

РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9:378.091.12:614.4:502.1

DOI: 10.31732/2663-2209-2026-81-379-393

Дата надходження: 05.03.2026

Дата прийняття до друку: 25.03.2026

Дата публікації: 30.03.2026



Ця робота ліцензується відповідно до [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ПРОТИДІЇ ЕКОЛОГІЧНИМ ТА ЕПІДЕМІЧНИМ ЗАГРОЗАМ: КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ТА ЕМПІРИЧНА ВЕРИФІКАЦІЯ

Оксана Креденцер¹, Тетяна Титаренко², Тетяна Кулаєва³, Тетяна Ларіна⁴, Борис Лазоренко⁵, Аглая Савченко⁶, Володимир Савінов⁷, Юлія Гундертайло⁸

¹Д-р психол. наук, професор, завідувач відділу соціальної психології особистості, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: okred278@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4119-190X>

²Д-р психол. наук, професор, дійсний член (академік) НАПН України, головний науковий співробітник відділу соціальної психології особистості, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: tytarenkotm@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8522-0894>

³Д-р філософії у галузі психології, старший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: cool.a.eva@ukr.net, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0298-1060>

⁴Канд. психол. наук, старший науковий співробітник, старший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: larinatetyana.olex@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8975-3348>

⁵Канд. філос. наук, доцент, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник відділу соціальної психології особистості, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: bolaz@ukr.net, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2113-0424>

⁶Молодший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: aglayasavchenko@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-3978-0982>

⁷Молодший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: mirsav@ukr.net, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5830-2333>

⁸Молодший науковий співробітник відділу соціальної психології особистості, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна, e-mail: juligundertaylo@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6959-663X>

MODEL OF STUDENTS' PSYCHOLOGICAL READINESS TO COUNTERACT ENVIRONMENTAL AND EPIDEMIC THREATS: CONCEPTUAL APPROACHES AND EMPIRICAL VERIFICATION

Oksana Kredentser¹, Tetiana Tytarenko², Tetiana Kulaieva³, Tetiana Larina⁴, Borys Lazorenko⁵, Ahlaya Savchenko⁶, Volodymyr Savinov⁷, Yuliia Hundertailo⁸

¹Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Social Psychology of Personality, Institute of Social and Political Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine, e-mail: okred278@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4119-190X>

²Doctor of Psychological Sciences, Professor, Full Member (Academician) of the NAES of Ukraine, Chief Research Fellow of the Department of Social Psychology of Personality, Institute of Social and Political Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine, e-mail: tytarenkotm@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8522-0894>

³PhD in Psychology, Senior Research Fellow of the Department of Social Psychology of Personality, Institute of Social and Political Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine, e-mail: cool.a.eva@ukr.net, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0298-1060>

<https://orcid.org/0000-0003-0298-1060>

⁴*Candidate of Psychological Sciences, Senior Researcher, Senior Research Fellow of the Department of Social Psychology of Personality, Institute of Social and Political Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine, e-mail: larinatetyna.olex@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8975-3348>*

⁵*Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor, Senior Researcher, Leading Research Fellow of the Department of Social Psychology of Personality, Institute of Social and Political Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine, e-mail: bolaz@ukr.net, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2113-0424>*

⁶*Junior Research Fellow of the Department of Social Psychology of Personality, Institute of Social and Political Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine, e-mail: aglayasavchenko@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-3978-0982>*

⁷*Junior Research Fellow of the Department of Social Psychology of Personality, Institute of Social and Political Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine, e-mail: mirsav@ukr.net, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5830-2333>*

⁸*Junior Research Fellow of the Department of Social Psychology of Personality, Institute of Social and Political Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine, e-mail: juligundertaylo@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6959-663X>*

Анотація. У статті обґрунтовано актуальність дослідження психологічної готовності студентської молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам, що зумовлена зростанням їх масштабів, складності та впливу на життєдіяльність особистості в умовах соціальної нестабільності та глобальних викликів. Наголошено на необхідності комплексного вивчення психологічних механізмів, ресурсів і чинників, які забезпечують ефективну адаптацію та активну поведінку молоді в ситуаціях ризику.

Метою дослідження є розробка теоретичної моделі психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам та її емпірична верифікація. У дослідженні використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення мотиваційного, когнітивного, емоційного, диспозиційного та операційного компонентів готовності. Емпіричне дослідження проведено на вибірці студентської молоді ($n = 502$) із застосуванням методів описової статистики та експлораторного факторного аналізу.

У результаті дослідження розроблено структурну модель психологічної готовності, що включає п'ять взаємопов'язаних компонентів. Емпірично встановлено п'ятифакторну структуру готовності, яка охоплює екологічну мотивацію, тривожно-когнітивні реакції, позитивне мислення та ресурсний спосіб життя, психологічний добробут і проактивність, а також світоглядну гнучкість. Визначено, що ключову роль у забезпеченні готовності відіграють смисложиттєві орієнтації, позитивне мислення та альтруїстичні мотиви. Виявлено часткову невідповідність теоретичної та емпіричної моделей, зокрема відсутність операційного компоненту як самостійного фактору.

Практичне значення результатів полягає у можливості їх використання для розробки освітніх і психологічних програм підвищення готовності студентської молоді до дій в умовах загроз. Перспективи подальших досліджень пов'язані з уточненням операційного компоненту готовності, розробкою інтервенційних моделей та вивченням динаміки психологічної готовності в умовах тривалих криз.

Ключові слова: здоров'я особистості, психологічна готовність особистості, студентська молодь, екологічні та епідемічні загрози, екологічна мотивація, посттравматичні когніції, проактивність, психологічний добробут.

Формули: 0; рис.: 5; табл.: 2; бібл.: 16

Abstract. The article substantiates the relevance of studying students' psychological readiness to counteract environmental and epidemic threats, which is обусловлена the growing scale, complexity, and impact of such threats on individual life in conditions of social instability and global challenges. The need for a comprehensive analysis of psychological mechanisms, resources, and factors that ensure effective adaptation and proactive behavior of young people in risk situations is emphasized.

The aim of the study is to develop a theoretical model of students' psychological readiness to counteract environmental and epidemic threats and to empirically verify it. A комплекс of psychodiagnostic tools was used to assess motivational, cognitive, emotional, dispositional, and operational components of readiness. The empirical study was conducted on a sample of students ($n = 502$) using descriptive statistics and exploratory factor analysis.

