

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
СХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені ВОЛОДИМИРА ДАЛЯ

КУРОВА АНАСТАСІЯ ВОЛОДИМИРІВНА

УДК 316.6: 364.628-053.6 (043.3)

**ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ В УМОВАХ
НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ЙОГО ЗБЕРЕЖЕННЯ**

19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи

053 – Психологія

РЕФЕРАТ
дисертації на здобуття наукового ступеня
доктора психологічних наук



Київ – 2023

Дисертацією є рукопис

Робота виконана в Східноукраїнському національному університеті імені Володимира Даля МОН України, кафедра практичної психології та соціальної роботи, м. Київ.

Науковий консультант: доктор психологічних наук, професор
Кононенко Оксана Іванівна,
Одеський національний університет
імені І.І. Мечникова МОН України,
кафедра соціальної психології, завідувач.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Борисюк Алла Степанівна,
Буковинський державний медичний університет,
кафедра психології та філософії, завідувач;

доктор психологічних наук, професор
Бурлакова Ірина Анатоліївна,
Державний університет «Житомирська
політехніка», кафедра психології
та соціального забезпечення, професор;

доктор психологічних наук, доцент
Добровольська Наталія Анатоліївна,
Таврійський національний університет імені
В.І. Вернадського, загальноузівська кафедра
фізичного виховання, спорту і здоров'я людини,
завідувач.

Захист відбудеться «11» листопада 2023 року о 12.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 29.051.11 Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля МОН України за адресою: 01042, м. Київ, вул. Іоанна Павла II, 17, ауд. 401.

Із дисертацією можна ознайомитися на офіційному сайті університету <https://snu.edu.ua/index.php/science/spetsializovani-vcheni-rady-iz-zahystu-dysertatsij-d-29-051-11/> та у науково-технічній бібліотеці Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля МОН України за адресою: 01042, м. Київ, вул. Іоанна Павла II, 17.

Реферат розісланий «10» жовтня 2023 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради



Г.М. Побокіна

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. У постійно змінюваних соціальних, економічних, політичних умовах з їх об'єктивною та/або суб'єктивною нестабільністю стає затребуваним тип особистості, здатної до автономного функціонування та якісно нової стратегії комунікації. Поряд із цим, у ситуаціях вимушеної міграції, безробіття, дистанціювання сімей реальні можливості подолання деструктивних соціально-психологічних, емоційних станів та збереження психологічного здоров'я можуть реалізуватися лише у тих суб'єктів, для яких головним орієнтиром індивідуального та соціального функціонування стає пошук смислів того, що відбувається у сьогоденні і здатних спрогнозувати майбутнє. Особливої актуальності ці питання набувають для молоді.

Крім того, дослідницької уваги потребує розгляд семантичного наповнення поняття «невизначеність», яке є багатозначним, що дозволяє екстраполювати його на соціально-психологічні феномени. Констатовано, що у психології різні аспекти невизначеності традиційно пов'язуються зі здатністю до побудови рефлексивного проєкту власного майбутнього (A. Brief, H. Courtney, J. Kirkland, R. Schuler, M. van Sell, J. Sidanus, P. Viguerie) та репрезентації ширшого спектру образів можливого майбутнього, аніж ті, які можуть бути реалізовані гарантовано (W. Gudikunst).

Разом із тим, численні теоретико-емпіричні дослідження свідчать про інтерес до проблеми психологічного здоров'я, але існуючі у психологічній науці дані не розкривають його особливостей у молоді в умовах невизначеності.

Стан розробки проблеми дослідження. З'ясовано, що у дослідженнях умов невизначеності виділяються такі напрямки: вивчення толерантності до невизначеності у міжособистісних стосунках (S. Ashford, N. Bennett, C. Berger, D. Herold); проблема стійкості особистості до умов невизначеності в організаційній діяльності (R. Kahn, J. March, J. Olsen, R. Quinn, J. Snoek, D. Wolfe); особливості індивідуального ставлення до невизначеності як особистісної характеристики (S. Bochner, A. Brief, S. Budner, E. Frenkel-Brunswik, R. Schuler, M. van Sell, K. Stoycheva); прийняття особистістю рішень в умовах невизначеності (D. Kahneman, P. Slovic, A. Tversky); виявлення рівня невизначеності як параметру культури (в тому числі корпоративної) та її вплив на особистість (J. Block, M. Bond, W. Gudikunst, G. Hofstede, C. Luk, J. Sidanus); вивчення особливостей формування корпоративної культури та корпоративного іміджу в умовах невизначеності (M. Bond, G. Hofstede, C. Luk); індивідуальні стратегії поведінки в ситуаціях невизначеності (H. Courtney, P. Clampitt, B. DeKoch, K. Kellerman, J. Kirkland, R. Reynolds, P. Viguerie).

Встановлено, що сучасні вітчизняні вчені, розвиваючи концепції впливу умов невизначеності на соціальний розвиток особистості, пропонують прогресивні підходи. Зокрема, особливої актуальності набуває вивчення психологічного здоров'я, як соціального результату переживання та переусвідомлення особистістю свого життєвого досвіду в умовах невизначеності (А. Борисюк, І. Бурлакова, Н. Добровольська, О. Загородня, М. Савчин, О. Сергієні, Ж. Сидоренко, Н. Чепелева, Т. Шипелик та ін.). З'ясовано, що увага дослідників здебільшого присвячена вивченню співвідношення категорій психологічного та психічного здоров'я (М. Андрос, О. Двіжона, М. Корольчук, О. Чабан, О. Шпортун, В. Штифурак та ін.), домінуючих емоційних та особистісних станів психологічно здорової людини (О. Блискун, Л. Журавльова, О. Лосієвська, С. Максименко та ін.), структури психологічного здоров'я (І. Бурлакова, Л. Засекіна, Г. Побокіна та ін.), комунікативних, морально-етичних та духовних чинників формування психологічного здоров'я особистості (О. Бохонкова, С. Гарькавець, О. Кононенко, М. Тимофієва та ін.), психологічного здоров'я як основи соціальної активності (Н. Завацька, І. Коцан, О. Лісова, Г. Ложкін, М. Мушкевич, Л. Пілецька та ін.), прийомів та методів підтримки психосоматичного здоров'я (В. Бочелюк, В. Корнієнко, М. Тоба, Р. Шевченко та ін.), психологічного здоров'я як критерію внутрішньої свободи та адаптивності (І. Галецька, Ю. Завацький, О. Загородня та ін.) та умов професійного розвитку особистості (А. Борисюк, З. Ковальчук, Л. Онуфрієва, О. Шевяков та ін.) та ін.

У контексті дослідження психологічного здоров'я в умовах невизначеності особливий інтерес викликає підхід до молоді як особливої соціально-демографічної групи (І. Андрійчук, Ю. Гетьманенко, І. Ільницька, В. Кравченко, М. Перепелиця, О. Талько, І. Тимош, О. Шевченко та ін.).

Відтак, виникає актуальна потреба переосмислення засад психологічного здоров'я, представлених у сучасних зарубіжних та вітчизняних наукових школах, та визначення особливостей психологічного здоров'я молоді і технологій його збереження в умовах невизначеності.

Отже, актуальність вирішення означеної проблематики, її складність, багатогранність та недостатнє розроблення теоретичних й практичних аспектів у спрямованості до сучасної ситуації в Україні, а також соціальна значущість, зумовили вибір теми дисертаційного дослідження *«Психологічне здоров'я молоді в умовах невизначеності та технології його збереження»*.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційне дослідження виконане у межах комплексних науково-дослідних тем кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля «Соціокультурні та психологічні аспекти адаптації особистості в сучасному соціумі», «Соціально-психологічні основи розвитку адаптаційного потенціалу особистості засобами

інноваційних психотехнологій в умовах трансформаційних змін сучасного суспільства». Тему дисертаційного дослідження затверджено Вченою радою Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (протокол № 4 від 26 листопада 2021 р.).

Об'єкт дослідження – психологічне здоров'я молоді.

Предмет дослідження – психологічне здоров'я молоді в умовах невизначеності та технології його збереження.

Мета дослідження – науково обґрунтувати соціально-психологічну концепцію психологічного здоров'я молоді та розкрити змістовно-процесуальні засади технологій його збереження в умовах невизначеності.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретико-методологічний аналіз підходів до вивчення проблеми психологічного здоров'я молоді у науковій літературі та з'ясувати стан її розробки.

2. Визначити концептуальні засади дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та соціально-психологічних технологій його збереження.

3. Виокремити і охарактеризувати соціально-психологічні предиктори психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

4. З'ясувати особливості структури та побудови моделі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

5. Виявити та емпірично дослідити провідні ознаки психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності в онто- та соціогенезі.

6. Провести диференціацію стратегій збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

7. Обґрунтувати необхідність застосування технологічного підходу до збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та довести його ефективність.

Теоретико-методологічну основу дослідження становили: принципи системного (С. Гарькавець, А. Коваленко, Г. Костюк, І. Пасічник, О. Хохліна та ін.), особистісного (Н. Добровольська, Є. Карпенко, О. Лосієвська, С. Максименко, А. Маслоу та ін.), синергетичного (Ю. Бохонкова, Ю. Калюжна, А. Кононенко, І. Попович, Л. Спицька та ін.), генетичного (З. Ковальчук, С. Максименко та ін.) підходів в психології; положення теорії невизначеності (С. Максименко), теорії суб'єктно-діяльнісної активності як умови еволюції особистості (Л. Велитченко, Є. Головаха, А. Левенець, І. Пасічник, Л. Пілецька, В. Подшивалкіна, Л. Сохань та ін.), теорії становлення особистості на різних вікових етапах життя (В. Бочелюк, Н. Завацька, С. Максименко, М. Тоба та ін.), теорії ортобіозу особистості (О. Богучарова, Н. Борисенко, А. Борисюк, І. Бурлакова, В. Ворожбіт-Горбатюк, О. Кононенко, Н. Родіна та ін.); положення суб'єктно-вчинкової парадигми (О. Блискун, Ю. Завацький, З. Карпенко, М. Папуча, Т. Сватенкова,

В. Татенко та ін.); основні положення позитивної психології (Ed. Diener, M. Gallagher, S. Lopez, C. Peterson, M. Seligman); методологічні положення і принципи активного соціально-психологічного навчання та допомоги молоді в умовах сучасного соціуму (В. Бочелюк, Н. Добровольська, С. Гарькавець, А. Кононенко, О. Кононенко, Н. Максимова, Р. Шевченко, Т. Яценко та ін.).

Для досягнення поставленої мети та розв'язання висунутих завдань використано комплекс **методів дослідження**:

– *теоретичні*, що застосовувалися для визначення напрямів та концептуальних засад дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності: порівняльний, системно-структурний методи та метод наукового спостереження.

– *емпіричні*, що застосовувалися для дослідження особливостей психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та технологій його збереження: констатувальний та формувальний експерименти, есе та напівструктуроване інтерв'ю, психодіагностичний метод (опитувальник Р. Кеттелла (16-PF, R. Cattell); опитувальник самоактуалізації особистості (САМОАЛ) Е. Шострома в адаптації А. Лазукіна, Н. Каліної; багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» А. Маклакова, С. Чермяніна; методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі; тест-опитувальник вольового самоконтролю О. Зверкова, Е. Ейдемана; опитувальник «Мотивація до успіху та страху невдач» А. Реана; методика «Рівень суб'єктивного контролю» Є. Бажина, Є. Голинкіної, О. Еткінда; тест-опитувальник довільного самоконтролю Г. Нікіфорова, В. Васильєва, С. Фірсової; шкала оптимізму та активності (ШОА) (Н. Водоп'янова, М. Штейн, адаптація Cross-Cultural Comparison of Arousalability and Optimism Scale I. Shuller, A. Comunian); опитувальник вербальної діагностики самооцінки особистості (СО) М. Фетискіна, В. Козлова, Г. Мануйлова);

– *методи математичної обробки даних* із їх подальшою якісною інтерпретацією та змістовним узагальненням. Статистична обробка даних і графічна презентація результатів дослідження здійснювалася за допомогою пакета статистичних програм SPSS (версія 20.0).

Організація і база дослідження. Дослідження проводилось на базі закладів вищої освіти різних регіонів України: Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (м. Київ), Одеського національного університету імені І.І. Мечникова, Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара, Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського, Одеського вищого професійного училища автомобільного транспорту, а також підприємств національного виробника в Україні: Одеських відділень № 1-3 Акціонерного Товариства «Ідея Банк» (Idea Bank), Громадської організації «Одеська обласна організація медико-психолого-педагогічної допомоги

«Здорове суспільство», Комунального некомерційного підприємства «Дитячий консультативно-діагностичний центр імені академіка Б.Я. Резніка» (м. Одеса).

