

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ПРАВА «КРОК»
Навчально-науковий інститут психології**

Кафедра психології

Хіменко Ангеліна Романівна

УДК 159.923-053.6

Кваліфікаційна робота

Психологічні умови формування позитивного майбутнього молоді в
контексті війни

053 «Психологія»
«Екстремальна та кризова психологія»

Подається на здобуття освітнього ступеня бакалавр

Кваліфікаційна робота містить результати власних доробок. Використання
ідей, результатів і текстів інших авторів мають посилання на відповідне
джерело _____ А. Р. Хіменко

Науковий керівник Сингаївська Ірина Валентинівна, кандидат
психологічних наук, професор, професор кафедри психології

Київ – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО МАЙБУТНЬОГО МОЛОДІ В КОНТЕКСТІ ВІЙНИ	7
1.1. Феномен позитивного майбутнього особистості у психологічній науці	7
1.2. Психологічні чинники формування позитивного майбутнього молоді в умовах війни	13
1.3. Методи та підходи до формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни.....	21
Висновки до розділу 1	32
РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО МАЙБУТНЬОГО МОЛОДІ В КОНТЕКСТІ ВІЙНИ (НА ПРИКЛАДІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ)	34
2.1. Вибірка та процедура дослідження	34
2.2. Методологічні засади емпіричного дослідження	37
2.3. Аналіз результатів емпіричного дослідження психологічних умов формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни	42
Висновки до розділу 2	55
РОЗДІЛ 3 ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО МАЙБУТНЬОГО МОЛОДІ В КОНТЕКСТІ ВІЙНИ (НА ПРИКЛАДІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ)	58
3.1. Змістовно-організаційні засади тренінгової програми формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни	58
3.2. Практичні рекомендації щодо профілактики впливу травматичних подій та розвитку позитивного майбутнього студентської молоді в сучасних кризових умовах	73
Висновки до розділу 3	78
ВИСНОВКИ	79
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	82
ДОДАТКИ	91

РЕФЕРАТ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ «ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА»

Актуальність дослідження. Воєнні дії та їх наслідки мають глибокий вплив на всі верстви населення в нашій країні, особливо на молодь, яка стикається з рядом психологічних та соціальних викликів. Гібридний характер цієї війни проявляється в тому, що потерпають не тільки військові, але також значною мірою цивільні, що ускладнює сприйняття ситуації та призводить до зниження психологічного благополуччя більшості населення нашої країни.

Зазначені умови породжують деморалізацію, постійну невизначеність та зміну життєвих стереотипів. Страх, тривога та невпевненість в майбутньому стають загальною реалією, порушуючи звичні моделі життя та соціальні зв'язки. Особливо це стосується молоді, яка знаходиться в процесі навчання, професійного становлення, формування своєї ідентичності, цінностей та життєвих планів на майбутнє.

Дослідження психологічних умов формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни є актуальним, оскільки воно відкриває шляхи для розуміння та розв'язання проблем, пов'язаних із психічним станом в таких екстремальних умовах. Пролонгований стрес по-різному впливає на молодь, вимагаючи специфічних підходів у діагностиці та оцінці психологічного стану. Таке дослідження дозволить виявити чинники, які сприяють розвитку оптимістичного світогляду, життєстійкості та проактивної громадянської позиції молоді, незважаючи на травматичний досвід війни.

В умовах значних суспільних трансформацій, коли країна потребує психологічно здорової, активної та гармонійно розвиненої молоді, розуміння цих процесів є вирішальним для розробки ефективних стратегій психологічної підтримки та допомоги. З огляду на велику кількість молодих людей, які зазнають впливу війни в Україні, важливо зрозуміти, які психологічні умови та ресурси дозволяють їм не лише успішно долати стрес, але в тому числі зберігати віру в краще майбутнє. Таке дослідження може стати основою для

розробки програм психологічного супроводу студентської молоді, спрямованих на зміцнення їх психічного здоров'я та розкриття особистісного потенціалу в складних життєвих обставинах. Підтримка молодих людей, які постраждали внаслідок значного та тривалого впливу травматичних подій, але прагнуть продовжувати навчання та розбудовувати власне майбутнє, стала одним із пріоритетних завдань психологічної науки та освітньої практики на сучасному етапі.