The results of the study led to the development of a structural model of psychological readiness consisting of five interrelated components. The empirical verification revealed a five-factor structure, including ecological motivation, anxiety and post-traumatic cognitions, positive thinking and resource-oriented lifestyle, psychological well-being and proactivity, as well as worldview flexibility. It was found that meaning in life, positive thinking, and altruistic ecological motives play a key role in ensuring readiness. At the same time, a partial inconsistency between the theoretical and empirical models was identified, particularly the absence of the operational component as an independent factor.

The practical significance of the findings lies in their applicability for designing educational and psychological programs aimed at enhancing students' readiness to act under environmental and epidemic threats. Future research perspectives include уточнення operational components, development of intervention models, and investigation of the dynamics of psychological readiness in prolonged crisis conditions.

Keywords: personal health, psychological readiness of personality, student youth, environmental and epidemic threats, ecological motivation, post-traumatic cognitions, proactivity, psychological well-being.

Formulas: 0; fig.: 5; tab.: 2, bibl.: 16

Постановка проблеми. Зростанням масштабів і комплексності екологічних та епідемічних загроз, що актуалізують потребу у формуванні психологічної готовності молоді до їх усвідомлення, превенції та ефективної протидії зумовлюють актуальність представленої проблеми. У контексті соціальної нестабільності та глобальних викликів особливого значення набуває вивчення психологічних механізмів, ресурсів і чинників готовності студентів як активних суб'єктів суспільних змін.

Важливі аспекти сприйняття екологічних проблем та ставлення до природи розкриваються у дослідженнях М. Бонет, присвячених питанням необхідності розробки шляхів «екологізації» освіти. Автор стверджує, що природа є трансцендентною і володіє власною цілісністю, агентністю та внутрішньою цінністю, що потребує відтворення у нашому мисленні та розумінні щодо довкілля. Він наголошує, що розвиток сприйнятливо-чутливих стосунків до цих аспектів природи є центральним для добробуту людини і, відповідно, для освіти загалом (Bonnett, 2019).

Розглядаючи модель екологічної відповідальності, Дж. Фостер розуміє різні види навчання як інструменти відповідальної поведінки перед майбутніми поколіннями, на рівні буденності та екологічних наслідків. Він визначає навчання не як допоміжну та інструментальну функцію, а як саму його основу. Серед вимог активного навчання автор виділяє: критичну самосвідомість, дослідницько-творчу відданість та стійку толерантність до невизначеності (Foster, 2011).

З іншого боку, Ф. Хан наголошує, що пошук гарантій безпеки у

нестабільному світі – це ілюзорне відчуття. Він стверджує, що зараз якраз на часі парадоксальний шлях культивування відчуття безпеки шляхом зміцнення культури «невпевненості». Автор розглядає впевненість перебування у невизначеності як парадоксальну здатність людини орієнтуватися у середовищі через відчуття власної дезорієнтації (Hahn, 2024).

Таким чином, сучасні наукові тенденції, такі як «екологізація» освіти, розвиток екологічної відповідальності та активного навчання потребують більш докладного вивчення психологічних аспектів розвитку готовності особистості до конструктивної взаємодії з небезпечними умовами життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні дослідження з екологічних та епідемічних питань все частіше звертаються до теорії мотивації захисту (англ., Protection Motivation Theory, PMT), яка була розроблена Р. Роджерсом у 1975 році (і доповнена у 1983) для пояснення того, як люди реагують на загрози здоров'ю та як мотивація захисту спонукає до зміни поведінки (наприклад, відмова від паління, вакцинація, безпечна поведінка).

Китайські вчені, спираючись на інтегровану систему теорій мотивації захисту та соціального навчання наголошують на важливості розвитку екологічної обізнаності у кризовому контексті. Так, наприклад, серед ключових факторів життєздатності рекреаційної поведінки автори виділяють такі мотиваційні чинники, як особисті емоції, поведінка самозахисту та соціального навчання (Wang, Fang, Yang, Lai, 2025).

Розглядаючи екологічну свідомість у рамках феноменологічного підходу, М. Боннетт приділяє увагу ідеї екологічної раціональності, яку він вбачає у

необхідності зосередження на особливостях стосунків людини з природою задля уникнення оманливих уявлень про сталий розвиток та адекватного розуміння поточної екологічної ситуації (Bonnett, 2023).

Особливості соціально-психологічної взаємодії особистості з небезпечними умовами життя частково представлені у концепціях соціально-психологічного супроводу постраждалих унаслідок травматизації від воєнних дій і пандемії COVID-19 (Титаренко, Дворник та ін., 2019), життєстійкості особистості (Титаренко, Ларіна, 2009), промоції здорового способу життя особистості в умовах війни (Дворник, Титаренко та ін., 2025).

Дослідження психологічної готовності до протидії екологічним та епідемічним загрозам в українській психології характеризується фрагментарністю та відсутністю комплексного підходу. Теоретичні аспекти психологічної готовності особистості до діяльності в умовах війни та інших умовах соціальної напруженості розроблялись у працях В. М. Духневича та ін. (2023); Л. М. Карамушки, О. В. Креденцер, К. В. Терещенко та ін. (2024); М. С. Корольчука, В. М. Крайнюк (2006). Психологічні аспекти реагування на екологічні катастрофи представлені в ряді робіт (Скребець, Шлімакова, 2014; Слюсаревський, Найдьонова, 2020; Кряж, Баєва, 2020 та ін.) та досліджували психологічні наслідки екологічних загроз та формування екологічної свідомості (наприклад, Львовчкіна, 2011; Юрченко, Хорошев, Логовський, Ващук, 2023; Швалб та ін., 2024). Проблемою екологічних ризиків займалися Ю. Павлік (2019) та ін.

Отже, сьогодні все більше набуває актуальності розробка сучасних освітньо-психологічних технологій підвищення готовності студентської молоді до протидії екологічним та епідемічним загрозам.

Водночас у науковому дискурсі зберігається недостатня теоретична розробленість структурної моделі такої готовності та обмеженість її емпіричної

верифікації, що й визначає доцільність даного дослідження.

Мета дослідження: розробити теоретичну модель психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю людини та здійснити емпіричну перевірку.

Завдання:

1. Розробити теоретичну модель психологічної готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам.

2. Здійснити емпіричну верифікацію моделі психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам.

3. Дослідити практики протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю у студентської молоді.

Методика та організація дослідження.

Для емпіричного дослідження було розроблено спеціальний діагностичний комплекс, спрямований на дослідження окремих структурних компонентів психологічної готовності учасників освітнього процесу протидіяти екологічним та епідемічним загрозам (затверджений Комісією з етики наукових досліджень Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, протокол № 07/25, від 28 квітня 2025 року).

Для визначення *мотиваційного компоненту* готовності було застосовано методики «Мотиви проекологічної поведінки» (Stern & Dietz, 1994) (авторський переклад Г. М. Громової) та «Інтолерантність до невизначеності» (адаптація Г. М. Громової) (Громова, 2021).