У дослідженні взяли участь 300 респондентів (100 чоловіків у віці 18-30 років та 200 жінок у віці 19-30 років). Вибірка була репрезентативною щодо ключових для емпіричного дослідження змінних і основних характеристик психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Дослідження проводилося у три етапи в період з 2019 р. по 2023 р.

На *I (підготовчому) етапі* конкретизовано напрями дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності, уточнено напрями наукового пошуку та тему, відібрано емпіричну базу психодіагностичного дослідження, обґрунтовано вибірку респондентів, сформульовано робочі припущення, відібрані валідні та надійні психодіагностичні методики та створено цілісну стратегію дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

На *II (психодіагностичному) етапі* здійснено збір емпіричного матеріалу, виокремлено і охарактеризовано соціально-психологічні предиктори та особливості психологічного здоров'я молоді, досліджено особливості структури та побудови ієрархічної моделі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності, виявлено та емпірично досліджено провідні ознаки психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності в онто- та соціогенезі.

На *III (аналітико-інтерпретаційному) етапі* зроблено математико-статистичну та якісну інтерпретацію отриманих даних, проведено диференціацію стратегій збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та обґрунтовано необхідність застосування технологічного підходу до збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Надійність і вірогідність результатів дослідження забезпечено методологічним обґрунтуванням вихідних теоретичних позицій, використанням взаємодоповнювальних методів, що відповідають меті та завданням дослідження, репрезентативністю вибірки, поєднанням кількісних та якісних методів аналізу отриманих емпіричних даних, використанням методів математичної статистики.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження полягає у тому, що:

– *вперше: визначено* концептуальні теоретико-методологічні засади дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та соціально-психологічних технологій його збереження; *виділено* основні соціально-психологічні предиктори та особливості психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (суб'єктивне благополуччя, оптимістична спрямованість особистості та ін.); *виокремлено* структурні елементи психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (адаптивність,

розвинені навички довільного самоконтролю поведінки, адекватне переживання власних успіхів та невдач, інтернальна локалізація відповідальності за значущі події власного життя); *визначено* рівні розвитку адаптаційних здібностей як компонента психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (*високий* – здійснена адаптація до умов невизначеності, високий рівень психологічного здоров'я; *середній* – потенційний компонент адаптації та психологічного здоров'я в умовах невизначеності; *низький* – дезадаптація до умов невизначеності та низький рівень психологічного здоров'я); *розроблено та операціоналізовано* моделі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності в онто- та соціогенезі (трифакторну модель психологічного здоров'я студентської молоді в умовах невизначеності (емоційно-вольові особливості; параметри самоактуалізації (підтримка та опора); типи міжособистісних стосунків (доброзичливість та підпорядкованість)); трифакторну модель психологічного здоров'я працюючої молоді в умовах невизначеності (локус контролю (відповідальність); особливості емоційно-вольового самоконтролю; параметри самоактуалізації (чутливість до себе, прийняття своїх переживань і потреб)); *виокремлено та емпірично підтверджено* показники, пов'язані зі складовими стратегій підтримки психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (локус контролю, самоактуалізація, ціннісні орієнтації, креативність, активність, часова спрямованість); *визначено та проведено диференціацію* соціально-психологічних стратегій збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (екзогенна (екстернальна) і ендогенна (інтернальна); самоактуалізації та маніпуляції; активна (кар'єрна) і пасивна (рефлексивно-приспосувальна); креативності та звичайності; функціонально-дієва (сьогодення), споглядально-рефлексивна (минуле) і творчо-перетворююча (майбутнє) та стратегії керування цінностями, що призводять до внутрішньої гармонії або відсутність керування цінностями, дисгармонія); *укладено* психологічні портрети молоді з різними стратегіями збереження психологічного здоров'я в умовах невизначеності; *обгрунтовано* доцільність застосування *та доведено ефективність* технологічного підходу до збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності;

– *поглиблено та уточнено*: уявлення про сучасні підходи до вивчення феномену невизначеності; про соціально-психологічну сутність збереження психологічного здоров'я молоді та його змістовні й структурні особливості в умовах невизначеності;

– *отримало подальший розвиток*: положення про соціально-психологічний зміст категорії невизначеності, що має негативні (проблеми із випереджальною функцією психіки, нездатність передбачати динаміку розвитку ситуації, втрата контролю над подіями життя) та позитивні (можливості множинних виборів та стратегій збереження психологічного здоров'я) аспекти.

Практичне значення дослідження полягає у можливості використання методичного інструментарію при проведенні системних досліджень психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності; визначенні провідних стратегій збереження психологічного здоров'я молоді та їх використання у психологічній, педагогічній, медичній практиці з метою покращення якості життя та розвитку здатності молодих людей до прийняття рішення й обрання оптимальних стратегій поведінки в умовах невизначеності, спрямованих на збереження та підтримку належного рівня психологічного здоров'я, просоціальної активності. Результати дисертаційного дослідження можуть бути також реалізовані у практиці психологічного консультування молоді, організації її підготовки до соціально корисної, зокрема, волонтерської діяльності та використані в освітньому процесі підготовки здобувачів вищої освіти.

Результати дослідження **впроваджено** в освітній процес Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (м. Київ) (довідка № 479/15.16 від 27.06.2023 р.), Одеського національного університету імені І.І. Мечникова (довідка № 171/23 від 20.06.2023 р.), Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (довідка № 1127/26 від 27.06.2023 р.), Одеського вищого професійного училища автомобільного транспорту (довідка № 25 від 29.06.2023 р.), Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара (довідка № 168/15 від 03.07.2023 р.), Інституту спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка НАПН України (довідка № 2-07/178 від 06.07.2023 р.) та у роботу Одеських відділень № 1-3 Акціонерного Товариства «Ідея Банк» (Idea Bank) (довідка № 218/20.2 від 16.06.2023 р.), Громадської організації «Одеська обласна організація медико-психолого-педагогічної допомоги «Здорове суспільство» (довідка № 31/5 від 05.07.2023 р.), Комунального некомерційного підприємства «Дитячий консультативно-діагностичний центр імені академіка Б.Я. Резніка» (м. Одеса) (довідка № 23/9 від 15.06.2023 р.).

Особистий внесок авторки. Розроблені наукові положення та отримані емпіричні дані є самостійним внеском авторки у розробку проблеми визначення особливостей психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та технологій його збереження. В опублікованих зі співавторами працях доробок авторки становить 50%. Розробки та ідеї, що належать співавторам, у дисертації не використовуються.

Положення та висновки кандидатської дисертації на тему «Психологічні індивідуально-особистісні детермінанти суб'єктивного благополуччя майбутніх психологів» у докторській дисертації не використовуються.

Апробація результатів дослідження. Основні теоретичні та практичні положення дисертаційної роботи було представлено на науково-практичних конференціях різного рівня, зокрема *на міжнародних*: IV науковій конференції

«Модернізація освітньої системи: світові тенденції та національні особливості в умовах пандемії» (Каунас, Литва, 2021 р.), науково-практичній конференції «Наука та суспільне життя України в епоху глобальних викликів людства у цифрову еру» (Одеса, 2021 р.), науково-практичній конференції «Ключові питання наукових досліджень у сфері педагогіки та психології у XXI ст.» (Львів, 2022 р.), науково-практичній конференції «Педагогіка і психологія сьогодення: теорія та практика» (Одеса, 2022 р.), науково-практичній конференції «Традиції та новації у сфері педагогіки та психології» (Київ, 2022 р.), науково-практичній конференції «Інноваційні наукові дослідження у галузі педагогіки та психології» (Запоріжжя, 2022 р.), науково-практичній конференції «Соціально-психологічні ресурси особистості в екстремальних умовах» (Київ, 2022 р.), III науково-практичній конференції «Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір» (Одеса, 2022 р.), науково-практичній конференції «Європейський вибір України, розвиток науки та національна безпека в реаліях масштабної військової агресії та глобальних викликів XXI століття» (Одеса, 2022 р.), науковій конференції «Роль психології та педагогіки в духовному розвитку сучасного суспільства» (Рига, Латвійська Республіка, 2022 р.), XXXIII науково-практичній конференції «Trends in the development of science in the modern world» (Грац, Австрія, 2022 р.), VII науково-практичній конференції «Theoretical methods and improvement of science» (Бордо, Франція, 2022 р.), I науково-практичній конференції «Current issues of science and integrated technologies» (Мілан, Італія, 2023 р.), II науково-практичній конференції «Modern education using the latest technologies» (Лісабон, Португалія, 2023 р.), VIII науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі» (Кам'янець-Подільський, 2023 р.), науково-практичній конференції «Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості» (Луцьк, 2023 р.), III науково-практичній конференції «Особистість у кризових умовах сучасності: психологічні виклики» (Івано-Франківськ, 2023 р.), XIII науково-практичній конференції «Психологічні особливості переживання ситуації невизначеності» (Ніжин, 2023 р.), XV науково-практичній конференції «The main directions of the development of scientific research» (Гельсінкі, Фінляндія, 2023 р.), XVI науково-практичній конференції «Integration of scientific solutions and methods into practice» (Париж, Франція, 2023 р.), XXIII науково-практичній конференції «Scientific trends, solutions, theories and methods of development» (Більбао, Іспанія, 2023 р.), XXIII науково-практичній конференції «The influence of society on the development of science and the invention of new methods» (Прага, Чехія, 2023 р.); *всукраїнській*: XV науково-практичній конференції (з міжнародною участю) «Соціально-психологічні проблеми гендерної стратифікації суспільства» (Дніпро, 2022 р.); на розширених засіданнях кафедри практичної психології та соціальної роботи

Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (2022-2023 рр.).

Публікації. Основні положення й висновки дисертаційної роботи представлено у 47 наукових публікаціях авторки, з яких 1 одноосібна монографія, 25 статей у наукометричних фахових виданнях (з них 3 статті проіндексовані у наукометричній базі Scopus та 2 статті – у наукометричній базі Web of Science Core Collection); 21 публікація – у збірниках матеріалів науково-практичних конференцій.

Структура та обсяг роботи. Дисертація складається зі вступу, шести розділів, висновків до розділів, загальних висновків, списку використаних джерел із 354 найменувань (з них 84 – іноземними мовами) та 3 додатків. Загальний обсяг дисертації викладено на 413 сторінках, із них 358 сторінок основного тексту. Робота містить 39 таблиць на 15 сторінках, 18 рисунків на 9 сторінках.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

У вступі обґрунтовується актуальність теми дослідження, розкривається його об'єкт, предмет, мета і завдання наукового пошуку, теоретико-методологічні засади та методичний апарат. Висвітлено наукову новизну, теоретичне та практичне значення роботи, наведено відомості про апробацію результатів дослідження, публікації за темою дисертації, її структуру та обсяг.

У першому розділі «Проблема психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності» розглянуто теоретико-методологічні підходи до вивчення феноменів невизначеності та психологічного здоров'я; розкрито особливості сучасної української молоді та проблеми її психологічного здоров'я в умовах невизначеності.

Проаналізовано зміст невизначеності як соціально-психологічної категорії. З'ясовано, що у зарубіжній психології дослідження проблеми переживання особистістю ситуації невизначеності розглядається через категорію толерантності (J. Block, C. Dalbert, E. Frenkel-Brunswik), особливості атрибуції невідконтрольності зовнішньої або внутрішньої ситуації та індивідуальні відмінності за шкалою локусу контролю (G. Bierbrauer, E. Borgida, S. Hoffman, R. Nisbett), прийняття ризику (R. Kahn, R. Quinn, J. Snoek, D. Wolfe) тощо.

У контексті даного дослідження невизначеність розглядається як особливі соціально-психологічні умови та психологічний стан особистості, що виникає у процесі життєдіяльності та передбачає розкриття нової сутності соціального явища, способу поведінки у неоднозначних та нерівноважних умовах, коли немає готових засобів рішення.

Зазначено, що головною умовою виходу з ситуації невизначеності є необхідність усвідомлення проблеми, виникнення пізнавальної потреби діяти у

нових невідомих умовах, формування відповідних рис особистості та виникнення поведінкових патернів (компетенцій), які забезпечують функціонування особистості у ситуації невизначеності. Тобто, умови невизначеності створюють труднощі, які можна подолати лише внаслідок власної активності. Результатом проживання ситуації невизначеності стає її об'єктивізація, набуття індивідуального соціального досвіду та укріплення психологічного здоров'я.

