

Міністерство освіти і науки України

Національний університет «Острозька академія»

Навчально-науковий центр заочно-дистанційного відділення

Кафедра психології

Кваліфікаційна робота

на здобуття освітнього ступеня магістра на тему:

«Вплив фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя у зрілому віці»

Виконала студентка 2 курсу,
групи ЗМПс-21
спеціальності 053 Психологія
Кучерук Катерина Андріївна

Керівник – кандидат психологічних наук, доцент

Нікітчук Уляна Ігорівна

Рецензент – кандидат педагогічних наук, доцент

Грицюта Оксана Федорівна

Острог, 2025

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ	
1.1 Наукові підходи до визначення поняття суб'єктивного благополуччя особистості.....	7
1.2. Компоненти суб'єктивного благополуччя.....	12
1.3. Психологічна характеристика осіб зрілого віку.....	15
РОЗДІЛ 2. ВПЛИВ ФІНАНСОВОЇ ГРАМОТНОСТІ НА СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ	
2.1. Теоретичний аналіз фінансової грамотності як соціально-психологічного ресурсу.....	21
2.2. Психологічні особливості ставлення до фінансів у зрілому віці.....	25
2.3 Емпіричне дослідження впливу фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя у зрілому віці	
2.3.1 Характеристика вибірки.....	30
2.3.2 Методики дослідження.....	32
2.3.3 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.....	35
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ГАРМОНІЗАЦІЇ ФІНАНСОВИХ УСТАНОВОК ЯК ЧИННИКА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ	
3.1. Психологічні техніки корекції деструктивних фінансових патернів та зниження фінансової тривожності.....	56
3.2. Рекомендації для розвитку суб'єктності та відчуття контролю у фінансовій сфері для осіб зрілого віку.....	60
ВИСНОВКИ.....	66
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	71
ДОДАТКИ	

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасні трансформаційні процеси, що відбуваються в українському суспільстві, ставлять перед особистістю нові вимоги до адаптації та психологічної стійкості. В умовах соціально-економічної нестабільності та воєнного стану, питання суб'єктивного благополуччя виходить за межі суто гедоністичного розуміння щастя, трансформуючись у проблему збереження ментального здоров'я та здатності до ефективного функціонування.

Зростання економічної невизначеності, коливання ринку праці, ризику втрати джерел доходу та необхідність приймати швидкі фінансові рішення зумовлюють потребу у формуванні нових компетентностей, що забезпечують здатність людини адаптуватися до мінливих умов.

Традиційно економічні чинники розглядалися як зовнішні детермінанти якості життя. Проте сучасна психологічна наука дедалі частіше звертає увагу на те, що об'єктивний рівень доходу має менший вплив на відчуття благополуччя, ніж суб'єктивне ставлення до фінансів та вміння ними розпоряджатися. Саме тут на передній план виходить поняття фінансової грамотності, яка у психологічному вимірі перестає бути суто економічною категорією. Вона стає потужним соціально-психологічним ресурсом, що дозволяє особистості знижувати рівень тривожності перед майбутнім, формувати почуття контролю над власним життям та забезпечувати психологічну безпеку.

Для українського соціуму ця тема є критично важливою. Як свідчать статистичні дані (зокрема дослідження USAID), рівень фінансової грамотності населення залишається недостатнім, що в умовах війни призводить до посилення стресу, нерациональної економічної поведінки та, як наслідок, зниження загального рівня задоволеності життям. Відсутність сформованих навичок управління ресурсами стає фактором ризику, що провокує сімейні конфлікти, депресивні стани та відчуття безпорадності.

Актуальність дослідження зумовлена також специфікою періоду зрілого віку (35–60 років), який є критичним з точки зору переосмислення життєвих

пріоритетів, відповідальності за сім'ю, професійної реалізації та економічної стабільності. Саме у цьому віці фінансова поведінка стає більш структурованою, цілеспрямованою й відображає глибші цінності людини — почуття безпеки, автономії, контролю над життям та впевненості у майбутньому. Зріла особистість часто стикається з підвищеним рівнем фінансових зобов'язань: утримання сім'ї, інвестування в освіту дітей, догляд за літніми батьками, планування пенсійних накопичень. Низький рівень фінансової грамотності у цьому періоді може призводити до тривожності, виснаження, хронічного стресу, зниження суб'єктивного благополуччя та погіршення психологічного здоров'я. Натомість достатній рівень фінансової обізнаності сприяє раціональному розподілу ресурсів, зменшенню стресових впливів, посиленню почуття контролю та формуванню позитивної життєвої перспективи.

Проблемі суб'єктивного благополуччя присвячені праці Н. Бредберн, Е. Дінер, К. Ріфф, М. Селігман, Т. Рат, Дж. Хартер, І. Горбаль, Т. Титаренко, І.Галецька, І. Аршава, Д. Носенко, О. Гуляєва, О.Лукасевич, Т. Данильченко, О.Паламарчук, Е.Кологривова. Визначення сутності поняття фінансової грамотності займалися Т. Кізима, І. Соркіна, Т. Смовженко, І. Ломачинська та інші. Здебільшого роботи зосереджені на економічних аспектах фінансової поведінки або на вивченні благополуччя як самостійного феномену. Питання взаємозв'язку фінансової грамотності саме як предиктора психологічного благополуччя у людей зрілого віку залишається недостатньо вивченим у вітчизняній психології. Це відкриває можливість створення ефективних соціально-психологічних програм, спрямованих на розвиток фінансових компетентностей та підвищення суб'єктивного благополуччя населення.

Об'єкт дослідження - суб'єктивне благополуччя особистості у зрілому віці.

Предмет дослідження - вплив фінансової грамотності як соціально-психологічного ресурсу на суб'єктивне благополуччя людей зрілого віку.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити вплив фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя людей зрілого віку.

Завдання дослідження :

1. здійснити теоретичний аналіз основ дослідження суб'єктивного благополуччя у зрілому віці;
2. проаналізувати поняття фінансової грамотності як соціально-психологічного ресурсу особистості;
3. емпірично дослідити вплив фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя у респондентів зрілого віку;
4. розробити психологічні рекомендації для гармонізації фінансових установок як чинника суб'єктивного благополуччя.

Гіпотеза науково-дослідної роботи: існує зв'язок між рівнем фінансової грамотності та суб'єктивним благополуччям у респондентів зрілого віку.

Методологія дослідження. Для розв'язання поставлених завдань та перевірки висунутої гіпотези використано комплекс загальнонаукових та емпіричних методів:

- *теоретичні:* аналіз, синтез, узагальнення та систематизація наукових джерел для з'ясування стану розробленості проблеми, визначення сутності понять суб'єктивного благополуччя та фінансової грамотності;
- *емпіричні:* психодіагностичні методи (опитування) для вимірювання рівня фінансової грамотності та компонентів суб'єктивного благополуччя (методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БІБІСІ», шкала задоволеності життям, методика оцінки фінансової грамотності OECD/INFE, модифікований варіант методики А. Фернема «Шкала грошових уявлень та поведінки»);
- *методи математичної статистики:* описова статистика для кількісної та якісної обробки отриманих даних, кореляційний аналіз для встановлення зв'язку між рівнем фінансової грамотності та суб'єктивним благополуччям, регресійний аналіз для дослідження зв'язків між змінними.

Теоретичне та практичне значення наукового дослідження. Теоретична значущість роботи полягає у поглибленні наукового уявлення про взаємозв'язок між фінансовою грамотністю та суб'єктивним благополуччям особистості у зрілому віці. У дослідженні уточнюється й систематизується зміст понять

«суб'єктивне благополуччя» та «фінансова грамотність» у психологічному вимірі, що дозволяє розглядати фінансову грамотність не лише як економічну компетентність, а як цілісний соціально-психологічний ресурс.

Практична значущість роботи полягає у можливості застосування отриманих результатів у діяльності психологів, соціальних працівників, викладачів та фахівців, які працюють з дорослим населенням. Розроблені психологічні рекомендації щодо гармонізації фінансових установок можуть слугувати основою для створення тренінгових програм, спрямованих на покращення благополуччя особистості.

Новизна дослідження полягає в тому, що вперше емпірично досліджено взаємозв'язок між рівнем фінансової грамотності та суб'єктивним благополуччям осіб зрілого віку, теоретичний матеріал про суб'єктивне благополуччя поєднано з аналізом фінансової грамотності як соціально-психологічного ресурсу, що дозволило розглянути ці явища у взаємозв'язку, а не окремо.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ

1.1. Наукові підходи до визначення поняття суб'єктивного благополуччя особистості

Проблема благополуччя особистості є однією з фундаментальних у сучасній психологічній науці, що зумовлено як глобальними цивілізаційними викликами, так і необхідністю пошуку внутрішніх ресурсів людини для збереження ментального здоров'я в умовах нестабільності. Аналіз досліджень засвідчує, що поняття суб'єктивного благополуччя має складний та міждисциплінарний характер, перебуваючи у полі уваги психології, економіки, філософії та соціології [40]. Попри значну кількість досліджень, у сучасній науці досі відсутнє єдине визначення цього поняття, що призводить до існування широкого спектру інтерпретацій та моделей. Дослідники підкреслюють, що суб'єктивне благополуччя часто розглядається через призму схожих конструктів, таких як «щастя», «задоволеність життям», «якість життя» та «психологічне благополуччя», межі між якими залишаються дискусійними [28].

Вивчення благополуччя бере свій початок в античній філософії та розвивається в межах двох базових парадигм, які залишаються актуальними і в сучасній психологічній науці: гедоністичної та евдемоністичної.

Гедоністичний підхід фокусується на суб'єктивному переживанні задоволення, радості та уникненні страждань. У рамках цього підходу благополуччя ототожнюється з емоційним балансом (переважанням позитивних афектів над негативними) та загальною задоволеністю життям [54].

Фундаментальний внесок у розвиток цього підходу зробив Н. Бредберн, який у 60-х роках XX століття заклав основи вимірювання психологічного благополуччя. Він розглядав цей феномен як різницю між позитивним і негативним афектами. Ключовим висновком його досліджень стала теза про

автономність цих двох афективних вимірів: вони не є полярними протилежностями, а функціонують як незалежні змінні. Це означає, що відсутність негативних емоцій не гарантує наявності позитивних, і навпаки. Згідно з концепцією Н. Бредберна, високий рівень благополуччя досягається саме через баланс, де позитивні афекти кількісно переважають над негативними [5].

Продовженням гедоністичного підходу стали праці Е. Дінера, який у 1984 році ввів у науковий обіг термін «суб'єктивне благополуччя». Він визначив суб'єктивне благополуччя як стан, у якому людина відчуває та когнітивно оцінює своє життя як бажане та позитивне [44].

Окрему позицію в межах гедоністичного напрямку займає Д. Канеман, який запропонував концепцію «об'єктивного щастя» як сукупності миттєвих переживань корисності протягом певного періоду часу. Він розмежовував «пережите благополуччя» (поточні емоційні стани «тут і тепер») та «оцінюване благополуччя» (глобальна ретроспективна оцінка життя), наголошуючи, що пам'ять про події часто відрізняється від безпосереднього переживання цих подій [16].

Евдемоністичний підхід на противагу гедоністичному, не зводить благополуччя до отримання задоволення. В рамках цього підходу благополуччя розглядається як результат повноцінного функціонування особистості, реалізації її істинного потенціалу, пошуку сенсу життя та автентичності.

Ключовою фігурою сучасного евдемоністичного підходу є К. Ріфф. Критикуючи гедоністичні моделі за їхню обмеженість афективними станами, вона розробила концепцію психологічного благополуччя, яка базується на ідеї позитивного функціонування. К. Ріфф стверджувала, що істинне благополуччя досягається через реалізацію шести фундаментальних аспектів: автономії, компетентності у керуванні середовищем, особистісного зростання, позитивних стосунків з оточуючими, наявності життєвих цілей та самоприйнятті [56, 57].

Важливий внесок у розвиток евдемоністичного підходу зробили автори теорії самодетермінації Р. Райан та Е. Десі. Вони пов'язують благополуччя із

задоволенням трьох базових вроджених психологічних потреб: у автономії (відчуття волі та вибору), компетентності (відчуття ефективності власних дій) та зв'язку з іншими (потреба у приналежності та турботі). Згідно з їхньою теорією, рух до самореалізації та особистісного зростання, що базується на внутрішній мотивації, є основою глибокого та стійкого переживання благополуччя [54].

Сучасна психологічна наука характеризується тенденцією до інтеграції цих підходів. Дослідники, такі як П. Кук, Т. Мелчерт та К. Коннор, окрім класичних моделей, виділяють також підхід «якість життя» та «оздоровчий підхід». Концепції якості життя розглядають благополуччя у широкому соціокультурному контексті, включаючи об'єктивні умови існування (матеріальний стан, безпека, доступ до ресурсів) та їх суб'єктивне сприйняття. Оздоровчий підхід акцентує увагу на єдності фізичного, психічного та духовного здоров'я як фундаменті благополуччя [43].

Дискусійним залишається питання співвідношення понять «суб'єктивне благополуччя» та «психологічне благополуччя». У науковій літературі простежуються різні позиції: від їх ототожнення до чіткого розмежування [1]. Наприклад, Т. Титаренко розглядає ці поняття як синонімічні або взаємодоповнюючі конструкти, що описують позитивне функціонування особистості [16]. Натомість прихильники моделі К. Ріфф схильні вважати суб'єктивне відчуття задоволеності лише одним із наслідків або складників більш глобального конструкту психологічного благополуччя [57]. Представники школи Е. Дінера розглядають психологічні характеристики як предиктори загального суб'єктивного переживання благополуччя [59].

Значний внесок у визначення поняття суб'єктивного благополуччя зробили українські вчені. Так, А. Харитинський визначає суб'єктивне благополуччя як багатогранний інтегративний феномен, що відображає змістові характеристики комплексного переживання задоволеності від оптимальної реалізації себе в межах ціннісно-смыслових настанов у різних сферах та житті в цілому. Автор підкреслює важливість здатності особистості бути повноцінним суб'єктом, творцем власного життя, включеним у значущу діяльність [38].

І. Горбаль пропонує розглядати суб'єктивне благополуччя як динамічну когнітивно-емоційну оцінку людиною якості власного життя загалом та окремих його сфер. Ця оцінка формується на основі інтеріоризації об'єктивних чинників (умов життя, здоров'я) крізь призму індивідуально-типологічних особливостей та рівня домагань. Вчена зазначає, що суб'єктивне благополуччя є не лише результатом досягнення цілей, а й фактором, що визначає подальшу життєву стратегію особистості на шляху до самореалізації [7].

Т. Данильченко аналізує суб'єктивне благополуччя через призму теорії соціального порівняння. Згідно з цим підходом, оцінка власного благополуччя ґрунтується на порівнянні себе і свого буття із суб'єктивними нормами, еталонами, ідеалами, а також з референтними групами. Автор наголошує, що часте звертання до соціального порівняння може виступати фактором зниження рівня благополуччя, якщо результати порівняння не на користь суб'єкта [8].

І. Коробка, досліджуючи феномен в умовах соціальної невизначеності, визначає суб'єктивне благополуччя як емоційно-оцінне ставлення особи до власного життя, власної особистості та взаємостосунків з іншими людьми. Це ставлення виражається у задоволеності життям і є основою для самореалізації та автономії. Дослідник підкреслює, що в умовах нестабільності (наприклад, війни) благополуччя залежить від здатності особистості трансформувати сприйняття ситуації та використовувати внутрішні психологічні ресурси для її опанування [15].

Ще одним важливим теоретичним вектором є розгляд суб'єктивного благополуччя як компонента ціннісно-сислової сфери особистості. Як зазначають І. Аршава та Д. Носенко, досліджуване поняття містить когнітивно-рефлексивний вимір (загальне задоволення життям) та емоційний аспект (переважання позитивних емоцій), які тісно пов'язані з реалізацією цінностей. Так, перший характеризується почуттям загального задоволення життям. Емоційний вимір пояснюється переважанням в особистості позитивних емоцій [2]. Ж. Вірна розглядає благополуччя як ціннісно-сислове утворення, що забезпечує задоволення базових потреб та ефективне функціонування [38].

А. Курова визначає суб'єктивне благополуччя як складне соціально-психологічне утворення, що формується в процесі діяльності та спілкування і включає емоційні, когнітивні та поведінкові компоненти. Вчена наголошує на ролі мотиваційних чинників та соціально-психологічних настанов у формуванні відчуття благополуччя [16].

У дослідженнях І. Семківа суб'єктивне благополуччя визначається як інтегральне соціально-психологічне утворення, що базується на активності та розглядається як своєрідна психологічна винагорода за проявлену соціальну активність. Такий підхід підкреслює діяльнісну природу благополуччя [38].

Б. Пахоль пропонує розглядати суб'єктивне благополуччя як багатовимірний конструкт, що включає суб'єктивну оцінку різних аспектів життя (професійного, економічного, соціального). Вчений зазначає, що професійне благополуччя, як складова загального благополуччя, є інтегральним показником оптимального функціонування особистості у професійній сфері [27].

Проаналізувавши підходи, можна стверджувати, що в сучасній науці переважає інтегративний погляд на визначення поняття суб'єктивного благополуччя. Воно розуміється не просто як гедоністичне задоволення, а як складний психологічний конструкт, що включає емоційні переживання, когнітивні оцінки задоволеності життям, відчуття сенсу, самореалізації та повноцінного функціонування.

Таким чином, для даного дослідження ми визначаємо суб'єктивне благополуччя особистості як інтегральний динамічний психологічний феномен, що відображає внутрішнє ставлення особистості до свого життя та самої себе. Це ставлення формується на основі когнітивно-емоційної оцінки відповідності реальних умов життя ціннісно-смісловим орієнтаціям та рівню домагань особистості, і виражається у відчутті задоволеності, психологічного комфорту та здатності до позитивного функціонування навіть у складних життєвих обставинах.