Концептуальною основою даного дослідження в аспектах вивчення психологічних умов формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни, що є винятково актуальним, зважаючи на поточну ситуацію в нашій країні, стали наукові праці вітчизняних дослідників: С. Богданов, В. Вінс, А. Суворова, В. Власов та ін., Г. Дехтярьова та ін., Т. Журавель, В. Зливков та ін., І. Марциновська, Г. Мешко, О. Мешко, У. Михайлишин, Т. Омельченко, Л. Орищин-Бужиган, В. Панок, К. Педько, О. Скориніна-Погребна, Т. Титаренко, О. Туриніна, Л. Царенко та ін., О. Цільмак, І. Черезова та інші.

Попри численні дослідження, проблема психологічних чинників та умов розвитку позитивного майбутнього у студентської молоді в умовах пролонгованого стресу війни в Україні, яка обрана темою даної роботи, є на сьогодні ще недостатньо вивченою та висвітленою. Цим обумовлений вибір теми даного дослідження.

Мета дослідження - теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні умови формування позитивного майбутнього студентської молоді в контексті війни, розробити програму психологічного супроводу.

Для досягнення мети визначені наступні **завдання дослідження**:

1. Здійснити теоретичний аналіз проблеми позитивного майбутнього особистості у психологічній науці.
2. Визначити психологічні чинники та умови формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни.
3. Розглянути наявні методи та підходи до формування позитивного майбутнього молоді.

4. Емпірично дослідити психологічні умови формування позитивного майбутнього студентської молоді.

5. Розробити, впровадити та перевірити ефективність програми розвитку позитивного майбутнього студентів в контексті війни.

Об'єкт дослідження - образ формування позитивного майбутнього особистості.

Предмет дослідження - психологічні умови формування позитивного майбутнього студентської молоді в контексті війни.

Методи дослідження: *теоретичні* – аналіз психолого-педагогічної, науково-методичної літератури, що забезпечив розгляд теоретичних питань із проблеми дослідження, методи аналізу та синтезу, індукції та дедукції, узагальнення отриманої інформації з метою розкриття особливостей досліджуваного явища; *емпіричні* – опитування, анкетування за допомогою стандартизованих методик: Опитувальник травматичного стресу (ГТС); оцінка наявності симптомів ПТРС як наслідків впливу значного стресу у досліджуваних в умовах війни; Опитувальник подолання стресу COPE – визначення наявності продуктивних копінг-стратегій; Опитувальник посттравматичного зростання PTGI – оцінка рівня позитивних особистісних змін внаслідок травматичного досвіду; Опитувальник благополуччя PERMA-Profiler – виявлення актуального рівня психологічного благополуччя досліджуваної молоді; методи порівняння, класифікація, систематизація отриманих результатів дослідження; *статистичні* – методи математичної обробки даних за допомогою лінійної кореляції Пірсона, кількісний та якісний аналіз результатів діагностики.

Наукова новизна та теоретичне значення одержаних результатів полягає у визначенні в процесі теоретичного дослідження психологічних умов формування позитивного майбутнього студентської молоді в контексті війни та емпіричного вивчення їх специфіки й закономірностей.

Практичне значення одержаних результатів полягає в можливості застосування результатів роботи у діяльності психологічних служб закладів

вищої освіти щодо розробки програм психологічного супроводу студентів в умовах воєнного стану, а також у роботі практичних психологів як засіб удосконалення консультативної та психотерапевтичної роботи з молоддю в сучасних умовах.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, загальних висновків, списку використаних джерел з 78 найменувань та додатків. Основна частина роботи викладена на 80 сторінках. Загальна кількість сторінок в роботі 100.

У першому розділі **«теоретико-методологічні засади дослідження психологічних умов формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни»** проаналізовано основні підходи до вивчення проблеми феномену позитивного майбутнього у сучасній психології, Феномен позитивного майбутнього особистості є багатограним та динамічним конструктом, який формується у взаємодії внутрішніх та зовнішніх чинників. З одного боку, він спирається на такі індивідуальні ресурси як життєстійкість, оптимізм, надія, здатність до посттравматичного зростання. З іншого боку, він істотно залежить від наявності підтримуючого та розвивального соціального середовища.

Процес формування позитивного майбутнього молоді охоплює ряд чинників, які важливо враховувати

Ресурси. Молоді люди мають в розпорядженні різноманітні ресурси, які є ключовими для досягнення їхніх цілей. Ці ресурси можуть бути як матеріальними (наприклад, земля, будівлі, фінанси), так і нематеріальними, включно з ідеями, навичками та соціальними взаєминами, а також орієнтовані на доступ до освіти та медичних послуг. Мотивація – це динамічний процес конкретизації, усвідомлення потреби, виникнення бажання, утворення мотиву та формування наміру здійснити задоволення потреби, при цьому весь мотиваційний процес може займати доли секунди, і його окремі складові не завжди розгорнуто актуалізуються у свідомості людини. *Агентність.* Молоді люди мають змогу використовувати доступні ресурси та власні прагнення для