Показано, що у сучасній науці психологія здоров'я, як новий та затребуваний напрямок дослідження, лише починає активно розвиватися. Наукові студії вітчизняних вчених присвячені вивченню засобів здоров'язбереження особистості в умовах системних змін соціуму (О. Блискун, А. Борисюк, І. Гоян, Л. Спицька та ін.), соціально-психологічним засобам самоменеджменту психологічного здоров'я особистості (І. Бурлакова, Г. Ложкін, К. Максименко та ін.) та адаптивності (Ю. Бохонкова, В. Бочелюк, Н. Завацька, О. Кононенко, Р. Шевченко та ін.), прикладних проблем збереження психологічного здоров'я (С. Гарькавець, Н. Добровольська, В. Завацький, О. Лосієвська, Г. Побокіна та ін.), психологічного здоров'я як умови професійного розвитку особистості (В. Алещенко, А. Альошичева, С. Білозерська, Д. Волков, З. Ковальчук, Л. Онуфрієва, Н. Павлик, Л. Пілецька, О. Сафін, О. Шевяков та ін.) та ін.

Встановлено, що психологічне здоров'я досліджується у парадигмі вікових (А. Кічук, О. Корнієнко, Б. Лазоренко, В. Оржеховська, Ж. Сидоренко, М. Тимофієва, Т. Титаренко, О. Штепа та ін.), особистісних та соціально-психологічних змін (І. Аршава, І. Галецька, Ю. Завацький, В. Заїка, С. Карпіловська, Ю. Швалб та ін.).

Наголошується, що у науці виникла гостра потреба у цілісному підході до вивчення психологічного здоров'я молодого покоління, як органічного суб'єкта національного руху та найбільш активної частини суспільства (М. Артюшина, В. Ворожбіт-Горбатюк, А. Гафіатуліна, С. Герасіна, І. Ільницька, А. Кічук, А. Османова, Л. Співак та ін.). Узагальнюючи дослідження про психологічні особливості сучасної української молоді виділено соціально-політичний (Н. Агаєв, В. Климчук, О. Коқун, Н. Лозінська, І. Пішко та ін.), особистісний (М. Казанжи, Б. Лазоренко, С. Максименко, Ж. Сидоренко, Т. Титаренко, В. Ямницький та ін.), навчальний (І. Ільницька, С. Кличковський, М. Лаврова, Л. Онуфрієва, Я. Поторій, О. Чайковська, С. Яковлева та ін.) та ціннісно-моральний (Л. Абсаямова, В. Ворожбіт-Горбатюк, І. Данилюк, О. Кононенко, Л. Співак, Г. Ставицький, О. Ямницький та ін.) напрями розвитку.

Проте, попри значні здобутки вчених та світовий досвід, єдина концепція психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності наразі не створена, а актуальність дослідження визначається не тільки запитами психологічної

практики, але й необхідністю переосмислення проблеми у контексті теоретико-методологічних позицій сучасної соціальної психології.

У другому розділі «Концепція психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності» здійснено концептуалізацію проблеми психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності, визначено методологічні засади дослідження та проаналізовано можливості застосування технологічного підходу до збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Констатовано, що для концептуалізації проблеми психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності особливого значення набуває правильно підібрана методологія, оскільки вона, як вищий рівень узагальнення та розвитку наукового знання, є потужним інструментарієм, що допомагає визначити провідні теоретичні положення, шляхи і методи побудови моделі психологічного здоров'я та реалізувати на практиці основні положення технологічного підходу для здійснення позитивних змін у структурі психологічного здоров'я.

Надано концептуальне соціально-психологічне обґрунтування проблеми психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Показано, що її розгляд через призму основних положень позитивної психології, теорії суб'єктно-діяльній активності як умови еволюції особистості, а також системного, синергетичного, особистісного, генетичного підходів, теорії ортобіозу особистості, суб'єктно-вчинкової парадигми та теорії невизначеності дозволяє говорити про збільшення вимог до сучасної молоді та надзвичайної важливості підтримки і збереження її психологічного здоров'я протягом усього життя.

Встановлено, що у контексті проведеного дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності саме технологічний підхід (Й. Брокмейер, П. Горностай, О. Пехота, І. Підласий, В. Подшивалкіна, Т. Титаренко, Р. Харре, В. Ямницький, R. Kahn, D. Kahneman, R. Quinn, A. Tversky, D. Wolfe та ін.) є провідним засобом застосування здоров'язберігаючих технологій та їхньої реалізації у різних сферах життєдіяльності: комунікації, набутті освіти, доланні стресових наслідків невизначеної ситуації тощо. Проаналізовано низку наукових досліджень з проблемно-орієнтованого технологічного підходу до розуміння особливостей функціонування особистості у неоднозначних ситуаціях (М. Артюшина, А. Борисюк, Т. Гармаш, Е. Гіденс, К. Джерджен, Дж. Дьюї, Н. Завацька, В. Лефтеров, В. Підгурська, Л. Тодорів, О. Шапран, П. Щербань, S. Ashfor, N. Bennett, D. Herold та ін.).

Встановлено, що виклики сучасної соціально-економічної та політичної ситуації починають формувати принципово нову позицію молоді – «Я у суспільстві», що впливає на формування нових стратегій поведінки. У зазначеному контексті починає функціонувати ще одна нова позиція молоді –

«Я для суспільства», що створює умови для підтримки власного психологічного здоров'я та надання допомоги оточуючим, розвитку активної просоціальної діяльності тощо. Позиція молоді «Я у суспільстві» допомагає усвідомити свій потенціал та вектори активності в умовах невизначеності. Позиція молоді «Я для суспільства» сприяє усвідомленню себе як суб'єкта суспільних відносин. Підкреслюється, що зазначені позиції фіксують ставлення молоді до нової соціальної реальності, можливості активного включення у діяльність зі збереження та підтримки психологічного здоров'я, формування просоціальних позицій та соціально відповідальної самоактуалізації загалом.

Показано, що концептуалізацію проблеми психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності необхідно розглядати як процес систематизації та структурування накопичених у науці знань про предмет дослідження, встановлення причинно-наслідкових зв'язків між основними компонентами психологічного здоров'я з позиції соціально-психологічного підходу (рис. 1.).

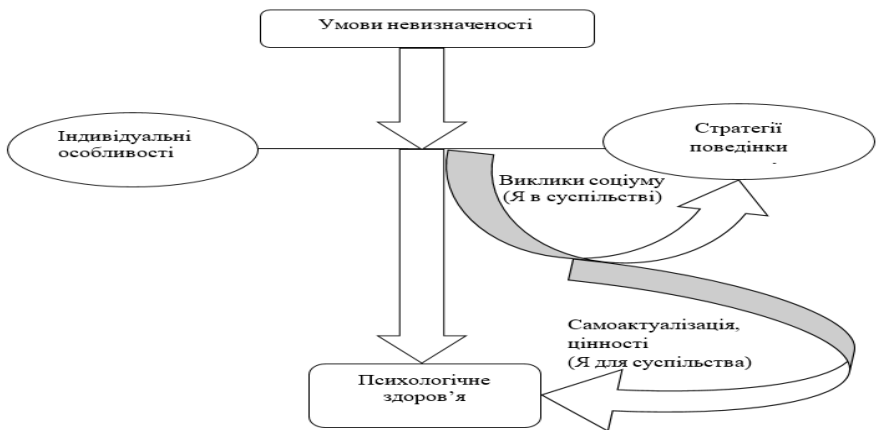


Рис. 1. Соціально-психологічний підхід до психологічного здоров'я молоді

Концептуальний підхід до сутності психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності орієнтує на атрибутивність, згідно з якою у процесі інтеграції в соціум у молоді поступово формується певна система пояснення причин того, що відбувається. Зазначається, що коли молода людина стикається з невизначеними обставинами, вона або приписує їм причини відповідно до сформованого стилю атрибуції, або активно формує та впроваджує у своє життя конкретні поведінкові стратегії. Оскільки в умовах невизначеності особистість стикається з різноспрямованими соціально-

інформаційними векторами – повна або часткова відсутність інформації або, навпаки, її перебільшення, то зроблено припущення, що стратегії збереження психологічного здоров'я можуть реалізовуватися у таких основних технологіях – аналізі конкретної ситуації, декатастрофізації та децентралізації та переформулюванні проблеми (рис. 2).

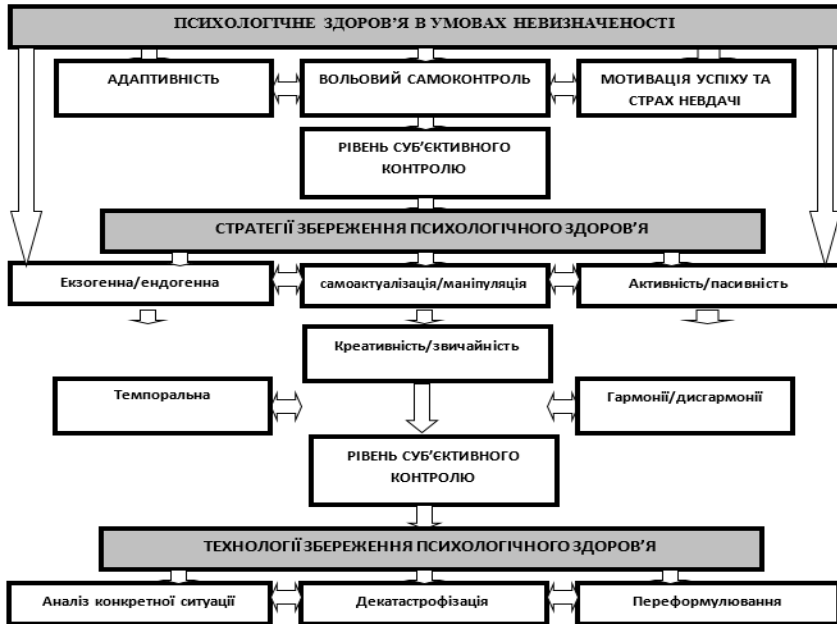


Рис. 2. Модель психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та технології його збереження

Такий підхід не тільки зберігає психологічне здоров'я, але й сприяє реалізації просоціальної активності молоді в умовах невизначеності.

Встановлено, що ступінь оволодіння молоддю новим соціальним досвідом, усвідомлення себе у суспільстві, готовність до відповідальної дії в соціумі та адаптація до умов невизначеності своєрідно акумулюються в її психологічному здоров'ї. Наголошується, що особливості психологічного здоров'я молоді залежать як від об'єктивних умов невизначеності в даний період, так і від стратегій збереження психологічного здоров'я та застосування спеціальних соціально-психологічних технологій його підтримки, як найважливіших чинників соціальної зрілості молодої людини.

У третьому розділі «Основні етапи та методи дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності» описано процедуру організації та методики емпіричного дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Констатовано, що при відборі основних психодіагностичних методів отримання надійної та достовірної інформації про особливості психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності були визначені провідні принципи діагностики: конфіденційності, наукової обґрунтованості психодіагностичного інструментарію, компетентності, обізнаної згоди, не нанесення збитку, об'єктивності зроблених висновків та ефективності розроблених рекомендацій. Такі принципи здійснення дослідження зумовили відбір психодіагностичного комплексу.

Підґрунтям для формування дослідницької вибірки слугували аналіз вітчизняних та зарубіжних досліджень з даної проблематики та власний багаторічний досвід. Молодь розглянуто у контексті завершення, усталеності, сформованості основних процесів психічного розвитку в цей період, зважаючи на те, що у сучасних умовах молодість є найбільш відповідальним та критичним періодом онтогенезу.

Показано, що наразі особливого значення набуває концепція необмеженого розвитку (Б. Барчі, В. Вінков, В. Ворожбіт-Горбатюк, А. Гафіягуліна, Ю. Гетьманенко, І. Данилюк, Г. Іваннікова, С. Коляденко та ін.), згідно з якою розвиток необхідно розглядати як еволюційний поступальний рух. Узагальнено, що психічний розвиток є епігенетичним явищем, а основними його характеристиками є новоутворення, притаманні кожному віковому періоду (що знайшло своє відображення у численних періодизаціях розвитку). Тому періоду молодості, як віковому етапу, який характеризується розвиненістю всієї структури особистості та інтелектуальної системи, також притаманні особливі новоутворення і психічні особливості. Констатовано, що саме в молодості людина найлегше отримує всі необхідні компетенції, розвиває організаторські здібності, ініціативність, мужність, винахідливість, чіткість та акуратність, швидкість реакцій, ціннісну сферу тощо (О. Кононенко, О. Продан, О. Сергієні, Ж. Сидоренко, М. Тимофієва та ін.).

