базу для розробки інтервенцій, які сприяють посттравматичному зростанню, дозволяючи військовослужбовцям інтегрувати свої втрати та страждання в ширшу розповідь про особистісне зміцнення та трансформацію [24, с. 74; 63]. Доведено, що такий

підхід значно покращує симптоми депресії та загальне функціонування у осіб, що переживають травматичний досвід, включаючи тих, хто страждає від посттравматичного стресового розладу, пов'язаного з бойовими діями [72].

Висновки до розділу 2

У ході дослідження встановлено, що соціально-демографічні характеристики (вік, стать, рівень освіти, сімейний стан) та воєнно-біографічні фактори (наявність статусу, пов'язаного з війною, досвід втрат, загрози життю) не мають прямого статистично значущого впливу на рівень психологічної стійкості особистості.

Отримані результати свідчать про те, що психологічна стійкість в умовах війни не визначається автоматично ані об'єктивною мірою травматизації, ані формальними соціальними характеристиками, а формується під впливом внутрішніх психологічних механізмів. Натомість, вона значною мірою залежить від ціннісно-сислової сфери особистості, її здатності до пошуку та реалізації сенсу життя, що підтверджує актуальність логотерапевтичного підходу [17].

Виявлена відсутність значущого впливу соціально-демографічних чинників підтверджує провідну роль особистісно-сислових ресурсів у забезпеченні психологічної витривалості та адаптації в умовах тривалого стресу. Ці результати підкреслюють вирішальне значення екзистенційних чинників і внутрішніх ресурсів особистості у формуванні психологічної стійкості, що може слугувати основою для розробки цілеспрямованих інтервенцій, які фокусуються на особистісних смислах і цінностях.

Результати узгоджуються з логотерапевтичним підходом В. Франкла, відповідно до якого збереження або втрата психологічної стійкості зумовлюється насамперед ступенем осмисленості життєвого досвіду та здатністю особистості знаходити сенс навіть у ситуаціях екстремальних випробувань.

РОЗДІЛ 3.

РОЗРОБКА ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕКОМЕНДАЦІЙ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ ЛОГОТЕРАПЕВТИЧНОГО ПІДХОДУ ДЛЯ ПІДТРИМКИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

3.1. Обґрунтування положень психологічних рекомендацій

Розробка психологічних рекомендацій ґрунтується на виявлених у ході дослідження закономірностях між ціннісно-смісловою сферою особистості та її здатністю протистояти деструктивному впливу війни. В умовах тривалого військового конфлікту традиційні адаптаційні ресурси можуть вичерпуватися, що робить актуальним звернення до екзистенційних ресурсів духу. Саме тут логотерапія пропонує потужний інструментарій для активації внутрішнього потенціалу особистості, спрямованого на відшукування та реалізацію сенсу всупереч обставинам [51]. Психологічні рекомендації, таким чином, мають зосереджуватися на відновленні відчуття безпеки та екологічному реагуванні на емоційні проблеми, що накопичуються внаслідок стрес-факторів, пов'язаних із порушенням базового відчуття безпеки та військовими діями [64, с. 18]. Це передбачає підтримку у формуванні ціннісно-сміслових орієнтацій та екзистенційної стійкості, які є критичними для протистояння життєвим проблемам в екстремальних умовах [1]. Важливою складовою цих рекомендацій є розвиток навичок рефлексії над власними цінностями та життєвими цілями, що дозволяє індивідам усвідомлено вибудовувати свою життєву стратегію навіть у найскладніших обставинах [51; 48, с. 165].

Основними положеннями для обґрунтування рекомендацій стали:

1. Сенсоцентричність життєстійкості. Отримані дані підтвердили, що рівень осмисленості життя (PIL) пояснює левову частку варіативності життєстійкості ($R^2 = 0,940$). Це означає, що психологічна допомога має фокусуватися не лише на симптоматичній підтримці, а на відновленні відчуття цілісності та спрямованості життя респондентів. Такий підхід дозволяє перетворити негативний досвід на ресурс для

особистісного зростання, допомагаючи людям усвідомити свою здатність до подолання труднощів через пошук і реалізацію унікального сенсу [38, с. 40; 21, с. 3].

2. Деструктивність «завислого» пошуку. Кореляційний аналіз показав, що активний пошук сенсу (MLQ) у ситуації кризи корелює зі зниженням стійкості ($r = -0,398$). Це обґрунтовує необхідність швидкого переходу від стадії екзистенційної рефлексії до стадії конкретних смисложиттєвих рішень, щоб уникнути виснаження особистості. Необхідно зосередитися на розвитку здатності до швидкого формування нових смислових орієнтацій, які дають можливість не тільки усвідомити поточні виклики, але й інтегрувати їх у ширшу життєву перспективу. Це підкреслює важливість підтримки в індивідуальній розробці чітких, досяжних цілей, що відповідають глибинним цінностям, оскільки їх відсутність може посилити відчуття безвиході та погіршити психічний стан. Таким чином, психологічні інтервенції повинні бути спрямовані на фасилітацію процесу переходу від екзистенційної невизначеності до конкретних смисложиттєвих рішень, забезпечуючи опору на внутрішні ресурси особистості [51; 17, с.48]. Це також передбачає сприяння розвитку внутрішньої рефлексії та самопізнання, що дозволяє особистості усвідомити власні сильні сторони та цінності як опору для подальшого розвитку [25]. Важливою складовою є також допомога у визначенні особистих стратегій подолання труднощів, які ґрунтуються на індивідуальних цінностях та переконаннях, що сприяє активізації власних адаптивних механізмів [14, с.8, 2023; 65, с.23]. Активна залученість до реалізації індивідуально значущих цілей та цінностей виступає ключовим фактором у формуванні психологічної резильєнтності, особливо у кризових ситуаціях [62, с. 15]. У цьому контексті важливе значення набувають положення логотерапії щодо пошуку сенсу через прийняття відповідальності, яке корелює зі стратегіями подолання проблем та

активним залученням особистості до осмислення та формування життєвої стратегії [2; 3]. Цей підхід дозволяє перетворити травматичний досвід на джерело особистісного зростання, коли індивіди знаходять нові способи інтеграції випробувань у своє життя та виявляють приховані ресурси для боротьби з ними.

3. Автономія внутрішнього ресурсу. Виявлена відсутність значущого зв'язку між матеріальними втратами та рівнем сенсу життя дає підстави стверджувати, що логотерапевтичний підхід є універсальним: він дозволяє підтримувати стійкість навіть за умов повної втрати звичного соціального середовища чи майна. Це вказує на те, що навіть за умов тотальної депривації та втрати звичних опор, особистість здатна знаходити нові сенси та джерела сили, що є критично важливим для збереження психічного здоров'я [58, с. 125-126].

Натомість, ефективніше сприяти знаходженню сенсу у творчих діях та досвідних цінностях, що дозволяють особистості активно формувати своє буття навіть у несприятливих умовах [149]. Важливо зазначити, що процес пошуку сенсу є більш значущим для адаптації до травматичного досвіду, ніж конкретний зміст знайденого сенсу [21, с. 44]. Це підкреслює динамічний та індивідуальний характер процесу логотерапевтичної інтервенції, де акцент зміщується з пасивного прийняття страждання на активне формування власної життєвої позиції та пошук значущості в дії.

Пріоритет фізичної реабілітації як передумови. Оскільки фізична шкода здоров'ю ($B = -1,33$) є найпотужнішим негативним предиктором, рекомендації мають включати аспект психосоматичної підтримки та адаптації особистості до нових тілесних можливостей. Це передбачає інтеграцію фізіотерапевтичних, реабілітаційних та психологічних втручань для досягнення цілісного відновлення та підвищення якості життя, що дозволяє людям з індивідністю ефективно функціонувати навіть за наявності обмежень [22, с. 46]. При цьому необхідно враховувати, що особи, які пережили військові дії, часто відзначаються зниженою чутливістю до соціальних впливів та підвищеною

вразливістю, що вимагає делікатного та індивідуалізованого підходу [154]. Такий підхід повинен включати пошук ключових елементів у їхній системі цінностей, які можуть стати короткостроковими життєвими сенсами, мобілізуючими ресурси у випадках відчаю (Stoliaryk & Semigina, 2023). Саме в таких екстремальних обставинах, як війна, звернення до логотерапевтичних принципів, що наголошують на важливості знаходження сенсу навіть у стражданні, стає ключовим інструментом для відновлення психологічного благополуччя та посттравматичного зростання [41; 46]. Такі інтервенції, які комбінують логотерапію з когнітивно-поведінковою терапією, особливо ефективні при роботі з військовослужбовцями, які отримали ампутації та страждають від фантомних болів, що підтверджує руйнівний вплив таких травм на смислове ядро особистості та необхідність його відновлення (Khmiliar, 2020). Емпіричні дослідження свідчать, що за умов кризи, зокрема військових дій, активні стратегії відновлення та підтримки сенсу життя виявляються ефективнішими для подолання стресових ситуацій порівняно з пасивним пригніченням негативних переконань [51]. І тому відновлення сенсу життя, особливо після травмуючих подій, є першочерговим завданням логотерапії [42, с. 534-535].

3.2. Психологічні рекомендації для ефективного використання логотерапевтичного підходу

Рекомендації структуровані за рівнями втручання: від індивідуальної роботи до групової підтримки та самодопомоги.

I. Робота з ціннісною ієрархією (актуалізація PİL)

З огляду на пряму кореляцію PİL та стійкості ($r = 0,478$), робота має бути спрямована на виявлення «залишкових сенсів», які не були зруйновані війною.

Метод «Смислового сканування»: Психологу слід допомогти клієнту ідентифікувати ті сфери відповідальності, які залишаються актуальними

(турбота про близьких, професійний обов'язок, збереження культурної ідентичності).

Реалізація «Цінностей ставлення»: У ситуаціях, які неможливо змінити (втрата здоров'я чи близьких), рекомендації фокусуються на зміні ставлення до ситуації. Біль розглядається не як кінець життя, а як виклик, що потребує гідної відповіді.

II. Трансформація пошуку в дію (мінімізація негативного впливу MLQ search)

Для нейтралізації негативного впливу тривалого пошуку сенсу рекомендується:

Принцип «Малих кроків»: Переорієнтація з глобальних запитань («Навіщо це все?») на локальні цілі («Що я можу зробити сьогодні для себе чи інших?»). Це знижує екзистенційну тривогу та підвищує почуття самоефективності. Цей підхід дозволяє перетворити абстрактні філософські роздуми на конкретні, досяжні дії, що сприяє активному формуванню змісту життя. Важливо, щоб пацієнти розглядали свою нинішню боротьбу як можливість для саморозвитку та служіння іншим, а не просто як нестерпний тягар [72]. Психотерапевтичні інтервенції також мають бути спрямовані на переосмислення пройденого досвіду, що був важливим для пацієнта, та допомогу у знаходженні сенсу в його поточній діяльності, підвищуючи рівень самосвідомості [52]. Це сприяє не лише зміцненню внутрішньої стійкості, але й дозволяє їм виявляти героїчну позицію, яка є ключовою для подолання фрустрації, розвитку та досягнення посттравматичного зростання [142]. Крім того, необхідно активно підтримувати та затверджувати цінності, особливо ті, що були важливими до кризового періоду, а також розвивати життєстійкість та незламність [19, с. 64]. Цей процес вимагає від психолога глибокого розуміння особистості клієнта та здатності до гнучкої інтерпретації логотерапевтичних принципів у контексті індивідуального травматичного досвіду.

Ефективне застосування логотерапії в умовах війни потребує адаптації традиційних технік, таких як сократівський діалог та персональне осмислення

життя, для підтримки осіб, які пережили травматичні події, наголошуючи на потребі в інших та значенні життя без них [42, с. 536]. Одним із ключових аспектів є робота з травматичною пам'яттю, яка, замість блокування, має бути інтегрована в смислове поле особистості як частина її унікального життєвого шляху, що вимагає переосмислення минулого для формування перспектив майбутнього [36]. Така інтеграція дозволяє не тільки зменшити негативний вплив травми, але й перетворити її на каталізатор особистісного розвитку, сприяючи формуванню унікальної ціннісної архітектури індивіда [153]. Ця стратегія відповідає моделі посттравматичного зростання, де терапевтичне втручання спрямоване на перебудову когнітивних структур та надання нових значень стражданню та подіям [71, с. 96]. Метою такого підходу є допомога постраждалим не тільки пережити емоційно складні ситуації, пов'язані з війною, але й віднайти сенси у своїй вірі в себе та майбутнє, а також позитивні моменти у складних обставинах [46]. Цей фокус на переосмисленні та рефреймінгу досвіду, зокрема, може спрямовувати інтрузивну румінацію в бік свідомої рефлексії над основними переконаннями, що веде до посттравматичного зростання [151]. При цьому, підкреслюється важливість гуманістичного підходу, який фокусується на сильних сторонах особистості та її здатності до розвитку, а не лише на патологічних аспектах травми [80].

У контексті запропонованого підходу логотерапію як емпірично валідований сенс-орієнтований метод доцільно інтегрувати з когнітивно-поведінковою терапією, аби розширити її когнітивно-поведінкову модель та сформувати збалансовану позитивну психотерапію резилієнтності, яка інкорпорує страждання та трагічні аспекти існування [75]. Вказана інтеграція може бути особливо ефективною у роботі з іммігрантським населенням, де сократівський діалог допомагає усвідомити особисту відповідальність за сенс життя та знайти значення навіть у травматичних переживаннях [70, pp.389-389; 140]. Цей підхід дозволяє особам, які пережили травматичні події, не тільки адаптуватися до нових умов, але й виявити приховані ресурси для посттравматичного зростання [121].

Використання методу дерефлексії: Клієнтам рекомендується свідомо переключати увагу з внутрішніх переживань на зовнішні об'єкти (допомога волонтерам, творчість, виховання дітей). Це дозволяє «вимкнути» моніторинг власної травми, що виснажує ресурс стійкості. Це створює простір для розвитку нових, конструктивних моделей поведінки та мислення, відволікаючи від нав'язливих думок і спонукаючи до активного пошуку сенсу [33]. Така стратегія особливо корисна для запобігання надмірному самоаналізу, який може посилити відчуття безпорадності та закріпити страждання [142]. Натомість, фокусування на зовнішній діяльності та цілях сприяє відновленню внутрішнього локусу контролю та підвищенню самоефективності, що є критично важливим для формування психологічної стійкості. Завдяки дерефлексії, особистість здатна переорієнтувати свою увагу з минулих травм на поточні можливості для особистісного зростання та пошуку нових значень, що сприяє активній участі в житті та соціальній інтеграції [140].

Екзистенційна переоцінка, яка здійснюється за допомогою логотерапевтичних принципів, надає індивідам можливість переосмислити власну ідентичність та знайти нові джерела мотивації навіть у найскладніших обставинах [13, с. 51]. Цей підхід не лише сприяє зменшенню психологічного дистресу, але й відкриває шлях до усвідомлення глибинних цінностей та формування цілеспрямованої життєвої позиції [140]. Такий інтегративний підхід, що поєднує логотерапевтичні техніки з когнітивно-поведінковими стратегіями, дозволяє ефективно працювати з посттравматичними станами та екзистенційними кризами, допомагаючи людям знаходити сенс у стражданнях [70; 7, с. 16]. Ця інтегративна модель психологічної підтримки спрямована на мобілізацію особистісних ресурсів та досягнення екзистенційної сповненості, а також на опанування здоров'язбережувальними психотехніками та формування опірності деструктивним впливам середовища [18, с.73]. У цьому контексті логотерапія виступає ефективним інструментом для роботи із психологічною травмою, зокрема через її акцент на знаходженні сенсу у стражданнях та адаптації до травматичних подій [76]. Вона особливо актуальна в контексті

масової травми та соціальної дезінтеграції, де філософське розуміння страждання та духовно-моральний вимір є ключовими для формування психологічної стійкості [33]. Зокрема, підхід до страждання з позиції сенсу є психологічно корисним, оскільки саме страждання від відчуття безглуздості робить його важко переносимим [111].

III. Зміцнення стратегій стійкого подолання (BRCS):

Враховуючи високий зв'язок BRCS з загальною життєстійкістю ($r = 0,566$), необхідно:

Тренінги навичок активної адаптації: Навчання технікам планування в умовах невизначеності. Також важливим є розвиток вміння діяти адекватно та ефективно при різних життєвих ситуаціях, що включає усвідомлення та вербалізацію особистісних ресурсів, які розкривають психологічні механізми резильєнтності [65, с. 76]. Додатково, розвиток життєвої філософії, що передбачає усвідомлення подій об'єктивної реальності та їхнє перетворення в особистий досвід, відіграє ключову роль у підвищенні резильєнтності, адже саме поняття «життєва філософія» включає сенс життя, що є важливим ресурсом [2]. Саме тому в контексті формування психологічної стійкості акцентується увага на когнітивній гнучкості та перефокусуванні, що дозволяють особистості адаптуватися до мінливих обставин і знаходити позитивні аспекти навіть у складних ситуаціях [40 с.10; 26, с.9]. Такий підхід також інтегрує практики усвідомленості, які допомагають зберігати психологічну рівновагу та зосереджуватися на позитивних очікуваннях, навіть коли зміни є невід'ємною частиною життя [26, р.8].

