

**Ірина Михайлівна УШАКОВА**,  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцентка кафедри психології і соціології,  
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця  
E-mail: [iryna1ushakova@hneu.net](mailto:iryna1ushakova@hneu.net)  
ORCID: 0000-0002-5758-2799

**Жанна Борисівна БОГДАН**,  
доктор психологічних наук, доцент,  
завідувачка кафедри психології і соціології,  
Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця  
E-mail: [zhanna.bogdan@hneu.net](mailto:zhanna.bogdan@hneu.net)  
ORCID: 0000-0003-1560-9516

## ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ: РОЛЬ СОЦІАЛЬНОГО КАПІТАЛУ

**Анотація. Вступ.** Повномасштабна війна створює для студентської молоді тривалий контекст невизначеності, загрози та соціальної дестабілізації, що істотно впливає на показники психічного (ментального) здоров'я та особистісного розвитку. Психологічне благополуччя в сучасній науці розглядається як багатовимірний конструкт, який охоплює когнітивно-оцінний, емоційний і функціональний аспекти позитивного функціонування особистості. Теоретичною основою дослідження стали гедоністичний підхід до суб'єктивного благополуччя, обґрунтований Е. Дінер, та евдемоністична модель психологічного благополуччя К. Ріфф. У контексті воєнних викликів особливого значення набуває соціальний капітал як система соціальних зв'язків, довіри та включеності у спільноту, що може виконувати буферну функцію щодо стресогенних чинників.

**Метою статті** є емпіричне вивчення особливостей психологічного благополуччя студентської молоді в умовах війни та визначення ролі соціального капіталу як чинника його збереження і предиктора адаптаційного потенціалу особистості.

**Наукова новизна.** У дослідженні здійснено аналіз взаємозв'язку між показниками психологічного благополуччя і структурними компонентами соціального капіталу студентської молоді саме в умовах воєнного стану. Конкретизовано, що ресурси приватної сфери соціального капіталу більшою мірою пов'язані з екзистенційними компонентами благополуччя (особистісне зростання, цілі в житті), тоді як публічна сфера соціальних зв'язків корелює із соціально-функціональними аспектами та загальним інтегральним показником психологічного благополуччя.

**Висновки.** Результати дослідження засвідчили переважання середнього рівня задоволеності життям і загального психологічного благополуччя при наявності групи ризику з низькими показниками. Найбільш збереженими компонентами благополуччя є цілеспрямованість і позитивні міжособистісні взаємини, тоді як автономія та управління середовищем виявилися більш вразливими до впливу воєнної невизначеності. Встановлено позитивні кореляційні зв'язки між соціальним капіталом і психологічним благополуччям, що дозволяє розглядати соціальні ресурси як значущий адаптаційний чинник у період суспільних трансформацій та обґрунтовує необхідність розвитку програм психосоціальної підтримки здобувачів вищої освіти.

**Ключові слова:** психологічне благополуччя, соціальний капітал, ментальне здоров'я, студентська молодь, здобувачі вищої освіти, воєнний час, психосоціальна підтримка, адаптаційні ресурси.



**Iryna Mykhailivna USHAKOVA,**  
Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Psychology and Sociology,  
Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics  
E-mail: iryna.lushakova@hneu.net  
ORCID: 0000-0002-5758-2799

**Zhanna Borysivna BOGDAN,**  
Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Head of the Department of Psychology and Sociology,  
Simon Kuznets Kharkiv National University of Economics  
E-mail: zhanna.bogdan@hneu.net  
ORCID: 0000-0003-1560-9516

## PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS IN WAR CONDITIONS: THE ROLE OF SOCIAL CAPITAL

**Abstract. Introduction.** Full-scale war creates a prolonged context of uncertainty, threat and social destabilisation for students, which significantly affects their mental health and personal development. Psychological well-being in modern science is seen as a multidimensional construct that covers the cognitive-evaluative, emotional, and functional aspects of positive personality functioning. The theoretical basis of the study was the hedonistic approach to subjective well-being, substantiated by E. Diener, and K. Riff's eudemonistic model of psychological well-being. In the context of military challenges, social capital as a system of social ties, trust and inclusion in communities, which can act as a buffer against stressors, becomes particularly important.