Обґрунтовано комплексний методичний інструментарій емпіричного дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності, що передбачав, відповідно до вікового періоду розвитку досліджуваних, вивчення: основних властивостей особистості як реалізації підходу до її дослідження на основі рис, що обумовлюють поведінку (опитувальник Р. Кеттелла (16-PF, R. Cattell)); прагнення особистості до самовдосконалення, саморозвитку, втілення у життя свого потенціалу як основи психологічного здоров'я (опитувальник самоактуалізації особистості (САМОАЛ) Е. Шострома в адаптації А. Лазукіна, Н. Каліної)); уявлення суб'єкта про себе та ідеальне

«Я», особливості взаємин у малих групах (методика діагностики міжособистісних відносин Т. Лірі); поведінкової адаптивності та відсутності дезадаптаційних порушень, що складає важливе підґрунтя поведінки в умовах невизначеності (багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» А. Маклакова, С. Чермяніна); міри оволодіння власною поведінкою в ситуаціях з різним ступенем невизначеності та здатність свідомо управляти власними діями, станами і потягами (тести-опитувальники вольового самоконтролю (ВСК) О. Зверкова, Е. Ейдемана та довільного самоконтролю Г. Нікіфорова, В. Васильєва, С. Фірсової); готовності молодого людини ставити перед собою складні завдання для переживання значного успіху, або прагнення обирати скромніші цілі для того, щоб не випробувати розчарування (опитувальник «Мотивація до успіху та страху невдач» А. Реана); локалізації відповідальності у різних аспектах життєдіяльності (методика «Рівень суб'єктивного контролю» Є. Бажина, Є. Голинкіної, О. Еткінда); оптимізму та активності (шкала оптимізму та активності (ШОА) (Н. Водоп'янова, М. Штейн, адаптація Cross-Cultural Comparison of Arousalability and Optimism Scale I. Shuller, A. Comunian)); самооцінки (опитувальник вербальної діагностики самооцінки особистості (СО) М. Фетискіна, В. Козлова, Г. Мануйлова).

У четвертому розділі «Соціально-психологічні предиктори психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності» представлено результати емпіричного дослідження суб'єктивного благополуччя і оптимізму та їхніх складових як предикторів психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Визначено статистично значущий вплив інтегральних показників соціально-психологічної адаптації на рівень суб'єктивного благополуччя молоді. Так, за показником «Прийняття інших» ($\beta=0,561$, $p=0,001$) респонденти продемонстрували здатність приймати оточуючих, слухати та розуміти їх, ставитися до них уважно, з емпатією та повагою, що загалом обумовлює розвиток їхнього суб'єктивного благополуччя як предиктора психологічного здоров'я. Вираженою за впливом виявилася залежність показників «Самоприйняття» та рівня суб'єктивного благополуччя ($\beta=0,548$, $p=0,001$). З'ясовано, що у чоловічій вибірці суб'єктивне благополуччя залежить від специфіки самоприйняття: респонденти, які визнають та приймають себе зі всіма здібностями, перевагами та недоліками суб'єктивно відчували себе більш благополучними та щасливими.

Показано, що отримані результати кореспондують з низкою досліджень, в яких зафіксований прямий зв'язок між вираженістю персональної ідентичності та показниками суб'єктивного благополуччя (задоволеністю життєвих потреб, собою і взаємодією з іншими). Це дозволило припустити, що орієнтація на самоідентифікацію виявляється більш важливим чинником благополуччя, ніж прагнення до ідентифікації з групою.

Визначено, що у чоловіків показники інтегральної шкали емоційного комфорту виявили сильний прямий вплив на показники суб'єктивного благополуччя ($\beta=0,448$, $p=0,009$). Констатовано, що суб'єктивне відчуття комфорту, збалансованості емоційного стану напряду впливає на благополуччя чоловіків. У жінок також зафіксовано статистично значущий прямий вплив усіх інтегральних показників соціально-психологічної адаптації на рівень суб'єктивного благополуччя. Дослідження параметрів «Прийняття інших» та «Емоційний комфорт» зафіксувало максимальні значення впливу на рівень суб'єктивного благополуччя у жіночій вибірці ($\beta=0,423$, $p=0,001$ та $\beta=0,529$, $p=0,001$ відповідно).

Отже, суб'єктивне відчуття власного емоційного комфорту та вміння розуміти та приймати оточуючих склали підґрунтя суб'єктивного благополуччя респондентів. Показано, що залежність «Самоприйняття» та суб'єктивного благополуччя хоча й виявилася статистично значущою ($\beta=0,036$, $p=0,002$) для жінок, проте прийняття себе та визнання власної унікальності не визначається в якості головних компонент суб'єктивного благополуччя.

За порівняльним аналізом регресійних рівнянь за допомогою методу Р. Поттхоффа, що описують залежність мотивації досягнень від індивідуально-психологічних детермінант, не були виявлені статистично значущі відмінності у гендерному вимірі.

Проаналізовано вплив складових мотивації професійної діяльності на рівень суб'єктивного благополуччя молоді. Серед показників мотивації виявлено статистично значущі регресійні моделі впливу тільки за шкалою «Внутрішня мотивація». Такий вплив на рівень суб'єктивного благополуччя виявився прямим за характером дії. Встановлено, що у чоловіків розвинення внутрішньої мотивації обумовлює високий рівень їх суб'єктивного благополуччя. З'ясовано, що решта показників мотивації у чоловічій підвибірці не виявили статистично значущих впливів на суб'єктивне благополуччя, тому зафіксовано, що вплив зовнішніх чинників на мотивацію відбувається внаслідок заломлення через власну систему особистісних мотивів та цінностей. У жіночій підвибірці статистично значущих регресійних моделей не констатовано. Таким чином, вплив мотиваційних чинників на рівень суб'єктивного благополуччя пояснюється тим, що благополуччя пов'язане з переживанням змістовної наповненості, усвідомленості та цінності життя в цілому, як засобу досягнення особистих цілей.

Констатована відсутність відмінностей у залежності суб'єктивного благополуччя від мотиваційних чинників професійної діяльності молоді за статевою ознакою.

Дослідження впливу мотивації досягнення на рівень суб'єктивного благополуччя не виявило статистично значущих відмінностей між чоловічою та жіночою підвибірками. Отримані дані можна пояснити ціннісно-

смысловими характеристиками особистості. При цьому важливо зазначити, що такі характеристики можуть формуватися як показники усвідомленості та мотивів досягнення, як важливі чинники суб'єктивного благополуччя. Наявність усвідомленості життя та планів, реалізація яких передбачає опору на смислові поняття, та переконаність у тому, що заплановане неодмінно здійсниться, є важливим чинником благополуччя. Отже, вплив мотивації та потреби у досягненні поставлених цілей на рівень переживання суб'єктивного благополуччя у гендерному вимірі відбувається за однаковими механізмами ціннісно-смыслових характеристик та індивідуально-психологічних властивостей особистості. При цьому виявлено, що у чоловіків відчуття суб'єктивного благополуччя обумовлюється розвиненням внутрішньої мотивації та усвідомленням цілей майбутніх перспектив та досягнень.

Наголошується, що науковий і практичний інтерес до розкриття проблеми оптимізму та песимізму, як важливих особистісних предикторів психологічного здоров'я молоді в сучасних умовах, визначається їх особливою роллю у забезпеченні її життєстійкості. Виявлено статистично значущі зв'язки між показниками локусу контролю та активністю і оптимізмом-песимізмом респондентів. Встановлено, що такі показники локусу контролю, як Із (загальна інтернальність), Іс (інтернальність в сімейній сфері) та Ів (інтернальність у виробничій сфері) негативно корелюють з показником песимізму (-ОП) ($p \leq 0,01$), а загальний показник інтернального локусу контролю позитивно пов'язаний з показником активності особистості (+Ак) ($p \leq 0,01$).

Показано, що активність стимулює потенційні можливості постійного розвитку особистості. Це узгоджується з даними науковців (B. Duy, J. Norem та ін.) щодо природної активності оптимістично спрямованої особистості, яка підтримує її здатність нести відповідальність за події, що відбуваються у житті, при цьому спираючись на існуючий запас енергії та власну ресурсність у ситуації невизначеності, не застосовуючи при цьому свій репертуар механізмів психологічного захисту.

З'ясовано, що респонденти з песимістичною позицією щодо свого життя в цілому, або сімейної та виробничої сфер, активізують дезадаптивні моделі поведінки та деструктивну рольову позицію, демонструють у невизначених ситуаціях нестійкість до дії психологічного стресу, що негативно впливає на їх психологічне здоров'я. Констатовано, що оптимізм доцільно розглядати як систему позитивних установок особистості, які визначають її активне ставлення до життя, впливають на формування конструктивних моделей стрес-долаючої поведінки при переживанні ситуації невизначеності. Крім того, оптимізм як диспозиційна характеристика особистості підтримує її життєстійкість та загальний позитивний образ світу, дозволяє вважати його однією з важливих детермінант психологічного здоров'я.

У п'ятому розділі «Операціоналізація моделі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності» представлено результати якісного аналізу результатів дослідження переживання молоддю суб'єктивної невизначеності та готовності до змін, особливості структури та побудови моделі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності, зроблено контент-аналіз складових психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності, емпірично підтверджено співвідношення показників, пов'язаних з психологічним здоров'ям молоді в умовах невизначеності, виділено типи осіб із різними стратегіями збереження психологічного здоров'я в умовах невизначеності.

Виявлено специфіку суб'єктивних переживань, можливих стратегій подолання ситуації невизначеності та наявність інтерпретаційних схем універсальної готовності молоді до змін. Виділено найбільш значущі категорії, виділені респондентами щодо адаптації до ситуації невизначеності, як-то: емоційна стабільність та стійкість у ситуації невизначеності; позитивне самоставлення, прийняття себе; навички подолання скрутної життєвої ситуації; позитивне ставлення до оточуючих та світу в цілому. Показано, що адаптацію до невизначеності та її подолання у внутрішній картині світу респонденти пов'язували з необхідністю пошуку певної опори, психологічної системи координат, яка містить у собі автономність, дистанціювання від оточуючих або відкритість та, навіть, прийняття ситуації невизначеності як нового відліку своїх життєвих планів та стратегій.

З'ясовано, що переживання молоддю ситуації невизначеності у різних сферах життя та міжособистісних відносин пов'язане з ризиком та складністю прийняття рішень. Виявлено характерні настанови на ситуації невизначеності у респондентів: очікування тривожного, агресивного, відчуття втрати сил, розгубленість тощо. Встановлено, що основні суб'єктивні стратегії вирішення ситуацій невизначеності спрямовані на пошук власних ресурсів, на позитивну установку на майбутнє, на зміну ставлення до соціуму, підвищення довіри до оточуючих.

Констатовано, що особливим ресурсом для адаптивного переживання ситуації невизначеності є критичний момент життя, переломна подія, досвід негативного переживання, що підштовхує до необхідності переходу на новий рівень розвитку. Взагалі, універсальна готовність молоді до змін спрямована на майбутнє, що відкриває принципово нові можливості у переосмисленні категорії психологічного здоров'я в умовах невизначеності.

Показано, що важливими характеристиками адаптаційного потенціалу молоді є здатність контролювати власну поведінку, адекватно оцінювати себе та події реального життя, що позитивно впливає на функціонування в умовах невизначеності. Показник «Особистісний потенціал адаптації» продемонстрував максимальний розкид балів, а «Морально-етична нормативність» – мінімальний. Вибірка щодо поведінкової регуляції

гетерогенна, а за рівнем соціалізації, усвідомленням своєї ролі у групі, прагненням дотримуватися норм поведінки – однорідна. Отже, особистісний потенціал адаптації був підвищеним по вибірці, що є позитивним маркером особливої ролі активності у процесі пристосування до невизначених та небезпечних умов оточуючого середовища. Підкреслюється, що в умовах невизначеності особистісний потенціал, як складова психологічного здоров'я молоді, може реалізовуватися як складний симптомокомплекс, який розкриває її здатність до усвідомленої, активної взаємодії з соціумом на соціальному, культуральному та життєстворювальному рівнях. Отримані дані переконливо доводять наявність ресурсів тих особистісних утворень, які складають основу підтримки належного рівня психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Виражена мотивація на досягнення успіху підтверджує, що молодь орієнтована на досягнення конструктивних цілей, упевнена в успіху своєї справи, активна, відповідальна та ініціативна, а важливими ознаками адаптаційного потенціалу є її здатність до самоконтролю власної поведінки, адекватного оцінювання себе та подій реального життя.

Емпірично доведено, що вираженість показників довільності по вибірці вище за середню, а наполегливість незначно домінує над самоконтролем та саморегуляцією, що свідчить про відносну перевагу прагнення до завершення дії над рівнем довільного контролю власних емоційних реакцій. Водночас, це вказує на достатню розвиненість здатності контролювати власні вчинки, емоції та потяги, зокрема в ситуації невизначеності. Ці характеристики вольової сфери позитивно впливають на психологічне здоров'я молоді та сприяють його збереженню.