Психоедукація щодо ресурсів тіла: Оскільки шкода здоров'ю блокує активне подолання, важливо впроваджувати практики, що повертають контроль над тілом (дихальні вправи, доступна фізична активність), що створює фундамент для психологічного відновлення. Це включає навчання технікам саморегуляції, таким як дихальні вправи та медитація, які допомагають заспокоїти нервову систему та знизити емоційне перевантаження [39, с. 9]. Також, включення фізичних вправ та здорового харчування в щоденний розклад

сприяє підвищенню загальної енергії та стійкості організму. Крім того, розуміння та використання ресурсів тіла сприяє усвідомленню тілесного досвіду як частини інтегративного підходу до подолання стресу та розвитку резильєнтності [64, с. 18]. Зокрема, такі інтервенції можуть включати ідентифікацію приємних занять для покращення позитивних емоцій та навчання методам усвідомленості [99].

IV. Рекомендації для професійної спільноти практичних психологів:

1. Логотерапевтична супервізія: Психологам, які працюють з військовими та ВПО, важливо усвідомлювати власний рівень осмисленості, щоб уникати «втоми від співчуття». Це передбачає регулярну рефлексію над власними цінностями, пошук особистісних сенсів у професійній діяльності та розвиток стратегій самопідтримки, щоб ефективно допомагати іншим [68, с.17]. Також, доцільним є використання технік емоційного інтелекту, критичного та саногенного мислення, а також педагогічної рефлексії для формування інформаційно-психологічної безпеки фахівців [10, с.40]. Така супервізія забезпечує проактивну профілактику вигорання та підвищує якість надання психологічної допомоги, сприяючи збереженню ментального здоров'я самих фахівців [8, с. 156]. Окрім цього, психологам рекомендується опановувати знання про посттравматичний стресовий розлад, військову термінологію, навички комунікації та стратегії підтримки, що є невід'ємними компонентами комплексної готовності [8, с.159].

Також, психологічна підтримка військовослужбовців має бути спрямована на розвиток їхніх навичок подолання труднощів, самоствердження та стресостійкості [50]. Це включає сприяння активному протистоянню страхам, розвитку оптимізму, підтримці моральних цінностей та пошуку соціальної підтримки, які разом зміцнюють здатність до відновлення після травматичних подій [71].

2. Створення «Спільнот сенсу»: Рекомендується розвивати групові форми роботи, де головним завданням є обмін досвідом подолання. Це перетворює індивідуальну травму на колективний ресурс стійкості. Спільний пошук сенсу у

перенесених випробуваннях та колективна рефлексія над цінностями дозволяють формувати нові смисложиттєві орієнтири та зміцнювати соціальну згуртованість [13, с. 78]. Ця групова динаміка допомагає знизити відчуття ізоляції та відчуженості, сприяючи ідентифікації зі спільнотою та спільному переживанню глибоких емоцій [13, с. 54]. Формування таких спільнот також сприяє розвитку колективної пам'яті та нарративу, що перетворює травматичний досвід на джерело сили та єдності. Такі ініціативи можуть включати майстер-класи з майндфулнесу, управління стресом, роботи з травмою та групи підтримки, що дозволить учасникам не лише ефективно справлятися з труднощами, а й підтримувати власне ментальне здоров'я [56].

3. Інтегративний підхід: Логотерапія не повинна заміщувати роботу з ПТСР чи депресією, але має стати «рамковим» методом, що надає сенсу самому процесу одужання та реабілітації. Це означає, що логотерапевтичні інтервенції повинні інтегруватися з доказовими методами лікування психотравми, такими як когнітивно-поведінкова терапія або EMDR, для забезпечення цілісного та ефективного відновлення. Зокрема, ефективні для корекції ПТСР методи поділяються на такі категорії, як освіта, цілісне ставлення до здоров'я, посилення соціальної підтримки та соціальної інтеграції комбатанта, а також терапія [47, с. 32]. При цьому, конструктивна терапія, що поєднує когнітивно-поведінкові та глибинні підходи, також може доповнювати логотерапію, оскільки її принципи орієнтовані на «конструктивну реконсолідацію пам'яті» та розвиток навичок конструювання майбутнього [7, с. 8]. Важливо зазначити, що хоча логотерапія є потужним інструментом для пошуку сенсу, вона не замінює спеціалізовані травмафокусовані підходи, такі як травмафокусована когнітивно-поведінкова терапія або десенсибілізація та репроцесуалізація рухом очей, які визнані найбільш ефективними для лікування психологічної травми. Цей інтегративний підхід передбачає поєднання логотерапії з іншими техніками, такими як вправи «Колесо життєвого балансу», карти досягнення цілей, а також участь у ветеранських групах взаємопідтримки, щоб знайти новий сенс у житті та особистісні ресурси [108; 55]. Такий комплексний підхід, що охоплює як

індивідуальні, так і групові методи, посилює посттравматичне зростання, допомагаючи особистості переосмислити травматичний досвід та інтегрувати його у своє життя як ресурс для подальшого розвитку [59, с.200]. Цей синтез дозволяє досягти не лише усунення симптомів, а й сприяє глибокій трансформації особистості, що є ключовим для посттравматичного зростання [71, с. 96; 21, с.112]. При цьому логотерапія забезпечує тривалий терапевтичний ефект навіть за умов відтермінованого звернення по допомогу, акцентуючи на відновленні здатності до отримання задоволення від життя як ключовому індикаторі успішної терапії травм [6, с.34]. Інтеграція логотерапії з іншими психотерапевтичними підходами, такими як когнітивно-поведінкова терапія, посилює терапевтичний ефект, оскільки вона надає смислове підґрунтя для когнітивних перебудов та поведінкових змін [70, р.390; 101].

Висновок до розділу 3

На основі теоретичного аналізу та емпіричних даних запропоновано та обґрунтовано психологічні рекомендації щодо використання логотерапевтичного підходу для підтримки психологічної стійкості особистості в умовах війни.

Психологічна стійкість у контексті військових конфліктів потребує багатоаспектного підходу, який поєднує індивідуальні ресурси особистості, соціальну підтримку та професійні психологічні інтервенції. Важливими складовими цього процесу є здатність до саморегуляції, ефективного подолання стресу та наявність чітких життєвих цілей, що сприяють адаптації до екстремальних умов і відновленню психологічного благополуччя.

Застосування логотерапевтичного підходу дозволяє активувати специфічно людський, ноогенний ресурс психологічної стійкості, який зберігається навіть за умов воєнної катастрофи. Орієнтація на сенс життя постає не лише як філософська категорія, а як статистично підтверджений механізм збереження психічного здоров'я та зміцнення адаптаційного потенціалу

особистості. Особливої актуальності цей підхід набуває у роботі з комбатантами та іншими групами, що зазнали впливу війни, для яких смислова реорганізація життєвого досвіду є передумовою психологічного відновлення.

Розроблені рекомендації мають прикладний характер і можуть бути інтегровані в програми кризового консультування, психологічної реабілітації та ресоціалізації ветеранів. Перспективи подальших досліджень пов'язані з емпіричною перевіркою ефективності логотерапевтичних інтервенцій у довготривалій перспективі, вивченням посттравматичного зростання та інтеграцією логотерапії з іншими психотерапевтичними підходами.

ВИСНОВКИ

Метою роботи було визначити взаємозв'язок між психологічною стійкістю та життєвим сенсом особистості в умовах війни в контексті логотерапевтичного підходу.

У представленому теоретичному дослідженні здійснено комплексний аналіз психологічної стійкості як багатовимірного особистісного конструкта, що набуває особливої значущості в умовах війни та тривалого соціального стресу. Узагальнення сучасних наукових підходів дозволяє зробити висновок, що психологічна стійкість не зводиться до окремої риси або навички, а постає як інтегральна якість особистості, яка поєднує когнітивні, емоційні, мотиваційні, поведінкові та ціннісно-сміслові компоненти. Саме ця інтегративність забезпечує здатність людини зберігати цілісність функціонування, адаптуватися до екстремальних умов та протистояти дезорганізуючому впливу травматичного досвіду.

Проведений аналіз концептів життєстійкості та психологічної резильєнтності засвідчив їхню теоретичну та прикладну взаємодоповнюваність. Життєстійкість, представлена через компоненти залученості, контролю та прийняття виклику, відображає внутрішню активну позицію особистості щодо подолання труднощів, тоді як резильєнтність фокусується на результативному аспекті – здатності до позитивної адаптації та відновлення після стресу або травми. У поєднанні ці підходи дозволяють глибше зрозуміти механізми психологічної адаптації як процесу, що розгортається у часі та опосередковується індивідуальним досвідом і ресурсами особистості.

Особливу увагу в роботі приділено ціннісно-смісловій сфері як фундаментальному ресурсу психологічної стійкості. Узагальнення результатів вітчизняних і зарубіжних досліджень свідчить, що в умовах війни саме сенс життя, життєві цінності та екзистенційні орієнтації набувають визначального значення для збереження психічного здоров'я. Втрата базових уявлень про безпеку, контроль і прогнозованість світу, характерна для воєнного конфлікту,

актуалізує екзистенційні питання буття, відповідальності та життєвого призначення, що, у свою чергу, вимагає переосмислення особистісних смислів.

Логотерапевтичний підхід Віктора Франкла надає цілісну методологічну основу для інтерпретації психологічної стійкості в екстремальних умовах. Концепція «волі до сенсу» дозволяє розглядати пошук і реалізацію життєвого сенсу як ключовий механізм подолання страждання, збереження внутрішньої свободи та формування активної життєвої позиції навіть за відсутності можливості змінити зовнішні обставини. В цьому контексті психологічна стійкість постає не лише як здатність витримувати труднощі, а також як екзистенційна готовність надати пережитому досвіду особистісно значущого змісту.

Аналіз впливу військового конфлікту на психологічний стан особистості показав, що війна є хронічною травматичною подією, яка має кумулятивний ефект і призводить до глибоких змін у структурі особистості. Для військовослужбовців ці зміни пов'язані з бойовим стресом, моральними травмами, виснаженням адаптаційних ресурсів і трансформацією ціннісних орієнтацій. Для цивільного населення – з втратою дому, соціального статусу, звичного способу життя та кризою ідентичності. В обох випадках саме наявність або втрата життєвого сенсу значною мірою визначає напрям психологічної адаптації – від дезадаптації та екзистенційного вакууму до посттравматичного зростання.

Важливим узагальнюючим висновком є те, що психологічна стійкість у воєнних умовах має виразну смислову специфіку. Для комбатантів вона часто ґрунтується на колективному сенсі – виконанні обов'язку, захисті Батьківщини, збереженні життя побратимів. Для цивільних осіб – на відновленні соціальних зв'язків, участі у волонтерській діяльності, турботі про близьких і побудові образу майбутнього. Фрустрація або втрата цих смислів суттєво підвищує ризик розвитку посттравматичних розладів, тоді як їх переосмислення та інтеграція сприяють психологічному відновленню.

Отримані теоретичні узагальнення підтверджують доцільність інтеграції кількісних методів оцінки психологічної стійкості з інструментами дослідження сенсожиттєвих орієнтацій. Використання таких методик, як Шкала життєстійкості Коннора-Девідсона (Connor–Davidson Resilience Scale, CD-RISC-25), опитувальника «Мета в житті» Дж. Крамбо та Л. Махоліка (The Purpose in Life Test, PIL, в акадптації Т.В. Кулаєвої), Коротка шкала стійкого подолання труднощів (Brief Resilient Coping Scale, BRCS) та Опитувальник сенсу життя (MLQ 2006, Meaning in Life Questionnaire) дозволяє емпірично виявляти взаємозв'язок між рівнем психологічної стійкості та переживаним сенсом життя, що є особливо важливим у контексті перевірки гіпотези про їх статистично значущий зв'язок в умовах війни.

В цілому, слід підкреслити, що психологічна стійкість є не лише індивідуальною характеристикою, а й важливим соціально-психологічним ресурсом, який має стратегічне значення для збереження психічного здоров'я населення, підтримки боєздатності військовослужбовців та відновлення суспільства в цілому. Розробка та впровадження системних програм психологічної підтримки, що ґрунтуються на логотерапевтичних принципах і спрямовані на розвиток ціннісно-сислової сфери особистості, є необхідною умовою ефективної профілактики психологічного виснаження та сприяння посттравматичному зростанню.

Відтак, результати теоретичного аналізу підтверджують актуальність і наукову обґрунтованість обраної проблематики, а також створюють міцне підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження взаємозв'язку між психологічною стійкістю та сенсом життя особистості в умовах війни, що повністю відповідає меті та завданням даної роботи.

Надалі перспективними напрямками подальших наукових досліджень і розвідок у межах розглянутої проблеми можуть бути поглиблене вивчення довготривалих наслідків війни для психологічної стійкості особистості, зокрема в контексті відстрочених реакцій на травматичний досвід та змін смисложиттєвих орієнтацій у післявоєнний період; порівняльний аналіз

психологічної стійкості та смисложиттєвих орієнтацій у різних вікових групах (підлітки, молодь, дорослі, особи похилого віку) з урахуванням специфіки вікових криз та життєвих завдань, дослідження гендерних особливостей формування психологічної стійкості та ролі життєвого сенсу в подоланні стресу в умовах воєнних і соціальних викликів, вивчення ефективності логотерапевтичних інтервенцій у поєднанні з іншими психотерапевтичними підходами (когнітивно-поведінкова терапія, АСТ, наративна терапія тощо) у процесі відновлення психологічної стійкості, розробка та апробація програм психологічного супроводу, спрямованих на формування смисложиттєвих ресурсів і саморегуляції в осіб, які перебувають у ситуації хронічного стресу або травматизації, дослідження взаємозв'язку психологічної стійкості з іншими особистісними ресурсами, такими як емоційний інтелект, копінг-стратегії, рефлексивність, рівень соціальної підтримки та духовні цінності, методологічне розширення емпіричних досліджень шляхом використання лонгітюдних дизайнів, змішаних методів (кількісних і якісних) та біопсихосоціальних моделей аналізу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Агаєв Н., Васильєв С., Левіщенко С. Особливості впровадження методологічних підходів армій країн НАТО в практику психологічної підготовки військовослужбовців ЗС України. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Вип. 53 (3). С. 5–15. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2019-53-3-5-15>
2. Антонович М.О., Аралова О.О., Барінов С.А. Особливості психологічної стійкості (резильєнтності) волонтерок кол-центру Сил Територіальної Оборони Збройних Сил України та Національного інформаційного бюро. *Psychological Counseling and Psychotherapy*. 2022. №18. Р. 6-15. URL: <https://doi.org/10.26565/2410-1249-2022-18-01>
3. Бліхар В., Калька Н., Кузьо Л. Теоретико-емпіричне дослідження життєстійкості учасників воєнних дій. *Insight: the Psychological Dimensions of Society*. 2024. Vol. 11. Р. 239-259. URL: <https://doi.org/10.32999/2663-970x/2024-11-13>
4. Васильєв С. П. Психологічні умови розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) у військовослужбовців у процесі базової загальновійськової підготовки. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. №3. С.5-13. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-61-3-5-13>
5. Висоцька О. Соціальний простір буття дитини у воєнний та повоєнний періоди: спроба феноменологічної реконструкції. *Вісник НЮУ імені Ярослава Мудрого. Серія: Філософія, філософія права, політологія, соціологія*. С. URL: <https://doi.org/10.21564/2663-5704.66.337887>
6. Вінтоняк В., Рибчук О., Недвига О. Теоретико-методологічний аналіз феномену бойової психічної травми: сучасні підходи. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. Вип. 68 (4). С. 29–36. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-68-4-29-36>
7. Вірна Ж. Конструктивне розгортання життєвого та професійного шляху: самозбереження, компенсація та реабілітація особистості у віковому та