Для визначення *когнітивного компоненту* готовності використовувались наступні методи: «Опитувальник світоглядної пластичності особистості» (Грузинова, 2022); «Опитувальник посттравматичних когніцій» (Зливков, Лукомська & Федан, 2016); коротка версія опитувальника «Почуття когерентності» (А. Антоновський) (Хомуленко & Гресь, 2023).

Диспозиційний компонент досліджувався за допомогою «Інструмент дослідження резильєнтності (ІДР-14)» (Колесніченко & Береженна, 2023) та «Шкала проактивної установки» PAS (Бірон, 2015).

Для вивчення *емоційного компоненту* було використано «Короткий багатовимірний опитувальник процвітання “PERMA-ПРОФАЙЛЕР”» (Савченко & Лавриненко, 2023).

Для дослідження *операційного компоненту* застосовано «П’яти-факторний опитувальник майндфулнес (ПОМ-15)» (Каплуненко & Кучина, 2023).

Практики протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров’ю у студентській молоді було досліджено за допомогою «Дослідницької анкети», розробленої авторами статті.

Для статистичного аналізу даних було використано методи описової статистики та експлораторний факторний аналіз. Обробка даних здійснювалася за допомогою програмного забезпечення Jamovi (версія 2.3.28).

Вибірка дослідження. У дослідженні взяли участь 502 респонденти, серед яких 403 жінки (80,3%), 91 чоловік (18,1%) та 8 небінарних осіб (1,6%). Вік учасників варіювався від 17 до 44 років, серед них 406 (80,9%) молодші за 22 роки, а 96 (19,1%) віком від 22 років і старше. Усі респонденти є учасниками навчального процесу, серед яких 419 (83,5%) здобувають освітній рівень бакалавра, 78 (15,5%) – рівень магістра та 5 (1%) – рівень

аспіранта.

Вибірка була сформована через розповсюдження посилань на онлайн-платформу Google Forms. Участь у дослідженні була анонімною та добровільною. Всі респонденти надали інформовану згоду на використання їхніх відповідей у наукових цілях. Дослідження проводилось в період з квітня по вересень 2025 року. Дослідження проведено в межах виконання наукової теми «Соціально-психологічні технології промоції готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров’ю людини» (2025-2026 рр.), науковий керівник проф. О. Креденцер.

Виклад основного матеріалу дослідження.

1. Теоретична модель психологічної готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам.

На виконання *першого завдання* дослідження нами була розроблена модель психологічної готовності особистості протидіяти екологічним та епідемічним загрозам (табл. 1). Психологічну готовність особистості протидіяти екологічним та епідемічним загрозам ми розуміємо як систему когніцій, мотивів, цінностей, навичок та особистісних якостей, що забезпечують психологічну здатність людини адекватно сприймати, оцінювати загрози й ефективно діяти в умовах екологічних та епідемічних ризиків (Креденцер та ін., 2025).

Таблиця 1

Модель психологічної готовності особистості протидіяти екологічним та епідемічним загрозам

	Компонент	Показники
1	Когнітивний	Когнітивна стійкість учасників освітнього процесу у протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров’ю людини
2	Мотиваційний	Проекологічна мотивація учасників освітнього процесу у протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров’ю людини
3	Емоційний	Психологічний добробут учасників освітнього процесу у протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров’ю людини
4	Диспозиційний	Резильєнтність та проактивність учасників освітнього процесу у протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров’ю людини
5	Операційний	Практики психогігієни учасників освітнього процесу у протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров’ю людини

Як бачимо з таблиці 1, психологічна готовність особистості протидіяти екологічним та епідемічним загрозам включає п'ять компонентів, кожен із яких включає відповідні показники. Розглянемо послідовно компоненти цієї моделі.

Когнітивний компонент психологічної готовності відображає рівень поінформованості, інтелектуальної гнучкості та здатності особистості адекватно осмислювати інформацію про екологічні та епідемічні загрози. Його центральним показником виступає *когнітивна стійкість*, яка забезпечує раціональне сприйняття кризових подій, здатність до критичного мислення й формування обґрунтованих рішень у ситуаціях підвищеної невизначеності.

Основними характеристиками когнітивної стійкості є наявність критичного мислення як здатності перевіряти джерела інформації, виявляти фейки та маніпуляції, протидіяти дезінформації, адекватне усвідомлення алгоритмів дій в ситуації небезпек, розуміння правил безпечної поведінки, алгоритмів першої допомоги, дотримання санітарно-гігієнічних норм та екологічно відповідальної поведінки; аналітичні вміння та здатність оцінювати рівень ризику, прогнозувати наслідки власних рішень, співвідносити індивідуальні та колективні інтереси в умовах загрози.

Мотиваційний компонент психологічної готовності визначає внутрішні стимули, ціннісні орієнтації та потреби, що спонукають особистість до дій, спрямованих на збереження власного здоров'я, здоров'я інших людей та довкілля та зумовлюють прагнення особистості дотримуватися екологічно відповідальної та безпечної поведінки. *Проекологічна мотивація*, яка є основним показником цього компоненту, виявляється у відповідальному ставленні до власного здоров'я та здоров'я інших, готовності долучатися до профілактичних заходів, а також у сформованому усвідомленні важливості екологічної культури та

соціальної відповідальності, інтегрує особистісну відповідальність, соціальну свідомість і прагнення до сталого розвитку.

Емоційний компонент психологічної готовності відображає рівень внутрішньої збалансованості, емоційної стабільності, задоволеності життям, відчуття психологічної безпеки особистості та гармонійності переживань особистості, які забезпечують адекватне реагування на екологічні та епідемічні загрози. Його ключовим показником виступає *психологічний добробут*, який забезпечує можливість ефективної саморегуляції, зниження тривожності та збереження конструктивних стратегій поведінки в умовах загроз. Особи з вищим рівнем психологічного добробуту демонструють більшу стресостійкість і схильні до оптимістичної інтерпретації кризових ситуацій. Основними характеристиками психологічного добробуту виступають в цьому випадку емоційна стабільність, як здатність зберігати контроль над власними почуттями у стресових ситуаціях, уникати емоційних «зривів», свідоме зниження рівня тривожності, вміння справлятися з переживаннями невизначеності та страху, пов'язаними із загрозами здоров'ю та стан ресурсності – мобілізація внутрішніх емоційних ресурсів для збереження активності та ефективності в умовах кризи.