Розроблено дві трифакторні моделі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Факторна модель респондентів, які навчаються у закладах вищої освіти, має три базові чинники: емоційно-вольові особливості; параметри самоактуалізації (підтримка та опора); типи міжособистісних стосунків (доброзичливість та підпорядкованість). Факторна модель працюючої молоді містила такі чинники: локус контролю (відповідальність); особливості емоційно-вольового контролю; параметри самоактуалізації (чутливість до себе, прийняття своїх переживань та потреб).

Результати факторного і контент-аналізу дозволили взяти за основу такі провідні ознаки психологічного здоров'я: локус контролю, засіб та характер самореалізації, динаміка пристосування до змін зовнішнього соціального середовища, наявність елемента творчості; особистісна організація часу та ставлення до нього, ціннісні орієнтації.

Метод квартильного розподілу (Q) дозволив угрупувати респондентів за стратегіями збереження психологічного здоров'я: екзогенна (екстернальна) і ендогенна (інтернальна); самоактуалізації та маніпуляції; активна (кар'єрна) і пасивна (рефлексивно-приспосувальна); креативності і звичайності;

функціонально-дієва (сьогодення), споглядально-рефлексивна (минуле) і творчо-перетворююча (майбутнє); керування цінностями, що приводять до внутрішньої гармонії або відсутність керування цінностями, дисгармонія.

У шостому розділі «Соціально-психологічні технології збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності» обґрунтовано використання соціально-психологічних тренінгових технологій для реалізації задач збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності, доведено ефективність їх застосування.

Показано, що головна особливість технологізації тренінгових технологій збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності полягала у сутності соціальних відносин сучасної молоді та суб'єктивного переживання нею ситуації невизначеності. З урахуванням цих особливостей, в процесі підготовки до проведення тренінгової роботи було враховано низку чинників, як-то: специфіка групи, конкретна система формування та відпрацювання необхідних навичок збереження психологічного здоров'я, спеціальні компетенції психолога, який проводить тренінгові заняття тощо. Крім того, спираючись на метод моделювання (С. Максименко), яка б модель збереження психологічного здоров'я не була підґрунтям тренінгового заняття та на досягнення яких цілей вона не була б спрямована, головною стає наявність конкретної системи формування та відпрацювання на практиці необхідних навичок та їхня екстраполяція на ситуації невизначеності. Тому для організації та реалізації тренінгової технології, як конкретної моделі реальності, особливого значення набули організаційні та методичні аспекти (уточнення мети тренінгу, наявність всіх необхідних умов щодо його проведення, тайм-менеджмент роботи з групою тощо).

Серед проблемно-пошукових технік реалізації тренінгових технологій був зроблений акцент на техніки, пов'язані з описом, критичним аналізом конкретної проблемної ситуації, постановкою та формулюванням проблеми. Так, техніка аналізу конкретної ситуації дозволяла зрозуміти сутність та пояснити невизначену ситуацію, підготувати підґрунтя для формулювання проблеми, що потребує спеціального технологічного підходу. При цьому при формулюванні проблеми має простежуватися мета як стратегія її вирішення та можуть бути застосовані техніки декатастрофізації, децентралізації або переформулювання.

Основний акцент у техніці декатастрофізації робився на те, що учаснику групи пропонувалося уявити найстрашніше, що може статися у конкретному випадку («а раптом, якщо...»). Дуже часто учасники з такими руйнівними настановами свої невдачі в одній області екстраполюють на всі сфери свого життя, підкріплюючи песимістичні тенденції. Використання техніки декатастрофізації унеможливило негативну емоційну спрямованість, сприяло погляду на ситуацію з іншого боку та формулювання установки по-новому. Декатастрофізація надавала можливість у процесі тренінгової роботи

зустрітися з тим, що викликає тривогу, знижує значущість невизначеної ситуації, полегшує сприйняття невизначеності майбутньої події.

Техніка децентралізації допомагала зсунути увагу з себе, власних проблем та переживань на інших: спостереження за поведінкою людей, ширший інтерес до них, готовність підтримати їх надавало впевненості та суб'єктивного відчуття, що учасник не самотній, а переключення уваги на інших сприяло зменшенню гіперконтролю над власними почуттями та придушенню своїх негативних емоцій, розумному керуванню власними емоціями.

Техніка переформулювання передбачала перенос своїх негативних відчуттів у минулий час, що допомагало вийти із замкненого кола неприємних переживань страху невизначеності, сприяло формуванню впевненої позиції. Зокрема, для того, щоб уникнути неприємних асоціацій, які викликає слово «невизначеність», у процесі виконання вправ про формування нових стратегій збереження психологічного здоров'я, використовувалося слово «незвідане», яке формувало в учасників відчуття себе дослідником нового досвіду.

Аналіз результатів дослідження дозволив укласти психологічні портрети респондентів із різними стратегіями збереження психологічного здоров'я.

Респонденти з ендогенною (інтернальною) стратегією збереження психологічного здоров'я відповідальні за неприємні, невизначені ситуації і обставини життя, що проявлялося у помірному самозвинуваченні; здатні досягати успіхів у майбутньому; соціально зрілі; демонструють адекватну поведінку в умовах невизначеності. Вони легкі у спілкуванні, готові до зовнішніх змін; емоційно стійкі, упевнені в собі та у своїй компетентності, здатні до незалежного мислення; інколи спонтанні, адаптивні до невизначених умов; креативні, схильні аналізувати нові події життя та контролювати власні емоції та поведінку; чутливі до своєї репутації.

Респонденти з екзогенною (екстернальною) стратегією збереження психологічного здоров'я не завжди вчабають зв'язок між власними діями та обставинами свого життя, не можуть контролювати ситуації, в які потрапляють; не завжди приймають на себе відповідальність у сімейних, міжособистісних та виробничих відносинах. Їм притаманні відособленість, критичність, легка дратівливість, скромність, конформність; вони не прагнуть конкурувати з оточуючими, живуть за правилами; не завжди пристосовуються до нових обставин.

Респонденти зі стратегією збереження психологічного здоров'я, що вказує на самоактуалізацію, спрямовані на себе, орієнтуються на власні почуття та думки, здатні усвідомлювати власні цілі, керувати установками; можуть спонтанно виражати свої почуття та бути аутентичними; приймають себе, легкі у спілкуванні. Емоційна зрілість, стійкість, розвинені моральні якості,

наполегливість та відповідальність дозволяють їм успішно адаптуватися до умов невизначеності.

Респонденти з маніпуляційною стратегією збереження психологічного здоров'я орієнтовані на зовнішню підтримку; не схильні відкрито проявляти свої почуття та думки; не приймають власні слабкості та недоліки, придушують свої агресивні реакції; відчувають труднощі у спілкуванні, а стосунки з оточуючими поверхові. Крім того, вони критичні; пристосовані, але орієнтовані песимістично; можуть шукати вигоду; здебільшого конфліктні та внутрішньо недисципліновані.

Респонденти зі стратегією збереження психологічного здоров'я, що вказує на орієнтацію на майбутнє (творчо-перетворююча), легкі у спілкуванні, спрямовані на зовні, емоційно зрілі, стійкі, здатні дотримуватися моральних норм, адаптовані до критичних обставинах, незалежні та, навіть, уперті, доміантні, орієнтовані на самоствердження та самореалізацію, імпульсивні, відповідальні, стійкі у невизначених ситуаціях, практичні, проникливі, здатні контролювати свої бажання.

Респонденти зі стратегією збереження психологічного здоров'я, що вказує на орієнтацію на сьогодення (функціонально-дієва), легкі у спілкуванні, емоційно зрілі, з широким світоглядом, незалежні, самореалізовані, активні та комунікабельні, можуть користуватися моментом, вільні від впливу групи. Крім того, вони соціально сміливі, авантюрні, практичні у роботі, відповідальні, здатні до експериментування, можуть контролювати емоції та поведінку, поважають себе.

Респонденти зі стратегією збереження психологічного здоров'я, що вказує на орієнтацію у минуле (споглядально-рефлексивна) стримані, обережні, відособлені, критично налаштовані, інколи відчужені, чутливі, емоційно нестійкі, застрягають на деталях, легко засмучуються, конформні, схильні до переживання стресу, прямолінійні, терпимі до труднощів, недостатньо інтегровані.

Респонденти з креативною стратегією збереження психологічного здоров'я прагнуть до набуття нових знань про оточуючий світ, творчо спрямовані на актуалізацію своїх потенціалів. Вони емоційно стримані, ввічливі, схильні до співпраці, з гнучкою психікою, ініціативні, схильні надавати дружню допомогу, товариські; у стосунках з оточуючими проявляють теплоту та повагу.

Респонденти зі звичайною (буденною) стратегією збереження психологічного здоров'я не завжди прагнуть до отримання нових знань та необхідності розкривати свій особистісний потенціал, актуалізувати інтелектуальні, творчі ресурси. Вони очікують допомогу від інших людей, прагнуть до злагоди з думкою оточуючих, свідомо конформні.

Респонденти з ціннісно-орієнтованою стратегією збереження психологічного здоров'я спрямовані на оточуючих, легкі та спонтанні у

спілкуванні, здатні до експериментування, емоційно зрілі, стійкі, адаптивні, незалежні у думках та вчинках, відповідальні.

Респонденти з дисгармонійною стратегією збереження психологічного здоров'я характеризуються дискордантністю особистісних рис, демонструють стриманість, холодність у емоційних стосунках та одночасно спонтанність і авантюризм; їх легко засмутити; вони одночасно скромні, поступливі, конформні, обережні й внутрішньо неконтрольовані, слабо інтегровані.

Виходячи з укладених психологічних портретів молоді з різними стратегіями збереження психологічного здоров'я та спираючись на результати емпіричного дослідження, основний напрямок здоров'язбережувальних тренінгових технологій спрямовувався на блок особистісних рис, специфіку саморегуляції, моральної нормативності, адекватного переживання власних успіхів та невдач та локалізацію відповідальності за значущі події свого життя в умовах невизначеності тощо.

Авторське визначення психологічного здоров'я молоді як потенціалу повноцінного особистісного розвитку, прийняття неповторності та адекватне ставлення до себе та оточуючих, здатність ставити перед собою цілі, усвідомлювати сенс життя та відповідальність за його основні події та результат, розвинені навички саморегуляції та морально-етична нормативність поведінки, дозволило в основну структуру психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності включити розвинені навички довольного контролю власної поведінки, адекватне переживання власних успіхів та невдач та інтернальну локалізацію відповідальності за значущі події свого життя. Наголошується, що ці особистісні характеристики сприяють формуванню адекватної стратегії збереження та підтримки психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Констатовано, що такі показники психологічного здоров'я в умовах невизначеності як «Поведінкова регуляція та нервово-психічна стійкість», «Комунікативний потенціал», «Морально-етична нормативність» до впровадження тренінгової роботи фіксувалися у межах середніх значень.

Найбільш вираженими та стабільними характеристиками, що визначали ефективність процесу адаптації молоді в умовах невизначеності, були поведінкова регуляція, нервово-психічна стійкість ($5,684 \pm 0,205$ I зріз; $8,718 \pm 0,312$ II зріз) і морально-етична нормативність поведінки ($4,816 \pm 0,103$ I зріз; $6,234 \pm 1,214$ II зріз).

Така тріада особистісних рис, дозволила узагальнити, що в умовах невизначеності респонденти здатні не тільки контролювати власні дії, уникати імпульсивних рішень та вчинків, але й можуть створювати спротив впливам несприятливих чинників оточуючого середовища завдяки власній обізнаності, мотивованості тощо.