- клінічному ракурсі : кол. Монографія / гол. ред. Вірна. за заг. ред. Ж. Вірної. Луцьк : ФОРМ Мажула Ю. М., 2025. 322 с. за заг. ред. Ж. Вірної. Луцьк : ФОРМ Мажула Ю. М., 2025. 322 с. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/29176/1/monogr_2025.pdf
8. Вольнова Л. Збереження психічного здоров'я в умовах воєнних дій: збірник наукових праць учасників міжвузівського круглого столу (31 жовтня 2023 року, м.Київ) / Ред. колегія: Вольнова Л.М. Київ, 2023. 251 с. URL: <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi79/0059010.pdf>
9. Вошколуп Г.Ю. Психологічні особливості реадaptaції посткомбатантів після повернення із зони бойових дій. *Вісник Університету імені Альфреда*. Серія «Педагогіка і Психологія». Педагогічні науки. 2022. № 2. Р. 80-88. URL: <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2022-2-24-8>
- 10.Гандзілевська Г. Б., Кондратюк В. В. Ресурси та бар'єри інформаційно-психологічної безпеки вчителів початкових класів в умовах онлайн-навчання: резилієнс підхід. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія» : науковий журнал*. 2021. № 12. С. 35–40. URL: <https://doi.org/10.25264/2415-7384-2021-12-35-40>
- 11.Готич В. О. Посттравматичне зростання, як чинник формування психологічної стійкості студентів в умовах війни : дис. ... док. філ. у гал. 053 «Психологія». Івано-Франківськ, 2024. 253 с. URL: https://lib-repo.pnu.edu.ua/bitstream/123456789/21495/1/dysertatsiia_hotych-nakladenyj-elektronnyj-pidpys.pdf
- 12.Данилюк І., Предко В., Кислинська А. Психологічні особливості зв'язку життестійкості та самооцінки особистості в складних життєвих ситуаціях. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2023. № 18. С. 63-69. URL: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).9](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).9)
- 13.Демидюк В. Психологічні чинники запобігання та подолання емоційного вигорання військовослужбовців в умовах довготривалих збройних

- конфліктів : дисер. ... д. філ. н. в галуз. 053 «Психологія». Острог, 2023. 238 с. URL: https://www.oa.edu.ua/doc/dis/demydiuk_dis.pdf
14. Демяник О. Стресостійкість як чинник формування резильєнтності поліцейських НПУ. Прояви резилієнтності на різних рівнях системи: сім'я, освіта, суспільство під час війни: зб. наук. матеріалів I Міжнар. наук.-практ. конф., 23 листопада 2023 р. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. С. 6-8. URL: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PolNTU/13875/1/36_%20конф_Психолог_2023.pdf
15. Деренько В., Дмитрів Р., Пасічняк Л. Психологічні аспекти професійного вигорання військовослужбовців. *Освітні обрії*. 2024. Вип. 57. С. 55–58. URL: <https://doi.org/10.15330/obrii.57.2.2.55-58>
16. Жигайло Н., Шолубка Т. Формування психологічної стійкості студентів з во під час війни. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2022. Вип. 14. С. 3–14. URL: <https://doi.org/10.30970/PS.2022.14.1>
17. Журавльова Н. Ю., Гурлева Т. С. Ціннісно-смилова сфера особистості як ресурс у попередженні психологічного вигорання в умовах війни. Професійне та емоційне вигорання учасників освітнього процесу під час кризових і трансформаційних процесів : матеріали всеукраїнського науково-педагогічного підвищення кваліфікації, 1 січня – 11 лютого 2024 року. Liha-Pres, м. Львів, Україна - м. Торунь, Польща, с. 46-50. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/740226/>
18. Завгородня О. В., Краєва О. Психологічні проблеми осіб, вимушено переміщених внаслідок російської агресії. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. Вип. 73. С. 73–82. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-73-3-73-82>
19. Зарецька О. О. Кризовий дискурс у смисловому вимірі. *Вісник Національного університету оборони України*. 2024. №4. С. 60-68. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-80-4-60-68>

20. Карамушка, Л. Карамушка, Т. Емпіричне дослідження особливостей психічного здоров'я вимушених «внутрішніх» переселенців в умовах війни. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. Вип. 26. С. 48-56. URL: <https://doi.org/10.31108/2.2022.2.26.6>
21. Карачинський О. А. Трансформація смислових структур особистості комбатантів у реабілітаційний період : дисерт. ... к.псих.н. Київ, 2019. 225 с. URL: <https://nuou.org.ua/assets/dissertations/diser/diser-karatchynskiy.pdf>
22. Карук Ю. Взаємозв'язок травматичного досвіду дитинства та ментального здоров'я дорослої людини взаємозв'язок травматичного досвіду дитинства та ментального здоров'я дорослої людини. Прояви резилієнтності на різних рівнях системи: сім'я, освіта, суспільство під час війни: зб. наук. матеріалів І Міжнар. наук.- практ. конф., 23 листопада 2023 р. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. С. 41-46 URL: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/13875/1/36_%20конф_Психолог_2023.pdf
23. Катинський В., Філоненко Л. Сутність та основні характеристики морально-психологічного стану військ (сил). *Молодий вчений*. 2025. Вип. 125. С.125-130. URL: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2025-3-134-6>
24. Клевака Л. Втрати є квінтесенцією війни: етапи переживання та психологічний супровід військовослужбовців втрати є квінтесенцією війни: етапи переживання та психологічний супровід військовослужбовців. Прояви резилієнтності на різних рівнях системи: сім'я, освіта, суспільство під час війни: зб. наук. матеріалів І Міжнар. наук.- практ. конф., 23 листопада 2023 р. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. С. 73-81. URL: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/13875/1/36_%20конф_Психолог_2023.pdf

- 25.Кобець О., Кузьменко І. Ф. Особисті ресурси як чинники підтримання психологічного благополуччя в умовах екзистенційних загроз. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. Вип. 66 (2). С. 43–49. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-66-2-43-49>
- 26.Кокун О. М., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023. 25 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/734632/1/Довідник.pdf>
- 27.Кокун О. М. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посіб. / О. М. Кокун, В. В. Ключков, В. М. Мороз та ін. Київ-Одеса : Фенікс, 2022.128 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/731412/1/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA_.pdf
- 28.Корня Л. Завдання та методи психологічного вивчення військовослужбовців. Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологічні науки. 2020. Вип. 13 (2). С. 136. URL: <https://doi.org/10.32453/5.v13i2.171>
- 29.Коструба Н. Психічне здоров'я військовослужбовців. *Психологічні перспективи*. 2023. Вип. 41. С. 120–132. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-41-kos>
- 30.Коширець В., Шкарлатюк К. Особливості організації особистісного простору військовослужбовців з ознаками ПТСР. *Psychological Prospects Journal*. 2020. Вип. 36. С. 124–143. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2020-36-124-143>
- 31.Краєва О., Крилова А. Психологічні особливості наративної ідентичності операторів служби підтримки в екстремальних умовах. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. Вип. 70. С. 70–80. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-76-6-70-80>
- 32.Кулаєва Т. Психологічні особливості переживання самотності в дорослому віці : дис. ... д.філос. в галузі 053 «Психологія». 2023. 243 с. URL:

https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/739776/1/27.12.2023_КУЛАЄВА_ДИСЕРТАЦІЯ.pdf

33. Лазорко О. Від екзистенційної кризи до процвітання: чотири благородні істини як інтегративна рамка психологічної стійкості особистості в умовах війни. *Психологічні перспективи*. 2025. Вип. 45, С. 74–90. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2025-45-laz>
34. Лазос Г. П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології. Том 3.: Консультативна психологія і психотерапія*. 2018. Вип. 14. С. 26-64. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/716873/1/Lazos_APP_V3N14_2018.pdf
35. Логвіновська Л.М. Втрати та стійкість українських студентів під час війни. *The 26th International scientific and practical conference «Scientific trends and ways of solving modern problems» (July 04 – 07, 2023) La Rochelle, France. International Science Group*. 2023. С. 208-213. URL: <https://www.doi.10.46299/ISG.2023.1.26>
36. Лугова М. Екзистенційні наслідки переживання досвіду військових дій для дитини: філософський аналіз. *Вісник НЮУ імені Ярослава Мудрого. Серія: Філософія, філософія права, політологія, соціологія*. 2022. № 55. С. 60-71. URL: <https://doi.org/10.21564/2663-5704.55.268521>
37. Макаров О., Стрілець В. Особистісні ресурси як предмет психологічного дослідження. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. Вип. 83 (1). С. 103–113. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-83-1-103-113>
38. Манжалій К. Особливості психологічної допомоги при подоланні стресових переживань особливості психологічної допомоги при подоланні стресових переживань. Прояви резильєнтності на різних рівнях системи: сім'я, освіта, суспільство під час війни: зб. наук. матеріалів I Міжнар. наук.- практ. конф., 23 листопада 2023 р. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. С. 38-41 URL:

https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/13875/1/36_%20конф_Психолог_2023.pdf

39. Мерзлякова О. Резильєнтність та практики психологічного відновлення в умовах довготривалої військової агресії: інформаційно-практичний порадник / упорядн. О. Мерзлякова. Київ, 2023. 20 с. URL: https://dnrb.gov.ua/my/R2-Resilience_Merzliakova_OL_2023.pdf
40. Мірошник З. Михайленко О. Резилієнтність як здатність обирати життя. Прояви резилієнтності на різних рівнях системи: сім'я, освіта, суспільство під час війни: зб. наук. матеріалів І Міжнар. наук.- практ. конф., 23 листопада 2023 р. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. С. 9-11. URL: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/13875/1/36_%20конф_Психолог_2023.pdf
41. Назар Ю. Концептуальні підходи до розуміння феномену посттравматичного зростання особистості. *Психологія і особистість*. 2024. №1. С. 58–98. 2024. URL: <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2024.1.298772>
42. Осика О. В. Логотерапія В. Франкла в психокорекційній роботі зі школярами. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Вип. 21. С. 531-541 URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2013_21_48
43. Павлушенко С. Психологічні наслідки участі особистості в бойових діях. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Вип. 52 (2). С. 87–94. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2019-52-2-87-94>
44. Педко В., Педко Д. Особливості психічного стану українців в умовах війни. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2023. Вип. 78. С.78-84. URL: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.11>
45. Перепелиця А.В., Опанасюк О. Психологічні травми та труднощі адаптації як соціально-психологічні проблеми внутрішньо переміщених осіб.

- Слобожанський науковий вісник. Серія Психологія.* 2024. Вип. 1. С. 148-151. URL: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2024.1.26>
46. Пилипенко Н. Психологічна допомога та підтримка постраждалим внаслідок війни в Україні. *Вісник Національного університету оборони України.* 2022. Вип. 70 (6). С. 142–148. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-142-148>
47. Попелюшко Р. Психолого-аксіологічні засади реабілітації комбатантів при віддалених наслідках стресогенних впливів : Автореф. дисерт. ... док. псих. н. Київ, 2021. 47 с. URL: http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/avtoreferat_popelushko_r.p._1630333998.pdf
48. Попелюшко Р. П. Аналіз результатів проведення завершального етапу програми психологічного супроводу комбатантів та їхніх сімей. *Науковий вісник Херсонського державного університету: Серія «Психологічні науки».* 2021. Вип. 2. С. 162-168. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-2-19>
49. П'янківська Л. Особливості прояву резильєнтності у студентів в умовах воєнного часу. *Перспективи та інновації науки.* 2023. № 10. С.623-633. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-623-633](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-623-633)
50. Романишин А., Остапчук О., Чорний В., Вавілова Н. Стійкість українських воїнів: актуальні проблеми формування та зміцнення. *Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень НУОУ імені Івана Черняхівського.* 2025. Вип. 2. С. 134–141. URL: <https://doi.org/10.33099/2304-2745/2025-2-85/134-141>
51. Савченко О., Колесніченко Л., Чужикова В., Береженна О. Цінність власного життя в підтримці резильєнтності військових: побудова медіаторної моделі. *Інсайт: психологічні виміри суспільства.* 2024. № 12. С. 66–95. URL: <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2024-12-21>
52. Сачко К. Особливості переживання екзистенційної кризи у осіб молодого віку під час війни. *Психосоматична медицина та загальна практика.* 2023. №2. С. 1-13. URL: <https://doi.org/10.26766/pmgp.v8i2.434>

53. Свідерська О., Демид В. Психологічні чинники особистісної ресурсності студентської молоді під час дистанційного навчання. Вісник Національного університету оборони України. 2021. Вип. 61 (3). С. 92–98. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-61-3-92-98>
54. Степаненко В., Злобіна О., Головаха Є., Дембіцький С., Найдьонова Л. Стрес, спричинений війною, та ресурси соціально-психологічної стійкості: огляд теоретичних концептуалізацій. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2023. №4. С. 22-39. URL: <https://doi.org/10.15407/sociology2023.04.022>
55. Столярчук О., Семигіна Т. Повернутися з війни: психосоціальна підтримка ветеранів/-нок та членів їхніх сімей. *Social Work and Education*. 2023. No. 1. P. 63-77. URL: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.23.1.6>
56. Столярчук О., Семигіна Т. Голоси стійкості: рефлексії українських соціальних працівників у час війни. *Social Work and Education*. 2024. No. 1. С. 7-22. URL: <https://doi.org/10.25128/2520-6230.24.1.1>
57. Столярчук О. А. Навчання та психоемоційний стан українських підлітків в умовах війни в Україні. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. Вип. 1. С. 115. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.22>
58. Тверезовська Н. Т., Головаш Д. А. Основні проблеми внутрішньо переміщених осіб та шляхи їх подолання. *Гуманітарні студії: педагогіка, психологія, філософія*. 2023. № 3. С. 116-130. URL: [https://doi.org/10.31548/hspedagog14\(3\).2023.116-130](https://doi.org/10.31548/hspedagog14(3).2023.116-130)
59. Титаренко Т. Посттравматичне життєтворення особистості: методи діагностики і відновлення. *Psychology of Personality*. 2020. Vol. 10. No. 1. P. 186–192. URL: <https://doi.org/10.15330/ps.10.1.186-192>
60. Ткалич М. Г. Емоції та резилієнтність особистості у складних життєвих обставинах. *Журнал сучасної психології*. 2023. №2. С. 70-75. URL: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-2-8>

- 61.Ткалич М. Г. Життестійкість та психологічне виснаження під час війни: показники адаптації. *Журнал сучасної психології*. 2022. №4. С. 71-76. URL: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-4-8>
- 62.Токарева Н. Особистісні предиктори резильєнтності осіб підлітково-юнацького віку в умовах війни особистісні предиктори резильєнтності осіб підлітково-юнацького віку в умовах війни. Прояви резилієнтності на різних рівнях системи: сім'я, освіта, суспільство під час війни: зб. наук. матеріалів I Міжнар. наук.- практ. конф., 23 листопада 2023 р. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. С. 11-15. URL: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/13875/1/36_%20конф_Психолог_2023.pdf
- 63.Харитоновна Н. Посттравматичне зростання, як основа психологічного супроводу ветеранів російсько-української війни: огляд досліджень. *Psychology Travelogs*. 2023. Вип. 1. С. 167-189. URL: <https://doi.org/10.31891/pt-2023-1-17>
- 64.Чернуха Н. Химченко О. Резилієнтність як складова сучасної соціалізації особистості. Прояви резилієнтності на різних рівнях системи: сім'я, освіта, суспільство під час війни: зб. наук. матеріалів I Міжнар. наук.- практ. конф., 23 листопада 2023 р. Полтава : Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 2023. С. 16-20. URL: https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/13875/1/36_%20конф_Психолог_2023.pdf
- 65.Чиханцова О., Гуцол К. Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19 : практичний посібник. Київ, 2022. 128 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/732913/1/Практичний%20посібник.pdf>
- 66.Чиханцова О. А. Розвиток резильєнтності особистості в ситуаціях невизначеності. *Вчені записки Таврійського національного університету*

- імені В. І. Вернадського. Серія : Психологія. 2023. № 1. С. 35-40. URL: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/07>
67. Шель Н. В. Емоційна стійкість особистості в умовах війни. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія: Психологічні науки*. 2023. Вип. 13. URL: [https://doi.org/10.31558/2786-8745.2023.2\(3\).2](https://doi.org/10.31558/2786-8745.2023.2(3).2)
68. Шемчук О., Гаврюшенко В., Вербин Н. Науково-теоретичні аспекти психології моральності військовослужбовців в сучасній російсько-українській війні. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. Вип. 72 (2). С. 146–160. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-72-2-146-160>
69. Шпак М. М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. *Габітус*. 2022. Вип. 39. С. 199-203. URL: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.39.36>
70. Ameli M., Dattilio F. M. Enhancing cognitive behavior therapy with logotherapy: Techniques for clinical practice. *Psychotherapy*. 2013. №3. P. 387–391. URL: <https://doi.org/10.1037/a0033394>
71. Anjum G., Aziz M., Hamid H. K. Life and mental health in limbo of the Ukraine war: How can helpers assist civilians, asylum seekers and refugees affected by the war? *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. *Frontiers Media*. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1129299>
72. Bekešienė S., Smaliukienė R., Vaičaitienė R. Prioritizing competencies for soldier's mental resilience: an application of integrative fuzzy-trapezoidal decision-making trial and evaluation laboratory in updating training program. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 14. P.1-15. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1239481>
73. Botîlcă C.-M. How Frankl's Man's Search for Meaning shapes our understanding of logotherapy. *UC Journal: ELT, Linguistics and Literature Journal*. 2024. Vol. 5. No. 2. P. 130. <https://doi.org/10.24071/uc.v5i2.9447>