**Purpose of the study.** The purpose of the article is to empirically study the characteristics of psychological well-being among students in wartime and to determine the role of social capital as a factor in its preservation and a predictor of an individual's adaptive potential.

**Scientific novelty.** The study analyses the relationship between indicators of psychological well-being and structural components of social capital among students, specifically in conditions of martial law. It is specified that private social capital resources are more closely related to existential components of well-being (personal growth, life goals), while public social connections correlate with socio-functional aspects and the overall integral indicator of psychological well-being.

**Conclusions.** The results of the study showed a predominance of average levels of life satisfaction and overall psychological well-being, with a risk group with low scores. The most preserved components of well-being are purposefulness and positive interpersonal relationships, while autonomy and environmental control proved to be more vulnerable to the influence of military uncertainty. Positive correlations were found between social capital and psychological well-being, which allows social resources to be considered a significant adaptive factor during periods of social transformation and justifies the need to develop psychosocial support programmes for higher education students.

**Key words:** psychological well-being, social capital, mental health, students, higher education seekers, wartime, psychosocial support, adaptive resources.

**Вступ.** Повномасштабна війна створює для українського суспільства тривалий контекст невизначеності, загрози та соціальної турбулентності, що істотно впливає на психічне здоров'я різних соціально-демографічних груп. Особливо вразливою категорією є студентська молодь як специфічна вікова та соціальна спільнота, яка перебуває на етапі інтенсивного особистісного становлення та формування життєвих стратегій. Поєднання нормативних вікових криз розвитку з екстремальними умовами воєнного часу зумовлює підвищене психоемоційне навантаження, зростання тривожності, невизначеності щодо майбутнього, порушення соціальних зв'язків.

У сучасній науці психологічне благополуччя розглядається як багатовимірний конструкт, що охоплює когнітивні, емоційні та екзистенційні компоненти функціонування особистості, включаючи самоприйняття, автономію, позитивні міжособистісні стосунки, цілеспрямованість та особистісне зростання. В умовах війни саме психологічне благополуччя виступає інтегральним показником адаптаційних можливостей особистості та її ресурсного потенціалу. Дослідження цього феномена серед здобувачів освіти є особливо важливим, оскільки від рівня їхнього психологічного функціонування залежить не лише індивідуальна особистісна зрілість, але й майбутній інтелектуальний та професійний потенціал держави.

Попри зростання кількості досліджень, присвячених психічним станам населення під час війни, проблема збереження та підтримки психологічного благополуччя молоді залишається

недостатньо систематизованою, особливо в аспекті соціально-психологічних ресурсів. Одним із таких ресурсів виступає соціальний капітал, який у сучасних психологічних концепціях трактується як сукупність соціальних зв'язків, довіри, норм взаємності та включеності у спільноти, що забезпечують доступ до підтримки та сприяють ефективній адаптації. В умовах воєнного стану соціальний капітал набуває особливої ваги. Руйнування звичних соціальних структур, вимушене переміщення, дистанційне навчання, втрати близьких і фрагментація студентських колективів істотно трансформують мережі соціальної взаємодії. Водночас, посилення дружніх зв'язків, соціальна активність, взаємодопомога та солідарність можуть виступати потужними чинниками психологічної стійкості. Таким чином, соціальний капітал може виконувати функцію буфера між стресогенними впливами війни та суб'єктивним переживанням благополуччя.

Актуальність теми зумовлена необхідністю розкриття взаємозв'язку між соціальними ресурсами та психологічним благополуччям. Дослідження сприятиме уточненню ролі соціального капіталу як предиктора психологічного благополуччя студентської молоді та дозволить виокремити найбільш значущі його компоненти (міжособистісна довіра, соціальна підтримка, участь у спільнотах, інституційна довіра тощо).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У сучасному науковому дискурсі проблематика психологічного благополуччя студентської молоді в умовах війни розглядається на перетині позитивної психології, психології стресу, соціальної психології та досліджень ментального здоров'я і його збереження. Аналіз останніх публікацій дозволяє виокремити кілька ключових напрямів дослідження: 1) емпіричне вивчення рівня психологічного благополуччя здобувачів освіти під час війни; 2) аналіз чинників ризику для психологічного здоров'я та захисних ресурсів; 3) дослідження ролі соціальної підтримки та соціального капіталу як предикторів благополуччя.