1.2. Компоненти суб'єктивного благополуччя

Дослідження суб'єктивного благополуччя як складного, багатовимірного конструкту потребує аналізу його структури. Більшість науковців виділяють три базові компоненти: когнітивну, емоційну та поведінкову, хоча наповнення цих компонентів може варіюватися [28].

Когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя є раціональною, оцінною складовою. Він базується на інтелектуальному осмисленні людиною власного життя та порівнянні реального стану речей із бажаним або нормативним. Ключовим параметром цього компонента виступає задоволеність життям. Як зазначають О. Абрамюк та А. Липецька, під когнітивним компонентом слід розуміти оцінку індивідом власного життя в цілому, де задоволеність виступає основним індикатором успішності адаптації особистості [1].

Когнітивна оцінка не є миттєвою реакцією, це результат тривалої рефлексії, який формується на основі власних стандартів індивіда. При цьому дослідники розрізняють глобальну задоволеність життям (оцінка життя як цілісного процесу) та часткову задоволеність окремими сферами життєдіяльності (роботою, сім'єю, здоров'ям, матеріальним станом тощо). Згідно з дослідженнями Д. Отич та І. Чабан, домінуюче сприйняття особою власного життя хоч і залежить від ситуативних факторів, проте значною мірою визначається стійкими індивідуальними якостями та цінностями [24].

Важливим аспектом когнітивного компонента є суб'єктивна оцінка якості життя, яка включає аналіз відповідності досягнень людини її рівню домагань. Тобто рівень благополуччя визначається розривом між тим, що людина має (реальні фінансові можливості, стан здоров'я), і тим, що вона хотіла б мати (ідеальний образ життя). Чим меншим є цей розрив, тим вищим є рівень когнітивного благополуччя [28].

Емоційний (афективний) компонент відображає безпосередні емоційні переживання людини та забарвлення її ставлення до подій життя. На відміну від

когнітивного компонента, який є результатом міркувань, афективний компонент є більш динамічним і реактивним. Структура цього компонента традиційно розглядається крізь призму моделі Н. Бредберна та Е. Дінера як баланс позитивних та негативних афектів [5, 44].

Важливо підкреслити, що позитивні та негативні емоції не є полярними точками, а функціонують як відносно незалежні виміри. Це означає, що відсутність негативних переживань (тривоги, депресії, смутку) не гарантує автоматичної появи позитивних (радості, піднесення, ентузіазму). Високий рівень суб'єктивного благополуччя досягається не повною відсутністю негативних емоцій, а стійким переважанням позитивного афекту над негативним у довгостроковій перспективі [44].

Дослідники А. Харитинський та І. Пуденко зауважують, що емоційний компонент тісно пов'язаний з поняттям «пережитого благополуччя» - сукупністю миттєвих емоційних станів, які людина відчуває «тут і тепер». Це відрізняє його від «оцінюваного благополуччя», яке є ретроспективним поглядом на життя [28, 38]. Для осіб зрілого віку емоційний компонент може мати специфічні особливості, пов'язані зі зміною емоційної реактивності та здатністю до емоційної саморегуляції. З віком люди часто набувають здатності краще керувати своїми емоціями, що може сприяти стабілізації афективного балансу навіть за наявності об'єктивних життєвих труднощів [23].

Третім елементом структури є мотиваційно-поведінковий компонент. Він відображає здатність особистості до активної взаємодії з навколишнім середовищем, реалізації планів та подолання життєвих перешкод. Як зазначає А. Курова, мотиваційно-поведінковий компонент включає наявність мети існування та спроби контролю над власним життям [16].

Цей компонент тісно пов'язаний з поняттям психологічного благополуччя в евдемоністичному розумінні та включає такі функціональні характеристики, виокремлені К. Ріфф [57]:

1. Автономія: здатність протистояти соціальному тиску та регулювати поведінку зсередини.

2. Компетентність у керуванні середовищем: уміння вибирати або створювати умови, що відповідають особистим потребам та цінностям.
3. Особистісне зростання: відчуття безперервного розвитку та реалізації потенціалу.
4. Позитивні стосунки з оточуючими: наявність довірливих, теплих відносин, здатність до емпатії.
5. Цілі в житті: наявність спрямованості та відчуття сенсу.
6. Самосприйняття: позитивне ставлення до себе та свого минулого досвіду.

В українській психологічній науці також набуває поширення суб'єктно-діяльнісний підхід, який акцентує увагу на тому, що благополуччя не є пасивним станом, а результатом активної життєтворчості. А. Харитинський підкреслює, що здатність бути суб'єктом власного життя, включеним у значущу діяльність, є фундаментом для переживання благополуччя [38]. Ціннісні орієнтації виступають регуляторами поведінки і визначають критерії, за якими людина оцінює своє життя як успішне чи неуспішне.

Окрему увагу в структурі суб'єктивного благополуччя, особливо для осіб зрілого віку, дослідники приділяють соціальному та фізичному компонентам. Ю. Оляницька виділяє здоров'я та соціальні мережі як критичні фактори впливу. Суб'єктивна оцінка фізичного стану (фізичне благополуччя) часто важить більше, ніж об'єктивні медичні показники. Ті зрілі люди, які, попри наявні захворювання, зберігають активність і не сприймають старість як хворобу, демонструють вищий рівень благополуччя [23].

Соціальний компонент проявляється через якість міжособистісних зв'язків та соціальну підтримку. У зрілому віці, коли відбувається трансформація соціальних ролей, якість соціальних контактів стає вагомим фактором протидії стресу та відчуття самотності. І. Коробка зазначає, що в умовах соціальної невизначеності (наприклад, воєнного стану) психологічні ресурси особистості, такі як толерантність до невизначеності та здатність до адаптації, стають невід'ємною частиною механізму підтримання благополуччя [15].

Також, розглядаючи структуру суб'єктивного благополуччя неможливо оминати суб'єктивне економічне благополуччя. Згідно з дослідженнями, наведеними Ю. Оляницькою, цей аспект є інтегральним психологічним феноменом, що відображає ставлення людини до свого актуального та майбутнього матеріального стану. Важливо, що суб'єктивне економічне благополуччя корелює не лише з фактичним доходом, а й із самооцінкою власних ресурсів для досягнення цілей [23]. Це підтверджує доцільність розгляду фінансової грамотності як фактору впливу на суб'єктивне благополуччя.

Отже, суб'єктивне благополуччя можна розглядати як структуру декількох компонентів: когнітивний, емоційний, мотиваційно-поведінковий. Саме гармонійна взаємодія цих компонентів забезпечує стійке відчуття внутрішньої рівноваги та позитивного функціонування особистості, що є особливо важливим у період зрілості, коли відбувається переосмислення життєвого шляху та адаптація до нових соціально-економічних умов

1.3. Психологічна характеристика осіб зрілого віку

Період зрілості (дорослості) є найбільш тривалим і соціально значущим етапом онтогенезу, який характеризується максимальною включеністю особистості в суспільні процеси, професійну діяльність та сімейні відносини. У психологічній науці цей вік розглядається як динамічний процес, що супроводжується глибинними змінами в когнітивній, емоційній та ціннісно-смысловій сферах. Для коректної організації емпіричного дослідження необхідно чітко окреслити хронологічні межі цього періоду та обґрунтувати вибір вікової вибірки, спираючись на наукові періодизації.

У сучасній психології відсутній єдиний консенсус щодо конкретних меж зрілого віку, що пояснюється гетерохронністю розвитку та впливом соціокультурних чинників.

Згідно з класичною епігенетичною теорією Е. Еріксона, яка є фундаментальною для розуміння психосоціального розвитку, зрілість охоплює

сьому стадію життя (приблизно від 25 до 65 років). Центральним завданням цього етапу є розв'язання конфлікту між продуктивністю та стагнацією (застоем) [45]. Успішне проходження цієї кризи передбачає турботу про наступні покоління, продуктивну працю та творчість. Е. Еріксон наголошує, що зріла особистість прагне увічнити себе через внесок у соціум.

В американській психологічній науці, зокрема в працях Д. Левінсона, виділяється період середньої дорослості, який охоплює вік від 40 до 60 років [52]. Д. Левінсон зазначає, що перехід до цього етапу часто супроводжується переоцінкою цінностей, усвідомленням обмеженості часу життя та потребою в корекції життєвого сценарію.

Сучасна українська психологічна школа, представлена працями С. Максименка, розглядає зрілість як етап «акме» - вершини особистісного розвитку, коли індивід виступає як повноцінний суб'єкт власного життя [19]. С. Максименко наголошує, що біологічний вік у цей період відходить на другий план, поступаючись місцем психологічному віку, який визначається масштабом життєвих планів та реалізованістю потенціалу.

Т. Титаренко пропонує розглядати зрілість крізь призму життєконструювання. Дослідниця зазначає, що в сучасному світі межі зрілості розширюються. Вона виділяє період від 35 до 55–60 років як час найбільшої відповідальності та складності життєвих виборів [36]. Саме в цьому віці людина стикається з необхідністю гармонізації різних життєвих сфер: професійної, сімейної та особистісної.

Узагальнюючи вищенаведені підходи, для цілей нашого магістерського дослідження доцільно визначити зрілий вік у діапазоні 35–60 років. Цей вибір обґрунтований тим, що саме в цьому інтервалі особистість вже має сталий професійний статус та фінансову незалежність, що є критично важливим для теми нашої роботи.

Всупереч розповсюдженій думці про зниження когнітивних функцій, дослідження свідчать про якісну перебудову інтелекту в зрілому віці. Р. Кеттелл та Дж. Хорн розрізняли два типи інтелекту: текучий - швидкість обробки

інформації, та кристалізований — накопичені знання та досвід. Якщо текучий інтелект може дещо знижуватися після 40 років, то кристалізований продовжує зростати протягом усього періоду зрілості [47].

Ключовим новоутворенням зрілого віку є постформальне мислення. Як зазначає Г. Лабуві-Віф, на відміну від жорсткої логіки юності, мислення зрілої людини стає діалектичним, контекстуальним та гнучким. Особа здатна оперувати суперечностями, враховувати емоційні аспекти ситуації та знаходити рішення в умовах невизначеності [51].

П. Балтес у концепції успішного старіння, вказує на формування феномену мудрості - експертної системи знань про фундаментальні аспекти життя, стратегії планування та управління життєвими подіями. Згідно з моделлю, зрілі люди ефективно компенсують можливе зниження швидкості реакцій за рахунок оптимізації навичок та відбору пріоритетних цілей [41].

Особистісний розвиток у зрілому віці тісно пов'язаний з пошуком смислів. К. Юнг називав другу половину життя періодом «індивідуації» - процесу набуття самістю цілісності. За Юнгом, у віці 35–40 років відбувається поворот від екстравертованої орієнтації (соціальні досягнення) до інтровертованої (духовний ріст) [49].

Українська дослідниця Ж. Вірна акцентує увагу на професійній самореалізації як факторі особистісної стійкості. У зрілому віці професійна ідентичність стає ядром "Я-концепції", а задоволеність працею і фінансовою винагородою за неї прямо корелює із загальним рівнем щастя [6].

Соціальний контекст зрілості характеризується феноменом «сендвіч-покоління». Особи віком 40–55 років часто несуть подвійний тягар відповідальності: піклування про дітей та підтримка літніх батьків. Н.В. Чепелева зазначає, що така ситуація вимагає від особистості високого рівня дискурсивної компетентності - здатності переосмислювати свій досвід та створювати нові життєві наративи для адаптації до навантажень [39].

Л.З. Сердюк підкреслює, що мотивація в зрілому віці трансформується від зовнішньої мотивації досягнення успіху людина та переходить до внутрішньої

мотивації, пов'язаної з реалізацією власного призначення та отриманням задоволення від процесу діяльності [30].

Отже, можна стверджувати, що зрілий вік, який у межах нашого дослідження окреслено діапазоном від 35 до 60 років, є періодом інтенсивної внутрішньої роботи та якісної трансформації особистості. Специфіка цього періоду полягає в гармонійному поєднанні високого рівня соціальної відповідальності з потребою в самоактуалізації та пошуку екзистенційних смислів. Когнітивний розвиток у цьому віці набуває ознак постформального мислення та мудрості, що дозволяє особистості ефективно вирішувати складні життєві задачі, інтегруючи логіку з емоційним досвідом. Водночас, зрілість характеризується переходом до свідомого життєконструювання, де суб'єктивне благополуччя визначається не стільки зовнішніми досягненнями, скільки відчуттям автономії, компетентності та генеративності. Саме ця сукупність психологічних новоутворень, накладена на необхідність управління значними сімейними та професійними ресурсами, робить осіб зрілого віку релевантною групою для вивчення впливу фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя.

Висновки до розділу 1

У першому розділі здійснено теоретичний аналіз основ дослідження суб'єктивного благополуччя у зрілому віці.

Аналіз наукових підходів показав, що суб'єктивне благополуччя є складним міждисциплінарним конструктом, який не зводиться лише до відчуття щастя (гедоністичний підхід) або особистісного розвитку (евдемоністичний підхід). У сучасній психології, зокрема в працях українських вчених, переважає інтегративний погляд. Суб'єктивне благополуччя визначається як динамічне соціально-психологічне утворення, що відображає ставлення особистості до власного життя, яке формується на основі когнітивно-емоційної оцінки відповідності реальних умов (включно з умовами безпеки та матеріального стану) ціннісно-смысловим орієнтаціям та рівню домагань.

Визначено, що структура суб'єктивного благополуччя включає три базові взаємопов'язані компоненти:

- 1) Когнітивний компонент: раціональна оцінка задоволеності життям в цілому та окремими його сферами.
- 2) Емоційний компонент: баланс позитивних та негативних афектів.
- 3) Мотиваційно-поведінковий компонент: наявність життєвих цілей, автономії, компетентності у керуванні середовищем та прагнення до самореалізації.

Період зрілості у межах дослідження визначено діапазон 35–60 років. Психологічний портрет особистості цього віку характеризується:

- Зміною когнітивних стратегій. Формуванням постформального мислення та мудрості, що дозволяє ефективно вирішувати складні життєві задачі в умовах невизначеності.
- Соціальним навантаженням. Феноменом «сендвіч-покоління», коли індивід несе відповідальність одночасно за дітей та літніх батьків, що вимагає значних психологічних та матеріальних ресурсів.

- Трансформацією мотивації. Переходом від зовнішньої мотивації успіху до внутрішньої потреби у генеративності (турботі про майбутнє) та пошуку екзистенційних смислів.

Отже, теоретичний аналіз дає підстави стверджувати, що суб'єктивне благополуччя осіб зрілого віку є багатофакторним феноменом, який потребує емпіричного вивчення крізь призму компетентності особистості. З огляду на соціально-економічні виклики сучасності, особливої актуальності набуває дослідження впливу фінансової грамотності як інструменту життєконструювання на загальний рівень благополуччя в цьому віковому періоді.

РОЗДІЛ 2

ВПЛИВ ФІНАНСОВОЇ ГРАМОТНОСТІ НА СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ЗРІЛОМУ ВІЦІ

2.1. Теоретичний аналіз фінансової грамотності як соціально-психологічного ресурсу

Поняття фінансової грамотності зазнало суттєвої трансформації у сучасній науці. Якщо раніше воно розглядалося переважно як економічна категорія, що описує набір знань про фінансові інструменти, то сьогодні науковці дедалі частіше інтерпретують його як складний соціально-психологічний феномен. Фінансова грамотність виступає не лише умовою економічної ефективності, а й важливим внутрішнім ресурсом особистості, що забезпечує її адаптацію, психологічне благополуччя та стійкість в умовах невизначеності.

Всесвітній банк трактує це поняття як здатність людини приймати обґрунтовані рішення щодо використання і управління власними грошима. При цьому міжнародна спільнота акцентує увагу на умінні приймати ефективні рішення як у короткостроковій, так і в довгостроковій перспективі [17]. Це вказує на те, що фінансова грамотність включає в себе когнітивний компонент (знання, розуміння) та поведінковий компонент (навички прийняття рішень).

Вітчизняні науковці поглиблюють це розуміння, додаючи ціннісно-світоглядний аспект. Так, Т. Кізима визначає фінансову грамотність як сукупність світоглядних позицій (установок), знань і навичок громадян щодо ефективного управління особистими фінансами та здатність компетентно застосовувати їх у процесі прийняття фінансових рішень [13]. Такий підхід дозволяє розглядати фінансову грамотність як особистісне утворення, що включає мотивацію та установки, які регулюють фінансову поведінку.

Аналіз наукових джерел дозволяє стверджувати, що фінансова грамотність є багатокомпонентним конструктом. Згідно з дослідженнями Т. Смовженко, фінансова освіченість допомагає зрозуміти ключові фінансові поняття й

використовувати їх для прийняття рішень про доходи, витрати й заощадження, вибору фінансових інструментів та планування бюджету [34]. Однак, окрім інструментальної функції, фінансова грамотність виконує функцію соціально-психологічного ресурсу. І. Ломачинська зазначає, що це — спосіб мислення, котрий передбачає використання оптимальних шляхів та раціональних ідей для покращення якості та рівня життя як окремої людини, так і суспільства загалом [18].

Розглядаючи фінансову грамотність як соціально-психологічний ресурс, доцільно виділити її функціональні складові, що впливають на психологічний стан та соціальну адаптацію особистості:

1. Когнітивно-інформаційний ресурс. Фінансова грамотність включає осмислення основних фінансових концепцій, раціональне використання економічної інформації та прийняття ефективних управлінських рішень [10]. В умовах інформаційного перенасичення та складності сучасних фінансових послуг, наявність розвиненого критичного мислення стає запорукою фінансового благополуччя. Критичне мислення дозволяє особі піддавати сумніву та перевірці інформацію, думати ясно та раціонально, що є необхідним для уникнення шахрайства та прийняття зважених рішень.

2. Ресурс безпеки та стресостійкості. Фінансова грамотність спрямована на зниження економічних ризиків та вирішення питання боргового навантаження [10]. Людина, яка володіє навичками фінансового планування, відчуває менший рівень тривоги щодо майбутнього. Впевненість у власній спроможності управляти ресурсами формує почуття внутрішнього контролю та безпеки. Дослідження показують, що фінансово грамотні люди більш захищені від фінансових ризиків і надзвичайних ситуацій, що позитивно впливає на їхнє ментальне здоров'я [3, 11].