74. Boychenko I. Features of the establishment of social and psychological assistance to the Ukrainian population in the conditions of opposing the aggressor. *Problems of Psychology in the 21st Century*. 2022. Vol. 16. No. 2. P. 58-71. URL: <https://doi.org/10.33225/ppc/22.16.58>
75. Bull D. Suffering, mental health, and the role of logotherapy. *International Journal of Healthcare Sciences*. 2024. Vol. 12, Issue 2. P. 19-34. URL: <https://doi.org/10.5281/zenodo.14012884>
76. Burton M., Cooper A. A., Feeny N. C., Zoellner L. A. The enhancement of natural resilience in trauma interventions. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 2015. Vol. 45. No. 4. P. 193–204. URL: <https://doi.org/10.1007/s10879-015-9302-7>
77. Campo R., Wu L. M., Austin J. E., Valdimarsdóttir H., Rini C. Personal resilience resources predict post-stem cell transplant cancer survivors' psychological outcomes through reductions in depressive symptoms and meaning-making. *Journal of Psychosocial Oncology*. 2017. Vol. 35. No. 6. P. 666-687. URL: <https://doi.org/10.1080/07347332.2017.1342306>
78. Castiglioni M., Gaj N. Fostering the reconstruction of meaning among the general population during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*. 2020. Vol. 11. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.567419>
79. Clark J. N. Resilience as a 'concept at work' in the war in Ukraine: Exploring its international and domestic significance. *Review of International Studies*. 2024. Vol. 50. No. 4. P. 720–740. URL: <https://doi.org/10.1017/S0260210524000305>
80. Copley L., Carney J. V. Using Gestalt techniques to promote meaning making in trauma survivors. *The Journal of Humanistic Counseling*. 2020. No. 3. P. 1-10. URL: <https://doi.org/10.1002/johc.12145>
81. Cosic K., Kopilas V., Jovanovic T. War, emotions, mental health, and artificial intelligence. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 15. P. 1-10. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1394045>

82. Costanza A., Amerio A., Aguglia A. Meaning-centered therapy in Ukraine's war refugees: An attempt to cope with the absurd? *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol.13. P.1-5. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1067191>
83. Costello S. J. Applied logotherapy : Viktor Frankl's philosophical psychology. [n.c.]: Cambridge Scholars Publishing, 2019. 233 p.
84. Crișan C. A., Milhem Z., Stretca R., Hossu R. M., Florean I. S., Cherecheș R. M. Coping mechanisms during the war in Ukraine: A cross-sectional assessment among Romanian population. *Healthcare*. 2023. Vol. 11. No. 10. P. 1-13. URL: <https://doi.org/10.3390/healthcare11101412>
85. Diamond G. M., Lipsitz J. D., Fajerman Z., Rozenblat O. Ongoing traumatic stress response (OTSR) in Sderot, Israel. *Professional Psychology: Research and Practice*. 2010. No. 1. P. 19–25. URL: <https://doi.org/10.1037/a0017098>
86. Drury J., Carter H., Cocking C., Ntontis E., Tekin Guven S., Amlôt R. Facilitating collective psychosocial resilience in the public in emergencies: Twelve recommendations based on the social identity approach. *Frontiers in Public Health*. 2019. Vol. 7. P.1-21. URL: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2019.00141>
87. Drury J., Cocking C., Reicher S. D. The nature of collective resilience: Survivor reactions to the 2005 London bombings. *International Journal of Mass Emergencies and Disasters*. 2009. No. 1. P. 66–95. URL: <https://doi.org/10.1177/028072700902700104>
88. Eachus P. Community resilience: Is it greater than the sum of the parts of individual resilience? *Procedia Economics and Finance*. 2014. Vol. 18. P. 345–351. URL: [https://doi.org/10.1016/S2212-5671\(14\)00949-6](https://doi.org/10.1016/S2212-5671(14)00949-6)
89. 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. URL: <https://doi.org/10.1037/a0032485>
90. Esping A. Logotherapy in educational contexts: A survey of English-language literature. . *The international forum for logotherapy: Journal of search for*

- meaning*. 2012. №1. P.1-11. URL: <https://vfia.org/wp-content/uploads/2024/01/2012aSpring.pdf>
- 91.Eytan A., Gex-Fabry M., Toscani L., Deroo L., Loutan L., Bovier P. A. Determinants of postconflict symptoms in Albanian Kosovars. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 2004. Vol. 192. No. 10. P. 664–671. URL: <https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000142029.96703.57>
- 92.Frankl V. E. *Man's search for meaning : an introduction to logotherapy*. 1963. 226 p. URL: <https://archive.org/details/manssearchforme00vict/page/224/mode/2up>
- 93.García-Alandete J. The place of religiosity and spirituality in Frankl's logotherapy: Distinguishing salvific and hygienic objectives. *Journal of Religion and Health*. 2023. Vol. 63. No. 1. P. 6. URL: <https://doi.org/10.1007/s10943-023-01760-4>
- 94.Grygorenko Z., Naydonova G. The concept of «resilience»: history of formation and approaches to definition. *Public Administration and Law Review*. 2023. Vol. 2. P. 76-88. URL: <https://doi.org/10.36690/2674-5216-2023-2-76-88>
- 95.Guillermo P.-H. *Logotherapy and Social Change*. The International Forum for Logotherapy. 1980. Vol. 2, No. 3. P. 38-39
- 96.Havlovskiy O. D., Holovanova I. A. Scientific substantiation of the optimized model for psychological rehabilitation of ATO participants based on determining their psychological values. *The Medical and Ecological Problems*. 2020. Vol. 24. P. 20-23. URL: <https://doi.org/10.31718/mep.2020.24.1-2.05>
- 97.He X.-X., Wang X., Steger M. F., Ji L., Jing K., Liu M., Ye B. Meaning in life and psychological distress: A meta-analysis. *Journal of Research in Personality*. 2023. Vol. 104. P. 104381. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2023.104381>
- 98.Heckler Cheyne, S.M., Byars J.L. Transcending Existential Crisis into Existential Growth and Monanthropism. *The international forum for logotherapy: Journal of search for meaning*. №1 2023. P. 12-25. URL: <https://vfia.org/wp-content/uploads/2024/09/IFL-2023-Spring-Vol-46-No-1.pdf>

99. Helmreich I., Kunzler A., Chmitorz A., König J., Binder H., Wessa M., Lieb K. Psychological interventions for resilience enhancement in adults. *Cochrane Library*. 2017. URL: <https://doi.org/10.1002/14651858.cd012527>
100. Hoge E. A., Austin E. D., Pollack M. H. Resilience: research evidence and conceptual considerations for posttraumatic stress disorder. *Depression and Anxiety*. 2007. Vol. 24. No. 2. P. 139–152. <https://doi.org/10.1002/da.20175>
101. Hutchinson G. T., Chapman B. P. Logotherapy-enhanced REBT: An integration of discovery and reason. *Journal of Contemporary Psychotherapy*. 2005. Vol. 35. No. 2. P. 145. URL: <https://doi.org/10.1007/s10879-005-2696-x>
102. Infurna F. J., Luthar S. S. The multidimensional nature of resilience to spousal loss. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2017. No. 6. P. 926–947. URL: <https://doi.org/10.1037/pspp0000095>
103. Kalashnikova O., Leontiev D., Рассказова Е., Тараненко О. Meaning of life as a resource for coping with psychological crisis: Comparisons of suicidal and non-suicidal patients. *Frontiers in Psychology*. 2022. Vol. 13. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.957782>
104. Khan, A. R., Altalbe, A. Potential impacts of Russo-Ukraine conflict and its psychological consequences among Ukrainian adults: the post-COVID-19 era. *Frontiers in public health*. 2023 Vol 11, P.1-9. URL: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1280423>
105. Khmiliar O. The diagnostics and correction of the mental states of the serviceman, who are experiencing phantom pains. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. Vol. 54. No. 1. P. 179. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2020-54-1-179-185>
106. Kimhi S., Eshel Y., Marciano H., Adini B. Impact of the war in Ukraine on resilience, protective, and vulnerability factors. *Frontiers in Public Health*. 2023. Vol. 11: 1053940. URL: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1053940>
107. Kokun O. Differences in mental health outcomes for the adult population depending on their personal experience during the first months of the war in

- Ukraine: A cross-sectional study. *Polish Psychological Bulletin*. 2023. №2. C. 116-123. URL: <https://doi.org/10.24425/ppb.2023.146405>
108. Krasnodemska I., Savitskaya M., Berezan V., Tovstukha O., Rodchenko L. Psychological consequences of warfare for combatants: ways of social reintegration and support in Ukraine. *Revista Amazonia Investiga*. 2023. Vol. 12. No. 70. P. 78-87. URL: <https://doi.org/10.34069/ai/2023.70.10.7>
109. Kurnyshova Y. Ukraine at War: Resilience and Normative Agency. *Central European Journal of International and Security Studies*. 2023. Vol. 17. No. 2. P. 80–110. URL: <https://doi.org/10.51870/UXXZ5757>
110. Kuterovac-Jagodić G. Post traumatic stress symptoms in Croatian children exposed to war: A prospective study. *Journal of Clinical Psychology*. 2003. Vol. 59. No. 1. P. 9–25. URL: <https://doi.org/10.1002/jclp.10114>
111. Längle A. Why do we suffer? Understanding, treatment and processing of suffering in terms of existential analysis. *National Psychological Journal*. 2016. Vol. 4. P. 23. URL: <https://doi.org/10.11621/npj.2016.0403>
112. Levine M., Prosser A., Evans D., Reicher S. Identity and emergency intervention. How social group membership and inclusiveness of group boundaries shape helping behaviour. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2005. Vol. 31. P. 443–453. URL: <https://doi.org/10.1177/0146167204271651>
113. Levinson M. H. Logotherapy and General Semantics Logotherapy and General Semantics. *The international forum for logotherapy: Journal of search for meaning*. №1 2022. P. 38–46. URL: <https://vfia.org/wp-content/uploads/2024/09/IFL-SPRING-2022-Final-rev1.pdf>
114. Leykin D., Lahad M., Cohen O., Goldberg A., Aharonson-Daniel L. Conjoint community resiliency assessment measure-28/10 items (CCRAM28 and CCRAM10): A self-report tool for assessing community resilience. *American Journal of Community Psychology*. 2013. Vol. 52. No. 3–4. P. 313–323. URL: <https://doi.org/10.1007/s10464-013-9596-0>

115. Litz B.T., Stein N., Delaney E., Lebowitz L. Moral injury and moral repair in war veterans: a preliminary model and intervention strategy. *Clinical Psychology Review*. 2009. №8. P. 695-706. URL: <https://www.doi.org/10.1016/j.cpr.2009.07.003>.
116. Liu S., Yu B., Xu C., Zhao M., Guo J. Characteristics of collective resilience and its influencing factors from the perspective of psychological emotion: A case study of COVID-19 in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. No. 11. P.1-19. URL: <https://doi.org/10.3390/ijerph192214958>
117. Luthar S. S., Cicchetti D., Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*. 2000. No. 3. P. 543–562. URL: <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
118. Lyons A., Fletcher G., Bariola E. Assessing the well-being benefits of belonging to resilient groups and communities: Development and testing of the Fletcher-Lyons Collective Resilience Scale (FLCRS). *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*. 2016. Vol. 20. No. 2. P. 65–77. URL: <https://doi.org/10.1037/gdn0000041>
119. Maddi S. R., Khoshaba D. M., Harvey R. H., Fazel M., Resurreccion N. The personality construct of hardiness, V: Relationships with the construction of existential meaning in life. *Journal of Humanistic Psychology*. 2011. Vol. 51. No. 3. P. 369–388. URL: <https://doi.org/10.1177/0022167810388941>
120. Marciano H., Kimhi S., Eshel Y., Adini B. Resilience and coping during protracted conflict: a comparative analysis of general and evacuees populations. *Israel Journal of Health Policy Research*. 2024. Vol. 13. No. 1. URL: <https://doi.org/10.1186/s13584-024-00642-8>
121. Masan J., Hamarova M., Lichner M., Šmidová M., Trebski K. Specificities in the guidance of refugees from Ukraine. *Clinical Social Work and Health Intervention*. 2022. Vol. 13. No. 4. P. 8. URL: https://doi.org/10.22359/cswhi_13_4_02

122. Mason H. In honor of logotherapeutic paradox: reflections from a diplomate logotherapy student in honor of logotherapeutic paradox: reflections from a diplomate logotherapy student. *The international forum for logotherapy: Journal of search for meaning*. №1 2012. P.23 -28. URL: <https://vfia.org/wp-content/uploads/2024/01/2012aSpring.pdf>
123. Masten A. S. Ordinary magic. Resilience processes in development. *American Psychologist*. 2001. Vol. 56. No. 3. P. 227–238. URL: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
124. Masten A. S. Resilience in children threatened by extreme adversity: Frameworks for research, practice, and translational synergy. *Development and Psychopathology*. 2011. Vol. 23. No. 2. P. 493–506. URL: <https://doi.org/10.1017/S0954579411000198>
125. Masten A. S. Resilience in developing systems: Progress and promise as the fourth wave rises. *Development and Psychopathology*. 2007. Vol. 19. No. 03. P. 921–930. URL: <https://doi.org/10.1017/S0954579407000442>
126. Matsehora Y., Кучеренко Н., Kryvokon N., Filonenko V., Herasymenko O. S., Kramchenkova V. The impact of combat stress on the coping strategies selected by mobilized military personnel with differing family statuses. *Romanian Journal of Military Medicine*. 2025. Vol. 128. No. 5. P. 446. URL: <https://doi.org/10.55453/rjmm.2025.128.5.7>
127. Mawson A. R. Understanding mass panic and other collective responses to threat and disaster. *Psychiatry*. 2005. Vol. 88. No. 2. P. 95–113. URL: <https://doi.org/10.1521/psyc.2005.68.2.95>
128. Milenina M., Topuzova A. Group work for stabilizing psycho-emotional states and preventing neurotic and psychopathic disorders in high school students. *Pedagogical Innovations: Ideas, Realities, Perspectives*. 2024. P.18-26. URL: [https://doi.org/10.32405/2413-4139-2024-2\(33\)-18-26](https://doi.org/10.32405/2413-4139-2024-2(33)-18-26)
129. Norris F. H., Stevens S. P., Pfefferbaum B., Wyche K. F., Pfefferbaum R. L. Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy

- for disaster readiness. *American Journal of Community Psychology*. 2008. Vol. 41. No. 1–2. P. 127–150. URL: <https://doi.org/10.1007/s10464-007-9156-6>
130. Ntontis E., Drury J., Amlôt R., Rubin G. J., Williams R. Emergent social identities in a flood: Implications for community psychosocial resilience. *Journal of Community & Applied Social Psychology*. 2018. Vol. 28. No. 1. P. 3–14. URL: <https://doi.org/10.1002/casp.2329>
131. Nuttman-Shwartz O. Fear, functioning and coping during exposure to a continuous security threat. *Journal of Loss and Trauma: International Perspectives on Stress & Coping*. 2013. Vol. 19. P. 262–277. URL: <https://doi.org/10.1080/15325024.2013.763551>
132. Obrist B., Pfeiffer C., Henley R. Multi-layered social resilience: A new approach in mitigation research. *Progress in Development Studies*. 2010. Vol. 10. No. 4. P. 283–293. URL: <https://doi.org/10.1177/146499340901000402>
133. Ostafin B. D., Proulx T. Meaning in life and resilience to stressors. *Anxiety, Stress & Coping*. 2020. Vol. 33. No. 6. P. 603–622. URL: <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1800655>
134. Oviedo L., Seryczyńska B., Torralba J. Coping and resilience strategies among Ukraine war refugees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. Vol. 19. No. 20. P. 1–14. URL: <https://doi.org/10.3390/ijerph192013094>
135. Piankivska L. V. Social support of the individual in war conditions: Ukrainian and international experience. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series «Pedagogy and Psychology»*. 2022. Vol. 8. No. 2. P. 76–84. URL: [https://doi.org/10.52534/msu-pp.8\(2\).2022.76-84](https://doi.org/10.52534/msu-pp.8(2).2022.76-84)
136. Popham C. M., McEwen F. S., Pluess M. Psychological resilience in response to adverse experiences: An integrative developmental perspective in the context of war and displacement. *Multisystemic resilience: Adaptation and transformation in contexts of change* / ed. M. Ungar. Oxford University Press, 2021. P. 395–416. URL: <https://doi.org/10.1093/oso/9780190095888.003.0022>