Так, у дослідженні Н. Коструби та З. Поліщук здійснено емпіричний аналіз психологічного благополуччя студентів із використанням багатовимірної моделі К. Ріфф. Автори встановили, що в умовах війни переважає середній рівень благополуччя, при цьому відносно збереженими залишаються показники позитивних міжособистісних взаємин та наявності життєвих цілей, тоді як автономія та відчуття контролю над середовищем суттєво знижуються. Що підтверджує ресурсну функцію соціальних зв'язків у кризових умовах [4].

У роботі І. Пипенко, А. Стаднік, Ю. Мельника та У. Михайлишин досліджено вплив інтенсивності воєнних подій на психологічне благополуччя студентів. Встановлено, що безпосередня близькість до зони бойових дій асоціюється зі зниженням показників добробуту, підвищенням тривожності та дистресу. Водночас, соціальна підтримка та адаптивні копінг-стратегії значно пом'якшують негативний вплив стресогенних чинників. Автори наголошують на необхідності системної психосоціальної підтримки студентської молоді, що важливо і в рамках нашої роботи [11].

Подальший розвиток цього напрямку представлено у праці Е. Помиткіна та Л. Помиткіної, де емпірично доведено, що цілеспрямований розвиток навичок саморегуляції, усвідомлення ресурсів та підтримки соціальних зв'язків сприяє підвищенню показників задоволеності життям і позитивного афекту. Таким чином, і це дослідження підтверджує значущість соціально-психологічних ресурсів у структурі благополуччя [7].

Окремий пласт досліджень (в основному, зарубіжних) присвячено ролі соціального капіталу як чинника психологічного благополуччя молоді. У роботах, що аналізують студентські спільноти в умовах криз (зокрема, пандемії COVID-19), доведено, що соціальна підтримка, міжособистісна довіра та включеність у соціальні групи позитивно корелюють із суб'єктивним благополуччям. Так, Л. Хуанг і Т. Жанг встановили значущий зв'язок між сприйнятою підтримкою, соціальним капіталом та рівнем суб'єктивного благополуччя студентів [10].

Подібні висновки отримано й у дослідженнях цифрових соціальних мереж як середовища формування соціального капіталу. Так, С. Бано, У. Цішенг, Алі Наваз Хан та Насір Наваз Хан показали, що «bonding social capital» (тісні довірчі зв'язки у студентських спільнотах) позитивно пов'язаний із психологічним благополуччям та відчуттям соціальної інтегрованості [8].

Хоча зазначені роботи не стосуються безпосередньо воєнного контексту, їхні теоретичні положення мають важливе методологічне значення для інтерпретації ролі соціального капіталу в умовах війни.

Таким чином, аналіз сучасних досліджень дозволяє констатувати, що війна суттєво впливає на психологічне благополуччя студентської молоді, знижуючи показники суб'єктивного добробуту та підвищуючи рівень дистресу; соціальна підтримка, довіра та включеність у спільноти виступають важливими ресурсними чинниками адаптації; соціальний капітал розглядається як потенційний буферний механізм між стресогенними впливами та індивідуальним психологічним функціонуванням, однак його роль у контексті саме воєнних умов в Україні потребує подальшого психологічного вивчення.

**Мета статті** полягає у вивченні особливостей психологічного благополуччя студентської молоді в умовах війни та визначенні ролі соціального капіталу як чинника його збереження і предиктора адаптаційного потенціалу особистості