3. Ресурс соціалізації та адаптації. Фінансова грамотність є невід'ємною складовою соціального й життєвого досвіду людини. Вона забезпечує економічну соціалізацію, яка, за словами Н. Савчук, допомагає

змінити ставлення до грошей, змушує думати про майбутнє та планувати потреби, що сприяє успішному входженню у структуру сучасного світу [29].

4. Комуникативний та сімейний ресурс. Фінансова грамотність сприяє гармонізації стосунків у сім'ї. Спільне планування бюджету, розуміння фінансових цілей та відповідальне ставлення до зобов'язань знижують рівень конфліктності в питаннях грошей. Фінансова культура починається з планування сімейного бюджету і вироблення стратегії реалізації потреб життєвого циклу [29].

За даними дослідження USAID та Національного банку України, індекс фінансової грамотності населення України у 2021 році становив 12,3 бали (з 21 можливих), що становить лише 58% від максимального значення та є нижчим за мінімальний цільовий рівень, рекомендований ОЕСР (14 балів) [37]. Цей показник включає три компоненти: фінансові знання, ставлення до фінансових питань та фінансову поведінку.

Аналіз складових індексу свідчить про те, що українці здебільшого зосереджені на короткострокових планах і витрачання грошей, ніж на заощадженні [37]. Близько 52% українців заощаджують кошти лише в короткостроковій перспективі, часто ігноруючи ефективніші інструменти примноження капіталу [10]. Така поведінкова модель свідчить про недостатній розвиток прогностичної функції фінансової грамотності як психологічного ресурсу. Відсутність довгострокового планування підвищує вразливість особистості перед кризовими явищами та може знижувати загальний рівень суб'єктивного благополуччя.

Особливу увагу слід звернути на вікові відмінності у володінні цим ресурсом. Найнижчий рівень фінансової грамотності зафіксовано серед молоді віком 18–19 років та людей старшого покоління (60+ років) [10]. Для молоді це означає ризики дезадаптації на початку самостійного життя, вразливість до фінансового шахрайства та формування неефективних споживчих звичок. Низький рівень фінансової грамотності робить молодь вразливою до платіжного

шахрайства, що підтверджується зростанням суми збитків від протиправних дій з платіжними картками [3].

З позиції психології, низький рівень фінансової грамотності можна розглядати як фактор, що блокує реалізацію особистісного потенціалу. Відсутність навичок управління ресурсами призводить до того, що фінанси перетворюються з інструменту досягнення цілей на джерело постійного стресу. Як зазначають О. Калініченко, фінансова безграмотність є однією з головних причин низького рівня життя, оскільки без елементарних навичок управління коштами неможливо забезпечити стабільність та незалежність від зовнішніх коливань [11].

Водночас, фінансова грамотність як ресурс піддається розвитку та корекції. Вона не є статичною характеристикою, а являє собою динамічне утворення, яке формується протягом життя через освіту, виховання в сім'ї та власний досвід. Набуття фінансової компетентності дозволяє особистості перейти від пасивної позиції (споживання, залежність від обставин) до активної (планування, інвестування, управління ризиками). Це, у свою чергу, формує такі психологічні якості, як відповідальність, ініціативність, підприємливість та впевненість у собі [10].

Нормативним підґрунтям для підвищення рівня фінансової грамотності є «Національна стратегія розвитку фінансової грамотності до 2030 року». В якій визначено фінансову грамотність як одну із базових компетентностей, якою варто володіти кожній людині для успішної життєдіяльності. Стратегією визначено пріоритетні цілі в цій сфері, а саме підвищення рівня фінансової грамотності населення України або утримання його на довоєнному рівні; побудова якісної та масової базової фінансової освіти; раціоналізація навичок з управління особистими фінансами, забезпечення фінансової стійкості населення, запобігання фінансовому шахрайству; відновлення довіри населення до фінансових установ, підвищення рівня фінансової інклюзії; розвиток малого підприємництва; що сприятиме масштабуванню ініціатив у сфері фінансової грамотності [21].

В умовах соціально-економічної нестабільності, зокрема під час воєнного стану, фінансова грамотність набуває значення екзистенційного ресурсу. Вміння раціонально розподіляти обмежені ресурси, створювати фінансові резерви («подушку безпеки») та адаптуватися до змін стає запорукою фізичного виживання та психологічної стійкості.

Отже, фінансова грамотність є важливим соціально-психологічним ресурсом особистості, який інтегрує в собі знання, навички, установки та поведінкові патерни. Вона забезпечує не лише матеріальний добробут, але й психологічний комфорт, емоційну стабільність та впевненість у майбутньому. Розвиток фінансової грамотності сприяє формуванню зрілої, відповідальної особистості, здатної ефективно функціонувати в умовах сучасного суспільства, протистояти економічним викликам та досягати поставлених життєвих цілей.

2.2. Психологічні особливості ставлення до фінансів у зрілому віці

Період зрілості (дорослості) є найтривалішим і найбільш значущим етапом онтогенезу особистості, який характеризується досягненням найвищого рівня інтеграції психічних функцій, соціальної активності та професійної продуктивності. Психологічні особливості ставлення до фінансів у цьому віці визначаються складною взаємодією когнітивних, емоційних та поведінкових компонентів, що трансформуються під впливом набутого життєвого досвіду, зміни соціальних ролей та економічних умов. Якщо в юнацькому віці ставлення до грошей часто має емоційно-символічний характер, то в період зрілості воно набуває ознак раціональності, прагматизму та функціональності [9].

Дослідженням особливостей ставлення до фінансів займалися багато зарубіжних та деякі вітчизняні науковці.

Британські дослідники А. Фернем та М. Аргайл у своїх дослідженнях виявили декілька факторів, які впливають на процес заощадження, а саме: вік, освіта та фінансове становище. У дослідженні встановлено лінійну залежність між

віком людини та її схильністю до заощаджень. Емпірично доведено, що представники зрілого віку значно частіше турбуються про власні накопичення та фінансову безпеку порівняно з молоддю. Це пояснюється зміною часової перспективи особистості: з віком зростає орієнтація на майбутнє, зокрема на забезпечення старості та підтримку дітей. Люди найбільш та найменш освічені негативно ставляться до заощаджень, за винятком інвестицій, а фінансове благополуччя не завжди впливає на ставлення людини до заощаджень, хоча чим вищий дохід, тим рідше зустрічається думка, що заощадження зовсім не потрібні [46].

Згідно з дослідженнями П. Ланта та С. Лівінгстоуна, існує пряма кореляція між рівнем освіти та схильністю до заощаджень. Люди з вищою освітою, які перебувають у періоді зрілості, демонструють більший оптимізм щодо майбутніх доходів, рідше здійснюють імпульсивні покупки та схильні вважати, що контроль над фінансами залежить від їхньої особистої дисциплінованості. Натомість особи, які не схильні до заощаджень, частіше втрачають контроль над власними фінансами, що призводить до стресу та боргових зобов'язань [31].

Т. Танг досліджував фінансові установки в американського населення. Він з'ясував, що людям із високими доходами притаманно бачити взаємозв'язок між грошима та власними досягненнями. Також було встановлено прямий кореляційний зв'язок між внутрішньою задоволеністю від роботи та уявленням, що гроші - це символ свободи та влади [58].

В українському науковому дискурсі О. Паршак досліджував вплив професійного стажу та посади на оцінку способів отримання грошей. Виявлено, що зі збільшенням віку та трудового стажу працівники стають менш схильними до ризикованих фінансових стратегій, надаючи перевагу стабільним джерелам доходу. Створення сім'ї, що є типовим завданням ранньої та середньої дорослості, також суттєво коригує фінансову поведінку: знижується привабливість заробітків, які не гарантують стабільності. Крім того, з підвищенням посади зростає оцінка пасивних способів отримання прибутку, що свідчить про формування інвестиційного мислення у зрілому віці [25, 26].

О. Нікітіна у своїй монографії підтверджує думку про наявність статевих і вікових відмінностей у ставленні до фінансів. Так, жінки, люди старшого віку, а також представники нижчих соціальних верств більше стурбовані проблемою нестачі грошей. За допомогою модифікованої методики Р. Кеттела з'ясовано, що діти з високою самооцінкою надають меншого значення факторам престижу, грошам, а з низькою – ховаються за гроші, прагнуть з їхньою допомогою зміцнити своє становище хоча б у власних очах. Аналогічне явище спостерігається й у групах дорослих. Система поглядів на гроші може змінюватися з віком та зі ступенем набуття життєвого досвіду. Адже людина на своєму життєвому шляху розуміє, що далеко не всі блага пов'язані з грошима та оплатою (наприклад, дружба, симпатія, любов, милосердя, доброта, самореалізація особистості), її інтерес до грошей відносно зменшується [22].

О. Скрипаченко у своєму дослідженні прийшов до висновку, що жінки частіше використовують гроші як засіб забезпечення безпеки та стабільності. Вони більш орієнтовані на пасивні способи отримання доходу та демонструють вищий рівень фінансової дисципліни у плануванні поточних видатків. Водночас жінки частіше використовують витрачання грошей (шопінг) як засіб емоційної саморегуляції та зняття стресу, що іноді може призводити до «терапевтичних» покупок [33]. Дослідження Ж. Довбик та А. Мікунова підтверджують, що жінки мають вищі показники за шкалою «Економність» та нижчу схильність до неадекватної фінансової поведінки порівняно з чоловіками [9].

Ставлення до грошей у зрілому віці тісно пов'язане з глибинними особистісними характеристиками, самооцінкою та задоволеністю життям.

Вчені С. Яновська та С. Криворучко встановили зв'язок між задоволеністю життям та самооцінкою власної «жадібності». Виявилося, що високий рівень задоволеності життям позитивно корелює з такими рисами, як «завбачлива жадібність» (ощадливість) та «розумна жадібність» (раціональність). Натомість «безмежна жадібність» - прагнення до накопичення заради самого накопичення - має зворотний зв'язок із відчуттям щастя. У зрілому віці людина, для якої гроші стають самоціллю, ризикує втратити екзистенційний сенс життя. Гроші, що

сприймаються як інструмент для трансформації себе та світу, сприяють гармонізації особистості, тоді як фіксація на збагаченні часто є ознакою внутрішньої порожнечі або невротичного конфлікту [26].

Використовуючи типологію Г. Голдберг та Р. Льюїса, можна виділити декілька патернів фінансової поведінки, характерних для зрілого віку:

1. Гроші як безпека: типи «Скнари» та «Аскети» обмежують витрати, щоб знизити тривожність перед майбутнім. Така поведінка часто загострюється у кризові періоди.
2. Гроші як влада: типи «Маніпулятори» та «Будівники імперій» використовують фінанси для контролю над іншими, що може бути компенсацією невпевненості в собі.
3. Гроші як любов: типи «Купувальники любові» намагаються компенсувати брак емоційної близькості подарунками та щедрістю.
4. Гроші як свобода: сприйняття фінансів як засобу автономії, що є найбільш конструктивним підходом для зрілої особистості, за умови відсутності повної відмови від матеріальних цінностей [31, 14].

Формування ставлення до фінансів у українців зрілого віку відбувається під впливом унікального поєднання історичних, культурних та ситуативних факторів. В. Москаленко виділяє чотири тенденції, що визначають монетарну культуру українського суспільства:

1. Традиційна свідомість (ідея рівності, гроші як абстракція).
2. Радянський менталітет (гроші як засіб експлуатації, негативне ставлення до багатства).
3. Західний економізм (гроші як мірило успіху та центр суспільних відносин).
4. Кризовий характер економіки (постійна адаптація до нестабільності) [20].

Особливого значення набуває фактор війни, який кардинально трансформував фінансову поведінку українців. Згідно з дослідженнями В. Зайця, війна стимулює перехід населення до стратегій організованого накопичення та створення резервів. Гроші у зрілому віці починають виконувати функцію психологічного «амортизатора», що знижує тривогу перед невизначеністю.

Проте цьому процесу часто перешкоджає низький рівень довіри до банківської системи та недостатня фінансова грамотність [61].

Т. Горват та М. Дуб зазначають, що у монетарній поведінці дорослих відбулося розширення функціонального вжитку грошей: вони перестали бути лише інструментом споживання, перетворившись на символ безпеки та контролю над власним життям в умовах екзистенційної загрози. Також спостерігається феномен «суб'єктивної бідності», коли навіть за наявності об'єктивно достатніх ресурсів люди відчують себе незахищеними через неможливість довгострокового планування [48].

Узагальнюючи проаналізовані дослідження, можна виділити наступні психологічні особливості ставлення до фінансів у зрілому віці:

1. Інтеграція та раціоналізація. У зрілому віці (35–60 років) фінансова поведінка стає більш виваженою. Відбувається перехід від імпульсивних витрат та демонстративного споживання до управління фінансами заради стабільності. Гроші сприймаються як ресурс для забезпечення життєдіяльності та реалізації відповідальності перед родиною.
2. Ціннісна трансформація. Спостерігається зміна мотивації: від грошей як засобу досягнення статусу (зовнішня мотивація) до грошей як засобу забезпечення безпеки та свободи (внутрішня мотивація). Високий рівень задоволеності життям може корелювати з поміркованим ставленням до фінансів та відсутністю фіксації на надмірному збагаченні.
3. Вплив статі та віку. З віком посилюється лінійна залежність між тривожністю та потребою у заощадженнях. Гендерні відмінності проявляються у тому, що чоловіки частіше асоціюють фінанси з досягненнями та владою, а жінки — з безпекою та емоційним комфортом.
4. Адаптація до криз. В українських реаліях ставлення до фінансів у зрілому віці значною мірою детерміноване травматичним досвідом економічних криз та війни. Це формує специфічні стратегії поведінки: підвищену схильність до заощадження готівки, недовіру до фінансових інституцій та сприйняття грошей як інструменту виживання.

У зрілому віці фінансова сфера особистості може бути індикатором її загальної психологічної зрілості, здатності до саморегуляції та адаптації до мінливих умов середовища.

2.3 Емпіричне дослідження впливу фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя у зрілому віці

2.3.1 Характеристика вибірки

Емпіричне дослідження впливу фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя у зрілому віці було організовано за допомогою дистанційного інструменту Google Forms.

Емпіричну вибірку склали 30 осіб. Віковий діапазон респондентів становить від 35 до 57 років. Середній вік по вибірці дорівнює 46,8 років. Медіанне значення віку складає 47,5 років, що вказує на рівномірне представлення респондентів як раннього, так і пізнього етапу зрілості.

У структурі вибірки переважають жінки – 86,7% (n=26), частка чоловіків становить 13,3% (n=4).

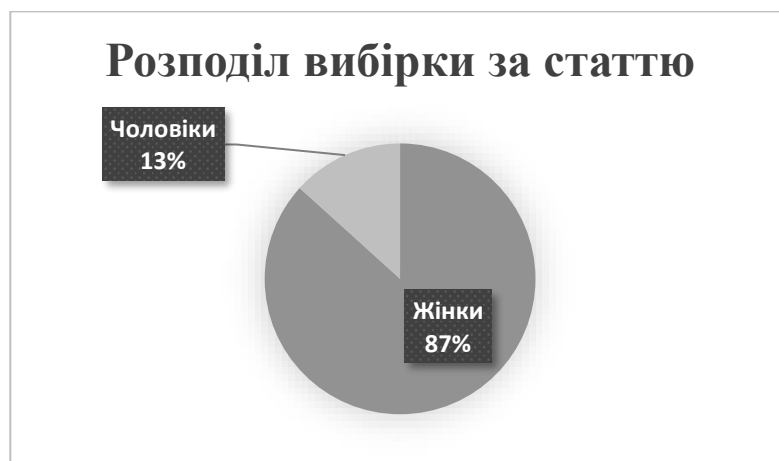


Рис. 2.1 Розподіл досліджуваної вибірки за статтю

Вибірка вирізняється високим рівнем освіченості. Переважна більшість респондентів (93,3% або n=28) мають повну вищу освіту (рівень спеціаліста або магістра). Лише двоє учасників (6,7%) мають середню або середню спеціальну освіту. Такий високий освітній ценз дозволяє припустити, що респонденти

мають достатній когнітивний потенціал для розуміння фінансових інструментів, і їхні показники фінансової грамотності можуть бути вищими за середньостатистичні по країні.

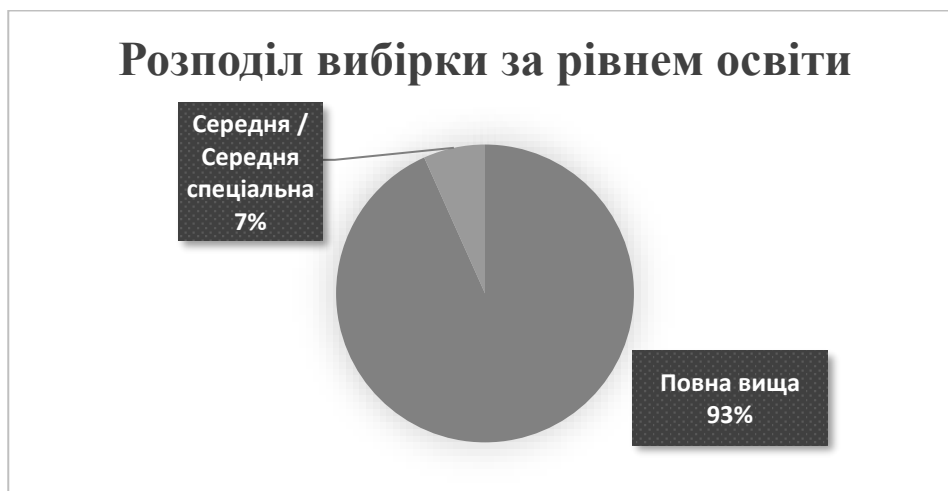


Рис. 2.2 Розподіл досліджуваної вибірки за рівнем освіти

Соціально-професійний статус респондентів відображає активну економічну позицію, притаманну цьому віковому періоду:

- найбільшу частку становлять наймані працівники — 66,7% (n=20);
- майже чверть групи (23,3%, n=7) є власниками бізнесу або ФОП, що може свідчити про високий рівень фінансової відповідальності та наявність досвіду управління ресурсами;
- до категорії економічно неактивних (тимчасово не працюють або домогосподарки) належать лише 6,7% (n=2);
- 1 особа (3.3%) зазначила статус працюючого пенсіонера.