Таблиця 1

**Описові статистики структурних компонентів психологічного здоров'я
молоді в умовах невизначеності (I та II зріз)**

Показники	M	m	SD	M	m	SD	min	max
	I зріз			II зріз				
ПР та НПС	5,684	0,205	2,343	8,718	0,312	2,487	1	11
КП	5,017	0,107	1,224	5,616	0,112	1,225	2	9
МН	4,816	0,103	1,177	6,234	1,214	2,045	2	7
ОПА	7,431	0,185	2,135	8,524	0,201	2,267	2	10
Н	9,295	0,176	1,998	9,411	0,188	2,103	2	12
С	8,140	0,178	2,018	9,376	1,102	2,312	2	11
ВС	17,442	0,302	3,430	19,879	1,564	3,789	5	23
РМ	14,823	0,248	2,770	16,678	1,168	3,104	2	19
Із	5,017	0,065	0,728	5,154	0,071	0,729	2	7
Ід	5,968	0,068	0,761	6,258	0,073	0,766	4	8
Ін	3,606	0,047	0,492	3,918	0,053	0,498	3	4
Ів	5,017	0,058	0,674	5,087	0,067	0,681	4	7
Ім	5,598	0,046	0,539	5,601	0,049	0,541	3	6
Іс	5,828	0,045	0,503	5,830	0,045	0,504	5	7
Іх	4,094	0,052	0,578	4,230	0,055	0,582	3	5
СЕ	13,442	0,278	3,148	17,567	0,314	3,167	4	21
СД	19,166	0,378	4,243	23,325	0,446	4,387	4	25
СС	16,839	0,277	3,113	25,014	0,423	3,876	6	24
ЗС	49,408	0,743	8,335	54,147	0,811	8,483	20	66

Примітка: M – середнє арифметичне, m – стандартна помилка середнього, SD – стандартне відхилення, min – мінімальне значення варіаційного ряду, max – максимальне значення варіаційного ряду; ПР та НПС – поведінкова регуляція та нервово-психічна стійкість; КП – комунікативний потенціал; МН – морально-етична нормативність; ОПА – особистісний потенціал адаптації; Н – наполегливість; С – самовладання; ВС – вольовий самоконтроль; РМ – рівень мотивації; Із – загальна інтернальність, Ід – інтернальність у сфері досягнень, Ін – інтернальність у сфері невдач, Іс – інтернальність у сфері сімейних стосунків, Ів – інтернальність у сфері виробничих стосунків, Ім – інтернальність у сфері міжособистісних стосунків, Іх – інтернальність у сфері здоров'я і хвороби; СЕ – самоконтроль в емоційній сфері; СД – самоконтроль в діяльності; СС – соціальний самоконтроль; ЗС – загальний самоконтроль.

Отже, по вибірці тренінгова технологія збереження психологічного здоров'я підтримує саморегуляцію та рівень нервово-психічної стійкості молоді на високому рівні, сприяє реалізації потенціалу адаптації до умов невизначеності завдяки лабільності психіки, високому рівню саморегуляції,

достатньому рівню самооцінки та прийняття себе, продуктивній соціалізації (особистісний потенціал адаптації до умов невизначеності на початку роботи склав $7,431 \pm 0,185$ та $8,524 \pm 0,201$ після тренінгових заходів). Разом із високою морально-етичною налаштованістю респондентів ці компоненти сприяють збереженню психологічного здоров'я в умовах невизначеності, готовності до продуктивних дій, суттєво регулюють можливі негативні наслідки впливів на поведінку та емоційні стани, що у невизначених ситуаціях може виступати чинником ризику формування стресу, імпульсивної, непродуманої поведінки.

Порівняльний аналіз даних I та II діагностичних зрізів за вольовим самоконтролем засвідчив, що вираженість показників довільності по вибірці була вище за середню ($17,442 \pm 0,302$ у I зрізі) та підвищилася після тренінгової роботи ($19,879 \pm 1,564$). Підкреслено, що тенденція незначного домінування наполегливості над самоконтролем та саморегуляцією збереглася й після впровадження тренінгової технології, що підтвердило відносну перевагу прагнення до завершення дії над рівнем довільного контролю власних емоційних реакцій. Така стійка тенденція додатково доводить розвиненість здатності до контролю власних вчинків та емоцій в умовах невизначеності, що сприяє збереженню психологічного здоров'я молоді.

Вираженість самовладання респондентів, як показника розвиненості довільного контролю станів та емоцій на достатньому рівні, підтверджена результатами двох зрізів ($8,140 \pm 0,178$ I зріз; $9,376 \pm 1,102$ II зріз).

Констатована орієнтація на наполегливість у цілепокладанні щодо досягнення конструктивних, позитивних цілей, упевненість в успіху своєї справи, активність, відповідальність та ініціативність.

Визначено, що рівень мотивації досягнення до впровадження тренінгової технології є вищим за середній та склав $14,823 \pm 0,248$. У II зрізі цей показник становив $16,678 \pm 1,168$. Такий високий рівень мотивації досягнення успіху підтверджує стійку особистісну та соціальну зрілість респондентів.

Вивчення специфіки локусу контролю молоді, як до впровадження тренінгової технології, так і після неї, підтвердило виявлену тенденцію до збалансованості інтернальності та екстернальності, на що вказує середній рівень загальної інтернальності ($5,017 \pm 0,065$ I зріз; $5,154 \pm 0,071$ II зріз). Отже, збалансованість локалізації відповідальності виявилася у всіх видах інтернальності як у I, так і у II діагностичних зрізах.

Динаміка різних видів самоконтролю показала тенденцію до його зростання: загальний самоконтроль ($49,408 \pm 0,743$ I зріз; $54,147 \pm 0,811$ II зріз), самоконтроль в емоційній сфері ($13,442 \pm 0,278$ I зріз; $17,567 \pm 0,314$ II зріз), самоконтроль у діяльності ($19,166 \pm 0,378$ I зріз; $23,325 \pm 0,446$ II зріз), соціальний самоконтроль ($16,839 \pm 0,277$ I зріз; $25,014 \pm 0,423$ II зріз). Отже, констатована ефективність тренінгової технології щодо підтримки належного рівня самоконтролю. Високий загальний рівень довільного самоконтролю

дозволяє також констатувати постійність у планах респондентів, їхню реалістичність та просоціальну спрямованість.

Щодо поведінкової регуляції вибірка залишилася гетерогенною, а за рівнем соціалізації, усвідомленням своєї ролі у групі, прагненням дотримуватися норм поведінки – групи однорідні. На основі цих особливостей особистісний потенціал адаптації був підвищеним, що є позитивним маркером особливої ролі активності у процесі пристосування до невизначених та небезпечних умов оточуючого середовища. Рівень розвитку адаптаційних здібностей як компонента психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (I та II зрізи) представлено у табл. 2.

Таблиця 2

Рівень розвитку адаптаційних здібностей як компоненту психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (I та II зрізи)

Показники		Рівні					
		I зріз			II зріз		
		Низький	Середній	Високий	Низький	Середній	Високий
ПР та НПС	n	0	15	118	0	10	123
	%	0	11,278	88,721	0	7,518	92,481
КП	n	9	27	97	5	31	97
	%	6,819	20,456	72,726	3,759	23,308	72,726
МН	n	4	45	84	0	40	93
	%	1,030	33,332	65,615	0	30,075	69,924
ОПА	n	0	12	121	0	9	124
	%	0	9,022	90,977	0	6,766	93,233

Примітка: ПР та НПС – поведінкова регуляція та нервово-психічна стійкість; КП – комунікативний потенціал; МН – морально-етична нормативність; ОПА – особистісний потенціал адаптації.

Як видно з табл. 2, показники високого рівня особистісного потенціалу адаптації респондентів до умов невизначеності (90,977% I зріз) після впровадження тренінгової технології підвищилися (93,233% II зріз), що не тільки доводить адаптованість респондентів до умов невизначеності та високий рівень їхнього психологічного здоров'я, але й ефективність застосування тренінгової технології для його підтримки.

Середній рівень особистісного потенціалу адаптації респондентів до умов невизначеності розглядався нами як важливий ресурсний компонент реалізації адаптивних здібностей та психологічного здоров'я в умовах невизначеності. До впровадження тренінгової технології середній рівень складав 9,022%; після впровадження зменшився до 6,766%, що переконливо підтверджує необхідність роботи з підтримки та збереження особистісних ресурсів молоді

щодо її психологічного здоров'я та, у разі необхідності, здійснення психологічного супроводу.

До та після впровадження тренінгової технології по вибірці низький рівень поведінкової регуляції, нервово-психічної стійкості та особистісного потенціалу адаптації був відсутній. Констатовано не тільки високий рівень нервово-психічної стійкості та поведінкової регуляції, але й розвинену здатність адекватно сприймати ситуацію невизначеності, оцінювати ступінь своєї активності у ній та поводитися адекватно ситуації з урахуванням моральних настанов.

З'ясовано, що тенденція щодо комунікативного потенціалу респондентів у структурі психологічного здоров'я залишилася схожою після впровадження тренінгової технології, але констатовано зменшення його низького рівня (6,819% I зріз; 3,759% II зріз) та збільшення середнього рівня (20,456% I зріз; 23,308% II зріз); високий рівень залишився незмінним. Отримані дані підтверджують, що компоненти психологічного здоров'я та стратегії його збереження, які базуються на властивостях, похідних від властивостей психіки, що пов'язані з індивідуально-типологічними особливостями (активність-пасивність, локус контролю, комунікативна спрямованість) найменше підлягають корекційним впливам, а ті, що зумовлені соціально, особистісно, можуть бути об'єктами застосування здоров'язбережувальних технологій.

Як важливий компонент психологічного здоров'я респондентів розглянуто морально-етичну нормативність. Ефективність застосування здоров'язбережувальних тренінгових технологій підтвердилася результатами II зрізу, коли серед респондентів низький рівень розвитку морально-етичної нормативності був відсутній, середній склав 30,075%, а високий збільшився до 69,924%. Такі зміни підтверджують значення необхідності дотримання моральної нормативності в умовах невизначеності для підтримки та збереження психологічного здоров'я молоді на належному рівні та принципово нових соціально-особистісних позицій – «Я у суспільстві» та «Я для суспільства», які формують новий соціальний підхід до розуміння психологічно здорової особистості у сучасній соціальній ситуації.

Таким чином, ефективність запропонованої і реалізованої системи тренінгових технологій свідчить про можливість їх застосування на практиці не тільки для підтримки здоров'я молоді на належному рівні, але й для здійснення психологічної корекції негативних тенденцій. Отримані дані переконливо доводять наявність потенціалу тих особистісних утворень, які лежать в основі збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні наведено теоретичне узагальнення та нове розв'язання проблеми психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Запропонована концепція дослідження забезпечила можливість системного розкриття соціально-психологічних засад технологій збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Узагальнення отриманих у дисертаційному дослідженні результатів дозволило зробити такі висновки.

1. Проведено теоретико-методологічний аналіз підходів до вивчення проблеми психологічного здоров'я молоді у науковій літературі та стану її розробки. З'ясовано, що сучасні наукові дослідження присвячені вивченню співвідношення категорій психологічного та психічного здоров'я, домінуючих емоційних та особистісних станів психологічно здорової людини, виявленню комунікативних, морально-етичних та духовних чинників формування психологічного здоров'я; психологічного здоров'я як основи соціальної активності; прийомам та методам підтримки психосоматичного та психологічного здоров'я як критерія внутрішньої свободи та умови професійного розвитку особистості тощо.

Встановлено, що серед важливих критеріїв психологічного здоров'я вітчизняні вчені виділяють: властивості особистості (врівноваженість, адекватний рівень домагань, відповідальність, впевненість у собі, невразливість до образ та почуття гумору та ін.); психічні стани (нервово-психічна стійкість, зрілість почуттів, контроль над негативними емоціями, аутентичність у проявах почуттів та емоцій та ін.) та психічні процеси (здатність до логічної обробки інформації, критичність, самопізнання та ін.). Крім того, серед критеріїв психологічного здоров'я особливого значення набуває темпоральна спрямованість особистості, як її здатність не застрягати на минулому, вміти продуктивно проживати сьогодення та підтримувати оптимальний рівень онтогенетичної рефлексії. У зарубіжній психології критеріями психологічного здоров'я особистості вчені вважають: самоінтерес та прийняття себе, самоефективність, стресостійкість, пластичність психіки, креативність, здатність здійснювати просоціальний вибір та ефективно функціонувати у ситуації невизначеності, яка часто супроводжується деструктивними емоційними станами та переживаннями, високою тривожністю, але й одночасно стимулює надситуативну активність, може сприяти розвитку розумової та поведінкової активності, зокрема, через когнітивну оцінку позитивних аспектів ситуації, та ставати джерелом розвитку особистості.

2. Визначено концептуальні засади дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та соціально-психологічних технологій його збереження, де особливого значення набуває методологічне обґрунтування

дослідження, до якого віднесені основні положення системного, синергетичного, особистісного, генетичного підходів, позитивної психології, теорії суб'єктно-діяльній активності як умов еволюції особистості, теорії ортобіозу особистості, положення суб'єктно-вчинкової парадигми та теорії невизначеності.

Показано, що концептуалізація проблеми психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності розглядається як процес систематизації та структурування накопичених у науці знань про предмет дослідження, встановлення причинно-наслідкових відносин між основними компонентами психологічного здоров'я з позиції соціально-психологічного підходу

Наголошується, що основні стратегії збереження психологічного здоров'я можуть реалізовуватися у таких технологіях – аналіз конкретної ситуації, декатастрофізація та децентралізація, переформулювання проблеми.