Диспозиційний компонент психологічної готовності відображає відносно стійкі особистісні властивості та внутрішні налаштування, які визначають типову поведінку індивіда у ситуаціях екологічних та епідемічних загроз. Він охоплює ті риси й тенденції, які забезпечують активну життєву позицію, орієнтацію на подолання труднощів і готовність діяти конструктивно навіть у несприятливих умовах. Ключовими характеристиками диспозиційного компонента є *резильєнтність* та *проактивність*.

Резильєнтність трактується як здатність особистості зберігати внутрішню рівновагу, мобілізувати ресурси та

відновлюватися після стресу чи травматичних подій. У контексті протидії екологічним та епідемічним загрозам вона проявляється у здатності не піддаватися деструктивним емоціям, зберігати оптимізм, знаходити сенс у подоланні труднощів та використовувати кризову ситуацію як можливість для розвитку.

Проактивність означає готовність і схильність діяти на випередження, не лише реагуючи на загрози, а й передбачаючи можливі ризики. Вона передбачає ініціативність, відповідальність за власне здоров'я та безпеку, а також готовність впливати на середовище для зменшення потенційних небезпек.

Операційний компонент охоплює конкретні дії та звички, спрямовані на збереження психічного і фізичного здоров'я та навички активності в кризових ситуаціях. Це практичний рівень реалізації їхньої внутрішньої установки на збереження та зміцнення здоров'я в умовах постійних ризиків, що визначається сформованістю конкретних звичок, умінь, стратегій поведінки та дій у кризових чи потенційно небезпечних ситуаціях. Він відображає здатність особистості не лише усвідомлювати загрози, а й активно діяти для їхнього попередження, мінімізації чи подолання. З погляду сучасних реалій, коли життя людини відбувається в умовах хронічного екологічного стресу (зміна

клімату, забруднення повітря, дефіцит чистої води, деградація екосистем) та епідеміологічних викликів (нові вірусні загрози, пандемії, сезонні інфекції), операційний компонент охоплює такі ключові показники: поведінкові практики збереження психологічного здоров'я, навички поведінкової активності в умовах екологічних ризиків, навички активної поведінки в кризових ситуаціях.

Отже, розроблена модель психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам була покладено в основу нашого емпіричного дослідження.

2. Емпірична верифікація теоретичної моделі психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам.

Для емпіричної перевірки розробленої моделі психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам результати проведеного емпіричного дослідження були проаналізовані за допомогою експлораторного факторного аналізу, та дозволило виділити п'ять ключових факторів, які структурують теоретично визначені нами показники психологічної готовності. В таблиці 2 вказано факторні навантаження п'яти виділених факторів після обертання Varimax.

Таблиця 2

Факторна структура показників психологічної готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам (n = 502)

Шкали	Фактори					
	F1	F2	F3	F4	F5	Унікальність
Фактор 1 «Екологічні мотиви»						
Альтруїстичні екологічні мотиви	0,920					0,156
Егоїстичні екологічні мотиви	0,640					0,508
Біосферні екологічні мотиви	0,507					0,701

Фактор 2 «Тривога та посттравматичні когніції»						
Негативні думки стосовно світу		0,834				0,318
Самоїдство		0,665				0,347
Прогностична тривога		0,591				0,663
Гнітюча тривога		0,462				0,641
Почуття когерентності		0,290				0,611
Фактор 3 «Позитивне мислення та ресурсний спосіб життя»						
Позитивне мислення			0,907			0,193
Мислення, орієнтоване на віру та надію			0,610			0,303
Спосіб життя (копінг та коригування)			0,558			0,523
Фактор 4 «Психологічне благополуччя та проактивність»						
Сенс (М)				0,904		0,149
Досягнення (А)				0,774		0,315
Позитивні емоції (Р)				0,653		0,348
Відносини (R)				0,632		0,556
Залученість (Е)				0,626		0,554
Проактивна установка				0,558		0,496
Здоров'я (Н)				0,434		0,673
Фактор 5 «Світоглядні переконання та гнучкість мислення»						
Світоглядна пластичність					0,719	0,443
Світоглядна критичність					0,645	0,490
Світоглядна принциповість					0,590	0,555
Світоглядний ідеалізм					0,367	0,708
Світоглядний песимізм					-0,228	0,930

Перший фактор «Екологічні мотиви» об'єднує показники ставлення до навколишнього середовища. Найбільше навантаження має шкала «Альтруїстичні

екологічні мотиви» (0,920), що свідчить про домінуючу роль турботи про інших людей у контексті екології. Також сюди входять «Егоїстичні мотиви» (0,640) та «Біосферні

мотиви» (0,507). Фактор описує мотиваційно-ціннісну основу взаємодії людини з природою.

Другий фактор «Тривога та посттравматичні когніції» відображає когнітивні упередження та рівень тривоги студентів. Високі навантаження мають шкали: «Негативні думки стосовно світу» (0,834) як ключовий індикатор сприйняття зовнішнього середовища як загрозового; «Самоїдство» (0,665) та «Прогностична тривога» (0,591), що вказують на схильність до надмірної рефлексії негативних станів та очікування невдач. Цікаво, що «Почуття когерентності» має тут найнижче навантаження (0,290), що може вказувати на те, що студенти не сприймають навколишній світ як зрозумілий та керований.

Третій фактор «Позитивне мислення та ресурсний спосіб життя» характеризує здатність студентів протистояти труднощам. Центральним елементом цього фактору є «Позитивне мислення» (0,907), а доповнюється воно «Мисленням, орієнтованим на віру та надію» (0,610) та активним способом життя, який описує особистісні ресурси адаптації до змін, спрямований на коригування поведінки «Спосіб життя (копінг та коригування)» (0,558).

Четвертий фактор «Психологічне благополуччя та проактивність» структурований навколо показників позитивної психології та проактивності. Найбільшу вагу має шкала «Сенс (М)» (0,904), що вказує на те, що відчуття змістовності життя є стрижнем для інших компонентів благополуччя, таких як: «Досягнень» (0,774), «Позитивних емоцій» (0,653), «Відносин» (0,632) та «Залученості» (0,626). Сюди ж входить «Проактивна установка» (0,558), що логічно пов'язує суб'єктивне благополуччя з проактивною життєвою позицією.

П'ятий фактор «Система світоглядних переконань та гнучкість мислення», який має високі позитивні навантаження «Світоглядна пластичність» (0,719) та «Критичність» (0,645).