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Методологічний фундамент роботи становлять системно-особистісний, діяльнісний і соціально-психологічний підходи, які дають змогу розглядати психологічне благополуччя як процесуальну й динамічну характеристику, що формується у взаємодії особистості з середовищем, а не як статичну індивідуальну властивість. У межах системно-особистісного підходу, представленого у працях В. Алещенко, Б. Їгіта та Б.-Я. Чакмака, Л. Карамушки та інших психологічне благополуччя трактується як інтегральна характеристика гармонійного розвитку особистості, що включає самоактуалізацію, переживання сенсу життя та здатність до ефективного функціонування [1; 2; 14]. Діяльнісний підхід, підтримуваний, зокрема, С. Максименком та О. Гришком, дозволяє інтерпретувати благополуччя як результат активної, свідомо організованої діяльності суб'єкта, спрямованої на подолання труднощів і реалізацію особистісно значущих цілей [6]. Соціально-психологічний підхід, представлений у працях Ю. Кашлюк та О. Кравченко, зосереджує увагу на взаємозумовленості соціального контексту й суб'єктивного благополуччя. У межах цього підходу підтримувальні міжособистісні зв'язки, довіра та включеність у соціальні мережі розглядаються як вагомні чинники подолання стресу та збереження психологічної рівноваги [3; 5].

У зарубіжній психологічній традиції феномен психологічного благополуччя осмислюється переважно в межах двох концептуальних парадигм – гедоністичної та евдемоністичної. Гедоністичний підхід пов'язаний із дослідженнями Е. Дінера, який розглядав суб'єктивне благополуччя як багатоконпонентну структуру, що включає задоволеність життям, переважання позитивного афекту та мінімізацію негативних емоцій [9]. У межах цього підходу благополуччя трактується як результат оцінного ставлення особистості до власного життя, себе та соціального середовища, а також як наслідок задоволення базових потреб, насамперед тих, що реалізуються у міжособистісній взаємодії.

Натомість евдемоністичний підхід інтерпретує психологічне благополуччя не стільки як переживання задоволення, скільки як результат повноцінної реалізації особистісного потенціалу та розкриття внутрішніх можливостей. Евдемоністичні моделі, як правило, мають складнішу структуру порівняно з гедоністичними. Вагомий внесок у розроблення цього напрямку зробила К. Ріфф, яка запропонувала багатовимірну модель психологічного благополуччя. Згідно з її концепцією, благополуччя є інтегральним показником позитивного функціонування особистості та охоплює не лише суб'єктивну задоволеність життям, а й реалізацію власного потенціалу, якість міжособистісних взаємин і здатність до саморозвитку [12].

Модель К. Ріфф включає шість ключових компонентів: самоприйняття, автономію, контроль над життєвими обставинами, позитивні взаємини з іншими, наявність життєвої мети та особистісне зростання. Такий підхід дозволяє розглядати психологічне благополуччя як комплексний феномен, що поєднує емоційний, когнітивний та соціальний виміри функціонування особистості.

Сучасні дослідження підтверджують, що соціальні ресурси та соціальний капітал є значущими детермінантами психологічного благополуччя. Наприклад, С. Бано, У. Цішенг, Алі Наваз Хан та Насір Наваз Хан продемонстрували, що рівень соціального капіталу має істотний позитивний вплив на психологічне благополуччя здобувачів освіти, які активно використовують комунікаційні мережі у навчальному процесі: студенти з високим рівнем соціального капіталу (міцні соціальні зв'язки, емоційна підтримка) демонструють кращі показники благополуччя порівняно з тими, хто має слабші соціальні зв'язки та підтримку. Робота демонструє вплив соціального капіталу, опосередкованого цифровими комунікаціями, на психологічне благопо-

луччя студентів. Автори виявили, що інтенсивність використання соціальних платформ сприяє зміцненню bonding social capital, що, у свою чергу, пов'язано з вищими показниками психологічного благополуччя й соціальної інтеграції серед студентів [12].

Подібні висновки містяться і у дослідженні З. Ксін, де було вивчено зв'язок між наданням соціальної підтримки, психологічним капіталом і суб'єктивним благополуччям студентів із низьким соціально-економічним статусом. Аналіз показав, що як отримання, так і надання соціальної підтримки позитивно корелюють з показниками життєвої задоволеності та позитивного афекту, що підтверджує важливість соціальних взаємодій як компоненту соціального капіталу в моделюванні психологічного благополуччя молоді [13].