3. Виокремлено і охарактеризовано соціально-психологічні предиктори психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності, до яких належать суб'єктивне благополуччя, внутрішня мотивація і потреба у досягненні поставлених цілей, чинники соціально-психологічної адаптації та ін. Виявлено, що природна активність оптимістично налаштованої молоді підтримує інтернальну локалізацію її відповідальності за події життя, з опорою на власну ресурсну сферу у процесі продуктивного проживання ситуації невизначеності, без застосування механізмів психологічного захисту. Натомість молодь з песимістичною спрямованістю активізує власні дезадаптивні моделі поведінки та деструктивну рольову позицію, демонструє у невизначених ситуаціях нестійкість до дії психологічного стресу, що може негативно вплинути на її психологічне здоров'я. Показано, що оптимізм як система позитивних установок особистості, визначає її активне ставлення до життя, впливає на формування конструктивних моделей стрес-долаючої поведінки в процесі переживання ситуації невизначеності, а оптимістичні риси особистості можна вважати важливими елементами ресурсної сфери, які на конативному рівні розгортаються як когнітивно-вольові та практичні дії, орієнтовані на продуктивне переживання ситуації невизначеності, її успішне додання та особистісні очікування від майбутнього загалом. Крім того, доведено, що оптимізм як диспозиційна характеристика молоді людини підтримує її життєстійкість та загальний позитивний образ світу.

4. З'ясовано особливості структури та побудови моделі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Розглядаючи психологічне здоров'я молоді як потенційну можливість її повноцінного особистісного розвитку, усвідомлення неповторності себе та інших, адекватне ставлення до себе та до оточуючих, здатність до цілепокладання, наявність сенсу життя, розвинені навички особистісної саморегуляції, усвідомлення відповідальності за події та результат власного життя, в основу структури психологічного здоров'я молоді було включено адаптивність, розвинені навички довільного контролю

поведінки, адекватне переживання власних успіхів та невдач та інтервальну локалізацію відповідальності за значущі події свого життя, як особистісні характеристики, що сприяють формуванню адекватної стратегії збереження психологічного здоров'я в умовах невизначеності.

Емпірично доведено, що вираженість показників довільності по вибірці вище за середню; наполегливість незначно домінує над самоконтролем та саморегуляцією, що свідчить про відносну перевагу прагнення до завершення дії над рівнем довільного контролю власних емоційних реакцій. Водночас це доводить достатню розвиненість здатності контролювати власні вчинки, емоції та потяги, зокрема, у ситуації невизначеності. Така характеристика вольової сфери позитивно впливає на психологічне здоров'я молоді та сприяє його збереженню.

На підставі факторного аналізу виявлено різні структури у трифакторних моделях психологічного здоров'я студентської та працюючої молоді. Так, модель психологічного здоров'я студентської молоді в умовах невизначеності має такі базові фактори: емоційно-вольові особливості, параметри самоактуалізації (підтримка та опора) та типи міжособистісних стосунків (добррозичливість та підпорядкованість). Модель психологічного здоров'я працюючої молоді в умовах невизначеності містить такі фактори: локус контролю (відповідальність), особливості емоційно-вольового самоконтролю та параметри самоактуалізації (чутливість до себе, прийняття своїх переживань і потреб).

5. Виявлено та емпірично досліджено провідні ознаки психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності в онто- та соціогенезі. З'ясовано, що молодь віком 18-20 років до ознак психологічного здоров'я відносить: самореалізацію (60,6%), активність (24,2%), цінності (23,5%), локус контролю або відповідальність (15,1%), ставлення до часу (8,3%), креативність (7,6%); молодь віком 21-25 років позначила такі ознаки психологічного здоров'я, як: самореалізація (75,8%), цінності (62,1%), активність (37,9%), креативність (26,5%), локус контролю (18,9%), ставлення до часу (16,7%); молодь віком 26-30 років до психологічного здоров'я віднесла, перш за все, цінності (100%), активність (26,5%), самореалізацію (22,7%), локус контролю (18,9%), ставлення до часу (11,4%), креативність-творчість (9,8%).

За результатами факторного і контент-аналізу узагальнено провідні ознаки психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності: за локусом контролю – індивідуальні екстернальні або інтернальні стратегії поведінки; за засобом та характером самореалізації – самоактуалізація або маніпуляція; за динамікою пристосування до змін зовнішнього соціального середовища – активна (кар'єрна) або пасивна (рефлексивно-пристосувальна) стратегії поведінки; за наявністю елемента творчості – креативність або буденність; за особистісною організацією часу та ставленням до нього: функціонально-дієва спрямованість (сьогодення), споглядально-рефлексивна (минуле) або творчо-

перетворююча (майбутнє); за ціннісними орієнтаціями – управління цінностями, що призводять до внутрішньої гармонії або відсутність управління цінностями, особистісна дисгармонія.

6. На підставі основних ознак психологічного здоров'я молоді проведено диференціацію стратегій його збереження в умовах невизначеності: екзогенна (екстернальна) і ендогенна (інтернальна) стратегії; стратегії самоактуалізації та маніпуляції; активна (кар'єрна) і пасивна (рефлексивно-присотувальна) стратегії; стратегії креативності та звичайності; функціонально-дієва (сьогодення), споглядально-рефлексивна (минуле) і творчо-перетворююча (майбутнє) стратегії та стратегії керування цінностями, що призводять до внутрішньої гармонії або відсутність керування цінностями, дисгармонія.

Кожна група респондентів, схильних до конкретної стратегії збереження психологічного здоров'я має власний особистісний профіль, характеризуються певною системою міжособистісних стосунків та особливостями поведінки в умовах невизначеності.

7. Обґрунтовано необхідність застосування технологічного підходу до збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та доведено його ефективність. Показано, що технологія розглядається як особлива категорія діяльнісного підходу, завдяки якій збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності стає можливим через визначення специфіки: самого суб'єкта, мети, процесуальних особливостей, засобів та способів досягнення мети, отриманих результатів та ін. У контексті проведеного дослідження технологічний підхід розглядається як спеціально укладений комплекс заходів та психотехнічних прийомів, спрямованих на досягнення кінцевої мети: зміст методичних комплексів, їхні окремі складові, особливості та критерії добору коригуючого та розвивального матеріалу до методичних комплексів. Призначення технології полягає в тому, щоб при мінімальних матеріальних, просторово-часових та інших витратах, забезпечити максимальне досягнення прогнозованого результату.

Виходячи із укладених психологічних портретів молоді з різними стратегіями збереження психологічного здоров'я та спираючись на результати емпіричного дослідження, основний напрямок здоров'язбережувальних тренінгових технологій спрямовувався на блок особистісних рис, специфіку саморегуляції, моральної нормативності, адекватного переживання власних успіхів та невдач та локалізацію відповідальності за значущі події свого життя в умовах невизначеності тощо.

Отримані результати підтверджують особистісну значущість компонентного складу психологічного здоров'я молоді та необхідність розробки спеціальних технологій його збереження в умовах невизначеності. Ефективність запропонованої і реалізованої системи тренінгових занять свідчить про можливість її застосування на практиці не тільки для збереження

здоров'я молоді та його підтримки на належному рівні, але й для здійснення психологічної корекції негативних тенденцій.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів вивчення проблеми психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Перспективи подальших наукових розвідок полягають у розширенні семантичної наповненості категорії невизначеності; у вивченні особливостей психологічного здоров'я представників різних вікових, соціальних та професійних груп тощо.

Список опублікованих наукових праць за темою дисертації:

1. Монографії:

1.1. Курова А.В. Психологічне здоров'я молоді в умовах невизначеності: соціально-психологічний вимір: монографія. К.: Видавець Бихун В.Ю., 2023. 344 с. ISBN 978-617-7699-34-6

2. Статті у наукових фахових виданнях:

2.1. Melnychuk S., Kurova A., Shvetsova I., Shcherbakova O., Tsilimak O.M., Luts L. Theoretical fundamentals of study of values and value orientations in management of psychological scientific space. *Journal of Management Information and Decision Science*. 2021. Vol. 24 (2). P. 1-6. (*Особистий внесок авторки полягає у розкритті специфіки ціннісних орієнтацій особистості в умовах невизначеності*) (Scopus).

<https://www.abacademies.org/articles/theoretical-fundamentals-of-study-of-values-and-value-orientations-in-management-of-psychological-scientific-space-10119.html>

2.2. Курова А.В. Невизначеність як соціально-психологічна проблема особистості. *Габітус: наук. журн.* Одеса: Гельветика, 2021. Вип. 32. С. 198-202. <http://habitus.od.ua/journals/2021/32-2021/35.pdf>

2.3. Курова А.В. Ситуація невизначеності у парадигмі сучасних викликів суспільства. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* 2021. Вип. 4. С. 51-55. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.4.10>

2.4. Курова А.В. Психологічні особливості емоційності, агресивності та суб'єктивного контролю молоді в умовах невизначеності. *Проблеми сучасної психології: наук. журн.* Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2022. Вип. 1 (24). С. 53-60. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-1-6>

2.5. Курова А.В. Технології збереження емоційної стійкості в структурі психологічного здоров'я. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2022. Т. 33 (72) № 2. С. 87-91. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/14>

2.6. Курова А.В. Емоційно-ціннісна парадигма дослідження психологічного здоров'я в умовах невизначеності. *Габітус: наук. журн.* Одеса:

Гельветика, 2022. Вип. 39. С. 217-223. <http://habitus.od.ua/journals/2022/39-2022/39.pdf>

2.7. Курова А.В. Специфіка структури ціннісних орієнтацій особистості в умовах невизначеності. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Вип. 18 (63). С. 24-31.

[https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2021.18\(63\).03](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2021.18(63).03)

2.8. Курова А.В. Технологічний підхід в дослідженні психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. Вип. 2. С. 46-50. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.2.9>

2.9. Курова А.В. Факторна структура психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи: зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля*. К.: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2022. № 2 (58). С. 115-124. <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2022-58-2-115-124>

2.10. Курова А.В. Психологічне благополуччя як емпіричний гарант психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Т. 33 (72) № 4. С. 31-36.

https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/4_2022/6.pdf

2.11. Курова А.В. Особливості психологічного здоров'я студентської молоді в умовах невизначеності. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2022. Вип. 20 (65). С. 34-43. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.20\(65\).04](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2022.20(65).04)

2.12. Курова А.В. Особливості сенсово-особистісних станів молоді в умовах невизначеності. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. Вип. 3. С. 31-34.

<https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.3.6>

2.13. Курова А.В. Динамічні характеристики ціннісно-сенсової сфери молоді як компоненту її психологічного здоров'я. *Габітус: наук. журн.* Одеса: Гельветика, 2022. Вип. 42. С. 269-273. <http://habitus.od.ua/journals/2022/42-2022/45.pdf>

2.14. Курова А.В. Операціоналізація поняття «психологічне здоров'я» на вибірці сучасної молоді. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*. К.: Міжрегіональна Академія управління персоналом, 2022. Вип. 3 (56). С. 26-31. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.3.4>

2.15. Курова А.В. Особливості виділення компонентів психологічного здоров'я молоді. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. Вип. 4. С. 15-18. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.4.3>

2.16. Halian I., Kurova A., Stepanenko L., Semenov O., Semenova N. Comparison analysis of the correlation between emotional stability and mental health parameters in athletes of various skill levels. *Amazonia Investiga*. 2022. Vol. 11. Issue 54. P. 65-75. (*Особистий внесок авторки полягає у розкритті кореляції між емоційної стійкістю та психологічним здоров'ям особистості*) (Web of Science Core Collection)

<https://amazoniainvestiga.info/index.php/amazonia/article/view/2041>

2.17. Popovych I., Kurova A., Koval I., Kazibekova V., Maksymov M., Huzar V. Interdependence of emotionality, anxiety, aggressiveness and subjective control in handball referees before the beginning of a game: a comparative analysis. *Journal of Physical Education and Sport*. 2022. Vol. 22. Issue 3. P. 680-689. (*Особистий внесок авторки полягає у розкритті психологічних особливостей емоційності, агресивності та суб'єктивного контролю особистості*) (Scopus)

<https://www.efsupit.ro/images/stories/martie2022/Art%2085.pdf>

2.18. Halian I., Kurova A., Skliaruk A., Halian O., Khokhlov A. Estabilidad emocional como factor del bienestar psicologico de futuros especialistas. *Amazonia Investiga*. 2022. Vol. 11. Issue 51. P. 183-196. (*Особистий внесок авторки полягає у розкритті особливостей емоційної стабільності, як одного з предикторів суб'єктивного благополуччя особистості*) (Web of Science Core Collection)

<https://amazoniainvestiga.info/index.php/amazonia/article/view/1944>

2.19. Курова А.В. Потенціал сучасної української молоді в умовах військового стану. *Габітус: наук. журн.* Одеса: Гельветика, 2023. Вип. 45. С. 232-237. <http://habitus.od.ua/journals/2023/45-2023/38.pdf>

2.20. Курова А.В. Особливості взаємозв'язків базових конструктів психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»): журнал*. 2023. Вип. 8 (26). С. 442-456. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-8\(26\)-442-455](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-8(26)-442-455)

2.21. Курова А.В. Оптимізм та песимізм як особистісні предиктори психологічного здоров'я молоді. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2023. Вип. 1. С. 26-29.