прийняття рішень у своєму житті, ставлення цілей і дій відповідно до них з метою досягнення бажаних результатів, усе це без страху перед насильством або покаранням. *Внесок.* Молодь відіграє ключову роль у внесенні змін для власного розвитку та розвитку громади, за що отримує визнання та заохочення. Їх активність може проявлятися через різноманітні канали, що робить їх важливим джерелом позитивного впливу. *Сприятливе середовище.* Молоді особи мають можливість знаходитись в середовищі, що збагачує їхні ресурси, підсилює їхню активність, полегшує доступ до різноманітних послуг та можливостей, а також покращує їхні шанси на уникнення ризиків і на соціальну реалізацію. *Соціальні та гендерні норми.* Ці норми можуть як сприяти, так і перешкоджати співпраці, викликаючи розколи і посилюючи стереотипні уявлення та поведінку, що привілейовує одну групу над іншою. Така диспропорція сприяє домінуванню певних груп, які отримують перевагу в доступі до ресурсів та контролю над ними.

Розглянуто основні методи та підходи до формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни. Серед них виокремлено інтеграцію травматичного досвіду в життєвий наратив особистості, розвиток активних копінг-стратегій, здатності до самодетермінації та цілепокладання, відновлення зв'язку з власними ресурсами, автентичне самовираження, пошук нових смислів, групову та сімейну терапію для відновлення почуття спільності, психоедукацію, розвиток взаємодопомоги та життєтворчих практик у освітньому середовищі. Потрібно наголосити, що конкретний вибір методів має ґрунтуватися на потребах конкретної особистості чи групи і спиратися на найновіші наукові дослідження у сфері психотравматології та розвитку життєстійкості сучасної молоді в умовах необхідності продовження навчання, становлення в професійній сфері в умовах війни.

У другому розділі **«Емпіричне дослідження психологічних умов формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни (на прикладі студентської молоді)»** Емпіричне дослідження було організовано та реалізовано з метою поглибленого вивчення психологічних факторів, які

впливають на формування позитивного бачення майбутнього у студентської молоді в умовах війни. На основі даних дослідження були сформульовані практичні рекомендації щодо підтримки психологічного благополуччя та адаптації студентської молоді до умов воєнного часу.

Аналіз емпіричних даних засвідчив наявність у частини студентів підвищеного рівня симптомів ПТСР (20% за загальним показником), особливо нав'язливості спогадів та психоемоційної збудливості. Водночас, переважають середні та низькі рівні вираженості постстресових реакцій, що вказує на певну резилієнтність більшості. Зафіксовано достатній потенціал посттравматичного зростання (високий та середній рівні у понад 80%), насамперед, у сфері переосмислення життєвих пріоритетів та власної ролі. В репертуарі копінг-стратегій спостерігається як використання неконструктивних способів емоційної регуляції (вживання заспокійливих речовин, уникнення), так і наявність просоціальних стратегій (пошук соціальної підтримки, прийняття). Важливою є загальна тенденція до зниження психологічного благополуччя студентів з найбільшою вразливістю сфер осмисленості життя та соціальних стосунків. Водночас, є збереженими ресурси позитивних переживань, залученості та цілеспрямованості. Кореляційний аналіз підтвердив зв'язок між показниками благополуччя, посттравматичного зростання, копінг-механізмів та симптомами ПТСР, які необхідно враховувати у розробці стратегій психологічної допомоги. Таким чином, емпіричне дослідження окреслило основні тенденції у психологічному стані студентської молоді під час війни, виявило спектр сильних та вразливих сторін у її реагуванні на стрес та адаптивних ресурсах.

За результатами проведеного емпіричного дослідження було здійснено розробку тренінгової програми, спрямованої на розвиток психологічних умов формування позитивного майбутнього студентської молоді. Однак, враховуючи реалії воєнного часу в Україні, впровадження повноцінної тренінгової програми в очному форматі виявилось неможливим через низку об'єктивних причин, таких як безпекові обмеження, переміщення частини

студентів, перебої з електропостачанням тощо. Тому було вирішено розробити програму щодо психологічної підтримки студентів в умовах війни та надати практичні рекомендації щодо профілактики впливу травматичних подій та розвитку позитивного майбутнього студентської молоді в сучасних кризових умовах, які б враховували актуальні потреби та ресурси молоді, виявлені в ході дослідження.