Натомість, «Світоглядний песимізм» (-0,228) має від'ємне навантаження, що підтверджує його конфліктність із пластичністю та принциповістю. Це свідчить про те, що гнучкий та критичний світогляд протистоїть песимістичним упередженням

Таким чином, факторний аналіз дав змогу визначити *п'ятифакторну структуру психологічної готовності* учасників освітнього процесу. Аналіз показників унікальності вказує на те, що найбільш репрезентативними, стрижневими компонентами структурної моделі є такі шкали, як «Сенс» (0,149), що пояснює 85% варіативності четвертого фактору. Це найпотужніший індикатор у всій моделі. Компонент «Альтруїстичні екологічні мотиви» (0,156) майже повністю визначає екологічну мотивацію студентів (фактор 1). А «Позитивне мислення» (0,193) виступає як ґрунтова складова фактору позитивного мислення та ресурсного способу життя (фактор 3).

На особливу увагу заслуговує критично високий рівень унікальності шкали «Світоглядний песимізм» (0,930), прогностична природа якого далеко виходить за межі п'ятого фактору. Цей структурний компонент пояснює лише 7% його варіативності. Попри низьку статистичну спільність ми залишили цю шкалу в аналізі, тому що вона має теоретичну значущість для опису п'ятого фактору. Отже, песимізм у нашому дослідженні виступає як автономний феномен, який майже не залежить від світоглядних переконань чи рівня благополуччя. Це дає підстави припустити, що песимізм у даній вибірці може бути зумовлений зовнішніми ситуативними чинниками або стійкими рисами особистості.

Отримані результати дають змогу стверджувати, що психологічне благополуччя та проактивність (Фактор 4) об'єднується з ціннісно-світоглядними упередженнями. Зокрема, висока значущість шкали «Сенс» виступає медіатором між світоглядною

пластичністю (Фактор 5) і здатністю до позитивного мислення та ресурсного способу життя (Фактор 3), що в сукупності стримує прояви прогностичної тривоги та посттравматичних когніцій (Фактор 2).

Порівнюючи теоретичну модель психологічної готовності з отриманою нами п'ятифакторною структурою психологічної готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам, слід зазначити, що в емпіричну модель не потрапив операційний компонент, що відповідає за практики психогігієни.

Це можна пояснити тим, що показники операційного компоненту (шкали майндфулнес) не продемонстрували здатності формувати окремий фактор, що може свідчити про їх тісний зв'язок із ресурсними та емоційними характеристиками особистості. Операційний компонент також передбачає сформованість регулярних поведінкових практик (саморегуляція, усвідомленість у діях). Однак студентська молодь перебуває на етапі становлення життєвих стратегій, і ці практики можуть бути ще не включенні в щоденну рутину. Крім того, практики усвідомленості є недостатньо вираженими в студентському середовищі.

Таким чином, слід підкреслити, що

розроблена наша модель психологічної готовності до протидії екологічним та епідемічним загрозам була підтверджена частково, та буде врахована в подальших розробках психологічних інтервенцій.

3. Практики протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю у студентської молоді.

В межах дослідження психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю нами було проаналізовано практики щодо зменшення/попередження негативного впливу загроз у різних сферах життя (на рівні взаємодії з навколишнім середовищем; на рівні взаємодії з іншими людьми; на когнітивно-інформаційному рівні; на ментальному рівні та на рівні тіла), які застосовує сучасна студентська молодь.

Розглянемо послідовно отримані результати.

Насамперед проаналізуємо відповіді респондентів, що стосуються практик на рівні взаємодії з навколишнім середовищем (рис. 1), які визначались за допомогою питання «Що Ви робите, щоб зменшити/попередити негативний вплив екологічних та епідемічних загроз на Ваше життя і здоров'я, на рівні взаємодії з навколишнім середовищем?».

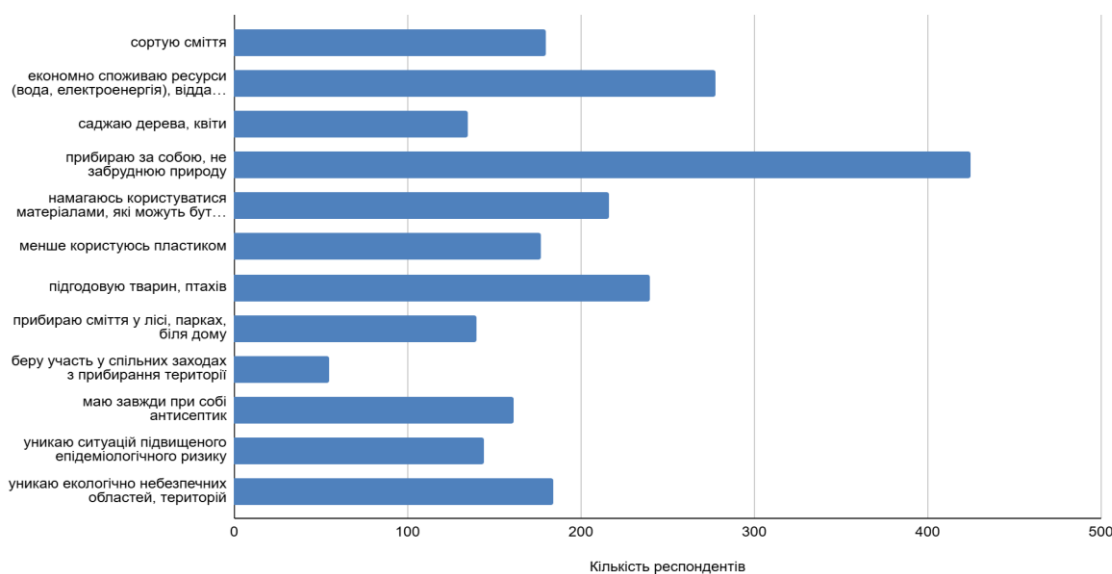


Рис. 1. Практики зменшення/попередження негативного впливу екологічних та епідемічних загроз на життя і здоров'я, на рівні взаємодії з навколишнім середовищем

Як видно з рис. 1, прибирання за собою люди використовують найчастіше (84,7%), однак у спільних прибираннях територій беруть участь лише 11%. На нашу думку, така поведінка демонструє усталений у нас стереотип мислення – прибирати громадські місця мають спеціальні люди. На нашу думку, тут є значний простір для промоції екологічної свідомості – поширення практики спільних дій (толоки в українській традиції) для покращення громадського простору. На жаль, радянські «суботники» додали такій діяльності негативних конотацій, адже були репресивною технікою імперської політики СРСР. Толока – як спільна і добровільна діяльність на благо громади, має всі шанси знову стати популярною серед молоді, сприяти розвитку волонтерських ініціатив.