137. Predko V., Schabus M., Danyliuk I. Psychological characteristics of the relationship between mental health and hardiness of Ukrainians during the war. *Frontiers in Psychology*. 2023. Vol. 14. P.1-10. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1282326>
138. Prykhodko I. The model of psychological safety of a soldier's personality. *Current Issues in Personality Psychology*. 2021. No. 2. P. 1-11. URL: <https://doi.org/10.5114/cipp.2021.108684>
139. Rahgozar S., Giménez-Llort L. Design and effectiveness of an online group logotherapy intervention on the mental health of Iranian international students in European countries during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychiatry*. 2024. Vol. 15. P. 1323774. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2024.1323774>
140. Rahgozar S., Giménez-Llort L. Foundations and applications of logotherapy to improve mental health of immigrant populations in the third millennium. *Frontiers in Psychiatry*. 2020. Vol. 11. P.1-15. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00451>
141. Richardson G. The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*. 2002. Vol. 58. No. 3. P. 307–321. URL: <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
142. Russo-Netzer P., Ameli M. Optimal sense-making and resilience in times of pandemic: Integrating rationality and meaning in psychotherapy. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. P.1-11. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.645926>
143. Russo-Netzer P., Tarrasch R., Saar-Ashkenazy R., Guez J. Meaning and resilience in war-affected populations during crisis. *Frontiers in Psychiatry*. 2025. Vol. 16. P. 1-16. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1678205>
144. Rutter M. Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*. 2006. No. 1. P. 1–12. URL: <https://doi.org/10.1196/annals.1376.002>

145. Semenenko L., Dobrovolskyi U., Petrenko S., Yarmolchuk M., Ishchenko O. Management and prevention of emotional burnout among members of the armed and special forces. *Healthcare in Low-Resource Settings*. 2024. No. s2. URL: <https://doi.org/10.4081/hls.2024.12445>
146. Semenenko L., Dobrovolskyi U., Petrenko S., Yarmolchuk M., Ishchenko O. Treatment and prevention of emotional burnout among special services and military personnel: best practices and prospects for their implementation. *Military Medical Science Letters*. 2024. №3. P. 95-106. URL: <https://doi.org/10.31482/mmsl.2024.010>
147. Shamai M., Kimhi S. Teenagers' response to threat of war and terror: The impact of gender and social systems. *Community Mental Health Journal*. 2007. Vol. 43. No. 4. P. 359–374. URL: <https://doi.org/10.1007/s10597-006-9080-5>
148. Slezáčková A., Malatincová T., Millová K., Světlák M., Krafft A. M. The moderating effect of perceived hope in the relationship between anxiety and posttraumatic growth during the Russian-Ukrainian war. *Frontiers in Psychology*. 2024. Vol. 15. P.1-11. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1440021>
149. Steger M. F. Making meaning in life: A thematic review of successful experimental psychological and psychotherapeutic interventions. *Atlantis Highlights in Social Sciences, Education and Humanities*. 2022. Vol. 5. P. 5-10. URL: https://doi.org/10.2991/978-94-6463-096-1_2
150. Suniya S., Luthar S. S., Cicchetti D., Becker B. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*. 2000. No. 3. P. 543–562. URL: <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00164>
151. Tedeschi R. G. The post-traumatic growth approach to psychological trauma. *World Psychiatry*. 2023. No. 2. P. 328-329. URL: <https://doi.org/10.1002/wps.21093>
152. Tompkins E. L., Adger W. N. Does adaptive management of natural resources enhance resilience to climate change? *Ecology and Society*. 2004. Vol. 9. No. 2. P. 10. URL: <https://ecologyandsociety.org/vol9/iss2/art10/print.pdf>

153. Toussaint S. Personal growth through adversity: Transcending hardship and cultivating inner growth with logotherapy – an exploration. *SSRN Electronic Journal*. 2025. 67 p. URL: <https://doi.org/10.2139/ssrn.5146045>
154. Tverezovska N. T., Holovash D. A. The main problems of internally displaced persons and ways to overcome them. *Humanitarian Studios: Pedagogics, Psychology, Philosophy*. 2023. Vol. 14. No. 3. URL: [https://doi.org/10.31548/hspedagog14\(3\).2023.116-130](https://doi.org/10.31548/hspedagog14(3).2023.116-130)
155. Tytarenko T. Self-recovery practices of Ukrainian civilian at the beginning of the war: Subcultural differences. *Insight: the Psychological Dimensions of Society*. 2024. Vol. 12. P. 338. URL: <https://doi.org/10.32999/2663-970x/2024-12-4>
156. Ungar M. Practitioner review: Diagnosing childhood resilience: A systemic approach to the diagnosis of adaptation in adverse social and physical ecologies. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 2015. Vol. 56. No. 1. P. 4–17. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12306>
157. Ungar M. Systemic resilience: Principles and processes for a science of change in contexts of adversity. *Ecology and Society*. 2018. Vol. 23. No. 4. P. 34. URL: <https://doi.org/10.5751/es-10385-230434>
158. Werner E. E. The children of Kauai: Resiliency and recovery in adolescence and adulthood. *Journal of Adolescent Health*. 1992. Vol. 13. No. 4. P. 262–268. URL: [https://doi.org/10.1016/1054-139x\(92\)90157-7](https://doi.org/10.1016/1054-139x(92)90157-7)
159. Wong P. T. P. Viktor Frankl's meaning-seeking model and positive psychology. *Meaning in Positive and Existential Psychology / eds . by A. Batthyany, P. Russo-Netzer*. [n.c.], 2014. P. 149–184. URL: https://doi.org/10.1007/978-1-4939-0308-5_10
160. Wong, P. T. P., Laird, D. The suffering hypothesis: Viktor Frankl's spiritual remedies and recent developments. *Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute of Logotherapy Frankl Institute Vienna / Eds. C. McLafferty, Jr. and J. Levinson*. [n.c.]: Springer Research, 2024. P. 93-110. URL: https://doi.org/10.1007/978-3-031-48922-8_6

161. Wong P. T. P., Mayer C., Arslan G. Editorial: COVID-19 and existential positive psychology (PP2.0): The new science of self-transcendence. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. P.2-5. URL: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.800308>
162. Yahav R., Cohen M. Symptoms of acute stress in Jewish and Arab Israeli citizens during the Second Lebanon War. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*. 2007. No. 10. P. 830–836. URL: <https://doi.org/10.1007/s00127-007-0237-5>
163. Yeager D. S., Dweck C. S. Mindsets that promote resilience: When students believe that personal characteristics can be developed. *Educational Psychologist*. 2012. No. 4. P. 302–314. URL: <https://doi.org/10.1080/00461520.2012.722805>
164. Žotkevičiūtė-Banevičienė A. Moral element of military power: The Ukrainian military resistance in the Russia-Ukraine war. *LOGOS — A Journal of Religion, Philosophy, Comparative Cultural Studies and Art*. 2022. Vol. 113. P. 105–115. URL: <https://doi.org/10.24101/logos.2022.78>

ДОДАТКИ

Додаток А.1

Анкета демографічних даних (Google Forms)

Психологічна стійкість в умовах війни: дослідження життєвого сенсу (Анонімне опитування для дослідження в межах магістерської роботи)

Шановний учаснику / Шановна учаснице!

Ми запрошуємо Вас взяти участь в **анонімному** психологічному дослідженні на тему "Психологічна стійкість в умовах війни: логотерапевтичний підхід".

Метою цього дослідження є зрозуміти, **як саме** відчуття **сенсу життя** та Ваші **цінності** допомагають людям долати труднощі та зберігати внутрішню силу в цей непростий час.

Гарантії анонімності та добровільності

- **Анонімність:** заповнення форми **не передбачає** вказування Вашого імені, прізвища чи будь-яку іншу інформацію, яка може Вас ідентифікувати. Ваші відповіді будуть оброблятися лише у вигляді узагальнених статистичних даних.
- **Конфіденційність:** Вся отримана інформація буде використана виключно в наукових цілях.
- **Добровільність:** Ваша участь є **абсолютно добровільною**. Ви можете відмовитися відповідати на будь-яке запитання або припинити заповнення форми в будь-який момент без пояснення причин.

Інструкція щодо заповнення

1. Будь ласка, відповідайте на запитання **чесно** та **щиро**. Немає "правильних" чи "неправильних" відповідей. Ваша особиста думка - найважливіша.
2. Форма містить кілька блоків запитань (опитувальників). Уважно читайте інструкцію перед початком кожного нового блоку.
3. Загальний час заповнення форми становить приблизно **15–20 хвилин**.
4. Якщо Ви не впевнені у відповіді, обирайте той варіант, який є **найбільш близьким** до Вашого внутрішнього стану **зараз**.

Щира вдячність за співпрацю!

З повагою,
Ярмоленко Віталій

Загальні дані

Вкажіть Вашу електронну адресу, якщо бажаєте отримати Ваші індивідуальні результати.

Мой ответ

Ваша стать *

- Жіноча
- Чоловіча

Ваш вік (повних років) *

Ваша освіта *

Сімейний стан *

- Неодружений (незаміжня), Без стосунків
- Неодружений (незаміжня), У стосунках
- Розлучена/ий, Без стосунків
- Одружений/Заміжня
- Розлучена/ий, У стосунках

Чи маєте Ви статус, пов'язаний із війною (учасниця/ик бойових дій, особа з інвалідністю внаслідок війни, внутрішньо переміщена особа, біженка/ець, член сім'ї, член сім'ї загиблого (померлого) Захисника України).

- Так
- Ні

Чи маєте Ви статус, пов'язаний із війною (учасниця/ик бойових дій, особа з інвалідністю внаслідок війни, внутрішньо переміщена особа, біженка/ець, член сім'ї, член сім'ї загиблого (померлого) Захисника України). *

- Так
 Ні

Чи маєте Ви близьких рідних, що мають статус, зазначений у попередньому питанні?

- Так
 Ні

Чи хтось із Ваших близьких загинула/в, зникла/к безвісти, перебуває в полоні внаслідок війни? *

- Так
 Ні

Чи хтось із Вашого оточення (окрім членів родини) загинув/зник безвісти/ перебуває в полоні внаслідок війни? *

- Так
 Ні

Чи зазнали Ви матеріальні втрати внаслідок війни?

- Так
 Ні

Чи зазнали Ви шкоди фізичному здоров'ю внаслідок війни? *

- Так
 Ні

Чи зазнали фізичного насильства під час війни? *

- Так
 Ні

Так

Ні

Чи хтось із Ваших близьких загинула/в, зникла/к безвісти, перебуває в полоні внаслідок війни? *

Так

Ні

Чи хтось із Вашого оточення (окрім членів родини) загинув/зник безвісти/ перебуває в полоні внаслідок війни? *

Так

Ні

Чи зазнали Ви матеріальні втрати внаслідок війни?

Так

Ні

Чи зазнали Ви шкоди фізичному здоров'ю внаслідок війни? *

Так

Ні

Чи зазнали фізичного насильства під час війни? *

Так

Ні

Утримуюся від відповіді

Коротка шкала стійкого подолання труднощів (Brief Resilient Coping Scale, BRCS)

Шкала BRCS призначена для виявлення тенденцій справлятися зі стресом високоадаптивним способом.

1. Я шукаю творчі способи змінити складні ситуації.

Цілком не згоден

Не згоден

Важко відповісти

Згоден

Цілком згоден

2. Незалежно від того, що зі мною відбувається, я вірю, що можу контролювати свою реакцію на це.

Цілком не згоден

Не згоден

Важко відповісти

Згоден

Цілком згоден

3. Я вірю, що можу розвиватися у позитивному напрямку, долаючи важкі ситуації.

Цілком не згоден

Не згоден

Важко відповісти

Згоден

Цілком згоден

4. Я активно шукаю способи поповнити втрати, з якими стикаюся у житті.

Цілком не згоден

Не згоден

Важко відповісти

Згоден

Цілком згоден

Шкала життєстійкості Коннора-Девідсона (CD-RISC-25)

Інструкція: Опитування проводиться з метою дослідження особистої стресостійкості. Опитування є добровільним і анонімним. Будь ласка, вкажіть, наскільки Ви погоджуєтеся з такими твердженнями, оцінюючи свій досвід за минулий місяць. Якщо та чи інша ситуація не мала місця останнім часом, як би Ви, на Вашу думку, почувалися за таких обставин? За кожним питанням слід обрати один варіант відповіді (1-5), який записати у бланку відповідей під номером питання. Відповіді мають бути на всі питання.

Дякуємо за Ваш час та відповіді!

1. Я здатна/ий адаптуватися, коли відбуваються зміни:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

2. Я можу впоратися з усім, що трапляється на моєму шляху:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

3. Я намагаюся бачити гумористичну сторону речей, коли стикаюся з проблемами:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

4. Подолання стресу може зробити мене сильнішим:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

5. Я схильна/ий відновлюватися після хвороби, травми чи інших труднощів:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

6. Я вірю, що можу досягти своїх цілей, навіть якщо є перешкоди:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

7. Під тиском я залишаюся зосередженим і чітко мислю:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

8. Мене нелегко розчарувати невдачею:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

9. Я вважаю себе сильною людиною, коли маю справу з життєвими викликами та труднощами:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

10. Я здатна/ий справлятися з неприємними або болючими почуттями, такими як

смуток, страх і гнів:

0 - зовсім не вірно;

1 - рідко вірно;

2 - іноді вірно;

3 - часто вірно;

4 - майже завжди вірно.

Опитувальник «Мета в житті» (PIL, The Purpose in Life Test Дж. Крамбо та Л. Махоліка), авторська адаптація Т. В. Кулаєвої

Інструкція. Вам будуть запропоновані пари протилежних тверджень. Виберіть одне з двох тверджень, яке, на вашу думку найбільше відповідає дійсності, і відзначити одну з цифр 1, 2, 3, 4,5 залежно від того, наскільки Ви впевнені у виборі.

	12345	
4	Моє існування безцільне та беззмістовне	Моє життя осмислене й цілеспрямоване
	12345	
5	Кожен мій день схожий на інший	У моєму житті є багато подій, які мене надихають
	12345	
6	Якби мені довелося обирати, я б хотів(ла) ніколи не народжуватись	я хочу ще 9 таких життів
	12345	
7	Коли я вийду на пенсію, то хочу відпочивати решту своїх днів	Коли я вийду на пенсію, то хочу реалізувати те, про що давно мріяв(ла)
	12345	
8	У досягненні життєвих цілей у мене немає ніякого прогресу.	Я досягаю всі свої життєві цілі.
	12345	

9	Моє життя пусте на наповнене розчаруванням	Моє життя наповнене захоплюючими подіями
	12345	
1 0	Якби мені довелося померти сьогодні, я би відчував(ла), що моє життя абсолютно беззмістовне	Якби мені довелося померти сьогодні, я би відчував(ла), що моє життя прожите недарма
	12345	
1 1	Думаючи про своє життя, я часто дивуюсь, чому я існую	Думаючи про своє життя, я завжди знаходжу причини бути тут
	12345	

12	Коли я дивлюсь на оточуючий світ, то часто відчуваю розгубленість	Коли я дивлюсь на оточуючий світ, то він відповідає моїм уявленням про нього
	12345	
13	Я відповідальна людина	Я людина зовсім не відповідальна
	12345	
14	Люди у своєму виборі обмежені спадковістю та обставинами	Люди вільні у своєму виборі
	12345	
15	Якщо говорити про смерть, то я до неї не готовий(ва) та наляканий(на) її неминучістю	Якщо говорити про смерть, то я до неї готовий(ва) та не боюся її
	12345	

16	Суїцид – це вихід	Суїцид – це не вихід
	12345	
17	Мені важко уявити чітко своє покликання та ціль життя	Я чітко уявляю своє покликання та ціль життя
	12345	
18	Моє життя не підвладне мені, оскільки воно керується зовнішніми подіями.	Моє життя в моїх руках, я ним керую
	12345	
19	Мої повсякденні справи – це болючий та нудний досвід	Мої повсякденні справи – це джерело задоволення та приємності
	12345	
20	Я відкрив (ла), що в мене немає покликання або цілі в житті	Я відкрив(ла), що в мене в житті є ціль, що несе задоволення

Опитувальник сенсу життя (MLQ)

Опис методики. Опитувальник, спрямований на визначення двох вимірів сенсу життя: наявність сенсу (чи вважає людина, що її життя має сенс) та пошук сенсу (наскільки людина мотивована на розуміння сенсу свого життя). Досліджувані оцінюють кожне із запропонованих 10 тверджень за 7-бальною шкалою від 1 (Абсолютно згоден) до 7 (Абсолютно незгоден). На думку авторів методики сенс життя є потенційним посередником між релігійністю та психологічним здоров'ям, які визначають загальну задоволеність життям разом із оптимізмом та адекватною самооцінкою. Натепер дана методика застосовується у логотерапії та роботі із психотравмою, адже посттравматичне відновлення полягає у пошуку нового сенсу життя.

Інструкція. Будь ласка, знайдіть час, щоб думати про те, що робить ваше життя змістовним, що для Вас важливе та значуще. Оцініть наступні твердження за нижче вказаною шкалою. Пам'ятайте, що це дуже суб'єктивні питання, тут немає правильних чи неправильних відповідей.