<https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2023.1.5>

2.22. Курова А.В. Особливості стратегій збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»): журнал*. 2023. Вип. 10 (28). С. 589-600. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-589-600](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-589-600)

2.23. Курова А.В. Ефективність застосування тренінгових технологій збереження психологічного здоров'я. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»): журнал*. 2023. Вип. 11 (29). С. 515-528. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-11\(29\)-515-528](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-11(29)-515-528)

2.24. Курова А.В. Основні особистісні компоненти психологічного здоров'я молоді. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»): журнал*. 2023. Вип. 12 (30). С. 673-686. <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/5954>

2.25. Kurova A., Popovych I., Hrys A., Koval I., Pavliuk M., Polishchuk S., Kolly-Shamne A. Dispositional optimistic and pessimistic mental states of young athletes: gender differentiation. *Journal of Physical Education and Sport*. 2023. Vol. 23. Issue 4. P. 857-867. (Особистий внесок авторки полягає у визначенні оптимізму та песимізму як особистісних предикторів психологічного здоров'я молоді) (Scopus) <https://efsupit.ro/images/stories/aprilie2023/Art109.pdf>

3. Статті у матеріалах науково-практичних конференцій:

3.1. Курова А.В. Ситуація невизначеності та готовність особистості до змін. *Педагогіка і психологія сьогодення: теорія та практика: зб. статей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Одеса, 21-22 січня 2022 р.). Одеса: ГО «Південна фундація педагогіки», 2022. С. 30-31.

3.2. Курова А.В. Феномен невизначеності у психологічній науці. *Ключові питання наукових досліджень у сфері педагогіки та психології у XXI ст.: зб. статей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Львів, 28-29 січня 2022 р.). Львів: ГО «Львівська педагогічна спільнота», 2022. С. 44-46.

3.3. Курова А.В. Концепт толерантності до невизначеності. *Традиції та новації у сфері педагогіки та психології: зб. статей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Київ, 4-5 лютого 2022 р.). К.: Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського, 2022. С. 199-201.

3.4. Курова А.В. Соціально-психологічне значення невизначеності. *Інноваційні наукові дослідження у галузі педагогіки та психології: зб. статей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Запоріжжя, 11-12 лютого 2022 р.). Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2022. С. 175-176.

3.5. Курова А.В. Розвиток залежної або автономної поведінки як реакція на невизначеність. *Соціально-психологічні ресурси особистості в екстремальних умовах: зб. статей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Київ, 29-30 квітня 2022 р.). К.: Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського, 2022. С. 67-69.

3.6. Курова А.В. Роль саморегуляції особистості в ситуації невизначеності. *Європейський вибір України, розвиток науки та національна безпека в реаліях масштабної військової агресії та глобальних викликів XXI століття: зб. статей за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції* (до 25-річчя Національного університету «Одеська юридична академія» та 175-річчя Одеської школи права) (м. Одеса, 17 червня 2022 р.). Одеса: Видавничий дім «Гельветика», 2022. Т. 1. С. 300-302.

3.7. Курова А.В. Емоційна стійкість в структурі психологічного здоров'я особистості. *Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір: зб. статей за матеріалами III Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Одеса, 24 червня 2022 р.). Одеса: Національний університет «Одеська юридична академія», 2022. С. 127-130.

3.8. Курова А.В. Гендерна ідентичність в структурі суб'єктивного благополуччя особистості. *Соціально-психологічні проблеми гендерної стратифікації суспільства: зб. статей за матеріалами XV Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю)* (м. Дніпро, 24 червня 2022 р.). Дніпро: СНУ ім. В. Даля, 2022. С. 90-93.

3.9. Kurova A.V. Psychological features of value orientations of young people in conditions of uncertainty. *The role of psychology and pedagogy in the spiritual development of modern society: proceedings International scientific conference* (Riga, Latvia, July 30-31, 2022). Riga, Latvia: Baltija Publishing, 2022. P. 133-136.

3.10. Курова А.В. Взаємозв'язок прагнень-цінностей із психологічним здоров'ям студентів. *Trends in the development of science in the modern world: proceedings of the XXXIII International Scientific and Practical Conference* (Graz, Austria, August 23-26, 2022). Graz, Austria: International Science Group, 2022. P. 343-346.

3.11. Курова А.В. Проблемно-орієнтований технологічний підхід в дослідженні психологічного здоров'я молоді. *Theoretical methods and improvement of science: proceedings of the VII International Scientific and Practical Conference* (Bordeaux, France, December 12-14, 2022). Bordeaux, France: European Conference, 2022. P. 274-277.

3.12. Курова А.В. Адаптаційні здібності сучасної української молоді в умовах невизначеності. *Current issues of science and integrated technologies: proceedings of the 1th International scientific and practical conference* (Milan, Italy, January 10-13, 2023). Milan, Italy: International Science Group, 2023. P. 587-589.

3.13. Курова А.В. Онтогенетична рефлексія як технологія збереження психологічного здоров'я сучасної молоді. *Modern education using the latest technologies: proceedings of the 2th International scientific and practical conference* (Lisbon, Portugal, January 17-20, 2023). Lisbon, Portugal: International Science Group, 2023. P. 405-407.

3.14. Курова А.В. Ціннісно-сенсова сфера особистості як динамічний компонент її психологічного здоров'я. *Актуальні проблеми психології особистості на європейському просторі: зб. статей за матеріалами VIII Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Кам'янець-Подільський, 15 лютого 2023 р.). Кам'янець-Подільський: Вид-во Ковальчук О.В., 2023. С. 70-73.

3.15. Курова А.В. Особистісні трансформації сучасної української молоді в умовах війни. *Психологічні основи здоров'я, освіти, науки та самореалізації особистості: зб. статей за матеріалами XV Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Луцьк, 23-24 березня 2023 р.). Луцьк: Вежа-Друк, 2023. С. 119-122.

3.16. Курова А.В. Адаптаційні здібності як компонента психологічного здоров'я молоді під час війни. *Особистість у кризових умовах сучасності: психологічні виклики: зб. статей за матеріалами III Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Івано-Франківськ, 03 березня 2023 р.). Івано-Франківськ: Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника, 2023. С. 198-202.

3.17. Курова А.В. Деякі особливості психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Психологічні особливості переживання ситуацій невизначеності: зб. статей за матеріалами XIII Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Ніжин, 16-17 березня 2023 р.). Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2023. С. 72-74.

3.18. Курова А.В. Основні базові конструкти психологічного здоров'я в умовах невизначеності. *The main directions of the development of scientific research: proceedings of the 15th International scientific and practical conference* (Helsinki, Finland, April 18-21, 2023). Helsinki, Finland: International Science Group, 2023. P. 316-319.

3.19. Курова А.В. Сучасні психологічні технології підтримки психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Integration of scientific solutions and methods into practice: proceedings of the XVI International Scientific and Practical Conference* (Paris, France, April 24-25, 2023). Paris, France: European Conference, 2023. P. 323-326.

3.20. Курова А.В. Оптимізм як детермінанта психологічного здоров'я молоді. *Scientific trends, solutions, theories and methods of development: proceedings of the XXIII International Scientific and Practical Conference* (Bilbao, Spain, June 12-14, 2023). Bilbao, Spain: European Conference, 2023. P. 256-258.

3.21. Курова А.В. Екстернальна та інтернальна стратегії збереження психологічного здоров'я української молоді. *The influence of society on the development of science and the invention of new methods: proceedings of the 23th International scientific and practical conference* (Prague, Czech Republic, June 13-16, 2023). Prague, Czech Republic: International Science Group, 2023. P. 340-342.

АНОТАЦІЇ

Курова А.В. Психологічне здоров'я молоді в умовах невизначеності та технології його збереження. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.05 – соціальна психологія; психологія соціальної роботи. Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля МОН України. – Київ, 2023.

Дисертацію присвячено визначенню особливостей психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та розробці соціально-психологічних технологій його збереження.

Визначено концептуальні теоретико-методологічні засади дослідження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності та соціально-психологічних технологій його збереження. Виділено основні соціально-психологічні предиктори та особливості психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (суб'єктивне благополуччя, оптимістична спрямованість особистості та ін.).

Виокремлено структурні елементи психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (адаптивність, розвинені навички довільного самоконтролю поведінки, адекватне переживання власних успіхів та невдач, інтернальна локалізація відповідальності за значущі події власного життя). Визначено рівні (високий, середній, низький) розвитку адаптаційних здібностей як компонента психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Розроблено та операціоналізовано моделі психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності в онто- та соціогенезі. Виокремлено та емпірично підтверджено показники, пов'язані зі складовими стратегій підтримки психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності (локус контролю, самоактуалізація, ціннісні орієнтації, креативність, активність, часова спрямованість).

Визначено та проведено диференціацію соціально-психологічних стратегій збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. Укладено психологічні портрети молоді з різними стратегіями збереження психологічного здоров'я в умовах невизначеності. Обґрунтовано доцільність застосування та доведено ефективність технологічного підходу до збереження психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності.

Ключові слова: *молодь, психологічне здоров'я, умови невизначеності, технологічний підхід, стратегії збереження психологічного здоров'я, тренінгові соціально-психологічні технології.*

Kurova A.V. Psychological health of young people in conditions of uncertainty and technologies for its preservation. – Qualification scholarly work published as manuscript.

Dissertation for the degree of doctor of psychological sciences, speciality, 19.00.05 – social psychology, psychology of social work. Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University Ministry of Education of Ukraine. – Kyiv, 2023.

The dissertation is devoted to determining the characteristics of the psychological health of young people in conditions of uncertainty and socio-psychological technologies for its preservation.

The theoretical and methodological analysis of the main approaches to the problem of psychological health and the situation of uncertainty has been done. Based on the theoretical and methodological analysis of approaches to the study of the problem of psychological health in the scientific literature, it has been clarified the state of its development.

There have been defined the conceptual theoretical and methodological foundations of the study of the psychological health of young people in conditions of uncertainty and socio-psychological technologies of its preservation. The main socio-psychological predictors and features of the psychological health of young people in conditions of uncertainty are highlighted (subjective well-being, optimistic orientation of personality etc.).

The structural elements of psychological health of young people in conditions of uncertainty have been singled out (adaptability, developed skills of arbitrary self-control of behavior, adequate experience of one's own successes and failures, internal localization of responsibility for significant events in one's life). The levels of development of adaptive abilities as a component of the psychological health of young people in conditions of uncertainty have been determined (high - adaptation to conditions of uncertainty, high level of psychological health; medium - potential component of adaptation and psychological health in conditions of uncertainty; low - maladaptation to conditions of uncertainty and low level of psychological health).

There have been developed and operationalized the models of psychological health of young people in conditions of uncertainty in onto- and sociogenesis (the three-factor model of psychological health of student youth in conditions of uncertainty (emotional-volitional characteristics; parameters of self-actualization (support and strenght); types of interpersonal relationships (benevolence and subordination)); the three-factor model of psychological health of working youth in conditions of uncertainty (locus of control (responsibility); features of emotional and volitional self-control; parameters of self-actualization (sensitivity to oneself, acceptance of one's experiences and needs)).

There have been identified and empirically confirmed the indicators related to the components of strategies for supporting the psychological health of young people in conditions of uncertainty (locus of control, self-actualization, value orientations, creativity, activity, time orientation).

It has been defined and carried out the differentiation of socio-psychological strategies for preserving the psychological health of young people in conditions of uncertainty (exogenous (external) and endogenous (internal); self-actualization and manipulation; active (career) and passive (reflexive-adaptive); creativity and ordinariness; functional-active (present), contemplative-reflective (past) and creative-transformative (future) and value management strategies that are leading to internal harmony or lack of value management and disharmony). The psychological portraits of young people with different strategies for maintaining psychological health in conditions of uncertainty are compiled. It has been justified the expediency of the application and the effectiveness of the technological approach for the preservation of the psychological health of young people in conditions of uncertainty.

Key words: *youth, psychological health, conditions of uncertainty, technological approach, strategies for preservation of psychological health, training social and psychological technologies.*

Підписано до друку 02.10.2023 р.
ф. 60x90/16, ум. др. арк. 1,9
Зам. 02/10/123-54/1, накл. 100 пр.
Друкарня Прінт Квік
м. Київ, вул. Леонтовича 9, оф. 65
т. (044) 235-0009, 235-7528
printquick@ukr.net