Що стосується наступного питання: «Що Ви робите, щоб зменшити/попередити негативний вплив екологічних та епідемічних загроз на Ваше життя і здоров'я, на рівні взаємодії з іншими людьми?», то тут відповіді розподілились наступним чином (рис. 2). Найпоширенішою практикою виявилось «намагання бути з родиною та близькими людьми», її обрали 68,5%. Тобто для понад двох третин студентів родина та близькі люди стають тим ресурсом, у т. ч. психологічним, який допомагає протидіяти

зовнішнім загрозам. На другому місці є «організація зустрічей з приємними людьми» (46,4%). Тобто майже половина респондентів практикують цей вид взаємодії. На третьому місці за кількістю відповідей стало «обмеження реального/віртуального спілкування з неприємними мені людьми» (37,8%). Зрозуміло, що такі обмеження іноді стають просто необхідними, адже ресурси спілкування, співчуття, взаємодії в умовах війни досить дефіцитні. Обмеження близьке до наступної практики (виду) – усамітнення, яке становить трохи більше за чверть (25,5%). Можливо так позначається втома від спілкування як такого, або актуалізується потреба сконцентруватися на чомусь важливому. Віртуальна форма зустрічі з приємними людьми набрала лише 16,7%. Враховуючи дистанційні засоби спілкування, гарно засвоєні нами й так поширені з часів пандемії COVID-19, ця цифра видається вкрай малою. Тобто студенти надають перевагу живій взаємодії, більше того, ці малі відсотки можуть бути переважно вимушеними, адже в наш час багато українських родин розірвані без особливого на те вибору: хто на схід, хто на захід. На останньому місці – прагнення бути в групі підготовлених професіоналів (14,5%).

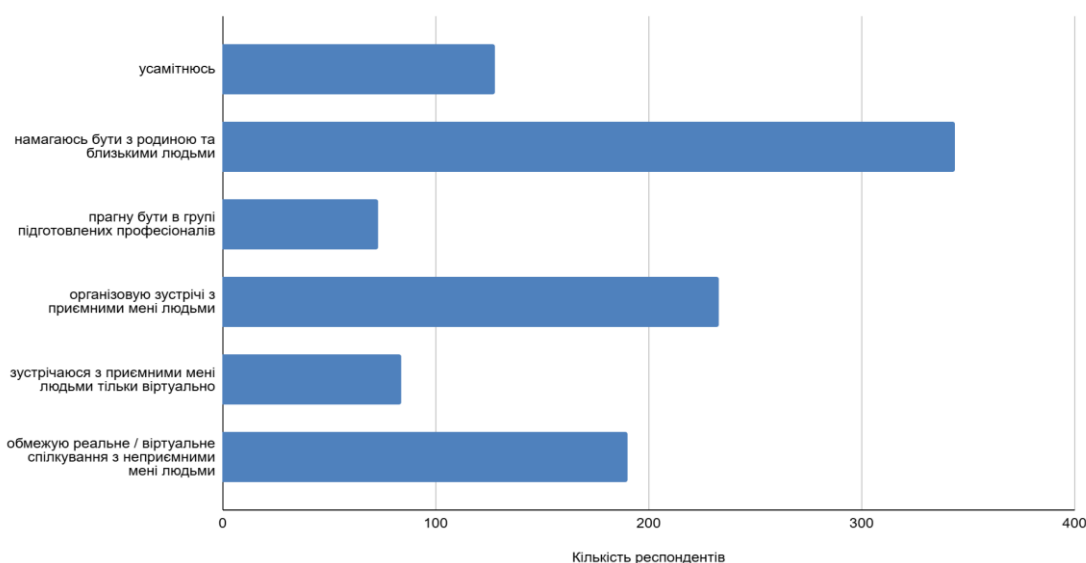


Рис. 2. Практики зменшення/попередження негативного впливу екологічних та епідемічних загроз на життя і здоров'я, на рівні взаємодії з іншими людьми

Далі проаналізуємо відповіді на питання «Що Ви робите, щоб зменшити/попередити негативний вплив екологічних та епідемічних загроз на Ваше

життя і здоров'я, на когнітивно-інформаційному рівні?». Отримані результати представлено на рис. 3.

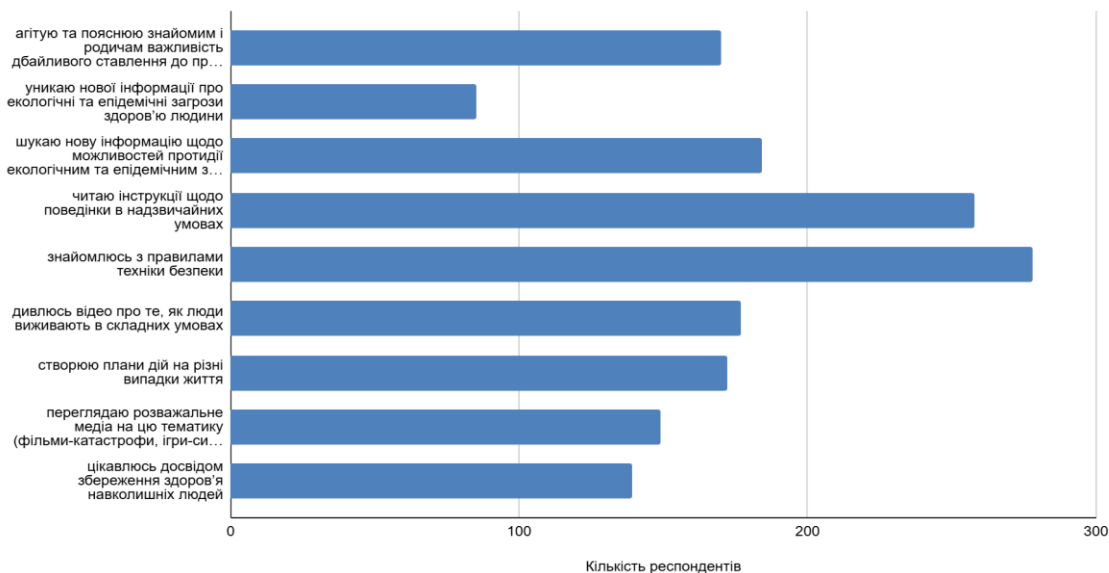


Рис. 3. Практики зменшення/попередження негативного впливу екологічних та епідемічних загроз на життя і здоров'я, на когнітивно-інформаційному рівні

Як бачимо з рис. 3, на когнітивно-інформаційному рівні переважна більшість респондентів задля зменшення негативного впливу екологічних та епідемічних загроз на власне життя і здоров'я застосовують такі види когнітивно-інформаційної активності, як «знайомлюсь з правилами техніки безпеки» (55,4%) та «читаю інструкції щодо поведінки в надзвичайних умовах» (51,6%). А найменша кількість респондентів застосовують такі види когнітивно-інформаційної активності, як «уникаю нової інформації про екологічні та епідемічні загрози здоров'ю людини» (16,9%). Такий розподіл відповідей респондентів може свідчити про те, що опитані студенти досить серйозно ставляться до питання екологічних та епідемічних загроз та готові до оцінки нової інформації про небезпеки власному здоров'ю.