Текст методики

1. Я розумію, сенс мого життя
2. Я шукаю щось, що робить моє життя змістовним
3. Я завжди намагаюсь досягти своїх життєвих цілей
4. Моє життя має чітко визначену мету
5. Я чітко розумію мету свого життя
6. Я отримую задоволення від досягнення своїх життєвих цілей
7. Я завжди шукаю те, що робить моє життя значущим
8. Я шукаю своє життєве покликання
9. Моє життя не має чіткої мети
10. Я шукаю сенс свого життя

Обробка результатів: пункт 9 має зворотній ключ (де абсолютно згоден - 7 балів, а абсолютно незгоден – 1 бал). Шкала Наявність сенсу – пункти 1, 4, 5, 6, і 9 Шкала Пошук сенсу – пункти 2, 3, 7, 8, і 10 Обчислюється сума балів за кожною шкалою (від 5 до 35).

Результати опитування

	Ваша освіта	Ваша стать	Ваш вік (повних років)	Сімейний стан	Чи маєте Ви статус, пов'язаний із війною (учасниця/ик бойових дій, особа з інвалідністю внаслідок війни, внутрішньо переміщена особа, біженка/ець, член сім'ї, член сім'ї загиблого (померлого) захисника України).
N	Valid Missing	155 0	155 0	155 0	155 0

	Чи маєте Ви близьких рідних, що мають статус, зазначений у попередньому питанні?	Чи хтось із Ваших близьких загинула/в, зникла/к безвісти, перебуває в полоні внаслідок війни?	Чи хтось із Вашого оточення (окрім членів родини) загинув/зник безвісти/перебуває в полоні внаслідок війни?	Чи зазнали Ви матеріальні втрати внаслідок війни?	Чи зазнали Ви шкоди фізичному здоров'ю внаслідок війни?
N	Valid Missing	155 0	155 0	155 0	155 0

Statistics

	Чи зазнали фізичного насильства під час війни?
N	Valid Missing
	155 0

Ваша освіта

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid				
Відсутня взагалі	1	,6	,6	,6
Здобувач (заклад загальної середньої освіти)	2	1,3	1,3	1,9
Науковий ступінь	4	2,6	2,6	4,5
Неповна вища (бакалавр)	25	16,1	16,1	20,6

Повна вища (спеціаліст/магістр)	99	63,9	63,9	84,5
Повна середня (заклад загальної середньої освіти)	9	5,8	5,8	90,3
Початкова	1	,6	,6	91,0
Середня фахова/передвиз а	14	9,0	9,0	100,0
Total	155	100,0	100,0	

Ваша стать

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Жіноча	125	80,6	80,6	80,6
Чоловіча	30	19,4	19,4	100,0
Total	155	100,0	100,0	

Ваш вік (повних років)

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 14-16	1	,6	,6	,6
18-20	12	7,7	7,7	8,4
21-24	3	1,9	1,9	10,3
25-35	34	21,9	21,9	32,3
36-45	33	21,3	21,3	53,5
46-55	36	23,2	23,2	76,8
56-60	20	12,9	12,9	89,7

Більше 60	9	5,8	5,8	95,5
Менше 14	7	4,5	4,5	100,0
Total	155	100,0	100,0	

Сімейний стан

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Неодружений (незаміжня), Без стосунків	25	16,1	16,1	16,1
Неодружений (незаміжня), У стосунках	19	12,3	12,3	28,4
Valid Одружена/ий	1	,6	,6	29,0
Одружений/Заміж ня	96	61,9	61,9	91,0
Розлучена/ий, Без стосунків	9	5,8	5,8	96,8
Розлучена/ий, У стосунках	5	3,2	3,2	100,0
Total	155	100,0	100,0	

**Чи маєте Ви статус, пов'язаний із війною
(учасниця/ик бойових дій, особа з інвалідністю
внаслідок війни, внутрішньо переміщена особа,
біженка/ець, член сім'ї, член сім'ї загиблого
(померлого) Захисника України).**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Ні	129	83,2	83,2	83,2
Так	26	16,8	16,8	100,0

Total	155	100,0	100,0	
-------	-----	-------	-------	--

Чи маєте Ви близьких рідних, що мають статус, зазначений у попередньому питанні?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Ні	64	41,3	41,3	41,3
Valid Так	91	58,7	58,7	100,0
Total	155	100,0	100,0	

Чи хтось із Ваших близьких загинула/в, зникла/к безвісти, перебуває в полоні внаслідок війни?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Ні	1	,6	,6	,6
Valid Так	107	69,0	69,0	69,7
Total	155	100,0	100,0	100,0

Чи хтось із Вашого оточення (окрім членів родини) загинув/зник безвісти/перебуває в полоні внаслідок війни?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Ні	48	31,0	31,0	31,0
Valid Так	107	69,0	69,0	100,0
Total	155	100,0	100,0	

Чи зазнали Ви матеріальні втрати внаслідок війни?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	2	1,3	1,3	1,3
Valid Ні	106	68,4	68,4	69,7
Так	47	30,3	30,3	100,0
Total	155	100,0	100,0	

Чи зазнали Ви шкоди фізичному здоров'ю внаслідок війни?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	116	74,8	74,8	74,8
Valid Ні	39	25,2	25,2	100,0
Так	155	100,0	100,0	
Total				

Чи зазнали фізичного насильства під час війни?

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
	143	92,3	92,3	92,3
Valid Ні	12	7,7	7,7	100,0
Так	155	100,0	100,0	
Total				

Описова статистика результатів проведених діагностик

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error
PIL	155	71	29	100	13341	86,07	1,254
CD-RISC-25	155	38	2	40	4217	27,21	,575
BRCS	155	16	4	20	2267	14,63	,224
MLQ	155	60	10	70	4414	28,48	1,048
Valid N (listwise)	155						

Стандартне відхилення результатів проведених діагностик

	Std. Deviation
	Statistic
PIL	15,607
CD-RISC-25	7,165
BRCS	2,789
MLQ	13,047
Valid N (listwise)	

Результати регресивного аналізу для MLQ (N=153)

Описова статистика

	Mean	Std. Deviation	N
MLQ	28,37	13,083	153
Сімейний_стан	2,6863	,92103	153
Статус_повязаний_із_війною	,1699	,37681	153
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,5817	,49490	153
Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,3072	,46284	153
Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,3072	,46284	153
Шкода_здоровю	,0784	,26973	153
Ваша_стать	1,8039	,39833	153
Освіта	6,3529	1,27460	153
Ваш_вік_	6,8758	2,02718	153
CD-RISC-25	27,22	7,211	153
BRCS	14,60	2,799	153

Correlations

		MLQ	Сімейний_стан	Статус_повязаний_із_війною
Pearson Correlation	MLQ	1,000	-,088	,150
	Сімейний_стан	-,088	1,000	-,054

Sig. (1-tailed)	Статус_повязаний_із_війною	,150	-,054	1,000
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,036	,071	,278
	Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,076	,027	,076
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	-,051	-,050	,151
	Шкода_здоровю	,046	,047	,127
	Ваша_стать	-,104	,100	,048
	Освіта	-,106	,370	-,276
	Ваш_вік_	-,006	,067	-,041
	CD-RISC-25	-,398	,023	-,086
	BRCS	-,269	,107	-,010
	MLQ	.	,139	,032
	Сімейний_стан	,139	.	,254
	Статус_повязаний_із_війною	,032	,254	.
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,329	,191	,000
	Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,176	,371	,175
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,264	,269	,031
	Шкода_здоровю	,287	,283	,059
	Ваша_стать	,101	,109	,277
	Освіта	,096	,000	,000
	Ваш_вік_	,472	,205	,307

N	CD-RISC-25	,000	,388	,145
	BRCS	,000	,094	,450
	MLQ	153	153	153
	Сімейний_стан	153	153	153
	Статус_повязаний_із_війною	153	153	153

Correlations

	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	Близькі_рідні_зниклі_без_істи_загиблі_в_полоні	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні
MLQ	,036	,076	-,051
Сімейний_стан	,071	,027	,205
Статус_повязаний_із_війною	,278	,076	,113
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	1,000	,364	,153
Близькі_рідні_зниклі_без_істи_загиблі_в_полоні	,364	1,000	,259
Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,191	,140	,075
Шкода_здоров'ю	,100	,175	,142
Ваша_стать	,215	,079	-,008
Освіта	-,077	-,051	,007
Ваш_вік_	,066	,097	-,118
CD-RISC-25	-,126	-,134	-,106
BRCS	,026	-,123	-,049
MLQ	,329	,176	,136
Сімейний_стан	,191	,371	,006

Pearson Correlation

Sig. (1-tailed)

N	Статус_повязаний_із_війною	,000	,175	,083
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	.	,000	,029
	Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,000	.	,001
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,009	,042	,179
	Шкода_здоровю	,110	,015	,040
	Ваша_стать	,004	,166	,462
	Освіта	,171	,265	,468
	Ваш_вік_	,209	,116	,073
	CD-RISC-25	,061	,049	,096
	BRCS	,375	,065	,272
	MLQ	153	153	153
	Сімейний_стан	153	153	153
Статус_повязаний_із_війною	153	153	153	

Correlations

	Шкода_здоровю	Ваша_стать	Освіта
Pearson Correlation			
MLQ	,046	-,104	-,106
Сімейний_стан	,047	,100	,370
Статус_повязаний_із_війною	,127	,048	-,276
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,100	,215	-,077
Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,175	,079	-,051

Sig. (1-tailed)	Оточення_зниклі_безвіс ти_загиблі_в_полоні	,227	-,064	-,007
	Шкода_здоровю	1,000	,022	-,253
	Ваша_стать	,022	1,000	,021
	Освіта	-,253	,021	1,000
	Ваш_вік_	,054	,059	,076
	CD-RISC-25	-,168	-,001	-,041
	BRCS	-,133	,160	,102
	MLQ	,287	,101	,096
	Сімейний_стан	,283	,109	,000
	Статус_повязаний_із_ві йною	,059	,277	,000
	Близькі_рідні_зі_статус ом_повязаним_із війною	,110	,004	,171
	Близькі_рідні_зниклі_бе заісти_загиблі_в_полоні	,015	,166	,265
	Оточення_зниклі_безвіс ти_загиблі_в_полоні	,002	,217	,468
	Шкода_здоровю	.	,395	,001
	Ваша_стать	,395	.	,400
	Освіта	,001	,400	.
	Ваш_вік_	,254	,233	,176
	CD-RISC-25	,019	,494	,309
	BRCS	,051	,024	,104
	MLQ	153	153	153
Сімейний_стан	153	153	153	
Статус_повязаний_із_ві йною	153	153	153	
N				

Correlations

	Ваш_вік_	CD-RISC-25	BRCS	
	MLQ	-,006	-,398	-,269
	Сімейний_стан	,067	,023	,107
	Статус_повязаний_із_війною	-,041	-,086	-,010
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,066	-,126	,026
	Близькі_рідні_зниклі_без_аісти_загиблі_в_полоні	,097	-,134	-,123
Pearson Correlation	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	-,099	-,193	-,042
	Шкода_здоровю	,054	-,168	-,133
	Ваша_стать	,059	-,001	,160
	Освіта	,076	-,041	,102
	Ваш_вік_	1,000	-,004	,033
	CD-RISC-25	-,004	1,000	,569
	BRCS	,033	,569	1,000
	MLQ	,472	,000	,000
	Сімейний_стан	,205	,388	,094
	Статус_повязаний_із_війною	,307	,145	,450
Sig. (1-tailed)	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,209	,061	,375
	Близькі_рідні_зниклі_без_аісти_загиблі_в_полоні	,116	,049	,065
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,111	,008	,303
	Шкода_здоровю	,254	,019	,051

N	Ваша_стать	,233	,494	,024
	Освіта	,176	,309	,104
	Ваш_вік_	.	,483	,343
	CD-RISC-25	,483	.	,000
	BRCS	,343	,000	.
	MLQ	153	153	153
	Сімейний_стан	153	153	153
	Статус_повязаний_із_війною	153	153	153

Correlations

	MLQ	Сімейний_стан	Статус_повязаний_із_війною
N			
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	153	153	153
Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	153	153	153
Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	153	153	153
Шкода_здоровю	153	153	153
Ваша_стать	153	153	153
Освіта	153	153	153
Ваш_вік_	153	153	153
CD-RISC-25	153	153	153
BRCS	153	153	153

Correlations

	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	Близькі_рідні_зниклі_без_заісти_загиблі_в_полоні	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні
N	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	153	153
	Близькі_рідні_зниклі_без_заісти_загиблі_в_полоні	153	153
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	153	153
	Шкода_здоровю	153	153
	Ваша_стать	153	153
	Освіта	153	153
	Ваш_вік_	153	153
	CD-RISC-25	153	153
	BRCS	153	153

Correlations

	Шкода_здоровю	Ваша_стать	Освіта
N	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	153	153
	Близькі_рідні_зниклі_без_заісти_загиблі_в_полоні	153	153
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	153	153
	Шкода_здоровю	153	153

Ваша_стать	153	153	153
Освіта	153	153	153
Ваш_вік_	153	153	153
CD-RISC-25	153	153	153
BRCS	153	153	153

Correlations

		Ваш_вік_	CD-RISC-25	BRCS
N	Блиькі_рідні_зі_статусо м_повязаним_із_війною	153	153	153
	Блиькі_рідні_зниклі_без аісти_загиблі_в_полоні	153	153	153
	Оточення_зниклі_безвіст и_загиблі_в_полоні	153	153	153
	Шкода_здоровю	153	153	153
	Ваша_стать	153	153	153
	Освіта	153	153	153
	Ваш_вік_	153	153	153
	CD-RISC-25	153	153	153
	BRCS	153	153	153

Variables Entered/Removed^a

Mode 1	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	BRCS, Шкода_здоровю, Ваш_вік_, Сімейний_стан, Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні, Статус_пов'язаний_із_війною, Ваша_стать, Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні, Фізичне_насильство, Матеріальні_втрти_вніслідок_війни, Близькі_рідні_зі_статусом_пов'язаним_із_війною, Освіта, CD-RISC-25 ^b		. Enter

a. Dependent Variable: MLQ

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics	
					R Square Change	F Change
1	,472 ^a	,223	,150	12,060	,223	3,069

Model Summary^b

Model	Change Statistics			Durbin-Watson
	df1	df2	Sig. F Change	
1	13 ^a	139	,001	1,743

a. Predictors: (Constant), BRCS, Шкода_здоровю, Ваш_вік_, Сімейний_стан, Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні, Статус_повязаний_із_війною, Ваша_стать, Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні, Фізичне_насильство, Матеріальні_втрти_внслідок_війни, Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною, Освіта, CD-RISC-25

b. Dependent Variable: MLQ

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5801,832	13	446,295	3,069	,001 ^b
	Residual	20215,671	139	145,436		
	Total	26017,503	152			

a. Dependent Variable: MLQ

b. Predictors: (Constant), BRCS, Шкода_здоровю, Ваш_вік_, Сімейний_стан, Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні, Статус_повязаний_із_війною, Ваша_стать, Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні, Фізичне_насильство, Матеріальні_втрти_внслідок_війни, Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною, Освіта, CD-RISC-25

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t
	B	Std. Error	Beta	
(Constant)	62,132	9,082		6,841
Сімейний_стан	-,733	1,207	-,052	-,608
Статус_повязаний_із_війною	4,228	2,850	,122	1,484
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	-,007	,448	-,002	-,016
Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,943	2,396	,033	,394
Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	-4,103	2,465	-,145	-1,664
Шкода_здоровю	-,922	4,236	-,019	-,218
Ваша_стать	-3,590	2,590	-,109	-1,386
Освіта	-,800	,916	-,078	-,874
Ваш_вік_	,034	,501	,005	,069

Coefficients^a

Model	Sig.	95,0% Confidence Interval for B	
		Lower Bound	Upper Bound

	(Constant)	,000	44,174	80,089
	Сімейний_стан	,544	-3,119	1,653
	Статус_повязаний_із_війно ю	,140	-1,407	9,862
	Близькі_рідні_зі_статусом_п овязаним_із_війною	,987	-,892	,878
1	Близькі_рідні_зниклі_безаіс ти_загиблі_в_полоні	,694	-3,795	5,681
	Оточення_зниклі_безвісти_з агиблі_в_полоні	,098	-8,977	,771
	Шкода_здоровю	,828	-9,298	7,453
	Ваша_стать	,168	-8,711	1,531
	Освіта	,384	-2,610	1,010
	Ваш_вік_	,945	-,957	1,026

a. Dependent Variable: MLQ

Coefficient Correlations^a

Model		BRCS	Шкода_здор овю	Ваш_вік _	Ваша_стат ь	
1	Correlations					
		BRCS	1,000	-,065	-,585	-,173
		Шкода_здоров ю	-,065	-,077	,125	,131
		Ваш_вік_	-,585	,069	1,000	,094
		Ваша_стать	-,173	-,011	,094	1,000
1	Covariances					
		BRCS	,200	-,071	-,046	-,200
		Шкода_здоров ю	-,071	-,806	,054	,835
		Ваш_вік_	-,046	,051	,030	,043