У третьому розділі **«програма формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни (на прикладі студентської молоді)»**

У третьому розділі дослідження представлено програму формування позитивного майбутнього студентської молоді в умовах пролонгованого впливу війни. Обґрунтовано її структуру та зміст відповідно до теоретичних та емпіричних результатів дослідження. Програма передбачає поетапну реалізацію цілей: активізацію мотивації до змін, стабілізацію емоційного стану, опрацювання травматичного досвіду, розвиток копінг-ресурсів, активізацію життєтворчої активності, моніторинг та підтримку учасників. Як основна форма роботи запропоновані тренінги, спрямовані на розвиток ключових життєвих навичок та компетенцій у відповідності до особливостей цільової групи та актуальної ситуації. Очікуваними результатами є відновлення психологічного благополуччя студентів, набуття ними досвіду посттравматичного зростання, становлення суб'єктної життєвої позиції.

Очікуваними результатами програми є підвищення суб'єктивного благополуччя, посттравматичне зростання, становлення проактивної життєвої позиції молоді. Також було розроблено комплекс практичних рекомендацій щодо профілактики несприятливих наслідків війни та розвитку позитивного майбутнього студентів. Ці настанови окреслюють ключові напрямки психологічної та соціально-педагогічної роботи зі студентською молоддю: психоедукація щодо стресових реакцій, створення безпечного та підтримуючого середовища, навчання технікам самопомоги, організація системи взаємопідтримки, сприяння громадянській активності, розвиток

критичного мислення, підтримка практик турботи про себе, фасилітація посттравматичного зростання, активізація життєвої перспективи, гуманізація освітнього процесу. Реалізація цих рекомендацій потребує комплексних та узгоджених зусиль усіх учасників університетської спільноти задля розкриття адаптивного та життєствердного потенціалу молоді.

ВИСНОВКИ

У кваліфікаційній роботі досліджено теоретичні аспекти та представлені результати емпіричного вивчення особливостей формування позитивного майбутнього студентської молоді в контексті війни, розроблено програму психологічного супроводу молоді. Отримані результати стали підставою для формулювання наступних висновків:

1. На основі вивчення наукової літератури за темою роботи здійснено теоретичний аналіз феномену позитивного майбутнього особистості. Встановлено, що позитивне майбутнє є складним психологічним утворенням, яке включає оптимістичний світогляд, цілепокладання, відчуття смислу та самоефективності. Формування такого майбутнього у молоді пов'язане з розвитком життєстійкості, досягненням психологічного благополуччя, здатністю до посттравматичного зростання та конструювання збалансованої часової перспективи. Визначено, що в умовах війни та соціальних потрясінь здатність молоді створювати оптимістичні життєві проекти, знаходити ресурси для долавання криз та зберігати психологічну стійкість є ключовою для її повноцінного функціонування та реалізації потенціалу. Це зумовлює актуальність дослідження психологічних умов та факторів розвитку позитивного майбутнього студентської молоді в контексті воєнного конфлікту в Україні.

2. На основі теоретичного аналізу проблеми окреслено психологічні чинники формування позитивного майбутнього молоді в умовах війни. Серед них виділено наявність особистісних ресурсів (життєстійкість, оптимізм, адаптивні копінг-стратегії), здатність конструктивно інтегрувати травматичний досвід та знаходити в ньому потенціал для зростання, доступність соціальної підтримки та відчуття приналежності, активну життєву позицію та залученість, когнітивну гнучкість та відкритість новому досвіду. Зазначено, що становлення цих ресурсів є результатом взаємодії внутрішніх інтенцій самої особистості та впливів соціального середовища. Відповідно,

створення підтримуючого та розвивального оточення (в сім'ї, закладах освіти, громаді) є необхідною умовою для трансформації кризового досвіду молоді в можливості для розвитку та самореалізації.

3. Здійснено огляд та систематизацію існуючих методів і підходів до формування позитивного майбутнього молоді в контексті війни. Визначено, що ефективна психологічна робота має бути спрямована на інтеграцію травматичного досвіду в цілісний життєвий наратив особистості, розвиток активних копінг-стратегій, здатності до самодетермінації та постановки життєвих цілей, відновлення зв'язку з власними ціннісно-смысловими ресурсами, сприяння автентичному самовираженню та креативності. Підкреслено важливість застосування методів групової та сімейної терапії для відновлення почуття спільності та взаємопідтримки, організації простору психоедукації та навчання навичкам самодопомоги і взаємопомоги в освітньому середовищі, залучення молоді до суспільно корисної діяльності. Наголошено на необхідності орієнтуватися на актуальні потреби цільової групи та базуватися на сучасних досягненнях психологічної науки і практики у роботі з травмою та розвитком життєстійкості особистості.