Рис. 2.3 Розподіл досліджуваної вибірки за соціально-професійним статусом

Таблиця 2.1

Розподіл вибірки емпіричного дослідження

Показник	Категорія	Кількість (n)	Відсоток (%)
Стать	Жінки	26	86,70
	Чоловіки	4	13,30
Рівень освіти	Повна вища (магістр, спеціаліст)	28	93,30
	Середня / Середня спеціальна	2	6,70
Соціально- професійний статус	Найманий працівник	20	66,70
	Власник бізнесу / ФОП	7	23,30
	Тимчасово не працюю / Домогосподар(ка)	2	6,70
	Пенсіонер (працюючий)	1	3,30

Таким чином, сформована вибірка репрезентує соціально адаптований, економічно активний прошарок суспільства з високим рівнем освіти.

2.3.2 Методики дослідження

Для виконання завдань та досягнення мети дослідження було використано наступні методики:

- 1) Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БІБІСІ» (адаптована Л.М. Карамушки, К.В. Терещенко, О.В. Креденцер) (Додаток А);
- 2) Шкала задоволеності життям (адаптована Стаднік А. В., Мельник Ю. Б.) (Додаток Б);
- 3) Методика оцінки фінансової грамотності OECD/INFE;
- 4) Модифікований варіант методики А. Фернема «Шкала грошових уявлень та поведінки» (адаптована Сімків М.) (Додаток В).

1. Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БІБІСІ» (автори Р. Pontin, М. Schwannauer, S. Tai, & М. Kinderman), адаптована Л.М. Карамушки, К.В. Терещенко, О.В. Креденцер [12]. Містить 24 питання, що оцінюються за 5-бальною шкалою. Мінімальний показник суб'єктивного благополуччя дорівнює 24 балам, максимальний показник дорівнює 120 балам. Інструмент включає три субшкали:

- Психологічне благополуччя визначається здатністю контролювати своє життя, можливістю передчувати оптимізм майбутнього та бути впевненим у власних поглядах, думках та переконаннях.
- Фізичне здоров'я та благополуччя включає відчуття задоволеності власним станом фізичного здоров'я, рівнем працездатності, якістю сну, можливістю реалізовувати буденну активність, відпочинок та заняття спортом. Позитивною якістю оцінки за цією шкалою є відсутність тривожних та депресивних симптомів.
- Стосунки. Дана шкала пояснює показник комфортного ставлення у стосунках з іншими людьми. В особистих відносинах - це якість стосунку з партнером, задоволеність сексуальним життям, тощо. Міжособистісні зв'язки включають присутність дружніх відносин, здатність просити про допомогу та звертатись за потреби.

2. Шкала задоволеності життям Satisfaction with Life Scale (SWLS) була розроблена в 1985 році, автором методики є Е. Дінер та його колеги Р. Еммонс, Р. Ларсен, С. Гріффіні. У дослідженні використана українська адаптація Стадніка А. В., Мельник Ю. Б. [35].

Методика призначена для вимірювання загальної оцінки людиною задоволеності власним життям, що є когнітивним компонентом суб'єктивного благополуччя.

Методика передбачає, що досліджуваний, використовуючи 7-бальну шкалу (де 7 – цілком згоден і 1 – абсолютно не згоден) зазначає наскільки він згоден або не згоден із п'ятьма пунктами методики. В результаті респондент може

набрати від 5 до 35 балів, і чим вище показник, тим вище рівень задоволеності життям.

3. Методика оцінки фінансової грамотності OECD/INFE є загальновизнаним міжнародним стандартом для вимірювання рівня фінансової грамотності та фінансової інклюзії населення. В Україні дана методика є основою для моніторингу фінансової обізнаності громадян. Основну роль у впровадженні та адаптації методики відіграє Національний банк України (НБУ) у співпраці з проєктом USAID «Трансформація фінансового сектору».

Методика базується на трьох ключових субшкалах:

1) Фінансові знання. Оцінює розуміння базових фінансових концепцій (інфляція, складний відсоток, ризики, диверсифікація).

2) Фінансова поведінка. Фіксує реальні дії респондента (планування бюджету, своєчасна оплата рахунків, заощадження, зваженість покупок).

3) Фінансове ставлення. Визначає ставлення до грошей у часовій перспективі (орієнтація на сьогодні чи майбутнє).

Загальний показник фінансової грамотності розраховується як сума балів за трьома вищезгаданими компонентами. Максимально можливий результат становить 21 бал.

4. Модифікований варіант методики А. Фернема «Шкала грошових уявлень та поведінки» адаптована та модифікована Сімків М. [32]. Методика призначена для діагностики індивідуально-психологічних особливостей ставлення особистості до грошей. Вона дозволяє виявити домінуючі грошові установки (монетарні атитюди), зрозуміти, яке місце займають фінанси в системі цінностей людини, та спрогнозувати специфіку її економічної поведінки.

Модифікований варіант складається з 47 тверджень, згрупованих у 4 базові фактор. Кожен фактор відображає специфічний тип ставлення до грошей:

1. Грошова одержимість. Вимірює ступінь зацикленості особистості на фінансових питаннях.

2. Влада. Відображає сприйняття грошей як інструменту впливу та досягнення соціального статусу.

3. Економність. Характеризує схильність до накопичення, збереження коштів та обмеження витрат.

4. Неадекватна поведінка з грошима. Містить твердження, що описують ірраціональні або суперечливі дії з фінансами.

Обробка результатів здійснювалась методами математичної статистики за допомогою програми SPSS (версія 21).

2.3.3 Аналіз та інтерпретація результатів дослідження

Результати дослідження за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БІБІСІ» наведені у Додатку Г.

За результатами підрахунку інтегрального показника суб'єктивного благополуччя виявлено, що середнє значення (М) по вибірці становить 74,53 бали при стандартному відхиленні (SD) 13,83. Розкид значень варіюється від мінімального показника 43 бали до максимального - 102 бали. Медіанне значення (Me = 73,0) є наближеним до середнього арифметичного. Аналіз середніх значень за окремими субшкалами методики показав наступні результати: за шкалою «Психологічне благополуччя» середній бал становить 37,83 (SD = 7,10), за шкалою «Фізичне здоров'я і благополуччя» - 20,77 (SD = 4,64), а за шкалою «Стосунки» - 15,93 (SD = 3,29).

Таблиця 2.2

Описові статистики за методикою «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БІБІСІ»

Шкала	Середнє (М)	Медіана (Me)	Мінімальне значення	Максимальне значення	Стандартне відхилення (SD)
Суб'єктивне благополуччя	74,53	73,00	43	102	13,83

Психологічне благополуччя	37,83	37,00	23	54	7,10
Фізичне здоров'я та благополуччя	20,77	21,00	11	29	4,64
Стосунки	15,93	16,00	9	21	3,29

Було здійснено розподіл респондентів за рівнями вираженості суб'єктивного благополуччя відповідно до нормативних критеріїв методики. Кількісний та відсотковий аналіз засвідчив неоднорідність вибірки. Найбільшу частку склали респонденти з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя - 17 осіб, що становить 56,7% від загальної кількості опитаних. До групи з середнім рівнем благополуччя увійшло 9 осіб (30,0%). Високий рівень суб'єктивного благополуччя було діагностовано у найменшій кількості учасників - 4 особи (13,3%). Таким чином, понад половину вибірки характеризується зниженими показниками суб'єктивного благополуччя.

Таблиця 2.3

Розподіл респондентів за рівнями суб'єктивного благополуччя

	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	п	%	п	%	п	%
Суб'єктивне благополуччя (інтегральний показник)	17	56,67	9	30,00	4	13,33
Психологічне благополуччя	20	66,67	8	26,67	2	6,67
Фізичне здоров'я та благополуччя	14	46,67	10	33,33	6	20,00
Стосунки	18	60,00	9	30,00	3	10,00

Як видно з Рис.2.4, емпіричний та теоретичний розподіл частот щодо розподілу показників суб'єктивного благополуччя серед респондентів не є відмінним між собою. Зокрема, це підтвердив одновибірковий критерій λ Колмогорова-Смирнова, де $\lambda=0,55$; $p=0,92$. Отже, розподіл показників суб'єктивного благополуччя у нашій вибірці відповідає розподілу цих показників у генеральній сукупності.

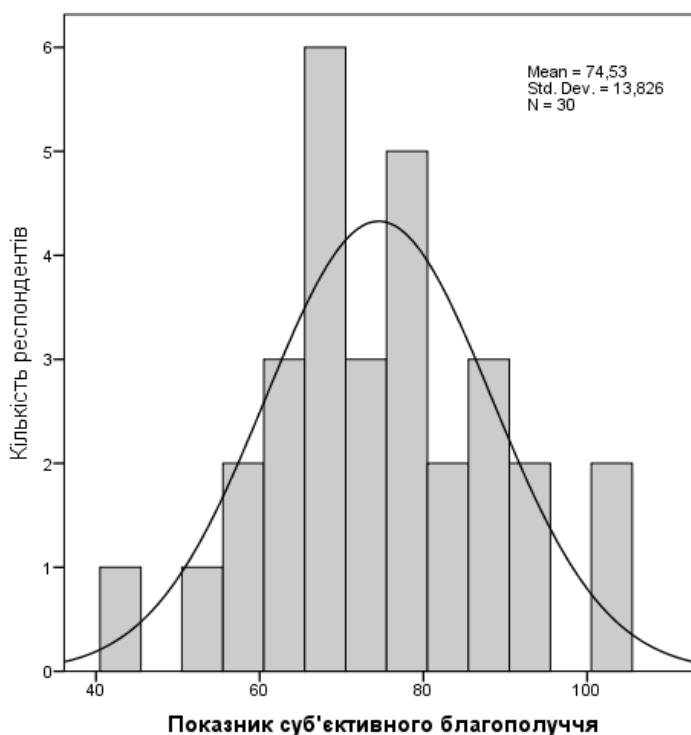


Рис. 2.4 Теоретичний та емпіричний розподіл частот за опитувальником «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БІБІСІ» у досліджуваній вибірці

Результати дослідження за методикою «Шкала задоволеності життям» наведені у Додатку Д.

За результатами описового статистичного аналізу показника задоволеності життям, середнє значення (M) по вибірці становить 20,57 бали зі стандартним відхиленням (SD) 4,80. Діапазон значень варіюється від мінімального показника 13 балів до максимального - 29 балів. Медіанне значення (Me = 20,50) практично збігається із середнім арифметичним.

Таблиця 2.4

Описові статистики за методикою «Шкала задоволеності життям»

Показник	Середнє (M)	Медіана (Me)	Мінімальне значення	Максимальне значення	Стандартне відхилення (SD)
Задоволеність життям	20,57	20,50	13	29	4,80

Як видно з Рис.2.5, емпіричний та теоретичний розподіл частот щодо розподілу показників задоволеності життям серед респондентів не є відмінним між собою. Зокрема, це підтвердив одновибірковий критерій λ Колмогорова-Смирнова, де $\lambda = 0,67$; $p = 0,76$. Отже, розподіл показників суб'єктивного благополуччя у нашій вибірці відповідає розподілу цих показників у генеральній сукупності.

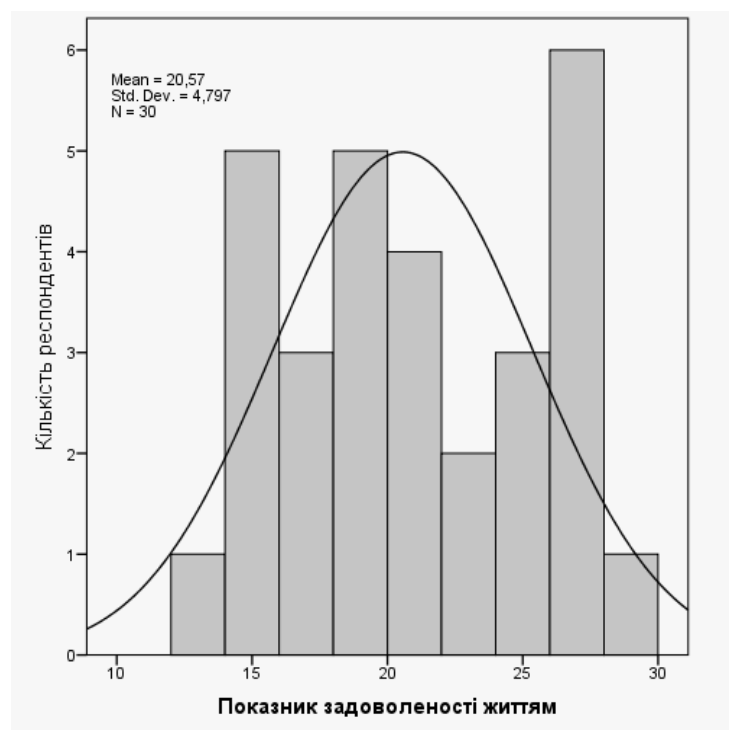


Рис. 2.5 Теоретичний та емпіричний розподіл частот за опитувальником «Шкала задоволеності життям» у досліджуваній вибірці

Результати дослідження за методикою оцінки фінансової грамотності OECD/INFE наведені у Додатку Е.

За результатами описового статистичного аналізу встановлено, що середній бал загальної фінансової грамотності по вибірці становить 15,60 бали при стандартному відхиленні (SD) 1,96. Розкид значень знаходиться у діапазоні від 11,5 до 20,0 балів. Медіанне значення ($Me = 15,25$) є близьким до середнього арифметичного, що свідчить про збалансованість вибірки.

Аналіз середніх значень за окремими субшкалами методики показав наступні результати: за шкалою «Фінансові знання» середній бал становить 5,57 ($SD = 1,25$), за шкалою «Фінансова поведінка» - 6,73 ($SD = 1,23$), а за шкалою «Фінансове ставлення» - 3,30 ($SD = 0,65$).

Таблиця 2.5

Описові статистики за методикою оцінки фінансової грамотності
OECD/INFE

Показник	Середнє (M)	Медіана (Me)	Мінімальне значення	Максимальне значення	Стандартне відхилення (SD)
Фінансова грамотність	15,60	15,25	11,50	20,00	1,96
Фінансові знання	5,57	6,00	3,00	7,00	1,25
Фінансова поведінка	6,73	6,50	4,50	9,00	1,23
Фінансове ставлення	3,30	3,00	2,00	5,00	0,65

Як видно з Рис.2.6, емпіричний та теоретичний розподіл частот щодо розподілу показників фінансової грамотності серед респондентів не є відмінним між собою. Зокрема, це підтвердив одновибірковий критерій λ Колмогорова-

Смирнова, де $\lambda = 0,71$; $p = 0,70$. Отже, розподіл показників фінансової грамотності у нашій вибірці відповідає розподілу цих показників у генеральній сукупності.

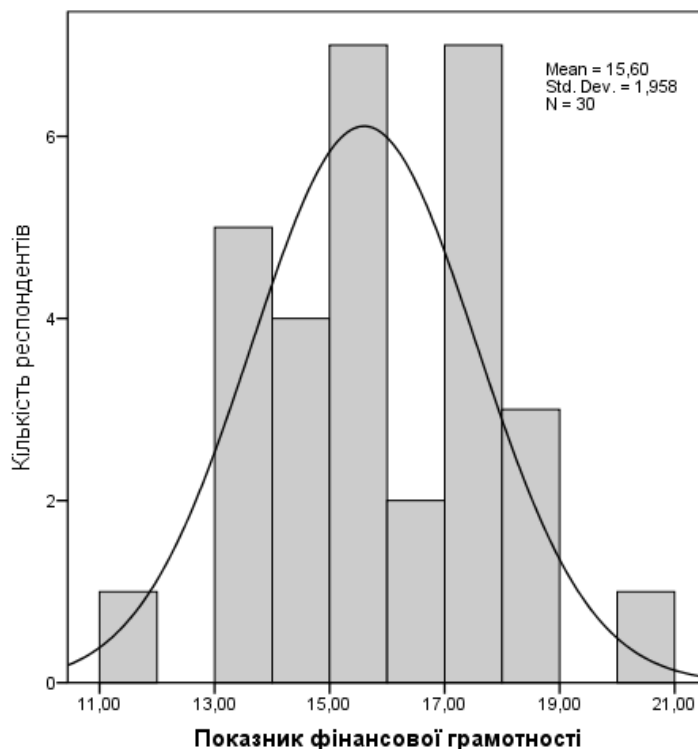


Рис. 2.6 Теоретичний та емпіричний розподіл частот за методикою оцінки фінансової грамотності OECD/INFE у досліджуваній вибірці

Результати дослідження за методикою «Шкала грошових уявлень та поведінки» наведені у Додатку Ж.

За результатами описового статистичного аналізу було розраховано середні показники та міри варіативності для кожного фактору:

1. Грошова одержимість. Середнє значення (M) становить 42,77 бали (SD = 6,64). Показники варіюються від 27 до 53 балів.
2. Влада. Середній бал - 19,60 (SD = 3,02) з діапазоном 13–25 балів.
3. Економність. Середній показник – 37,80 бали (SD = 4,96). Показники варіюються від 26 до 45 балів.
4. Неадекватна поведінка з грошима. Середній бал – 28,10 (SD = 5,01) з діапазоном 17–38 балів.

Таблиця 2.6

Описові статистики за методикою «Шкала грошових уявлень та поведінки»

Фактор	Середнє (M)	Медіана (Me)	Мінімальне значення	Максимальне значення	Стандартне відхилення (SD)
Грошова одержимість	42,77	43,00	27	53	6,64
Влада	19,60	20,00	13	25	3,02
Економність	37,80	38,00	26	45	4,96
Неадекватна поведінка	28,10	27,50	17	38	5,01

Було здійснено розподіл респондентів за рівнями вираженості грошових установок відповідно до нормативних критеріїв методики.