Ваша_стать	-,200	-,121	,043	6,709
Освіта	-,050	1,076	,026	,013

Coefficient Correlations^a

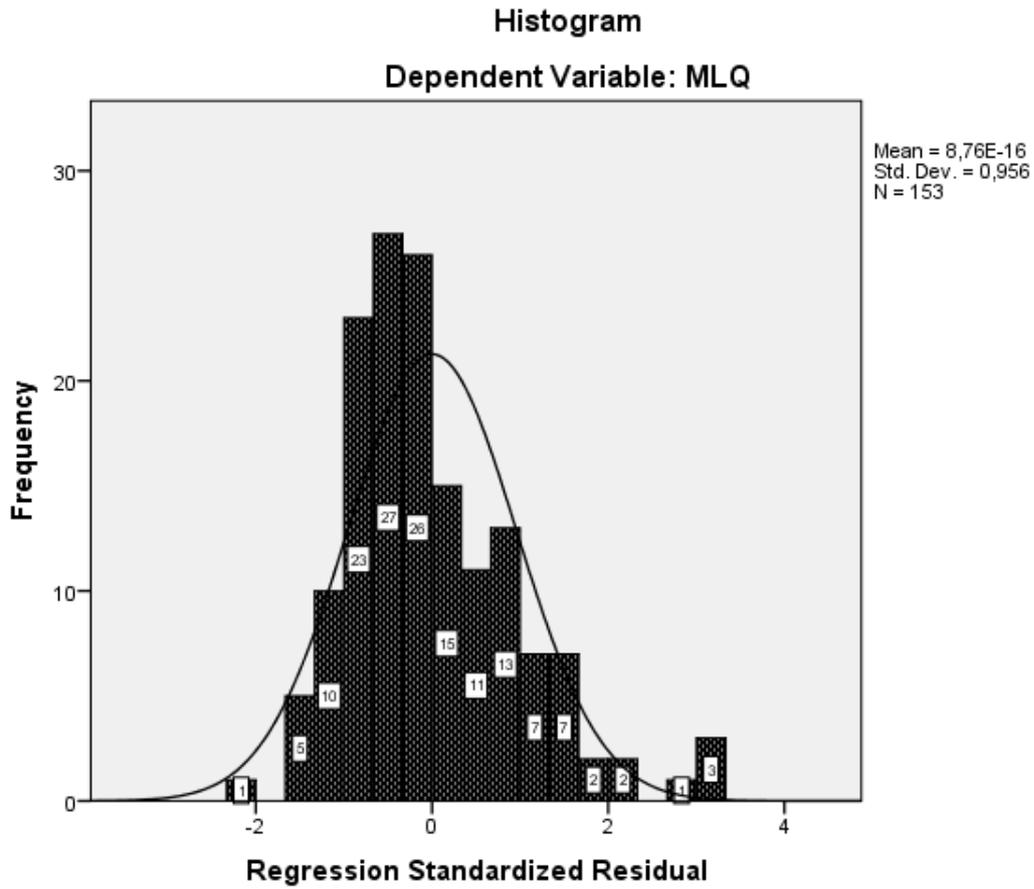
Model		Освіта	
1	Correlations	BRCS	-,121
		Шкода_здоровю	-,101
		Ваш_вік_	,165
		Ваша_стать	,006
		Освіта	1,000
	Covariances	BRCS	-,050
		Шкода_здоровю	-,228
		Ваш_вік_	,026
		Ваша_стать	,013
		Освіта	,838

a. Dependent Variable: MLQ

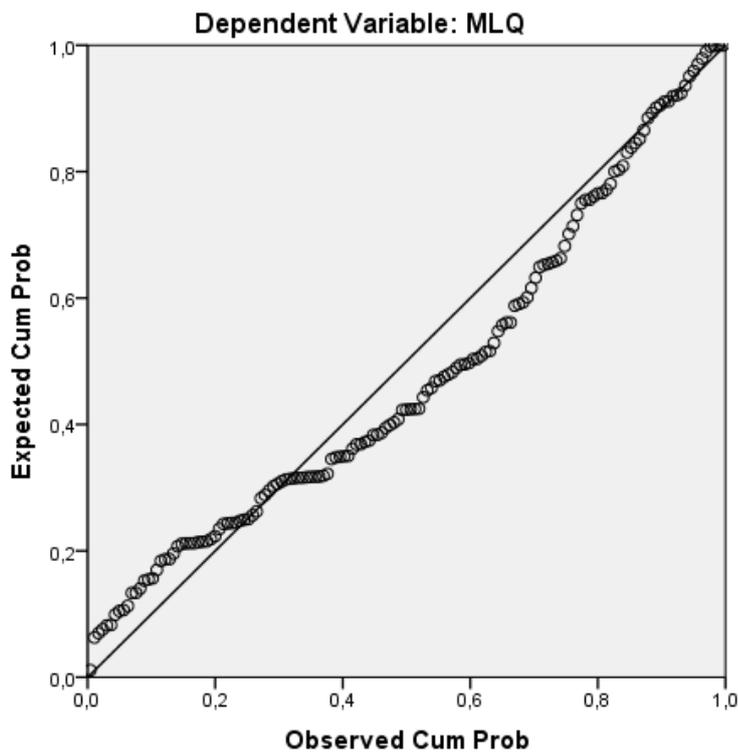
Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	15,13	45,85	28,37	6,178	153
Residual	-27,558	39,034	,000	11,532	153
Std. Predicted Value	-2,143	2,829	,000	1,000	153
Std. Residual	-2,285	3,237	,000	,956	153

a. Dependent Variable: MLQ



Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



Регресивний аналіз PIL (N=153)

Описова статистика

	Mean	Std. Deviation	N
PIL	85,92	15,654	153
Сімейний_стан	2,6863	,92103	153
Статус_повязаний_із_війною	,1699	,37681	153
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,5817	,49490	153
Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,3072	,46284	153
Оточення_зниклі_без_вісти_загиблі_в_полоні	,3072	,46284	153
Шкода_здоровю	,0784	,26973	153
Ваша_стать	1,8039	,39833	153
Освіта	6,3529	1,27460	153
Ваш_вік_	6,8758	2,02718	153
CD-RISC-25	27,22	7,211	153
BRCS	14,60	2,799	153

Correlations

		РІЛ	Сімейний_стан	Статус_повязаний_із_війною
Pearson Correlation	РІЛ	1,000	,112	-,096
	Сімейний_стан	,112	1,000	-,054
	Статус_повязаний_із_війною	-,096	-,054	1,000
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	-,065	,071	,278
	Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	-,169	,027	,076
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	-,119	-,050	,151
	Шкода_здоровю	-,182	,047	,127
	Ваша_стать	,067	,100	,048
	Освіта	,071	,370	-,276
	Ваш_вік_	-,105	,067	-,041
Sig. (1-tailed)	CD-RISC-25	,481	,023	-,086
	BRCS	,338	,107	-,010
	РІЛ	.	,083	,119
	Сімейний_стан	,083	.	,254
	Статус_повязаний_із_війною	,119	,254	.
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,211	,191	,000
	Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,018	,371	,175

N	Оточення_зниклі_без вісти_загиблі_в_поло ні	,071	,269	,031
	Шкода_здоровю	,012	,283	,059
	Ваша_стать	,205	,109	,277
	Освіта	,191	,000	,000
	Ваш_вік_	,099	,205	,307
	CD-RISC-25	,000	,388	,145
	BRCS	,000	,094	,450
	PII	153	153	153
	Сімейний_стан	153	153	153
	Статус_повязаний_із_ війною	153	153	153

Correlations

	Близькі_рідн і_зі_статусо м_повязани м_із_війною	Близькі_рідн і_зниклі_без вісти_загибл і_в_полоні	Оточення_зн иклі_безвіт и_загиблі_в_ полоні
PIL	-,065	-,169	-,119
Сімейний_стан	,071	,027	,205
Статус_повязаний_із_ війною	,278	,076	,113
Близькі_рідні_зі_стату сом_повязаним_із війною	1,000	,364	,153
Близькі_рідні_зниклі_ безвісти_загиблі_в_по лоні	,364	1,000	,259
Оточення_зниклі_безв істи_загиблі_в_полоні	,191	,140	,075
Шкода_здоровю	,100	,175	,142
Ваша_стать	,215	,079	-,008

Sig. (1-tailed)	Освіта	-,077	-,051	,007
	Ваш_вік_	,066	,097	-,118
	CD-RISC-25	-,126	-,134	-,106
	BRCS	,026	-,123	-,049
	PIL	,211	,018	,060
	Сімейний_стан	,191	,371	,006
	Статус_повязаний_із_війною	,000	,175	,083
	Близькі_рідні_зі_стату_сом_повязаним_із_війною	.	,000	,029
	Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	,000	.	,001
	Оточення_зниклі_безв_істи_загиблі_в_полоні	,009	,042	,179
	Шкода_здоровю	,110	,015	,040
	Ваша_стать	,004	,166	,462
	Освіта	,171	,265	,468
	Ваш_вік_	,209	,116	,073
	CD-RISC-25	,061	,049	,096
	BRCS	,375	,065	,272
	PIL	153	153	153
	Сімейний_стан	153	153	153
	Статус_повязаний_із_війною	153	153	153
N				

Correlations

		Шкода_здоровю	Ваша_стать	Освіта
Pearson Correlation	PIL	-,182	,067	,071
	Сімейний_стан	,047	,100	,370

Sig. (1-tailed)	Статус_повязаний_із_війною	,127	,048	-,276
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,100	,215	-,077
	Близькі_рідні_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,175	,079	-,051
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,227	-,064	-,007
	Шкода_здоровю	1,000	,022	-,253
	Ваша_стать	,022	1,000	,021
	Освіта	-,253	,021	1,000
	Ваш_вік_	,054	,059	,076
	CD-RISC-25	-,168	-,001	-,041
	BRCS	-,133	,160	,102
	PIL	,012	,205	,191
	Сімейний_стан	,283	,109	,000
	Статус_повязаний_із_війною	,059	,277	,000
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,110	,004	,171
	Близькі_рідні_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,015	,166	,265
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	,002	,217	,468
	Шкода_здоровю	.	,395	,001
	Ваша_стать	,395	.	,400
	Освіта	,001	,400	.
	Ваш_вік_	,254	,233	,176
CD-RISC-25	,019	,494	,309	
BRCS	,051	,024	,104	

N	PIL	153	153	153
	Сімейний_стан	153	153	153
	Статус_повязаний_із_війною	153	153	153

Correlations

		Ваш_вік_	CD-RISC-25	BRCS
Pearson Correlation	PIL	-,105	,481	,338
	Сімейний_стан	,067	,023	,107
	Статус_повязаний_із_війною	-,041	-,086	-,010
	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,066	-,126	,026
	Близькі_рідні_зниклі_без_аісти_загиблі_в_полоні	,097	-,134	-,123
	Оточення_зниклі_безвісти_і_загиблі_в_полоні	-,099	-,193	-,042
	Шкода_здоровю	,054	-,168	-,133
	Ваша_стать	,059	-,001	,160
	Освіта	,076	-,041	,102
	Ваш_вік_	1,000	-,004	,033
	CD-RISC-25	-,004	1,000	,569
	BRCS	,033	,569	1,000
	Sig. (1-tailed)	PIL	,099	,000
Сімейний_стан		,205	,388	,094
Статус_повязаний_із_війною		,307	,145	,450
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною		,209	,061	,375

N	Близькі рідні зниклі без аісти_загиблі_в_полоні	,116	,049	,065
	Оточення зниклі безвіст и_загиблі_в_полоні	,111	,008	,303
	Шкода_здоровю	,254	,019	,051
	Ваша_стать	,233	,494	,024
	Освіта	,176	,309	,104
	Ваш_вік_	.	,483	,343
	CD-RISC-25	,483	.	,000
	BRCS	,343	,000	.
	PIL	153	153	153
	Сімейний_стан	153	153	153
	Статус_повязаний_із_вій ною	153	153	153

Correlations

	PIL	Сімейний_ст ан	Статус_повя заний_із_вій ною
N			
Близькі рідні зі стат усом_повязаним_із війною	153	153	153
Близькі рідні зниклі_ безаісти_загиблі_в_по лоні	153	153	153
Оточення зниклі без вісти_загиблі_в_поло ні	153	153	153
Шкода_здоровю	153	153	153
Ваша_стать	153	153	153
Освіта	153	153	153
Ваш_вік_	153	153	153
CD-RISC-25	153	153	153

BRCS	153	153	153
------	-----	-----	-----

Correlations

		Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	Близькі_рідні_зниклі_без_заїсти_загиблі_в_полоні	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні
N	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	153	153	153
	Близькі_рідні_зниклі_без_заїсти_загиблі_в_полоні	153	153	153
	Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	153	153	153
	Шкода_здоров'ю	153	153	153
	Ваша_стать	153	153	153
	Освіта	153	153	153
	Ваш_вік_	153	153	153
	CD-RISC-25	153	153	153
	BRCS	153	153	153

Correlations

		Шкода_здоров'ю	Ваша_стать	Освіта
N	Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	153	153	153
	Близькі_рідні_зниклі_без_заїсти_загиблі_в_полоні	153	153	153

Оточення_зниклі_безвіс ти_загиблі_в_полоні	153	153	153
Шкода_здоровю	153	153	153
Ваша_стать	153	153	153
Освіта	153	153	153
Ваш_вік_	153	153	153
CD-RISC-25	153	153	153
BRCS	153	153	153

Correlations

	Ваш_вік_	CD-RISC-25	BRCS
N			
Близькі_рідні_зі_статусо м_повязаним_із_війною	153	153	153
Близькі_рідні_зниклі_без аісти_загиблі_в_полоні	153	153	153
Оточення_зниклі_безвіс и_загиблі_в_полоні	153	153	153
Шкода_здоровю	153	153	153
Ваша_стать	153	153	153
Освіта	153	153	153
Ваш_вік_	153	153	153
CD-RISC-25	153	153	153
BRCS	153	153	153

Variables Entered/Removed^a

Mode 1	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	BRCS, Шкода_здоровю, Ваш_вік_, Сімейний_стан, Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні, Статус_пов'язаний_із_війною, Ваша_стать, Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні, Фізичне_насильство, Матеріальні_втрти_вніслідок_війни, Близькі_рідні_зі_статусом_пов'язаним_із_війною, Освіта, CD-RISC-25 ^b		. Enter

a. Dependent Variable: PIL

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics	
					R Square Change	F Change
1	,542 ^a	,293	,227	13,761	,293	4,438

Model Summary^b

Model	Change Statistics			Durbin-Watson
	df1	df2	Sig. F Change	
1	13 ^a	139	,000	,846

a. Predictors: (Constant), BRCS, Шкода_здоровю, Ваш_вік_, Сімейний_стан, Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні, Статус_повязаний_із_війною, Ваша_стать, Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні, Фізичне_насильство, Матеріальні_втрти_внслідок_війни, Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною, Освіта, CD-RISC-25

b. Dependent Variable: PIL

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	10924,436	13	840,341	4,438	,000 ^b
	Residual	26320,623	139	189,357		
	Total	37245,059	152			

a. Dependent Variable: PIL

b. Predictors: (Constant), BRCS, Шкода_здоровю, Ваш_вік_, Сімейний_стан, Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні, Статус_повязаний_із_війною, Ваша_стать, Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні, Фізичне_насильство, Матеріальні_втрти_внслідок_війни, Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною, Освіта, CD-RISC-25

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t
	B	Std. Error	Beta	
(Constant)	55,926	10,363		5,397
Сімейний_стан	1,986	1,377	,117	1,442
Статус_повязаний_із_війною	-1,896	3,252	-,046	-,583
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,296	,511	,053	,579
1 Близькі_рідні_зниклі_безаісти_загиблі_в_полоні	-2,282	2,734	-,067	-,835
Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	-1,305	2,813	-,039	-,464
Шкода_здоровю	-5,736	4,834	-,099	-1,187
Ваша_стать	1,960	2,956	,050	,663
Освіта	,243	1,045	,020	,233
Ваш_вік_	-,976	,572	-,126	-1,706

Coefficients^a

Model	Sig.	95,0% Confidence Interval for B	
		Lower Bound	Upper Bound
(Constant)	,000	35,435	76,416
Сімейний_стан	,152	-,737	4,708
1 Статус_повязаний_із_війною	,561	-8,325	4,533
Близькі_рідні_зі_статусом_повязаним_із_війною	,564	-,714	1,306

Близькі_рідні_зниклі_безаіс ти_загиблі_в_полоні	,405	-7,688	3,124
Оточення_зниклі_безвісти_з агиблі_в_полоні	,643	-6,866	4,257
Шкода_здоровю	,237	-15,292	3,821
Ваша_стать	,508	-3,884	7,803
Освіта	,816	-1,823	2,308
Ваш_вік_	,090	-2,107	,155

a. Dependent Variable: PIL

Coefficient Correlations^a

Model		BRCS	Шкода_здоровю	Ваш_вік_	Ваша_стать
1	Correlations				
	BRCS	1,000	-,065	-,585	-,173
	Шкода_здоровю	-,065	-,077	,125	,131
	Ваш_вік_	-,585	,069	1,000	,094
	Ваша_стать	-,173	-,011	,094	1,000
1	Covariances				
	BRCS	,261	-,093	-,059	-,261
	Шкода_здоровю	-,093	-1,049	,070	1,088
	Ваш_вік_	-,059	,067	,040	,055
	Ваша_стать	-,261	-,158	,055	8,735
	Освіта	-,065	1,400	,034	,017