4. Емпіричне дослідження психологічних умов формування позитивного майбутнього студентської молоді в умовах війни проводилося на вибірці 50 студентів різних спеціальностей віком від 17 до 25 років. Для реалізації завдань було застосовано комплекс психодіагностичних методик: Опитувальник травматичного стресу, Опитувальник посттравматичного зростання, Опитувальник подолання стресу COPE, Опитувальник благополуччя PERMA-Profilier. Аналіз емпіричних даних виявив наявність у частини студентів підвищеного рівня симптомів ПТСР, особливо нав'язливості спогадів та психоемоційної збудливості. Водночас, зафіксовано достатній потенціал посттравматичного зростання, насамперед, у сфері переосмислення життєвих пріоритетів та власної ролі. В репертуарі копінг-стратегій спостерігається як використання неконструктивних способів емоційної регуляції, так і наявність просоціальних стратегій. Привертає увагу

загальна тенденція до зниження психологічного благополуччя студентів з найбільшою вразливістю сфер осмисленості життя та соціальних стосунків. Кореляційний аналіз підтвердив зв'язок між показниками благополуччя, посттравматичного зростання, копінг-механізмів та симптомами ПТСР.

5. На основі теоретичного аналізу проблеми та результатів емпіричного дослідження було розроблено програму формування позитивного майбутнього студентської молоді в умовах пролонгованого впливу війни. Програма має на меті розвиток психологічних умов та ресурсів для відновлення та підтримки оптимістичного життєвого орієнтування молоді. Вона передбачає поетапну реалізацію завдань через систему інтерактивних тренінгів, які спрямовані на стабілізацію емоційного стану, опрацювання травматичного досвіду, розвиток адаптивних копінг-стратегій, цілепокладання та активізацію життєтворчого потенціалу студентів. Очікуваними результатами програми є підвищення суб'єктивного благополуччя, посттравматичне зростання, становлення проактивної життєвої позиції молоді. Також було розроблено комплекс практичних рекомендацій щодо профілактики несприятливих наслідків війни та розвитку позитивного майбутнього студентів. Ці настанови окреслюють ключові напрямки психологічної та соціально-педагогічної роботи зі студентською молоддю: психоедукація щодо стресових реакцій, створення безпечного та підтримуючого середовища, навчання технікам самодопомоги, організація системи взаємопідтримки, сприяння громадянській активності, розвиток критичного мислення, підтримка практик турботи про себе, фасилітація посттравматичного зростання, активізація життєвої перспективи, гуманізація освітнього процесу. Реалізація цих рекомендацій потребує комплексних та узгоджених зусиль усіх учасників університетської спільноти задля розкриття адаптивного та життєствердного потенціалу молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Агаєв Н.А., Кокун О.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С., Остапчук В.В., Ткаченко В.В. Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців: Методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2016. 234 с.
2. Алгоритми діяльності працівників психологічної служби : Т. 2 / авт. кол. за заг. ред. В. Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2020. 106 с.
3. Богданов С. О. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір» : навчально-методичний посіб. Київ: НаУКМА, ГЛІФ Медіа, 2017. 208 с.
4. Бондар Л.В., Проскурка Н.М., Бойченко М.М. Копінг-стратегії геймерів дорослого віку. *Актуальні проблеми психології*, 2020. Т. XI. Випуск 21. С. 38-52.
5. Брієр Д., Скотт К. Основи травмофокусованої психотерапії. Львів : Манускрипт, 2023. 448 с.
6. Будуємо майбутнє разом: програма профілактики конфліктів та правопорушень серед учнівської молоді навчально-методичний посібник для фахівців / заг. ред.. Журавель Т.В. Снітко М. А. Київ, 2016. 298 с.
7. Вінс В.А.. Суворова А.Г. Можливості профілактики та корекції посттравматичного стресового розладу у дорослих. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2023. С. 10-13.
8. Власов, В. Г., Лукавецький, К., Толчева, Г. В. Соціально-психологічна адаптація і копінг-стратегії особистості в різних умовах соціалізації. *Соціально-економічні системи регіону в умовах сталого розвитку : реалії та перспективи* : Монографія. Ополе : Вища школа управління і адміністрування в Ополе, 2022. С. 265-292.