Найбільша частка респондентів (56,67%) має середній рівень вираженості грошової одержимості. Високий рівень одержимості грошима, що може вказувати на підвищену фінансову фіксацію, зафіксовано у 26,67% опитаних.

Частка респондентів з низьким рівнем прагнення до влади через гроші (26,37%) вдвічі перевищує частку тих, хто має високий рівень (13,3%). Найбільша частка респондентів (60,00%) має середній рівень. Це дозволяє стверджувати, що досліджувана аудиторія не схильна використовувати фінанси як засіб самоствердження, домінування над іншими або отримання вищого соціального статусу.

Більшість учасників (сумарно 86,67%) демонструють середній та високий рівень ощадливості. Лише 13,33% опитаних мають низькі показники, що може вказувати на схильність до спонтанних витрат.

За рівнем вираженості неадекватної поведінки з грошима 70% вибірки знаходиться в зоні середніх значень. Лише 13,33% демонструють підвищений рівень фінансової тривожності або ірраціональної поведінки.

Таблиця 2.7

Розподіл респондентів за рівнями вираженості грошових установок

	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	п	%	п	%	п	%
Грошова одержимість	5	16,67	17	56,67	8	26,67
Влада	8	26,67	18	60,00	4	13,33
Економність	4	13,33	18	60,00	8	26,67
Неадекватна поведінка з грошима	5	16,67	21	70,00	4	13,33

Для встановлення взаємозв'язку між показниками фінансової грамотності та показниками суб'єктивного благополуччя та задоволеності життям, нами було застосовано коефіцієнт кореляції попарних добутоків Пірсона.

Результати математико-статистичного опрацювання даних засвідчили відсутність статистично значущого лінійного зв'язку між загальним показником фінансової грамотності та показником суб'єктивного благополуччя ($r = 0,053$; $p = 0,779$), а також показником задоволеності життям ($r = 0,003$; $p = 0,988$).

Таблиця 2.8

Результати кореляційного аналізу показника фінансової грамотності та показників суб'єктивного благополуччя та задоволеності життям

Пара змінних	Коефіцієнт кореляції (r)	Значущість (p)
Фінансова грамотність – Суб'єктивне благополуччя	0,053	0,779

Фінансова грамотність – Задоволеність життям	0,003	0,988
---	-------	-------

Деталізований аналіз взаємозв'язків між окремими компонентами досліджуваних конструктів також не виявив значущих кореляцій ($p > 0,05$). Зокрема, ні фінансові знання, ні особливості фінансової поведінки не продемонстрували достовірного зв'язку з психологічним благополуччям, фізичним здоров'ям чи якістю стосунків респондентів (діапазон коефіцієнтів кореляції від -0,125 до 0,166). Отримані результати дозволяють стверджувати, що у досліджуваній вибірці фінансова грамотність є автономною характеристикою, яка прямо не детермінує рівень суб'єктивного благополуччя.

Однак, окремої уваги заслуговує тенденція, виявлена у парі «Фінансове ставлення – Стосунки». Хоча отриманий коефіцієнт кореляції ($r = 0,235$) також не досягає рівня статистичної значущості ($p = 0,211 > 0,05$), він є найвищим серед усіх отриманих показників і демонструє позитивну спрямованість. Це може свідчити про наявність певної тенденції: респонденти з більш відповідальним та усвідомленим ставленням до фінансів (що передбачає планування майбутнього, орієнтацію на заощадження, уникнення імпульсивних витрат) схильні будувати більш якісні та стабільні міжособистісні стосунки.

Таблиця 2.9

Результати кореляційного аналізу складових фінансової грамотності та складових суб'єктивного благополуччя

Пара змінних	Коефіцієнт кореляції (r)	Значущість (p)
Фінансові знання – Психологічне благополуччя	-0,005	0,981
Фінансові знання – Фізичне здоров'я	0,166	0,380
Фінансові знання – Стосунки	-0,125	0,512

Фінансова поведінка – Психологічне благополуччя	-0,007	0,970
Фінансова поведінка – Фізичне здоров'я	0,104	0,586
Фінансова поведінка – Стосунки	-0,039	0,839
Фінансове ставлення – Психологічне благополуччя	0,019	0,922
Фінансове ставлення – Фізичне здоров'я	0,024	0,900
Фінансове ставлення – Стосунки	0,235	0,211

Враховуючи отримані результати про відсутність значущого зв'язку між фінансовою грамотністю та суб'єктивним благополуччям у вибірці з осіб зрілого віку (35–60 років), виникла необхідність перевірити гіпотезу про вікову специфіку цього явища. Було висунуто припущення, що на етапі ранньої дорослості (до 35 років), коли відбувається активне становлення фінансової незалежності та кар'єрна розбудова, роль фінансових компетенцій у формуванні відчуття благополуччя може бути більш вагомою.

З цією метою було проведено додатковий кореляційний аналіз для вибірки респондентів віком до 35 років. Кількість респондентів – 30 осіб.

Результати математико-статистичного аналізу виявили суттєві відмінності порівняно зі старшою віковою групою. Зокрема, для пари змінних «Фінансова грамотність – Суб'єктивне благополуччя» зафіксовано рівень значущості $p = 0,057$. Хоча цей показник формально перевищує критичне значення 0,05, проте такий результат можна інтерпретувати як виражену статистичну тенденцію. Це дозволяє говорити про існування потенційного зв'язку між рівнем фінансової грамотності та суб'єктивним благополуччям у молоді, який наближається до достовірного.

Водночас, кореляція із когнітивним компонентом «Задоволеністю життям» залишається статистично незначущою ($r = 0,214$; $p = 0,257$), хоча коефіцієнт кореляції є помітно вищим, ніж у старшій групі ($r = 0,003$).

Таблиця 2.10

Результати кореляційного аналізу показника фінансової грамотності та показників суб'єктивного благополуччя та задоволеності життям для вибірки респондентів віком менше 35 років

Пара змінних	Коефіцієнт кореляції (r)	Значущість (p)
Фінансова грамотність – Суб'єктивне благополуччя	0,352	0,057
Фінансова грамотність – Задоволеність життям	0,214	0,257

Виявлена статистична тенденція ($p = 0,057$) у групі до 35 років на контрасті з повною відсутністю зв'язку ($p = 0,779$) у групі 35–60 років свідчить про різне психологічне навантаження фінансової складової для різних поколінь. Для молоді фінансова грамотність виступає ресурсом адаптації та зниження тривоги перед майбутнім. Вищий рівень розуміння фінансів безпосередньо впливає на відчуття безпеки та впевненості у собі, що відображається на загальному рівні суб'єктивного благополуччя. Для зрілих осіб фінансова грамотність стає інструментальною навичкою, втрачаючи прямий вплив на відчуття благополуччя.

Таким чином, можна зробити висновок, що вплив фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя є віково-специфічним: він є більш вираженим на етапі ранньої дорослості та нівелюється з набуттям життєвого досвіду та зміною ціннісних пріоритетів у зрілому віці.

З метою поглиблення розуміння психологічних механізмів, що опосередковують вплив фінансової сфери на суб'єктивне благополуччя, було

проведено кореляційний аналіз між факторами методики «Грошові уявлення та поведінка» та показниками субшкाल суб'єктивного благополуччя. Необхідність цього етапу аналізу зумовлена припущенням, що суб'єктивне благополуччя детермінується не стільки рівнем фінансової грамотності, скільки індивідуальним семантичним наповненням поняття «гроші» та специфічними ірраціональними переконаннями особистості.

Результати математико-статистичного опрацювання даних дозволили виявити низку значущих закономірностей, які розкривають специфіку цього взаємозв'язку у досліджуваній вибірці.

Встановлено статистично значущий прямий кореляційний зв'язок між фактором «Влада» та показниками благополуччя. Зокрема, виявлено позитивну кореляцію із шкалою «Психологічне благополуччя» ($r = 0,414$; $p < 0,05$) та шкалою «Фізичне здоров'я» ($r = 0,431$; $p < 0,05$). Це свідчить про те, що респонденти, які сприймають гроші як інструмент впливу, досягнення переваги та контролю над життєвими обставинами, схильні оцінювати свій психологічний стан та фізичне самопочуття вище. Можна припустити, що у зрілому віці установка на гроші як на ресурс сили трансформується у почуття суб'єктності та здатності контролювати своє життя, що є важливим ресурсом для підтримки ментального та соматичного здоров'я. Водночас зв'язку зі шкалою «Стосунки» не виявлено ($p > 0,05$), що вказує на індивідуалістичну спрямованість цієї установки.

Зафіксовано статистично значущий зворотний зв'язок між фактором «Неадекватна поведінка з грошима» та «Психологічним благополуччям» ($r = -0,395$; $p < 0,05$). Також простежується тенденція до негативного впливу цього фактору на «Фізичне здоров'я» ($r = -0,297$), хоча цей зв'язок не досяг рівня статистичної значущості ($p = 0,111$). Отримані дані підтверджують, що наявність деструктивних фінансових патернів (фінансова тривожність, компульсивні витрати, страх майбутнього) виступає потужним стресогенним фактором, який суттєво знижує рівень психологічного комфорту особистості.

Аналіз інших грошових установок («Грошова одержимість» та «Економність») не виявив достовірних кореляційних зв'язків із жодним компонентів суб'єктивного благополуччя ($p > 0,05$). Це дозволяє стверджувати, що сама по собі фіксація на грошах або схильність до їх заощадження не є прямими предикторами благополуччя для цієї вибірки респондентів.

Таблиця 2.11

Результати кореляційного аналізу показників за факторами грошових установок за складових суб'єктивного благополуччя

Пара змінних	Коефіцієнт кореляції (r)	Значущість (p)
Грошова одержимість – Психологічне благополуччя	0,135	0,476
Грошова одержимість – Фізичне здоров'я	0,109	0,566
Грошова одержимість – Стосунки	-0,129	0,498
Влада – Психологічне благополуччя	0,414	0,023
Влада – Фізичне здоров'я	0,431	0,017
Влада – Стосунки	0,188	0,320
Економність – Психологічне благополуччя	0,158	0,405
Економність – Фізичне здоров'я	0,239	0,203
Економність – Стосунки	0,291	0,119
Неадекватна поведінка з грошима – Психологічне благополуччя	-0,395	0,031

Неадекватна поведінка з грошима – Фізичне здоров'я	-0,297	0,111
Неадекватна поведінка з грошима – Стосунки	-0,334	0,071

Виявивши суттєві відмінності у впливі фінансової грамотності на благополуччя між віковими групами, ми припустили, що грошові установки також матимуть виражену вікову специфіку. Для перевірки цього припущення було проведено кореляційний аналіз між факторами грошових установок та компонентами суб'єктивного благополуччя для вибірки респондентів віком до 35 років.

Результати аналізу продемонстрували принципово іншу структуру взаємозв'язків порівняно зі старшою групою.

На відміну від вибірки респондентів 35–60 років, де фактор «Грошова одержимість» не мав значущого впливу, у молоді виявлено статистично значущий зворотний зв'язок між «Грошовою одержимістю» та «Фізичним здоров'ям» ($r = -0,421$; $p = 0,021$). Можна припустити, що для молодих людей фіксація на грошах, постійні думки про збагачення та порівняння себе з іншими виступають потужним джерелом дистресу, який соматизується (відображається на тілесному рівні). Якщо у зрілому віці одержимість може бути контрольованою мотивацією, то в період становлення вона перетворюється на виснажливу гонитву за успіхом, що погіршує суб'єктивне відчуття фізичного здоров'я.

Підтверджено негативний вплив деструктивних фінансових патернів, який є спільним для обох вікових груп, проте у молоді він має більш виражений характер. Виявлено значущі зворотні кореляції як із «Психологічним благополуччям» ($r = -0,374$; $p = 0,042$), так і з «Фізичним здоров'ям» ($r = -0,374$; $p = 0,041$). Фінансова тривожність, імпульсивні витрати та почуття провини за фінансові помилки суттєво знижують якість життя молоді, б'ючи одночасно по ментальному та фізичному стану.

Найбільш показовою відмінністю від групи 35–60 років є відсутність зв'язку між установкою «Влада» та благополуччям ($p > 0,05$). Якщо для зрілих осіб відчуття влади грошей дає ресурс контролю та безпеки (позитивна кореляція), то для молоді ця установка ще не сформована як ресурсна. Молоді люди, ймовірно, ще не володіють достатнім капіталом, щоб відчутти цю «владу», тому прагнення до неї не робить їх щасливішими, а залишається нейтральним фактором.

Таблиця 2.12

Результати кореляційного аналізу показників за факторами грошових установок за складових суб'єктивного благополуччя для вибірки респондентів віком менше 35 років

Пара змінних	Коефіцієнт кореляції (r)	Значущість (p)
Грошова одержимість – Психологічне благополуччя	-0,251	0,181
Грошова одержимість – Фізичне здоров'я	-0,421	0,021
Грошова одержимість – Стосунки	0,008	0,967
Влада – Психологічне благополуччя	0,085	0,653
Влада – Фізичне здоров'я	0,192	0,308
Влада – Стосунки	-0,090	0,637
Економність – Психологічне благополуччя	-0,023	0,902
Економність – Фізичне здоров'я	-0,242	0,197
Економність – Стосунки	0,177	0,349

Неадекватна поведінка з грошима – Психологічне благополуччя	-0,374	0,042
Неадекватна поведінка з грошима – Фізичне здоров'я	-0,374	0,041
Неадекватна поведінка з грошима – Стосунки	0,022	0,908

З метою поглибленого вивчення характеру детермінації суб'єктивного благополуччя та перевірки гіпотези про прогностичну валідність грошових установок особистості, було проведено процедуру лінійного регресійного аналізу. На основі попередньо виявлених кореляційних зв'язків було побудовано три регресійні моделі.

Модель 1. Вплив установки «Влада» на психологічне благополуччя.

Незалежною змінною виступав показник «Влада», а залежною - «Психологічне благополуччя». Модель виявилася статистично значущою ($F = 5,803$; $p = 0,023$). Коефіцієнт детермінації (R^2) становить 0,172. Це означає, що дана грошова установка пояснює 17,2% варіативності психологічного благополуччя респондентів. Значення стандартизованого коефіцієнта $\beta = 0,414$ вказує на наявність помірного прямого впливу.

Отримані дані дозволяють стверджувати, що сприйняття грошей як інструменту впливу та контролю виступає позитивним предиктором психологічного стану у зрілому віці. Чим вищою є суб'єктна позиція особистості щодо фінансів (відчуття «влади» над грошима), тим вищим є рівень її психологічного комфорту.

Модель 2. Вплив установки «Влада грошей» на фізичне здоров'я.

Друга модель продемонструвала ще вищу прогностичну силу. Вплив фактору «Влада» на «Фізичне здоров'я» є статистично достовірним ($F = 6,384$; $p = 0,017$). Коефіцієнт детермінації (R^2) дорівнює 0,186, тобто модель пояснює

18,6% дисперсії показників фізичного самопочуття. Коефіцієнт $\beta = 0,431$ свідчить про стійкий позитивний зв'язок.

Цей результат підтверджує психосоматичну природу благополуччя. Відчуття фінансового контролю та безпеки, яке асоціюється з установкою «Влада», сприяє зниженню рівня дистресу, що позитивно відображається на суб'єктивній оцінці фізичного здоров'я.

Модель 3. Вплив «Неадекватної поведінки з грошима» на психологічне благополуччя.

Третя модель відображає вплив деструктивних фінансових патернів. Модель є статистично значущою ($F = 5,169$; $p = 0,031$).

Коефіцієнт детермінації (R^2) становить 0,156 (пояснює 15,6% змін у благополуччі). Важливо відзначити, що коефіцієнт $\beta = -0,395$ має від'ємне значення, що вказує на обернений (негативний) вплив.

Зростання проявів неадекватної фінансової поведінки (фінансова тривожність, імпульсивність, страх втрати) виступає значущим предиктором зниження психологічного благополуччя. Це емпірично доводить, що відсутність сформованих навичок емоційної регуляції у фінансовій сфері є фактором ризику для психологічного здоров'я.

Таблиця 2.13

Результати регресійного аналізу

Пара змінних	Коефіцієнт детермінації (R^2)	Beta	Критерій Фішера (F)	Значущість (p)
Влада – Психологічне благополуччя	0,172	0,414	5,803	0,023
Влада – Фізичне здоров'я	0,186	0,431	6,384	0,017

Неадекватна поведінка з грошима – Психологічне благополуччя	0,156	-0,395	5,169	0,031
---	-------	--------	-------	-------

Проведене математичне моделювання підтвердило, що у групі осіб зрілого віку (35–60 років) грошові установки є значущими предикторами суб'єктивного благополуччя. Встановлено, що конструктивне відчуття контролю над фінансами (установка «Влада») сприяє підвищенню благополуччя, тоді як деструктивні патерни («Неадекватна поведінка») виступають фактором його пригнічення. При цьому пояснювальна здатність моделей (15–18%) свідчить про те, що психологічне ставлення до грошей є вагомим, але не єдиним чинником у складній структурі суб'єктивного благополуччя особистості у зрілому віці.

Отриманий у ході дослідження емпіричний факт відсутності статистично значущого зв'язку ($p > 0,05$) між рівнем фінансової грамотності та показниками суб'єктивного благополуччя у групі осіб зрілого віку (35–60 років) потребує детального теоретичного обґрунтування. Ми висунули низку гіпотез, які пояснюють цей результат дослідження.

1. Недостатній обсяг вибірки. Дослідження проводилося на вибірці обсягом 30 осіб. Хоча така кількість є допустимою для дослідження, вона обмежує статистичну потужність аналізу. Малі вибірки чутливі до індивідуальних варіацій і можуть не виявляти слабких або помірних зв'язків, які могли б стати статистично значущими на більших масивах даних.
2. Соціально-демографічна однорідність. Вибірка характеризується високим рівнем освіченості (93,3% респондентів мають вищу освіту). Така гомогенність призвела до ефекту «стелі» у показниках фінансової грамотності - більшість учасників продемонстрували середній та високий рівень. Відсутність у вибірці респондентів із

низьким рівнем компетентності не дозволила повною мірою оцінити контраст і перевірити, чи призводить низька грамотність до зниження благополуччя.