Coefficient Correlations^a

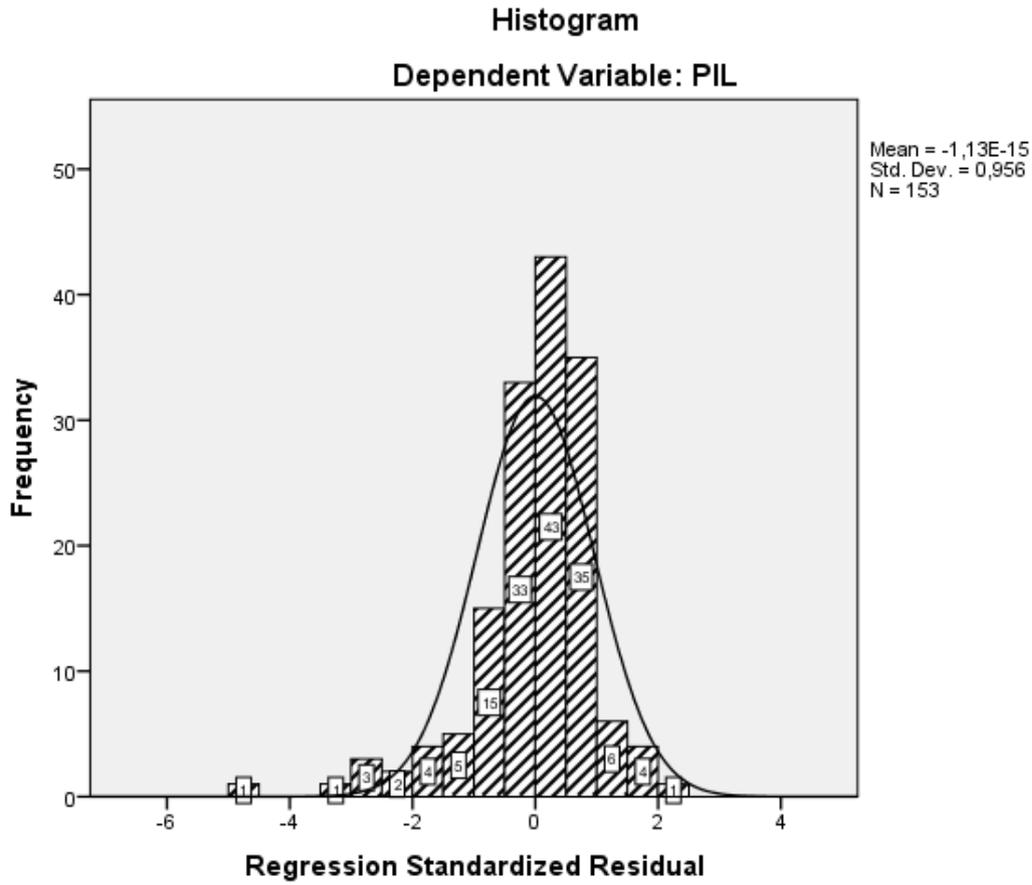
Model		Освіта	
1	Correlations	BRCS	-,121
		Шкода_здоровю	-,101
		Ваш_вік_	,165
		Ваша_стать	,006
		Освіта	1,000
	Covariances	BRCS	-,065
		Шкода_здоровю	-,297
		Ваш_вік_	,034
		Ваша_стать	,017
		Освіта	1,091

a. Dependent Variable: PIL

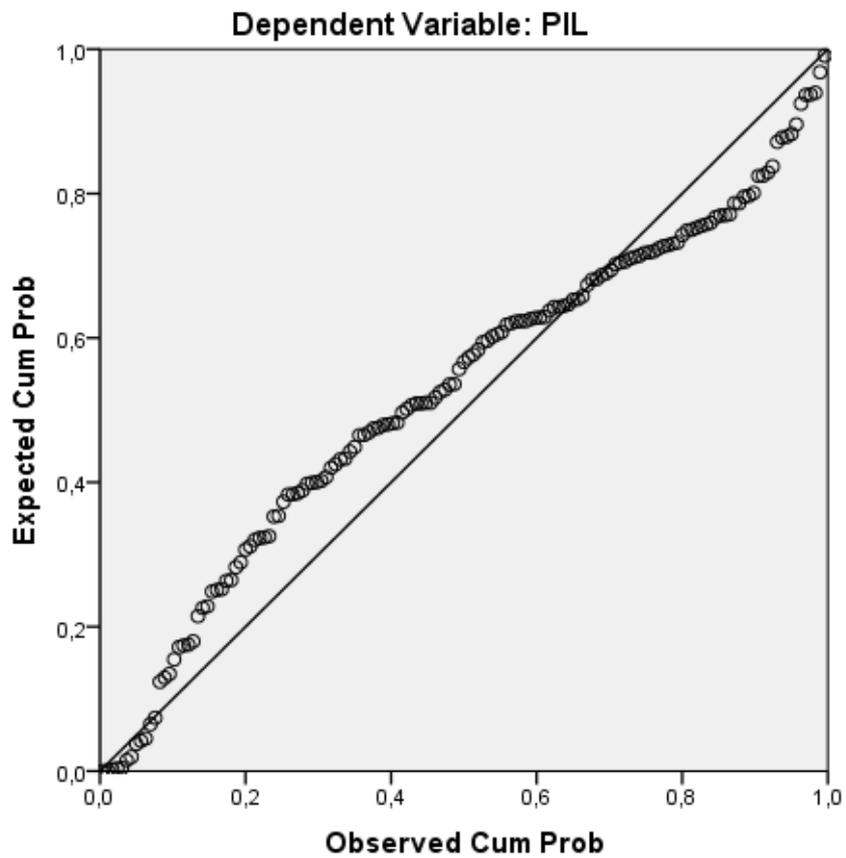
Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	52,81	104,24	85,92	8,478	153
Residual	-64,378	32,559	,000	13,159	153
Std. Predicted Value	-3,906	2,161	,000	1,000	153
Std. Residual	-4,678	2,366	,000	,956	153

a. Dependent Variable: PIL



Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



Таблиця кореляційних зв'язків між психологічними між показниками та соціально-демографічними змінними

		PIL	CD-RISC-25	BRCS	MLQ
PIL	Pearson Correlation	1	,478**	,342**	-,290**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000
	N	155	155	155	155
CD-RISC-25	Pearson Correlation	,478**	1	,566**	-,398**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000
	N	155	155	155	155
BRCS	Pearson Correlation	,342**	,566**	1	-,261**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,001
	N	155	155	155	155
MLQ	Pearson Correlation	-,290**	-,398**	-,261**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,001	
	N	155	155	155	155
Ваша_стать	Pearson Correlation	-,172*	-,002	,163*	-,099
	Sig. (2-tailed)	,033	,982	,043	,221
	N	154	155	155	155
Освіта	Pearson Correlation	-,122	-,192*	-,045	-,056
	Sig. (2-tailed)	,132	,017	,575	,494
	N	154	154	154	154
Сімейний_стан	Pearson Correlation	,103	,023	,101	-,088

Статус_повязаний_із_війною	Sig. (2-tailed)	,201	,778	,210	,278
	N	155	155	155	155
	Pearson Correlation	-,100	-,086	-,014	,146
Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	Sig. (2-tailed)	,217	,290	,862	,071
	N	155	155	155	155
	Pearson Correlation	-,129	-,106	-,050	,090
Шкода_здоровю	Sig. (2-tailed)	,110	,191	,537	,265
	N	155	155	155	155
	Pearson Correlation	-,184*	-,167*	-,135	,043
Ваш_вік_	Sig. (2-tailed)	,022	,038	,095	,594
	N	155	155	155	155
	Pearson Correlation	-,098	-,004	,036	-,003
	Sig. (2-tailed)	,223	,963	,653	,966
	N	155	155	155	155

Correlations

		Ваша_стат_ь	Освіта	Сімейний_с_тан
PIL	Pearson Correlation	-,172	-,122**	,103**
	Sig. (2-tailed)	,033	,132	,201
	N	154	154	155
CD-RISC-25	Pearson Correlation	-,002**	-,192	,023**
	Sig. (2-tailed)	,982	,017	,778
	N	155	154	155
BRCS	Pearson Correlation	,163**	-,045**	,101

	Sig. (2-tailed)	,043	,575	,210
	N	155	154	155
	Pearson Correlation	-,099**	-,056**	-,088**
MLQ	Sig. (2-tailed)	,221	,494	,278
	N	155	154	155
	Pearson Correlation	1*	-,066	,094*
Ваша_стать	Sig. (2-tailed)		,418	,244
	N	155	154	155
	Pearson Correlation	-,066	1*	-,052
Освіта	Sig. (2-tailed)	,418	,914	,525
	N	154	154	154
	Pearson Correlation	,094	-,052	1
Сімейний_стан	Sig. (2-tailed)	,244	,525	
	N	155	154	155
	Pearson Correlation	,045	,153	-,049
Статус_пов'язаний_із_війною	Sig. (2-tailed)	,577	,058	,546
	N	155	154	155
	Pearson Correlation	-,010	,072	,220
Оточення_зниклі_безвісти_загиблі_в_полоні	Sig. (2-tailed)	,899	,376	,006
	N	155	154	155
	Pearson Correlation	,020*	,228*	,049
Шкода_здоров'ю	Sig. (2-tailed)	,808	,004	,545
	N	155	154	155
Ваш_вік_	Pearson Correlation	,062	-,099	,054

Sig. (2-tailed)	,440	,220	,506
N	155	154	155

Correlations

		Статус_по в'язаний_із _війною	Оточення_ зниклі_без вісти_заги блі_в_поло ні	Шкода_зд оровю
PIL	Pearson Correlation	-,100	-,129**	-,184**
	Sig. (2-tailed)	,217	,110	,022
	N	155	155	155
CD-RISC-25	Pearson Correlation	-,086**	-,106	-,167**
	Sig. (2-tailed)	,290	,191	,038
	N	155	155	155
BRCS	Pearson Correlation	-,014**	-,050**	-,135
	Sig. (2-tailed)	,862	,537	,095
	N	155	155	155
MLQ	Pearson Correlation	,146**	,090**	,043**
	Sig. (2-tailed)	,071	,265	,594
	N	155	155	155
Ваша_стать	Pearson Correlation	,045*	-,010	,020*
	Sig. (2-tailed)	,577	,899	,808
	N	155	155	155
Освіта	Pearson Correlation	,153	,072*	,228
	Sig. (2-tailed)	,058	,376	,004
	N	154	154	154

Сімейний_стан	Pearson Correlation	-,049	,220	,049
	Sig. (2-tailed)	,546	,006	,545
	N	155	155	155
Статус_повязаний_із_війною	Pearson Correlation	1	,114	,128
	Sig. (2-tailed)		,158	,111
	N	155	155	155
Оточення_зниклі_б_езвісти_загиблі_в_полоні	Pearson Correlation	,114	1	,142
	Sig. (2-tailed)	,158		,078
	N	155	155	155
Шкода_здоровю	Pearson Correlation	,128*	,142*	1
	Sig. (2-tailed)	,111	,078	,000
	N	155	155	155
Ваш_вік_	Pearson Correlation	-,044	-,126	,052
	Sig. (2-tailed)	,586	,117	,523
	N	155	155	155

Correlations

		Ваш_вік_
PIL	Pearson Correlation	-,098
	Sig. (2-tailed)	,223
	N	155
CD-RISC-25	Pearson Correlation	-,004**
	Sig. (2-tailed)	,963
	N	155
BRCS	Pearson Correlation	,036**
	Sig. (2-tailed)	,653

	N	155
	Pearson Correlation	-,003**
MLQ	Sig. (2-tailed)	,966
	N	155
	Pearson Correlation	,062*
Ваша_стать	Sig. (2-tailed)	,440
	N	155
	Pearson Correlation	-,099
Освіта	Sig. (2-tailed)	,220
	N	154
	Pearson Correlation	,054
Сімейний_стан	Sig. (2-tailed)	,506
	N	155
	Pearson Correlation	-,044
Статус_повязаний_із_війною	Sig. (2-tailed)	,586
	N	155
	Pearson Correlation	-,126
Оточення_зниклі_безвісти_заги блі_в_полоні	Sig. (2-tailed)	,117
	N	155
	Pearson Correlation	,052*
Шкода_здоровю	Sig. (2-tailed)	,523
	N	155
	Pearson Correlation	1
Ваш_вік_	Sig. (2-tailed)	,256
	N	155

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Односторонний тест (One-way ANOVA)**ANOVA**

CD-RISC-25

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	3449,099	13	265,315	8,395	,000
Within Groups	4456,295	141	31,605		
Total	7905,394	154			

T-Test**One-Sample Statistics**

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
PIL	155	14,63	2,789	,224

One-Sample Test

	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
PIL	65,278	154	,000	14,626	14,18	15,07

Мультиваріативний тест PIL та MLQ

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
Intercept	Pillai's Trace	,991	3064,430 ^b	1,000	28,000	,000
	Wilks' Lambda	,009	3064,430 ^b	1,000	28,000	,000
	Hotelling's Trace	109,444	3064,430 ^b	1,000	28,000	,000
	Roy's Largest Root	109,444	3064,430 ^b	1,000	28,000	,000
PIL	Pillai's Trace	,774	7,369 ^b	13,000	28,000	,000
	Wilks' Lambda	,226	7,369 ^b	13,000	28,000	,000
	Hotelling's Trace	3,421	7,369 ^b	13,000	28,000	,000
	Roy's Largest Root	3,421	7,369 ^b	13,000	28,000	,000
MLQ	Pillai's Trace	,799	2,533 ^b	44,000	28,000	,005
	Wilks' Lambda	,201	2,533 ^b	44,000	28,000	,005
	Hotelling's Trace	3,981	2,533 ^b	44,000	28,000	,005
	Roy's Largest Root	3,981	2,533 ^b	44,000	28,000	,005
PIL * MLQ	Pillai's Trace	,823	1,887 ^b	69,000	28,000	,032
	Wilks' Lambda	,177	1,887 ^b	69,000	28,000	,032
	Hotelling's Trace	4,650	1,887 ^b	69,000	28,000	,032
	Roy's Largest Root	4,650	1,887 ^b	69,000	28,000	,032

Multivariate Tests^a

Effect		Partial Eta Squared
Intercept	Pillai's Trace	,991
	Wilks' Lambda	,991
	Hotelling's Trace	,991
	Roy's Largest Root	,991
PIL	Pillai's Trace	,774
	Wilks' Lambda	,774
	Hotelling's Trace	,774
	Roy's Largest Root	,774
MLQ	Pillai's Trace	,799
	Wilks' Lambda	,799
	Hotelling's Trace	,799
	Roy's Largest Root	,799
PIL * MLQ	Pillai's Trace	,823
	Wilks' Lambda	,823
	Hotelling's Trace	,823
	Roy's Largest Root	,823

a. Design: Intercept + PIL + MLQ + PIL * MLQ

b. Exact statistic

Додаток Б.7

Тести міжгрупових ефектів

Tests of Between-Subjects Effects

Source	Dependent Variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F
Corrected Model	CD-RISC-25	7434,227 ^a	126	59,002	3,506
	BRCS	1198,297 ^b	126	9,510	.
Intercept	CD-RISC-25	51566,334	1	51566,334	3064,430
	BRCS	13987,170	1	13987,170	.
PIL	CD-RISC-25	1611,916	13	123,994	7,369
	BRCS	787,902	13	60,608	.
MLQ	CD-RISC-25	1875,518	44	42,625	2,533
	BRCS	,000	44	,000	.
PIL * MLQ	CD-RISC-25	2190,908	69	31,752	1,887
	BRCS	,000	69	,000	.
Error	CD-RISC-25	471,167	28	16,827	
	BRCS	,000	28	,000	
Total	CD-RISC-25	122635,000	155		
	BRCS	34355,000	155		
Corrected Total	CD-RISC-25	7905,394	154		
	BRCS	1198,297	154		

Source	Dependent Variable	Sig.	Partial Eta Squared
Corrected Model	CD-RISC-25	,000 ^a	,940
	BRCS	.	1,000
Intercept	CD-RISC-25	,000	,991
	BRCS	.	1,000
PIL	CD-RISC-25	,000	,774
	BRCS	.	1,000
MLQ	CD-RISC-25	,005	,799
	BRCS	.	.
PIL * MLQ	CD-RISC-25	,032	,823
	BRCS	.	.
Error	CD-RISC-25		
	BRCS		
Total	CD-RISC-25		
	BRCS		
Corrected Total	CD-RISC-25		
	BRCS		

a. R Squared = ,940 (Adjusted R Squared = ,672)