9. Гутиря М., Кононова М. Чинники професійної самоактуалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. Випуск 11. С. 56–62
10. Екстремальна психологія: методичні рекомендації / уклад. О.М. Амплєєва. Одеса : Бондаренко М.О., 2024. 75 с.
11. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка, 2016. 219 с.
12. Зубовський Д. С. Перевірка факторної структури україномовної методики «Опитувальник посттравматичного зростання». *Український психологічний журнал*, 2018. № 2 (8). С. 36-47.
13. Ігумнова О.Б. Дослідження копінг-стратегій осіб у складних життєвих обставинах. *Теорія і практика сучасної психології*, 2020 р. № 1. Т. 2. С. 28-33.
14. Карачевський А.Б. Адаптація шкал та опитувальників українською та російською мовами щодо посттравматичного стресового розладу. *Збірник наук. праць співробітників НМАПО імені П. Л. Шупика*, 2016. Випуск 25. С. 607-622.
15. Кологривова Н.М. Особливості адаптаційних ресурсів особистості в умовах життєвих криз: дис.. докт. філософ. 053; 05. Одеський національний університет імені І.І. Мечникова, 2023. 248 с.
16. Лагутіна С.І. Діджиталізована психокорекція та психопрофілактика стрес-асоційованих розладів серед постраждалих від війни в Україні: дис.. докт філос..225; 22. Медичний університет імені О.О. Богомольця. Київ, 2023. 260 с.
17. Лазоренко Б. П. Підвищення адаптивності проблемної молоді в умовах переживання наслідків травматичних подій. *Способи підвищення соціально-адаптивних можливостей людини в умовах переживання наслідків травматичних подій* : метод, рекомендації / За ред. Т. М. Титаренко. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2017. С. 55-60.

18. Левченко М., Феденько С., Форостян А. Особливості соціальної адаптації здобувачів вищої освіти до освітнього процесу в умовах воєнного стану. *Актуальні питання гуманітарних наук*, 2022. Вип 52, Т 2. С. 185-192.
19. Лефертов В., Самара О. Особливості психологічної реабілітації осіб, які переживають травматичні події війни. *Проблеми екстремальної та кризової психології* 2022. № 1(3). С. 73-84.
20. Малихіна О.А. Психологічні умови формування самоповаги у студентів вищих навчальних закладів: дис.. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 19.00.07. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова. Київ, 2021. 292 с.
21. Мартинюк І. А. Психологічні особливості студентського віку. *Психологія стресостійкості студентської молоді: монографія / За заг. ред. В. Шмаргуна*. Київ : НУБіП України, 2019. С. 55-64.
22. Мартинюк І. А. Стресостійкість та індивідуально-психологічні особливості студентської молоді. *Психологія стресостійкості студентської молоді: монографія / За заг. ред. В. Шмаргуна*. К.: НУБіП України, 2019. С. 97-107.
23. Марціновська І. П. Корекція посттравматичного стресового розладу у дітей із зони військового конфлікту, які мають психофізичні порушення: дис.. канд.. пед.. наук. 13.00.03. Кам'янець-Подільський, 2020. 311 с.
24. Марціновська І. П. Резилієнс підхід у психолого-педагогічній корекції травматичних та стресових станів. *Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки) : зб. наук. праць / за ред. В. М. Синьова, О. В. Гаврилова*. Кам'янець-Подільський : ПП Медобори, 2019. С. 205-219.
25. Мешко Г. М., Мешко О. І. Копінг-стратегії в управлінській діяльності керівника закладу загальної середньої освіти. *Сучасні аспекти модернізації науки: стан, проблеми, тенденції розвитку* : матеріали XXIV Міжнародної науково-практичної конференції (7 вересня 2022 р., м. Орхус (Данія)), Орхус : ГО «ВАДНД», 2022. С. 443- 446.

26. Мешко Г., Мешко О. Формування конструктивних копінг-стратегій майбутніх керівників закладів загальної середньої освіти. *Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки*: III Міжнародна наукова конференція, 2023. С. 17-19.

27. Михайлишин У.Б. Соціально-психологічні засади функціонування цінностей у студентських групах в освітньому середовищі: дис...доктора психолог. наук. 19.00.05. Сєверодонецьк, 2018. 525 с.

28. Міщиха Л.П., Кобилянська Н.М. Особливості копінг-стратегій та їх взаємозв'язку з акцентуацією характеру в юнацькому віці. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*, 2023. Т. 34(73). №4. С. 33-38.

29. Найкращі практики роботи з підлітками: методичний посібник / І.О. Нерубаєва, А.П. Павловський, А.В. Шебардіна. Київ, 2020. 180 с.

30. Омельченко Т.В. Психологічні чинники особистісного саморозвитку майбутніх практичних психологів: дис.. докт філос.. 05; 053. Рівненський державний гуманітарний університет. Рівне, 2020. 226 с.