3. Нівелюючий вплив екзистенційного контексту. Дослідження проводилося в умовах макросоціальної нестабільності (воєнний стан). У ситуації, коли джерела стресу є зовнішніми та невідконтрольними (безпекові ризики, інфляційні процеси), індивідуальні компетенції можуть втрачати свою прогностичну силу. Для респондентів, які несуть відповідальність за родину, висока фінансова грамотність не здатна повністю компенсувати фонову тривогу. Зовнішні стрес-фактори «перекривають» потенційний позитивний ефект від володіння фінансовими інструментами.
4. Вікова переоцінку цінностей. Для вікової групи 35–60 років характерним є зміщення аксіологічних пріоритетів. Фінансова сфера перестає бути центральним мірилом життєвого успіху, поступаючись місцем екзистенційним цінностям: фізичному здоров'ю, якості родинних стосунків, пошуку сенсів. У цьому віці фінансова грамотність стає інструментальною навичкою, яка обслуговує життя, але не визначає його емоційну наповненість.

Враховуючи вищезазначене, отримані результати не спростовують важливості фінансової грамотності, а вказують на складність механізмів її впливу. Подальші наукові дослідження потребують:

- збільшення обсягу вибірки для підвищення надійності статистичних висновків;
- залучення респондентів з різним рівнем освіти, соціально-професійним статусом для розширення діапазону даних;
- фокусування уваги не стільки на когнітивному компоненті (знаннях), скільки на психологічних установках та емоційному ставленні до грошей, які, як показав регресійний аналіз, мають більш виражений вплив на благополуччя особистості.

Висновки до розділу 2

У другому розділі кваліфікаційної роботи здійснено теоретико-емпіричне дослідження впливу фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя особистості у зрілому віці. Узагальнення результатів дозволяє сформулювати наступні висновки:

1. Фінансова грамотність у сучасній психологічній науці розглядається як комплексний соціально-психологічний ресурс, що інтегрує когнітивний (знання), поведінковий (навичка прийняття рішень) та ціннісно-світоглядний компоненти. В умовах соціально-економічної нестабільності та воєнного стану вона виконує екзистенційну функцію, виступаючи інструментом забезпечення безпеки, зниження стресу та адаптації до невизначеності.
2. Для періоду зрілості (35–60 років) характерною є трансформація монетарної поведінки від емоційно-символічної до раціонально-прагматичної. Відбувається зміна мотивації: гроші перестають бути лише маркером статусу, перетворюючись на засіб забезпечення стабільності родини та відчуття автономії. Водночас, травматичний досвід економічних криз формує у представників цього віку специфічні стратегії, зокрема схильність до накопичення готівкових резервів та знижену довіру до фінансових інституцій.
3. Проведене емпіричне дослідження на вибірці осіб зрілого віку виявило відсутність статистично значущого лінійного зв'язку між рівнем фінансової грамотності та показниками суб'єктивного благополуччя. Це свідчить про те, що у зрілому віці сама по собі наявність фінансових знань та навичок не є прямим предиктором благополуччя чи задоволеності життям. Цей факт підтверджується порівняльним аналізом з молодшою віковою групою (до 35 років), де подібний зв'язок має тенденцію до статистичної значущості. Це дозволяє стверджувати, що у зрілості фінансова грамотність набуває характеру інструментальної навички, яка

обслуговує життєдіяльність, але не визначає емоційний стан безпосередньо.

4. Визначальним фактором впливу фінансової сфери на благополуччя у зрілому віці є не рівень знань, а індивідуально-психологічне ставлення до грошей. Регресійний аналіз довів, що конструктивна установка «Гроші як влада» (сприйняття фінансів як інструменту контролю над життям) позитивно впливає на психологічне благополуччя та фізичне здоров'я. Натомість деструктивні патерни («Неадекватна поведінка з грошима», фінансова тривожність) виступають значущим фактором зниження рівня психологічного комфорту.

Таким чином, суб'єктивне благополуччя особистості у зрілому віці детермінується не стільки обсягом фінансових знань (грамотністю), скільки сформованістю суб'єктної позиції щодо фінансів — відчуттям контролю, безпеки та відсутністю ірраціональних фінансових страхів.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЛОГІЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ГАРМОНІЗАЦІЇ ФІНАНСОВИХ УСТАНОВОК ЯК ЧИННИКА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

3.1. Психологічні техніки корекції деструктивних фінансових патернів та зниження фінансової тривожності

Результати проведеного нами емпіричного дослідження показали, що для осіб зрілого віку (35–60 років) фактором зниження суб'єктивного благополуччя є не відсутність фінансових знань як таких, а наявність деструктивних монетарних установок. Це означає, що фінансова тривожність, схильність до імпульсивних витрат, відчуття провини за витрачені кошти та страх перед майбутнім виступають потужними стресорами, які блокують відчуття благополуччя та задоволеності життям.

Враховуючи, що 70% нашої вибірки продемонстрували середній рівень, а 13,3% - високий рівень неадекватної фінансової поведінки, актуальним завданням стає розробка та впровадження психологічних інтервенцій, спрямованих на корекцію цих станів. У сучасній психологічній практиці найбільш ефективним підходом по роботі з дисфункціональними фінансовими патернами визнано когнітивно-поведінкову терапію (КПТ) та методи усвідомленості (mindfulness), які дозволяють працювати як з ірраціональними переконаннями («когніціями»), так і з емоційною регуляцією («афектом») [4].

Нижче представлено комплекс психологічних технік, спрямованих на роботу з негативними фінансовими установками та зниження рівня фінансової тривожності, адаптованих для осіб зрілого віку.

1. Когнітивна реструктуризація ірраціональних фінансових переконань.

У ході нашого дослідження було виявлено, що респонденти з низьким рівнем благополуччя часто керуються ірраціональними установками (наприклад, «Гроші - це завжди проблеми», «Я ніколи не зможу досягти стабільності»). Такі автоматичні думки можуть запускати ланцюг негативних емоційних реакцій.

Технікою для корекції таких станів може бути «Журнал фінансових думок». Мета техніки полягає у виявленні когнітивних викривлень, пов'язаних із фінансами, та їх заміні на адаптивні твердження.

Алгоритм роботи:

- 1) Ідентифікація тригера: клієнт фіксує ситуацію, яка викликала фінансову тривогу (наприклад, «отримав рахунок за комунальні послуги» або «побачив знижку в магазині»).
- 2) Фіксація автоматичної думки: записується перша думка, що виникла (наприклад, «у мене закінчатся гроші, і я стану неплатоспроможним», катастрофізація).
- 3) Оцінка емоцій: визначення емоції та її інтенсивності за 10-бальною шкалою (наприклад, тривога - 8/10).
- 4) Пошук доказів: клієнт має знайти аргументи «за» і «проти» цієї думки, спираючись на факти, а не емоції (наприклад, «у мене є стабільна робота», «у мене є заощадження на 2 місяці»).
- 5) Формування альтернативної думки: створення збалансованого твердження («Цей рахунок високий, але я можу його оплатити, якщо скоригую витрати на розваги. Це не катастрофа, а задача»).

Дослідження Б. Клонца підтверджують, що регулярне використання таких когнітивних технік протягом 6–8 тижнів значно знижує рівень «фінансового стресу» та покращує суб'єктивне відчуття контролю [50]. Для осіб зрілого віку ця техніка є особливо корисною, оскільки спирається на розвинений у цьому віці життєвий досвід та здатність до рефлексії.

2. Техніки емоційної регуляції та подолання фінансової тривожності

Фінансова тривожність, може проявлятися у формі уникнення фінансових проблем або, навпаки, гіперконтролю. Обидві стратегії є виснажливими. Для зниження проявів тривоги доцільно використовувати техніки, що базуються на майндфулнесі (mindfulness).

Техніка «Усвідомлені витрати» спрямована на розрив зв'язку між емоційним дискомфортом та імпульсивною покупкою.

Імпульсивні витрати часто слугують механізмом компенсації незадоволених потреб (в любові, визнанні, безпеці). Техніка передбачає введення «паузи усвідомлення» перед здійсненням покупки.

Алгоритм:

- 1) Зупинитися перед касою (або кнопкою «Купити» онлайн).
- 2) Задати собі питання: «Яку емоцію я зараз відчуваю?» (Нудьга? Самотність? Злість?).
- 3) Задати питання: «Чи наближає ця покупка мене до моїх життєвих цілей?».
- 4) Якщо відповідь негативна - відкласти рішення на 24 години.

Як зазначає С. Чжу практика усвідомленого споживання не лише зменшує кількість непотрібних витрат, але й підвищує рівень задоволеності від тих покупок, які дійсно були зроблені [62]. Це прямо корелює з нашими даними про те, що усвідомлене розпоряджання ресурсами підвищує психологічне благополуччя.

3. Експозиційна терапія для подолання фінансового уникнення

Значна частина респондентів з низьким рівнем благополуччя демонструвала схильність до ігнорування фінансових проблем (наприклад, не відкривати банківські виписки, не перевіряти баланс). Це прояв захисного механізму заперечення, який лише посилює фонову тривогу.

Для корекції такої поведінки пропонуємо техніку «Фінансова година», яка базується на принципах експозиційної терапії. Суть техніки полягає в поступовому, дозованому зіткненні з об'єктом страху у безпечних умовах.

Етапи впровадження:

- 1) виділити 15 хвилин на тиждень лише для перегляду балансу на картах. Без аналізу, без планування - лише констатація факту. Мета - знизити емоційну реакцію на цифри.
- 2) 20 хвилин переглядати витрати за минулий тиждень. Завдання - просто категоризувати їх, не засуджуючи себе.
- 3) виділити 30 хвилин на планування обов'язкових платежів на наступний тиждень.

Регулярність цієї практики перетворює джерело страху на рутинну задачу.

4. Робота з «грошовими сценаріями».

На етапі зрілості (35–60 років) фінансова поведінка значною мірою визначена сімейними сценаріями, засвоєними в дитинстві. У нашому дослідженні ми побачили, що ставлення до грошей як до «Влади» позитивно впливає на благополуччя. Це свідчить про необхідність трансформації сценаріїв жертви або уникнення у сценарії відповідальності.

Ефективним методом тут може бути техніка «Фінансова генограма».

Мета: усвідомити трансгенераційні передачі ставлення до грошей та відокремити власні цінності від нав'язаних батьківських установок.

Клієнт малює генеалогічне дерево (3 покоління) і біля кожного члена родини зазначає його типове ставлення до грошей (наприклад, «Дідусь: гроші - це небезпека, можуть розкуркулити», «Мати: гроші треба економити на всьому»).

Аналіз:

- Які з цих переконань я успадкував?
- Які з них є корисними для мене сьогодні, а які заважають?
- Який новий сценарій я хочу передати своїм дітям?

Ця техніка дозволяє людині стати автором власної фінансової історії, а не пасивним виконавцем чужих програм.

5. Наративні практики переформулювання досвіду

Оскільки досліджувана група (35–60 років) пережила низку економічних криз, у багатьох сформувався травматичний досвід втрати коштів. Це формує установку «безпорадності». Наративна практика «Історія моєї фінансової стійкості» може допомогти змінити фокус уваги.

Завдання: описати складну фінансову ситуацію з минулого не як історію втрати, а як історію подолання.

- Що допомогло мені вижити?
- Які якості я проявив?
- Чого я навчився?

Такий рефреймінг перетворює травму на ресурс, що знижує тривожність перед майбутнім.

Запропоновані психологічні техніки базуються на науково обґрунтованих підходах (КПТ, майндфулнес, нарративна психологія) і спрямовані на вирішення конкретних проблем, виявлених у нашому емпіричному дослідженні. Основний акцент робиться на нівелюванні впливу фактору «Неадекватна поведінка з грошима», який, як ми довели, негативно впливає на психологічне благополуччя у зрілому віці.

3.2. Рекомендації для розвиток суб'єктності та відчуття контролю у фінансовій сфері для осіб зрілого віку.

Другим, не менш важливим вектором психологічної роботи, що впливає з результатів нашого емпіричного дослідження, є розвиток фінансової суб'єктності. Побудовані нами регресійні моделі виявили статистично значущий позитивний вплив фактору «Влада» на показники «Психологічне благополуччя» та «Фізичне здоров'я».

У буденній свідомості поняття «влада грошей» часто має негативну конотацію. Проте в контексті психології зрілого віку цей конструкт доцільно інтерпретувати не як прагнення до домінування над іншими, а як відчуття контролю над обставинами власного життя. Згідно з теорією самодетермінації Р. Райана та Е. Десі, потреба в автономії та компетентності є базовою для психологічного здоров'я людини [55]. Коли особа зрілого віку відчуває, що фінанси є керованим ресурсом, а не хаотичною стихією, це може суттєво знизити рівень дистресу та підвищити загальну резильєнтність.

Нижче нами розроблено рекомендації, які спрямовані на формування фінансової суб'єктності та посилення відчуття контролю в економічній сфері.

1. Формування проактивної позиції через цілепокладання.

Суб'єктність неможлива без наявності усвідомленої мети. Для багатьох людей зрілого віку характерним є «реактивний» стиль управління фінансами:

витрати здійснюються по мірі виникнення потреб, а заощадження - за залишковим принципом. Такий підхід формує відчуття залежності від зовнішніх факторів (зарплати, цін, тарифів).

Для переходу до «проактивної» позиції рекомендується впровадження практики ціннісно-орієнтованого фінансового планування.

Однією із таких технік може бути «Лінія часу фінансових цілей». Клієнту пропонується візуалізувати своє життя на відрізьку від поточного віку до 80+ років. На цій лінії позначаються ключові життєві завдання зрілості (навчання дітей, допомога батькам, створення пенсійного капіталу, подорожі тощо). Кожна ціль оцифровується. Це перетворює абстрактну тривогу перед майбутнім на набір конкретних задач.

2. Розвиток фінансової самоєфективності.

Поняття самоєфективності, введене А. Бандурою, означає віру людини у власну здатність впоратися зі складними завданнями [42]. У фінансовій сфері це означає впевненість: «Що б не трапилося в економіці, я знайду вихід». Наше дослідження показало, що самі по собі знання (фінансова грамотність) не гарантують благополуччя, якщо вони не підкріплені цією вірою.

Для розвитку фінансової самоєфективності може бути застосована стратегія «малих перемог»:

- провадження автоматичних відрахувань (наприклад, 10% від доходу) на депозит у день отримання зарплати. Це створює психологічний ефект «я керую ситуацією», навіть якщо сума невелика;
- використання трекерів накопичень або погашення боргів. Дофамінове підкріплення від зафарбовування чергового сегмента на графіку закріплює відчуття компетентності.

Л. Суй у своєму дослідженні довела, що саме фінансова самоєфективність виступає медіатором між фінансовими знаннями та психологічним благополуччям [60]. Тобто знання стають ресурсом для благополуччя лише тоді, коли вони трансформуються у впевненість.

3. Когнітивний рефреймінг поняття «Бюджет».

Слово «бюджет» у багатьох асоціюється з обмеженнями та бідністю, що викликає внутрішній опір. Однак, щоб активувати ресурсний потенціал фактору «Влада» (контроль), необхідно змінити сприйняття цього інструменту.

Рекомендована інтервенція - рефреймінг «Бюджет як інструмент свободи».

Основна ідея, яку варто показати клієнту: бюджет не забороняє витратити гроші, а дозволяє витратити їх без почуття провини.

4. Створення «Подушки безпеки»

У контексті нашого дослідження, де було виявлено зв'язок між фізичним здоров'ям та фінансовим контролем, критично важливим є наявність фінансової подушки безпеки. Психологічно це функціонує як буфер проти стресу.

Слід працювати з установкою «спочатку заплати собі». Створення резервного фонду має подаватися не як економічна необхідність, а як психогігієнічна процедура - купівля власного спокою. Називати ці накопичення краще не «на чорний день» (негативне програмування), а «подушка безпеки» або «фонд можливостей».

5. Розвиток інвестиційного мислення як вищої форми контролю.

Період зрілості є сенситивним для переходу від стратегії збереження до стратегії примноження. Дослідження А. Лусарді показують, що люди, які займаються плануванням пенсійних накопичень, мають значно нижчий рівень депресивних станів у передпенсійному віці [53].

Інтервенції мають бути спрямовані на роботу зі страхом ризику та синдромом відкладеного життя. Важливо допомогти клієнту усвідомити, що найбільший ризик у зрілому віці - це бездіяльність. Оволодіння базовими інструментами інвестування (навіть консервативними, як-от державні облігації) може підвищити самооцінку та статус у власних очах, що позитивно позначається на показнику «Стосунки» (людина відчуває себе більш надійним партнером для родини).

6. Гармонізація фінансової комунікації в сім'ї

Оскільки суб'єктивне благополуччя включає компонент «Стосунки», неможливо ігнорувати сімейний аспект фінансів. Конфлікти через гроші є

однією з найчастіших причин розлучень. Для розвитку суб'єктності обох партнерів рекомендується методика «Фінансове побачення». Це виділений час (раз на місяць), коли партнери обговорюють не проблеми (що купити, де взяти гроші), а спільні мрії та стратегію. Це зміщує фокус з побутових сварок на об'єднуючі цілі, перетворюючи фінанси з предмету конфлікту на інструмент побудови спільного майбутнього.

7. Встановлення фінансових кордонів.

Для вікової групи 35–60 років («сэндвіч-покоління») актуальною є проблема тиску з боку дорослих дітей або літніх батьків, що виснажує ресурси. Розвиток суб'єктності передбачає вміння говорити «ні». Можливий варіант психологічної роботи: тренінг асертивності у фінансових питаннях. Усвідомлення того, що фінансова допомога іншим не повинна ставити під загрозу власну безпеку.