Щодо питання «Що Ви робите, щоб зменшити/попередити негативний вплив екологічних та епідемічних загроз на Ваше життя і здоров'я, на ментальному рівні?»,

то тут гідно отриманих відповідей респондентів з'ясовано, що найбільший відсоток респондентів застосовує комплексний засіб специфічного уникнення «відволікаюся від негативних думок (займаюся творчістю, гуляю, читаю, дивлюсь фільми/серіали)» (73,5%) (рис. 4). На другому місці із значним відривом за поширеністю від попереднього засобу виявилася дихальна психотехнологія – «використовую дихальні практики» (29,1%). Третє місце серед учасників освітнього процесу посідають медитативні практики (24,3%). Приблизно однакове поширені серед респондентів набули тілесно зорієнтовані практики (20,9%) та психотехнологія візуалізації (19,7%). Наступні за поширеністю є духовні молитовні практики (14,3%). Також приблизно на одному рівні використання з найменшими відсотками виявились такі ментальні засоби протидії учасників освітнього процесу екологічним та епідемічним загрозам, як «практикую майндфулнес» (12,7%) та «веду щоденник особистого досвіду» (12,0%).

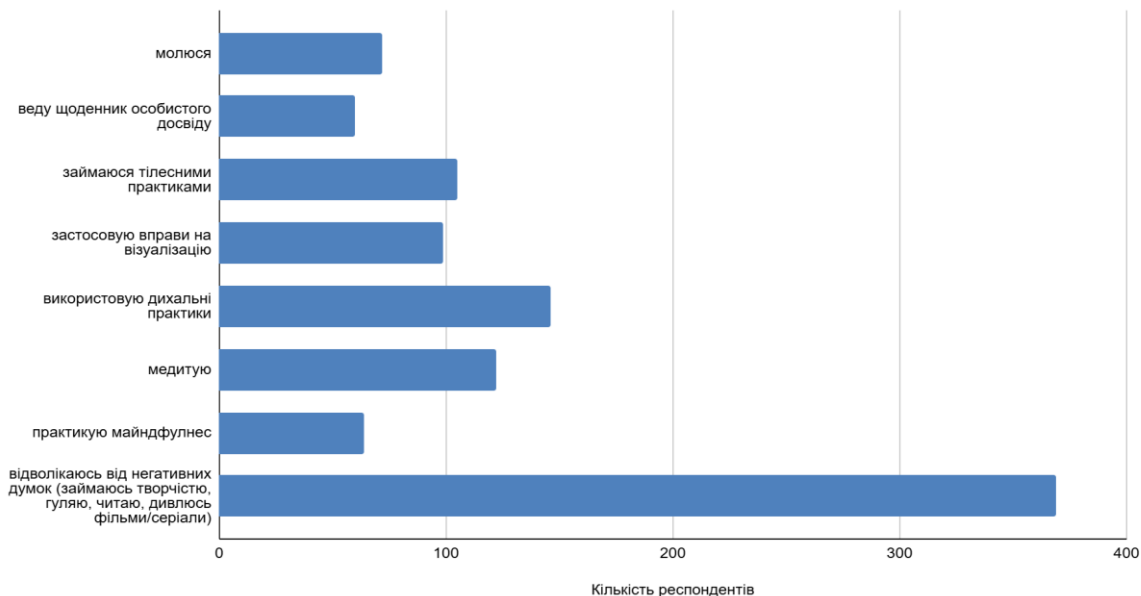


Рис. 4. Практики зменшення/попередження негативного впливу екологічних та епідемічних загроз на життя і здоров'я, на ментальному рівні

За результати аналізу отриманих відповідей та їх розподілу з'ясовано, що учасники дослідження використовують широку палітру дієвих ментальних засобів відповідно до індивідуальних потреб та спроможностей. Зокрема, це професійні і науково обґрунтовані психологічні засоби (дихальні, тілесно зорієнтовані практики, майндфулнес, візуалізація), духовно-психологічні медитативні та молитовні практики, а також такої затратної в часі, але ефективної практики, як ведення щоденнику особистого досвіду. При цьому звертаємо особливу увагу на найбільш вагомий комплексний ментальний засіб, який визначено як «відволікаюсь від негативних думок», який певним чином можна ідентифікувати як копінг уникнення. В його уточненні, на наш погляд, міститься не тільки уникнення негативних думок шляхом активного переключення уваги на інші види діяльності, але й елемент

творчого опрацювання та особистісного опанування їх і пов'язаних з ними емоцій та патернів поведінки, що з нашого досвіду, суттєво впливає на посттравмівне особистісне зростання.

І, нарешті, розглянемо відповіді на питання «Що Ви робите, щоб зменшити/попередити негативний вплив екологічних та епідемічних загроз на Ваше життя і здоров'я, на рівні тіла?» (рис. 5). Отримані результати демонструють, що базові речі – гігієна, сон, водний баланс, харчування – є в центрі уваги у більшості (понад 50%) вибірки, однак медичні обстеження все ще практикує лише 32,1% людей. Так, як саме регулярні «чекіпи» забезпечують ранню діагностику багатьох хвороб – а відповідно, більш прості протоколи і менш коштовне лікування – ми бачимо тут велику потребу у додаткових заходах промоції, а також забезпеченні можливості проходити такі обстеження.