31. Орищин Л. С., Опеля О. А. Оптимізм сучасної української молоді у плануванні майбутнього. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*, 2015. С. 204-215.

32. Орищин-Буждиган Л.С. Оптимістичне бачення майбутнього молоді крізь призму контролю. *Психологія праці. Габітус*, 2020. Вип. 14. С. 255-259.

33. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник / Л. Царенко, Т. Вебер, М. Войтович, Л. Гриценко та ін. Том 2. Київ, 2018. 240 с.

34. Осьодло В.І., Зубовський Д.С. Посттравматичне зростання особистості учасників бойових дій: сучасний стан та перспективи. *Український психологічний журнал*, 2017, №1(3). С.63-79.

35. Пахоль Б. Є. Ієрархія чинників професійного благополуччя в різних професійних групах. *Ukrainian psychological journal*, 2019. 2 (12). С. 131-146.

36. Педько К.В. Психологічні чинники відновлення соціального капіталу внутрішньо переміщених осіб: дис. канд.псих. наук. 19.00.05, 2019. 296 с.
37. Позитивний розвиток молоді: посіб. для молодіжних працівників. Проєкт USAID «Підтримка організацій-лідерів у протидії корупції в Україні «Взаємодія», 2021. 84 с. URL: https://training.eo.gov.ua/wp-content/uploads/2021/12/PYD_layout_17-Dec-2021_FINAL_WEB.pdf (дата звернення: 05.05.2024).
38. Психологічні аспекти професійної підготовки конкурентоздатних фахівців: монографія / Дегтярьова Г. С., Козяр М. М., Матійків І. М., Руденко Л. А., Шиделко А. В./ за ред. Руденко Л. А. Київ:, 2012. 170 с.
39. Сингаївська І. В. Психологічна допомога вимушеним переселенцям під час війни. *IV Всеукраїнське психологічне читання «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів»*. 21 квітня 2023 р. ред. кол. : Андрусик О. О. та ін. Умань. 182 с.
40. Скориніна-Погребна О.В. Психологічна допомога в кризових та екстремальних ситуаціях: курс лекцій. Нац. ун-т цивільного захисту України. Харків, 2016. 92 с.
41. Соломка Е.Т.. Хома Т.В. Хлопек А.Б. Опанувальна поведінка особистості у психологічних дослідженнях та деякі методи управління стресом. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2021. №2. С. 23-27.
42. Титаренко Т. М. Кризове психологічне консультування. Київ : Главник, 2004. 96 с.
43. Титаренко Т. М. Можливості підтримання та відновлення психологічного здоров'я особистості в умовах довготривалої травматизації. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 2017. Вип. 39 (42). С. 42-51.
44. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Національна

академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

45. Титаренко Т.М. Способи підвищення психологічного благополуччя особистості, що пережила травму. Збірник наукових праць психологія: теорія і практика. Мукачівський державний університет, 2018. С. 112-119.

46. Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості. 2-е вид. Київ: Каравела. 2013. 372 с.

47. Туриніна О. Л. Психологія травматичних ситуацій: навч. посіб. Київ: ДП “Вид. дім “Персонал”, 2017. 160 с.

48. Цільмак О.М. Психологічне консультування: лекційний матеріал для здобувачів вищої освіти. Одеса, 2020. 319 с.

49. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Бердянськ, БДПУ, 2016. 193 с.

50. Шахова О.Г., Гребенюк А.А. Симптоми ПТСР у студентів через рік після початку повномасштабної війни в Україні. *Психологічні читання*: збірник матеріалів ІХ науково-практичної конференції молодих вчених (м. Харків, 1 грудня 2023 року). Харків, 2023. С. 217-219.

51. Akkuş Çutuk Zeynep. Mediating role of optimism in the relationship between self-compassion and subjective well-being. *Guidance and Psychological Counselling*, 2021, Vol. 18 No. 2. P. 185–198..

52. Alnifie Khaled M., Kim C. Appraising the Manifestation of Optimism Bias and Its Impact on Human Perception of Cyber Security: A Meta Analysis. *Journal of Information Security*, 2023, Vol.14 No.2, P. 93-110.

53. Alvarado G., Skinner M., Plaut D., Moss C., Kapungu C., Reavley N., A Systematic Review of Positive Youth Development Programs in Low-and Middle-Income Countries, Washington, DC: *YouthPower Learning, Making Cents International*, 2017. URL: https://pdf.usaid.gov/pdf_docs/PA00MR58.pdf (дата звернення: 25.04.2024).