Загалом сучасні емпіричні роботи підтверджують: соціальний капітал (у формі підтримки, якісних соціальних зв'язків, участі у соціальному житті) є значущим ресурсом, що сприяє підвищенню психологічного благополуччя молодих людей та може служити захисним механізмом у стресогенних умовах.

Ці положення було перевірено нами в емпіричному дослідженні психологічного благополуччя та його зв'язку з показниками соціального капіталу. Воно було проведено зі здобувачами освіти різних ЗВО від 18 до 28 років з різних міст України у 2025 році в дистанційному форматі.

За результатами обстеження за методикою задоволеності життям Е. Дінера виявлено переважання середнього рівня психологічного благополуччя у досліджуваній молоді. Помірно негативний рівень задоволеності життям зафіксовано у 30 % респондентів, помірно позитивний – у 20 %, що свідчить про відносний баланс між позитивним сприйняттям життя та критичною оцінкою його окремих аспектів. Водночас, 25 % продемонстрували низький і дуже низький рівень задоволеності життям, що вказує на наявність групи ризику з ознаками емоційної напруженості та зниженої життєвої впевненості. Але рівно така ж кількість має високий і дуже високий рівень задоволеності, що може відображати сформовані внутрішні ресурси, оптимістичні установки та ефективні стратегії подолання труднощів. Отже, загалом для вибірки характерний стабільний, але вразливий середній рівень задоволеності життям, що підтверджує відносну адаптивність молоді та одночасно актуалізує потребу в посиленні соціально-психологічної підтримки.

Схожі результати було нами отримано і за допомогою шкал психологічного благополуччя К. Ріфф. В цьому випадку 47,5 % досліджуваних мають середній рівень загального благополуччя, 30 % низький і 22,5 % високий його рівень. Такі результати свідчать про загалом позитивний рівень психологічного функціонування молоді. Це проявляється у сформованій соціальній компетентності, емпатійності та здатності вибудовувати довірливі й конструктивні взаємини з оточенням. Переважна більшість респондентів характеризується також усвідомленням власних життєвих цілей, орієнтацією на особистісний розвиток і самореалізацію, а також наявністю відчуття сенсу і спрямованості життя.

Аналіз результатів за шкалами психологічного благополуччя К. Ріфф засвідчив переважання середнього рівня розвитку більшості компонентів у досліджуваній молоді. Найбільш високими є показники «Цілі у житті» (87,5 % молодих людей мають середній та високий рівень) та «Позитивні відносини з оточуючими» (82,5 % продемонстрували такі ж результати), що свідчить про наявність у більшості респондентів життєвої спрямованості, здатності підтримувати конструктивні міжособистісні зв'язки та орієнтації на змістовне наповнення власної діяльності. За шкалами «Особистісне зростання» та «Самоприйняття також зафіксовано домінування середніх показників, що вказує на достатній рівень усвідомлення власних ресурсів і прагнення до саморозвитку. Водночас помітна частка молоді демонструє низькі значення за шкалами «Управління середовищем» (35 %) та «Автономія» (30 %), що може відображати труднощі у збереженні внутрішньої незалежності та ефективному контролі життєвих обставин.

Загалом отримані дані дозволяють констатувати відносно стабільний, проте неоднорідний рівень психологічного благополуччя молоді. Переважання середніх показників за більшістю шкал свідчить про сформованість базових компонентів позитивного психологічного функціонування, тоді як підвищені частки низьких значень за окремими параметрами актуалізують потребу у розвитку навичок автономності та життєвої саморегуляції.

Значну роль у цьому відіграють соціальні зв'язки. Вивчення їх за допомогою методики ОВІСК (Р. Стили, адаптація І. Семків) показало, що здобувачі освіти, які прийняли участь

у дослідженні, мають помірну інтегрованість у соціальне середовище й достатній рівень соціальної підтримки з боку оточення (лише 20 % мають низький рівень соціального капіталу). Отримані результати корелюють із даними сучасних психологічних досліджень (С. Бано та ін., З. Ксін) [8; 13], у яких обґрунтовується, що високий рівень соціального капіталу виконує буферну функцію щодо психологічних ризиків, знижує прояви тривожності та сприяє зростанню суб'єктивного благополуччя.