8. Техніки зниження соціального порівняння

У добу соціальних мереж критичною проблемою для самооцінки стає неvigідне соціальне порівняння. Для нівелювання цього фактору ми пропонуємо вправу «Мої цінності - мої витрати». Замість орієнтації на зовнішні атрибути успіху (які часто нав'язуються маркетингом), клієнту пропонується визначити 5 ключових особистісних цінностей (наприклад, здоров'я, розвиток, сім'я, свобода, творчість). Далі проводиться аудит витрат: чи відповідають витрати цим цінностям?

Якщо людина декларує цінність «Здоров'я», але витрачає гроші на шкідливу їжу і не купує абонемент у зал - виникає внутрішній конфлікт, який негативно впливає на відчуття благополуччя. Гармонізація витрат з цінностями («Я витрачаю гроші на те, що справді важливо мені») підвищує відчуття автентичності життя.

Наші емпіричні дані підтвердили: фактор «Влада» (як контроль над своїм життям) позитивно корелює з психологічним здоров'ям. Ця техніка якраз і спрямована на повернення локусу контролю всередину особистості: я керую грошима, виходячи з моїх цінностей, а не озираючись на сусідів.

Розроблені психологічні рекомендації на даному етапі дослідження носять теоретико-методичний та консультативний характер. У межах цієї кваліфікаційної роботи не передбачалося проведення формувального експерименту для емпіричної перевірки ефективності запропонованих інтервенцій. Представлена система технік є науково обґрунтованою моделлю, побудованою на результатах діагностичного етапу, однак її безпосередня практична апробація та оцінка результативності складають перспективу подальших наукових досліджень.

Висновки до розділу 3

У третьому розділі магістерської роботи на основі результатів проведеного емпіричного дослідження розроблено психологічні рекомендації, спрямовані на гармонізацію фінансових установок як чинника суб'єктивного благополуччя.

Перший блок розроблених рекомендацій спрямований на нівелювання деструктивних фінансових патернів та зниження рівня фінансового стресу. Запропоновано комплекс технік, що базуються на методах когнітивно-поведінкової терапії (КПТ), практиках усвідомленості (mindfulness) та наративній психології. Зокрема, використання таких інструментів, як «Журнал фінансових думок», «Фінансова година» (експозиційна терапія) та робота з «фінансовою генограмою», дозволяє ідентифікувати та трансформувати ірраціональні переконання, знизити рівень тривоги перед майбутнім та опрацювати негативні родинні сценарії.

Другий блок рекомендацій орієнтований на формування фінансової суб'єктності та проактивної життєвої позиції. Запропоновано методики для посилення внутрішнього локусу контролю: ціннісно-орієнтоване планування («Лінія часу»), рефреймінг бюджетування як інструменту свободи, розвиток інвестиційного мислення та гармонізацію фінансової комунікації в сім'ї. Ці інтервенції сприяють переходу особистості від реактивного реагування на фінансові виклики до свідомого управління ресурсами.

Запропонована програма психологічних інтервенцій має інтегративний характер і може бути використана у практичній діяльності психологів, соціальних працівників та фінансових консультантів. Її впровадження дозволяє вирішити подвійне завдання: з одного боку - знизити психосоматичні ризики, пов'язані з фінансовим стресом, а з іншого - активувати внутрішні ресурси особистості для досягнення життєвих цілей.

Таким чином, трансформація ставлення до фінансів із джерела тривоги на керований ресурс є ефективним шляхом до покращення загального суб'єктивного благополуччя, відчуття безпеки та самореалізації особистості у період зрілості.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі нами здійснено комплексне теоретико-емпіричне дослідження впливу фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя особистості у зрілому віці. Результати дають підстави для наступних узагальнень відповідно до поставлених завдань:

1. Здійснено теоретичний аналіз основ дослідження суб'єктивного благополуччя у зрілому віці. У ході теоретичного вивчення проблеми встановлено, що суб'єктивне благополуччя є складним інтегральним психологічним феноменом. Воно не зводиться лише до емоційного переживання щастя (гедоністичний підхід), а включає в себе когнітивну оцінку задоволеності життям, відчуття сенсу, реалізації власного потенціалу та повноцінного функціонування (евдемоністичний підхід). Для осіб зрілого віку (35–60 років) структура благополуччя є багатовимірною і складається з когнітивного, емоційного та мотиваційно-поведінкового компонентів. Визначено, що в умовах сучасних соціально-економічних викликів та воєнного стану суб'єктивне благополуччя трансформується з питання комфорту в питання збереження ментального здоров'я та здатності до адаптації.

Особлива увага була приділена психологічній характеристиці зрілого віку. Цей період (35–60 років) визначено як час максимальної соціальної відповідальності, професійної реалізації та переосмислення життєвих цінностей. Для зрілості характерним є перехід до внутрішньої мотивації та постформального мислення, що дозволяє знаходити рішення в складних, суперечливих ситуаціях.

2. Проаналізовано поняття фінансової грамотності як соціально-психологічного ресурсу особистості. Фінансова грамотність у роботі розглядається не просто як набір економічних знань чи навичок арифметичних розрахунків, а як соціально-психологічний ресурс особистості. Вона виконує низку психологічних функцій: знижує рівень тривожності перед невизначеністю майбутнього (ресурс безпеки), сприяє соціальній адаптації та гармонізації

сімейних стосунків. Аналіз літератури засвідчив, що фінансова компетентність дозволяє людині перейти від пасивної позиції залежності від обставин до активної суб'єктної позиції, що є критично важливим для зрілої особистості.

На основі теоретичного дослідження особливостей ставлення до фінансів у зрілому віці можна стверджувати, що ставлення до фінансів у цьому віці стає більш раціональним та прагматичним. Гроші сприймаються вже не стільки як засіб досягнення статусу, скільки як інструмент гарантування безпеки, стабільності родини та автономії.

3. Емпірично досліджено вплив фінансової грамотності на суб'єктивне благополуччя у респондентів зрілого віку. Емпіричне дослідження, проведене на вибірці осіб зрілого віку (середній вік 46,8 років), більшість з яких мають вищу освіту та активний соціально-професійний статус, дозволило виявити специфіку взаємозв'язку між досліджуваними феноменами.

Діагностика показала тривожну тенденцію щодо рівня суб'єктивного благополуччя: понад половина респондентів (56,7%) демонструють низький рівень цього показника. Це може бути наслідком впливу загальної ситуації в країні та високого рівня стресу. Водночас показники фінансової грамотності виявилися середніми, що свідчить про наявність базових знань, але недостатність глибинних компетенцій у сфері управління ресурсами.

Перевірка основної гіпотези дослідження призвела до неочікуваних, але значущих висновків. Кореляційний аналіз не виявив статистично значущого прямого зв'язку між загальним рівнем фінансової грамотності (знаннями та поведінкою) та суб'єктивним благополуччям у групі осіб зрілого віку. Це свідчить про те, що для людей віком 35–60 років саме по собі володіння інформацією про фінанси не гарантує відчуття благополуччя чи задоволеності життям. На цьому етапі онтогенезу фінансові знання стають інструментальною навичкою, яка сприймається як належне і не впливає безпосередньо на емоційний стан.

У ході дослідження було виявлено важливу вікову специфіку. Додатковий аналіз показав, що у молоді (до 35 років) існує виражена тенденція до зв'язку між

фінансовою грамотністю та благополуччям. Для молодих людей, які лише будують свою економічну незалежність, фінансові знання є джерелом впевненості та зниження тривоги. З віком цей зв'язок нівелюється, поступаючись місцем іншим чинникам.

Емпірично встановлений факт відсутності статистично значущої кореляції між рівнем фінансової грамотності та суб'єктивним благополуччям у досліджуваній вибірці осіб віком 35-60 років ми пов'язуємо з дією низки факторів, які були висунуті як інтерпретаційні гіпотези: недостатній обсяг вибірки, соціально-демографічна однорідність вибірки, нівелюючий вплив екзистенційного контексту (воєнного стану), фактор вікової переоцінки цінностей

Найважливішим результатом дослідження стало виявлення того факту, що на суб'єктивне благополуччя у зрілому віці впливає не стільки рівень фінансових знань, скільки фінансові установки. За допомогою регресійного аналізу було доведено, що:

1) установка «Влада» є позитивним предиктором благополуччя. Виявлено прямий кореляційний зв'язок між сприйняттям грошей як інструменту впливу та психологічним благополуччям, а також фізичним здоров'ям. У контексті зрілості це слід інтерпретувати не як жагу до домінування над іншими, а як потребу в суб'єктності та контролі над власним життям. Відчуття того, що людина керує своїми фінансами, створює фундамент для психологічного комфорту та навіть покращує самопочуття.

2) установка «Неадекватна поведінка з грошима» є негативним предиктором. Встановлено зворотний зв'язок між деструктивними фінансовими патернами (тривожність, імпульсивність, страх витрат) та психологічним благополуччям. Це підтверджує, що ірраціональні страхи та невміння емоційно регулювати процес поводження з грошима виступають потужним стресогеном, який знижує якість життя.

Фінансова одержимість та економність не мають прямого впливу. Сама по собі схильність заощаджувати або фіксація на заробітку не робить людину щасливішою чи нещаснішою у зрілому віці.

Таким чином, дослідження показало, що суб'єктивне благополуччя детермінується не кількістю грошей чи знанням фінансових термінів, а відчуттям суб'єктності, контролю та відсутністю деструктивних емоційних реакцій на фінансові події.

4. Розроблено психологічні рекомендації для гармонізації фінансових установок як чинника суб'єктивного благополуччя. Отримані результати стали підґрунтям для розробки психологічних рекомендацій, спрямованих на гармонізацію грошових установок та підвищення благополуччя.

Розроблені рекомендації включають два основні вектори:

1) корекція деструктивних патернів та зниження тривожності. Запропоновано використання технік когнітивно-поведінкової терапії (наприклад, «Журнал фінансових думок» для роботи з катастрофізацією) та практик майндфулнесу (техніка «Усвідомлені витрати»). Ці методи спрямовані на розрив зв'язку між негативними емоціями та фінансовими рішеннями, подолання стратегій уникнення проблем через експозиційну терапію. Також важливою є робота з сімейними сценаріями через техніку «Фінансова генограма», що дозволяє відокремити власні цінності від нав'язаних батьківських установок;

2) розвиток фінансової суб'єктності та відчуття контролю. Оскільки доведено позитивний вплив відчуття контролю, рекомендації спрямовані на формування проактивної позиції. Ключовими методами є цілепокладання («Лінія часу фінансових цілей»), розвиток самоефективності через стратегію «малих перемог» та когнітивний рефреймінг бюджету не як обмеження, а як інструменту свободи. Створення «подушки безпеки» розглядається тут як психогігієнічна процедура для зниження фонового стресу.

Запропоновані психологічні рекомендації носять теоретико-методичний та консультативний характер. Безпосередня практична апробація та оцінка результативності складають перспективу подальших наукових досліджень.

Проведене дослідження дозволило по-новому поглянути на проблему фінансової грамотності в психологічному вимірі. Доведено, що у зрілому віці шлях до суб'єктивного благополуччя лежить не через просте накопичення економічних знань, а через трансформацію ставлення до грошей: від страху і хаосу до усвідомленого контролю та суб'єктності. Фінансова грамотність для дорослої людини – це насамперед психологічна стійкість, здатність приймати зважені рішення та відчувати себе автором власного життя, що в сукупності забезпечує високу якість життя та ментальне здоров'я навіть в умовах нестабільності. Результати дослідження можуть бути використані практичними психологами, соціальними працівниками та консультантами для розробки тренінгових програм та індивідуальної роботи з клієнтами зрілого віку.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамюк О. О., Липецька А. С. Концептуальна структура феномену «суб'єктивне благополуччя» та особливості його вимірювання. *Психологія: реальність і перспективи*. 2018. Вип. 11. С. 10–17.
2. Аршава І. Ф., Носенко Д. В. Суб'єктивне благополуччя і його індивідуально-психологічні та особистісні кореляти. *Вісник Дніпропетровського національного університету. Серія: Педагогіка і психологія*. 2012. Т. 20. № 18. С. 3–10.
3. Безділь М. Б., Данилюк М. М., Дмитришин М. В. Формування шляхів підвищення фінансової грамотності молоді. *Економіка та суспільство*. 2025. Вип. 71. DOI: <https://doi.org/10.32782/2524-0072/2025-71-146>.
4. Бек Дж. Когнітивно-поведінкова терапія. Основи та перспективи. Львів : Свічадо, 2020. 400 с.
5. Бредберн Н. Структура психологічного благополуччя. Чикаго : Aldine, 1969.
6. Вірна Ж. П. Професійна деформація та особистісна безпека: феноменологія, механізми, шляхи подолання. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 280 с.
7. Горбаль І. С. Соціально-психологічні чинники суб'єктивного благополуччя пенсіонерів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2016. 271 с.
8. Данильченко Т. В. Суб'єктивне соціальне благополуччя: психологічний вимір : монографія. Чернігів : Десна Поліграф, 2016. 543 с.
9. Довбик Ж., Мікунов А. Психологічні особливості ставлення до грошей дорослої особистості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*. 2025. № 1 (21). С. 27–36.
10. Домбровська С. О. Сучасні методи формування фінансової грамотності населення України. *Освітня аналітика України*. 2022. № 3 (19). С. 5–14.

11. Калініченко О. О., Вікарчук О. І., Ніколаєнко С. М. Фінансова грамотність – запорука успішного населення. *Економіка. Управління. Інновації*. 2019. Вип. 1 (24).
12. Карамушка Л., Терещенко К., Креденцер О. Адаптація на українській вибірці методик «The Modified BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB)» та «Positive Mental Health Scale (PMH-scale)». *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3-4 (27). С. 85–94. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2022.3.27.8>.
13. Кізима Т. О. Фінансова грамотність населення: зарубіжний досвід і вітчизняні реалії. *Вісник THEU*. 2012. № 2. С. 64–71.
14. Комарова О. О., Братченко Л. Є. Гроші як чинник соціально-психологічного впливу на людей у сучасному суспільстві. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2019. Вип. 83. С. 125–133.
15. Коробка І. М. Суб'єктивне благополуччя: теоретичні інтерпретації, чинники і ресурси підтримання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*. 2022. Вип. 2. С. 85–93.
16. Курова А. В. Задоволеність життям та суб'єктивне благополуччя особистості. *Вісник ОНУ ім. І.І. Мечникова. Психологія*. 2015. Т. 20. Вип. 2(36). Ч. 1. С. 98–104.
17. Латковська Т. А. Підвищення рівня фінансової грамотності. *Наукові праці Національного університету «Одеська юридична академія»*. 2013. Т. 13. С. 429–438. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nponyua_2013_13_45.
18. Ломачинська І. А. Фінансова грамотність як основа оптимізації фінансової поведінки в умовах глобалізації. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова*. 2011. Т. 16. Вип. 20. С. 116–124.
19. Максименко С. Д. Психологія особистості : підручник. Київ : КММ, 2015. 496 с.
20. Москаленко В. Сучасні напрямки досліджень в економічній психології. *Соціальна психологія*. 2004. № 3(5). С. 3–21.

21. Національна стратегія розвитку фінансової грамотності до 2030 року. URL: <https://talan.bank.gov.ua/uploads/files/nbu-strategy-fingramotnosti-2030-compressed.pdf?v=6>.
22. Нікітіна О. П. Психологія грошей: особистісно-віковий аспект : монографія. Харків, 2013. 233 с.
23. Оляницька Ю. М. Суб'єктивне благополуччя людей похилого віку: чинники впливу та способи підтримки. *Актуальні проблеми психології*. С. 135–146.
24. Отич Д., Чабан І. Психологічні особливості суб'єктивного благополуччя осіб дорослого віку. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2022. Вип. 18(63). С. 32–42.
25. Паршак О. І. Вплив соціально-демографічних та організаційно-професійних характеристик персоналу комерційних організацій на його оцінку способів отримання грошей. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № 1 (16). С. 64–73.
26. Паршак О. І. Психологічні особливості ставлення до грошей персоналу комерційних організацій : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10. Київ, 2021. 300 с.
27. Пахоль Б. Є. Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники. *Український психологічний журнал*. 2017. № 1. С. 80–104.
28. Пуденко І. В. Теорії та моделі суб'єктивного благополуччя: класичні й сучасні підходи. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. Вип. 4(6). С. 84–89.
29. Савчук Н. В. Соціокультурний сенс фінансової грамотності. *Методологія та технологія сучасного філософського пізнання* : матеріали VI Міжнародної наукової конференції (Одеса, 20–21 травня 2022 р.). Одеса, 2022. С. 113–116.
30. Сердюк Л. З. Психологія мотивації учіння майбутніх фахівців: системно-синергетичний підхід : монографія. Київ : Університет «Україна», 2012. 323 с.

31. Сімків М. Соціально-психологічні аспекти ставлення до грошей. *Соціо-гуманітарні проблеми людини*. 2010. № 5. С. 209–217.
32. Сімків М. В. Модифікований варіант методики А. Фернема «Шкала грошових уявлень та поведінки». *Освіта регіону*. 2012. № 2. С. 295–301.
33. Скрипаченко Т. В. Психологічні особливості ставлення до грошей як чинник суб'єктивного благополуччя особистості. *Габітус*. 2025. Вип. 71. С. 229–234.
34. Смовженко Т. С., Кузнєцова А. Я. Фінансова грамотність населення та її вплив на розвиток економіки України. *Регіональна економіка*. 2013. № 2. С. 34–42.
35. Стаднік А. В., Мельник Ю. Б. Шкала задоволеності життям : метод. посіб. (укр. версія). Харків : ХОГОКЗ, 2023. 8 с. DOI: <https://doi.org/10.26697/sri.krpochn/stadnik.melnyk.3.2023>.
36. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. Київ : Марич, 2009. 73 с.
37. Фінансова грамотність, фінансова інклюзія та фінансовий добробут в Україні у 2021 : звіт за результатами дослідження / USAID. Київ, 2021.
38. Харитинський А. А. Психологічний зміст поняття суб'єктивного благополуччя особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 3-4 (27). С. 149–159.
39. Чепелєва Н. В., Смульсон М. Л. та ін. Самопроекування особистості у дискурсивному просторі : монографія. Київ : Педагогічна думка, 2016. 232 с.
40. Швалб Ю. М. Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості : монографія. Київ-Львів : Видавець Вікторія Кундельська, 2021.
41. Baltes P. B., Staudinger U. M. Wisdom: A metaheuristic (pragmatic) to orchestrate mind and virtue toward excellence. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55(1). P. 122–136.
42. Bandura A. Self-efficacy: The exercise of control. New York : W.H. Freeman, 1997. 604 p.