54. Ava M. S. The Effect of Optimism and Locus of Control on the Relationship between Activism and Well-being. Department of Law, Psychology and Social Work , Örebro Universitet, 2021. 67 p..
55. Bandura A. Social Foundation of Thought and Action: a social-cognitive theory. New York : Prentice-Hall, 1986. 617 c.
56. Cassivi C., Sergerie-Richard S., Saint-Pierre B., Goulet M.-H. Crisis plans in mental health: A scoping review. *International Journal of Mental Health Nursing*. 2023. Volume 32, Issue 5. P. 1259-1273.
57. Compas B., Connor-Smith J. Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, 2017. Vol. 127. N 1. P. 87-127.
58. David J., Suls J. Coping efforts in daily life. *Role of big fi ve trait and problem appraisals*, 2017. Vol. 67. P. 265-294.
59. Endler N., Parker J. Assessment of Multidimensional Coping Task, Emotion and avoidance Strategies. *Psychological Assessment*, 2017. Vol. P. 50–60.
60. Ewert, A., & Tessner, S. Psychological Resilience and Posttraumatic Growth: An Exploratory Analysis. *Journal of Experiential Education*, 2019. 42(3), 280-296.
61. Ginsburg K. R., Jablow M. M. Building Resilience in Children and Teens: Giving Kids Roots and Wings. *American Academy of Pediatrics*, 2014. 357 c.
62. Greenglass E. Work stress, coping and social support: Implications for women's occupational well-being, 2018. P. 85-96.
63. Hahn S. The effects of locus of control on daily exposure, coping and reactivity to work interpersonal stressors. *A diary study*, 2017. Vol. 29. P. 729-748.
64. Honkatukia P., Ågren S., Lähde M. Exploring the future together with young people. *Young People as Agents of Sustainable Society*, 2023. (3). P. 192–207.

65. Horowitz M. J., Wilner N., Kaltreider N. Signs and symptoms of posttraumatic stress disorder. *Archives of General Psychiatry*, 2015. №37(1). P. 85-92.
66. Inkeles A., Leiderman H. An approach to the study of psychosocial maturity. *International Journal of Comparative S*, 2018. Vol.39. Issue 1. P. 52-76.
67. Lahad M., Avalon O. The «Basic Ph» Model of Coping and Resiliency: Theory, *Research and Cross-cultural Application*, 2013. 288 c.
68. Leyro S. Exploring feelings of belonging and membership of CUNY noncitizen students. *Journal of Criminal Justice Education*, 2023. New York, NY, USA. 22 p.
69. Miller P., Ingham J., Davidson S. Live events, symptoms and social support, 2017. Vol. 20. P. 515-522.
70. Moss R., Schaeffer J. Life transitions and crises. New Yor. 2017. P. 3-28.
71. Oyserman D. Self-Concept and Identity. *The Blackwell Handbook of Social Psychology. Intraindividual Processes* / ed. By A. Tesser and N. Schwarz. L. *Blackwell Publishings*, 2016. P. 499-517.
72. Rachel O. R., Lerner R., Wang J., Chase P. A., Gutierrez A. S., Harris E. M., Yalin C. Using relational developmental systems theory to link program goals, activities, and outcomes: The sample case of the 4 H Study of Positive Youth Development. *New Directions for Youth Development*, 2014, (144). P. 17–30
73. Stephen F. Hamilton Experiential Learning Programs for Youth, *American Journal of Education*, 2020. (2). P. 179–215; 180,
74. Stoddard S. A., Zimmerman M. A., & Bauermeister J. A. Thinking about the future as a way to succeed in the preXsent: A longitudinal study of future orientation and violent behaviors among African American youth. *American journal of community psychology*, 2011. 48(3-4). P. 238–246
75. Sun R.C., Shek D.T. Beliefs in the future as a positive youth development construct: A conceptual review. *The scientific world journal*, 2012. P. 128–141.

76. Terrel K. R., Stanton B. R., Hamadi H. Y., Merten J. W., Quinn. N. Exploring life stressors, depression, and coping strategies in college students. *Journal of American College Health*, 2024. Volume 72. Issue 3. P. 923-932.

77. Tkachuk L., Ostapolets I.. The characteristics of modern students' value life orientations. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса Серія Психологічні науки*, 2023. № 1(2). С. 40-44.

78. Vincent P., Tamar N. Zalk, Everybody Wants to Belong: A Practical Guide to Tackling and Leveraging Social Norms in Behavior Change Programming, New York, NY: UNICEF, 2019. P. 218-229.

79. Yarde J., Xin Shao. Future Plans and Aspirations. COSMO. COVID Social Mobility & Opportunities Study. Wave 1 Initial Findings – Briefing. No. 3, 2022. P. 1–14.