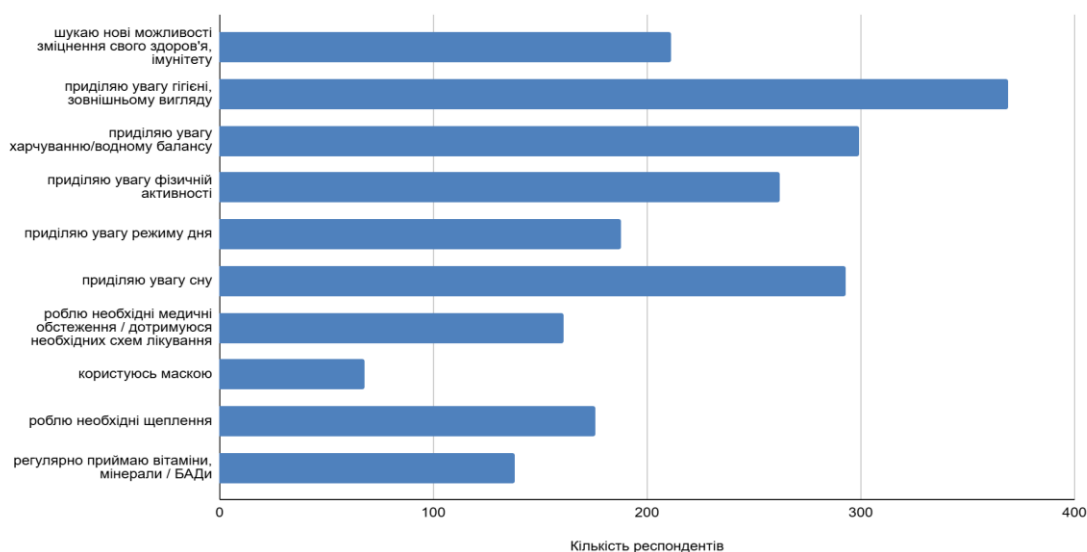


Рис. 5. Практики зменшення/попередження негативного впливу екологічних та епідемічних загроз на життя і здоров'я, на рівні тіла

Таким чином, учасники освітнього процесу у протидії екологічним та епідемічним загрозам їхньому здоров'ю в умовах війни на виснаження застосовують широкий спектр практик на рівні взаємодії з навколишнім середовищем, з іншими людьми, на когнітивно-інформаційному, ментальному та на рівні тіла. Провідними серед них є прибирання за собою, намагання бути з родиною та близькими людьми, ознайомлення з правилами техніки безпеки, читання інструкцій щодо поведінки в надзвичайних умовах, підтримка базових речей – гігієна, сон, водний баланс, харчування, відволікання від негативних думок шляхом активного переключення уваги на творчу діяльність, читання та ін., які містять потенціал особистісного опанування негативу та його трансформації. Також щодо опанування воєнних загроз значущими є дихальні, тілесно зорієнтовані практики, майндфулнес, візуалізація, а для певної групи досліджуваних духовно-психологічні медитативні та молитовні практики.

Висновки. У результаті дослідження розроблено теоретичну модель психологічної готовності студентів до протидії екологічним та епідемічним загрозам, яка включає когнітивний,

мотиваційний, емоційний, диспозиційний та операційний компоненти.

Емпірична верифікація моделі засвідчила її часткове підтвердження та дозволила виокремити п'ятифакторну структуру готовності, що охоплює екологічну мотивацію, тривожно-когнітивні реакції, ресурсне мислення, психологічне благополуччя і проактивність, а також світоглядну гнучкість. Встановлено, що провідну роль у структурі готовності відіграють смисложиттєві орієнтації, позитивне мислення та альтруїстична екологічна мотивація, які виступають ресурсами подолання тривоги і посттравматичних когніцій. Водночас операційний компонент не сформував окремого фактору, що свідчить про недостатню інтегрованість практик психогігієни у повсякденне життя студентської молоді.

Виявлено, що студенти використовують широкий спектр поведінкових, когнітивних і ментальних практик протидії загрозам, однак їхня структурованість і системність потребують подальшого розвитку. Отримані результати можуть бути використані для розробки психологічних інтервенцій і освітніх програм, спрямованих на підвищення готовності молоді до дій в умовах екологічних та епідемічних викликів.

Література:

1. Дворник М. С. (Ред.) (2025). *Здоровий спосіб життя в умовах війни: соціально-психологічний підхід* : монографія / кол. авт. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, URI: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/746928>
2. Духневич, В. М. (Ред.), Довгань, Н. О., Поліщук, С. А., Сіверс, З. Ф., & Цукур, О. Г. (2023). *Готовність до надзвичайної ситуації: виміри конструктивності : практичний посібник*. Кропивницький : Імекс-ЛТД.
3. Карамушка Л. М. (Ред.), Креденцер О. В., Терещенко К. В., Лагодзінська В. І., Івкін В. М., Клименко Н. Г., & Ковальчук О. С. (2024). *Технології забезпечення психічного здоров'я та благополуччя особистого персоналу в умовах війни та післявоєнного відновлення* : монографія.
4. Корольчук, М. С., & Крайнюк, В. М. (2006). *Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах*. Ніка-центр.
5. Скребець, В. О., & Шлімакова, І. І. (2014). *Екологічна психологія: підручник*. Видавничий дім «Слово».
6. Слюсаревський, М. М. (Ред.), Найдьонова, Л. А. (Ред.), & Вознесенська, О. Л. (Ред.) (2020). *Досвід переживання пандемії COVID-19: дистанційні психологічні дослідження, дистанційна психологічна підтримка*: матеріали онлайн-семінарів. ІСПП НАПН України.
7. Кряж, І. В., & Баєва, К. О. (2020). Роль екологічної світоглядної позиції в подоланні проблем, спричинених глобальними змінами навколишнього середовища. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*, (69), 64–73. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2020-69-09>
8. Львовичкіна, А. М. (2011). *Психологічні засади формування еколого-орієнтованої свідомості*: монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка.
9. Юрченко, Л., Хорошев, О., Логовський, І., & Ващук, Т. (2023). Соціально-психологічна реабілітація в екологічній площині. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 2(6), 171–181.
10. Швалб, Ю. М. (Ред.), Варава, Л. А., Вернік, О. Л., Дячок, О. М., Кирпенко, Т. М., & Павленко, О. В. (2024). *Особливості особистісних стратегій життєдіяльності в умовах невизначеності середовища*: монографія. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України.
11. Павлік, Ю. (2019). Екологічний ризик як складна соціальна ситуація: динаміка конструювання проблеми. *Наукові студії соціальної та політичної психології*, 25(1), 158–165.
12. Bonnett, M. (2019). Towards an ecologization of education. *The Journal of Environmental Education*, 50(4–6), 251–258. <https://doi.org/10.1080/00958964.2019.1687409>
13. Bonnett, M. (2023). Environmental consciousness, nature and the philosophy of education: matters arising. *Environmental Education Research*, 29(10), 1377–1385. <https://doi.org/10.1080/13504622.2023.2225807>
14. Foster, J. (2011). Sustainability and the learning virtues. *Journal of Curriculum Studies*, 43(3), 383–402. <https://doi.org/10.1080/00220272.2010.521260>
15. Hahn, F. (2024). More Trouble for a Troubled Geist: Finding Certainty in the Uncertain through Creative Unknowing. *The European Legacy*, 29(3–4), 350–360. <https://doi.org/10.1080/10848770.2024.2312673>
16. Wang, X., Fang, M., Yang, C.-C., & Lai, P.-L. (2025). Environmental awareness and travel intention based on the protection motivation and social learning theories. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 44(6), 5173–5186. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-07506-7>