43. Cooke P. J., Melchert T. P., Connor K. Measuring Well-Being: A Review of Instruments. *The Counseling Psychologist*. 2016. Vol. 44(5). P. 730–757.
44. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984. Vol. 95, No. 3. P. 542–575.
45. Erikson E. H. *The Life Cycle Completed*. New York : W.W. Norton & Company, 1998. 134 p.
46. Furnham A., Argyle M. *The psychology of money*. New York : Routledge, 1998.
47. Horn J. L., Cattell R. B. Age differences in fluid and crystallized intelligence. *Acta Psychologica*. 1967. Vol. 26. P. 107–129.
48. Horvat T. Y., Dub M. I., Vchoryshnya A. I. Psychologically driven determinants of financial motivation of personality. *Kyiv Economic Journal*. 2025. No. 8. P. 5–12.
49. Jung C. G. *Modern Man in Search of a Soul*. London : Routledge, 2001. 244 p.
50. Klontz B., Britt S. L., Archuleta K. L. *Financial Psychology*. New York : Springer, 2016. 436 p.
51. Labouvie-Vief G. Dynamic integration: Affect, cognition, and the self in adulthood. *Current Directions in Psychological Science*. 2003. Vol. 12(6). P. 201–206.
52. Levinson D. J. *The Seasons of a Man's Life*. New York : Ballantine Books, 1978. 363 p.
53. Lusardi A., Mitchell O. S. Financial Literacy and Financial Independence at Older Ages. *Journal of Pension Economics and Finance*. 2011. Vol. 10(4). P. 589–603.
54. Ryan R. M., Deci E. L. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*. 2001. Vol. 52. P. 141–166.
55. Ryan R. M., Deci E. L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 2000. Vol. 55(1). P. 68–78.

56. Ryff C. D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 57. P. 1069–1081.
57. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69, No. 4. P. 719–727.
58. Tang T. The meaning of money revisited. *Journal of Organizational Behavior*. 1992. No. 13. P. 197–202.
59. The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener / Ed. by E. Diener. *Social Indicators Research Series*. 2009. Vol. 37. 274 p.
60. Xu L., Zia B. Financial literacy, financial security and happiness: The mediating role of financial self-efficacy. *International Review of Economics*. 2012. Vol. 59. P. 219–242.
61. Zaiats V. Financial behavior of households in the context of their resilient development. *Demography and Social Economy*. 2024. No. 1 (55). P. 41–56.
62. Zhu S., Ma D. Financial Mindfulness and Subjective Well-being: The Mediating Role of Financial Anxiety. *Journal of Happiness Studies*. 2022. Vol. 23. P. 1125–1143.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Модифікована шкала суб'єктивного благополуччя БіБіСі»
(The Modified BBC Subjective Well-being Scale (BBC-SWB)) (Р. Pontin, М. Schwannauer, S. Tai, М. Kinderman, адаптація Л.М. Карамушки, К.В. Терещенко, О.В. Креденцер)

Інструкція для учасників дослідження

Дайте відповідь на наведені нижче запитання, використовуючи шкалу (поставте «+» у відповідній комірці).

Текст опитувальника

Зовсім ні	Трохи	Середньо	Дуже сильно	Надзвичайно сильно
1	2	3	4	5

1. Чи задоволені Ви своїм фізичним здоров'ям?
2. Чи задоволені Ви якістю свого сну?
3. Чи задоволені Ви своєю здатністю виконувати свою повсякденну життєву активність?
4. Чи відчуваєте Ви депресію або тривогу?
5. Чи відчуваєте Ви здатність насолоджуватися життям?
6. Чи вважаєте Ви, що у Вас є мета в житті?
7. Чи відчуваєте Ви оптимізм з приводу майбутнього?
8. Чи відчуваєте Ви, що контролюєте своє життя?
9. Чи відчуваєте Ви задоволення собою як особистістю?
10. Чи задоволені Ви своєю зовнішністю і зовнішнім виглядом?
11. Чи відчуваєте Ви, що в змозі прожити своє життя так, як хочете?
12. Чи впевнені Ви в своїх власних думках і переконаннях?
13. Чи відчуваєте Ви себе в змозі робити те, що Ви хочете робити?

14. Чи відчуваєте Ви себе в змозі рости і розвиватися як особистість?
15. Чи задоволені Ви собою і своїми досягненнями?
16. Чи задоволені Ви своїм особистим і сімейним життям?
17. Чи щасливі Ви у Ваших дружніх і особистих відносинах?
18. Чи комфортно Ви почуваєтесь стосовно того, як Ви ставитеся до інших і спілкуєтеся з іншими?
19. Чи задоволені Ви своїм сексуальним життям?
20. Чи в змозі Ви звернутися за допомогою з проблемою?
21. Чи щасливі Ви, що у Вас є достатньо грошей, щоб задовольнити Ваші потреби?
22. Чи задоволені Ви вашими можливостями для занять спортом / відпочинку?
23. Чи задоволені Ви своїм доступом до медичних послуг?
24. Чи задоволені Ви своєю здатністю працювати?

Ключ для обробки даних

Опитувальник включає три субшкали: «психологічне благополуччя», «фізичне здоров'я та благополуччя» та «стосунки». Всі запитання, окрім пункту №4, мають прямий порядок нарахування балів, запитання №4 – зворотний. Загальний показник суб'єктивного благополуччя рахується як сумарний бал по всіх пунктах методики. Мінімальний показник суб'єктивного благополуччя дорівнює 24 балам, максимальний показник дорівнює 120 балам. Показники по субшкалах розраховуються як сумарні бали по відповідних пунктах методики:

Субшкала «психологічне благополуччя» – пункти №№ 4-15.

Субшкала «фізичне здоров'я та благополуччя» – пункти №№ 1-3, 21-24.

Субшкала «стосунки» – пункти №№ 16-20.

Отримані показники порівнюються з нормативними.

Додаток Б

Шкала задоволеності життям (адаптована Стаднік А. В., Мельник Ю. Б.)

Опитування проводиться з метою дослідження особистого самопочуття.

Опитування є добровільним і анонімним.

Анкета містить питання про те, як Ви відчували себе протягом останнього тижня.

За кожним питанням слід обрати один варіант відповіді (1-7). Відповіді мають бути на всі питання.

1. В основному моє життя близько до ідеалу.

- 1 - повністю не погоджуюся;
- 2 - не погоджуюся;
- 3 - скоріше не погоджуюся;
- 4 - дещо середнє;
- 5 - скоріше згоден/згодна;
- 6 - згоден/згодна;
- 7 - повною мірою згоден/згодна.

2. Обставини мого життя виключно сприятливі.

- 1 - повністю не погоджуюся;
- 2 - не погоджуюся;
- 3 - скоріше не погоджуюся;
- 4 - дещо середнє;
- 5 - скоріше згоден/згодна;
- 6 - згоден/згодна;
- 7 - повною мірою згоден/згодна.

3. Я повністю задоволений своїм життям.

- 1 - повністю не погоджуюся;

- 2 - не погоджуюся;
- 3 - скоріше не погоджуюся;
- 4 - дещо середнє;
- 5 - скоріше згоден/згодна;
- 6 - згоден/згодна;
- 7 - повною мірою згоден/згодна.

4. У мене є в житті те, що мені по-справжньому потрібно.

- 1 - повністю не погоджуюся;
- 2 - не погоджуюся;
- 3 - скоріше не погоджуюся;
- 4 - дещо середнє;
- 5 - скоріше згоден/згодна;
- 6 - згоден/згодна;
- 7 - повною мірою згоден/згодна.

5. Якщо я почав життя з початку - залишив би як є.

- 1 - повністю не погоджуюся;
- 2 - не погоджуюся;
- 3 - скоріше не погоджуюся;
- 4 - дещо середнє;
- 5 - скоріше згоден/згодна;
- 6 - згоден/згодна;
- 7 - повною мірою згоден/згодна.

Модифікований варіант методики А. Фернема «Шкала грошових уявлень та поведінки» (адаптована Сімків М.)

Інструкція. Просимо Вас відповісти на 47 запитань. Вони спрямовані на визначення Вашого ставлення до грошей. Оцініть їх за 5 – ти бальною шкалою, залежно від того, наскільки Ви згодні чи не згодні з ними.

- 1 — повністю не згідний;
- 2 — не згідний;
- 3 — займаю нейтральну позицію;
- 4 — згідний;
- 5 — повністю згідний.

«Хороших» чи «поганих» відповідей немає. Результати будуть використані лише в наукових цілях.

1. Я часто купую непотрібні мені речі або ті, які не хочу купувати, тільки тому, що їх стало менше у продажу або на них є знижка.
2. Інколи я купую речі, яких не потребую або які не хочу купувати, тільки тому, що вони модні і щоб справити враження на інших.
3. Навіть якщо у мене достатньо грошей, я відчуваю провину, коли витрачаю гроші на необхідні речі, наприклад, одяг.
4. Щоразу, коли я роблю покупку, я знаю, що люди використовують мене.
5. Я часто витрачаю гроші на інших, навіть безглуздо (бездумно), проте дуже неохоче на себе.
6. Я часто кажу: «Не можу собі цього дозволити», незалежно від того, чи так це є насправді.
7. Я завжди знаю, скільки грошей у моєму гаманці чи кишені з точністю до копійки.
8. Я часто маю труднощі, коли приймаю рішення щодо грошових витрат, незалежно від суми.

9. Я відчуваю необхідність сперечатись або торгуватись стосовно ціни майже всього, що я купую.
10. Якщо б я мав вибір, я б надав перевагу щотижневій, а не щомісячній оплаті праці.
11. Я завжди знаю, скільки грошей лежить на моєму рахунку в банку.
12. Якщо в кінці місяця (тижня) у мене залишаються гроші, я почуваю себе некомфортно,
доки все не витрачу.
13. Я інколи «кую» дружбу: я дуже щедрий/ щедра з тими, кому хочу сподобатись.
14. Я часто почуваю себе «нижче» тих людей, у кого більше грошей, навіть якщо я знаю, що вони нічого не зробили для того, щоб їх отримати.
15. Я часто використовую гроші в якості зброї, щоб керувати або залякати тих, хто мені заважає.
16. Інколи я відчуваю свою перевагу над тими людьми, у кого менше грошей, незалежно від їхніх здібностей та досягнень.
17. Я твердо переконаний, що гроші можуть вирішити всі мої проблеми.
18. Коли мене запитують про моє фінансове становище, я зазвичай відчуваю тривогу і займаю захисну позицію.
19. Коли я щось купую, я в першу чергу думаю про ціну.
20. Я вважаю, що запитувати людину про її зарплату некультурно.
21. Я почуваю себе невдахою (дурнем), коли заплатив за будь – що більше, ніж сусід.
22. Я вважаю за краще накопичувати гроші, оскільки у будь – який момент може щось трапитись, і мені потрібна буде готівка.
23. Скільки би я не зекономив, завжди буде мало.
24. Я вважаю, що гроші — це єдине, на що можна розраховувати.
25. Що стосується того, що можна купити за гроші, я вважаю: купити можна рівно стільки, за скільки заплачено.
26. Я вважаю, що гроші дають людині велику владу.

27. Я завжди вчасно оплачую рахунки (за телефон, воду, електроенергію та ін.).
28. На мою думку, час, який не використаний на «заробляння грошей», є змарнованим.
29. Я інколи оплачую рахунок у ресторані чи магазині, навіть якщо мені здається, що мене обрахували, оскільки я боюся викликати гнів офіціанта або продавця.
30. Якщо мені заборгували гроші, я боюсь нагадувати про це.
31. Я не люблю позичати гроші в інших (за винятком банку) і беру в борг лише в ситуації абсолютної необхідності.
32. Я вважаю, що краще не давати грошей у борг.
33. Мої фінансові справи є кращими, ніж думає більшість моїх друзів.
34. Я готовий практично на все в рамках закону, тільки б було достатньо грошей.
35. Я вважаю, що краще тратити гроші на речі довготривалого використання, а не на товари, які швидко псуються (продукти харчування, квіти).
36. Я горджусь своїми фінансовими успіхами — зарплатою, багатством, інвестиціями та ін., нехай мої друзі про це знають.
37. Мої фінансові справи гірші, ніж думає про це більшість моїх друзів.
38. У більшості моїх друзів грошей менше, ніж у мене.
39. Я вважаю, що приховувати подробиці мого фінансового становища від друзів та родичів — це розсудливо.
40. Гроші часто стають причиною суперечок з моїм партнером (чоловіком/дружиною, коханим/коханою).
41. Я вважаю, що мій теперішній дохід набагато нижчий від того, який я заслуговую на цій роботі.
42. Я вважаю, що я погано контролюю своє фінансове становище і не можу його змінити.
43. Я думаю про гроші набагато частіше, ніж більшість знайомих мені людей.
44. Я постійно хвилююсь за своє фінансове становище.
45. Я часто фантазую про гроші і про те, що з ними можна зробити.
46. Я горджусь своїм умінням економити гроші.
47. В Україні людей порівнюють за кількістю грошей.

Додаток Г

**Результати дослідження за методикою «Модифікована шкала
суб'єктивного благополуччя БІБІСІ»**

№	Вік	Стать	Освіта	Зайнятість	Кількість балів			
					Психологічне благополуччя	Фіз здоров'я	Стосунки	Загальний
1	44	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	37	20	13	70
2	35	Чоловіча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Тимчасово не працюю / Домогосподар(ка)	42	24	16	82
3	42	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	46	29	19	94
4	50	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	53	29	20	102
5	54	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	28	16	10	54
6	38	Чоловіча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Тимчасово не працюю / Домогосподар(ка)	37	19	14	70
7	40	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Власник бізнесу / ФОП / Самозайнятий	45	27	17	89
8	52	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	36	22	16	74
9	57	Чоловіча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Пенсіонер (працюючий)	35	21	16	72
10	53	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	33	17	19	69
11	38	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	42	21	18	81
12	48	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Власник бізнесу / ФОП / Самозайнятий	39	21	18	78
13	47	Жіноча	Середня / Середня спеціальна	Власник бізнесу / ФОП / Самозайнятий	23	11	9	43
14	44	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	29	12	15	56
15	57	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	39	22	16	77
16	35	Чоловіча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	34	23	13	70

17	48	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Власник бізнесу / ФОП / Самозайнятий	46	26	21	93
18	56	Жіноча	Середня / Середня спеціальна	Власник бізнесу / ФОП / Самозайнятий	26	18	17	61
19	54	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	34	19	10	63
20	52	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	31	16	15	62
21	54	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	36	18	15	69
22	43	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	36	17	15	68
23	52	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	39	18	14	71
24	43	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	44	24	21	89
25	53	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	34	15	11	60
26	57	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	37	20	19	76
27	40	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Власник бізнесу / ФОП / Самозайнятий	54	27	21	102
28	37	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	43	27	16	86
29	42	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Найманий працівник	36	23	19	78
30	38	Жіноча	Повна вища (магістр, спеціаліст)	Власник бізнесу / ФОП / Самозайнятий	41	21	15	77

Додаток Д

Результати дослідження за методикою «Шкала задоволеності життям»

Номер участника	Бал за шкалою
1	22
2	21
3	26
4	29
5	14
6	15
7	27
8	18
9	15
10	19
11	24
12	27
13	18
14	13
15	22
16	21
17	26
18	17
19	19
20	16
21	15
22	18
23	14
24	25
25	16
26	27
27	27
28	20
29	25
30	21

Результати дослідження за методикою оцінки фінансової грамотності
OECD/INFE

Номер участника	Кількість балів			
	Знання	Поведінка	Ставлення	Всього
1	5	6	2	13
2	7	8,5	3	18,5
3	5	7	3	15
4	7	6	4	17
5	6	7	4	17
6	7	4,5	3	14,5
7	7	7	4	18
8	5	6,5	3	14,5
9	6	6	3	15
10	3	9	5	17
11	5	5	3	13
12	5	6,5	3	14,5
13	4	7,5	2	13,5
14	6	6,5	4	16,5
15	5	7,5	3	15,5
16	7	7	4	18
17	6	6	3	15
18	7	6,5	3	16,5
19	6	8	3	17
20	3	5,5	3	11,5
21	7	6,5	4	17,5
22	6	5,5	3	14,5
23	6	5,5	4	15,5
24	5	5	3	13
25	6	8	3	17
26	5	6	4	15
27	3	9	3	15
28	6	8	3	17
29	7	9	4	20
30	4	6	3	13

Результати дослідження за методикою «Шкала грошових уявлень та поведінки»

Номер учасника	Кількість балів за факторами			
	Грошова одержимість	Влада	Економність	Неадекватна поведінка з грошима
1	50	16	27	36
2	53	22	43	30
3	34	20	36	27
4	40	17	40	19
5	50	20	42	37
6	49	22	35	31
7	49	24	42	23
8	42	20	37	31
9	42	20	37	27
10	31	16	42	27
11	45	21	39	27
12	51	18	41	26
13	28	16	29	24
14	40	18	37	30
15	41	22	45	38
16	37	18	39	28
17	27	16	38	27
18	43	17	37	29
19	46	22	40	31
20	38	15	31	27
21	38	13	34	18
22	43	19	34	29
23	43	19	37	29
24	49	24	44	32
25	47	21	43	31
26	44	22	45	35
27	42	25	35	17
28	48	24	38	27
29	44	22	41	25
30	49	19	26	25