Конкретизація цих результатів дозволяє показати, які саме соціальні ресурси є найбільш важливими для сучасної української молоді. У структурі їх соціального капіталу найбільш вираженим є ресурс соціальних інститутів, що домінує приблизно у третини респондентів. Це свідчить про активну залученість молоді до взаємодії з освітніми закладами, громадськими та волонтерськими організаціями, які в умовах війни виконують функцію важливого джерела соціальної підтримки. Достатньо високі показники також зафіксовано за шкалами соціально-професійного ресурсу (22,5 %) та ресурсу дозвілля (20,0 %), що вказує на наявність розвинених міжособистісних зв'язків у навчальній, професійній і соціокультурній сферах. Натомість міжнародний ресурс (12,5 %), продуктивні вміння (10,0 %) та емоційний ресурс (7,5 %) виявилися менш представленими, що може відображати обмеженість глибокої емоційної взаємодії та зниження впевненості у власних комунікативних можливостях під впливом стресорів. Загалом структура соціального капіталу характеризується переважанням публічної складової над приватною: молодь більш інтегрована у формальні інституційні та професійні мережі, ніж у сферу емоційно близьких взаємин, що відповідає сучасним умовам життя студентської молоді.

В згаданих вище дослідженнях соціального капіталу показана його роль у формуванні психологічного благополуччя молодих людей. Дані що до зв'язку цих змінних у наших досліджуваних наведено в таблиці 1.

Отримані результати свідчать, що ресурси приватної сфери соціального капіталу мають найбільш виражені позитивні кореляції зі шкалами «Цілі в житті» ( $r = 0,4222$ ) та «Особистісне зростання» ( $r = 0,3365$ ). Це вказує на те, що якісні міжособистісні зв'язки в близькому соціальному оточенні сприяють формуванню життєвих цілей, відчуття сенсу та орієнтації на саморозвиток. Натомість зв'язки приватної сфери з автономією, самоприйняттям і загальним індексом психологічного благополуччя є слабкими.

Таблиця 1

**Кореляційна матриця показників психологічного благополуччя і соціального капіталу молоді**

Соціально-психологічні фактори		Психологічне благополуччя						
		ПВ	А	УС	ОЗ	ЖЦ	СП	ПБ
СК	ПрС	0,0345	0,0765	0,1659	0,3365	0,4222	0,0456	0,1465
	ПбС	0,3876	0,1786	0,2678	0,1298	0,1232	0,2345	0,3879

*Примітка: СК – соціальний капітал, ПрС – приватна сфера, ПбС – публічна сфера; ПВ – позитивні відносини з оточуючими, А – автономія, УС – управління середовищем, ОЗ – особистісне зростання, ЖЦ – цілі в житті, СП – самоприйняття; ПБ – психологічне благополуччя. Жирним шрифтом позначено значущі зв'язки.*

*Джерело: створено автором*

Водночас публічна сфера соціального капіталу має більш виражені кореляції із «Позитивними відносинами з оточуючими» ( $r = 0,3876$ ) та загальним показником психологічного благополуччя ( $r = 0,3879$ ), а також помірний зв'язок із «Управлінням середовищем» ( $r = 0,2678$ ). Це свідчить про те, що включеність у соціальні інститути, професійні та громадські мережі пов'язана з кращою соціальною інтеграцією, відчуттям ефективності у взаємодії з середовищем та загальним рівнем благополуччя.

Отже, результати кореляційного аналізу підтверджують наявність позитивного взаємозв'язку між соціальним капіталом і психологічним благополуччям молоді. Слід зауважити, що приватна сфера соціальних зв'язків більшою мірою пов'язана з екзистенційними компонентами благополуччя (цілі, особистісне зростання), тоді як публічна сфера – із соціально-функціональними аспектами та загальним інтегральним показником психологічного благополуччя.

**Висновки і перспективи подальших досліджень.** Отже, наявність позитивного зв'язку між показниками соціального капіталу та рівнем психологічного благополуччя дозволяє розглядати соціальні ресурси як значущий адаптаційний фактор у період суспільних трансформацій.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальші наукові розвідки доцільно спрямувати на розширення вибірки з урахуванням регіональних, гендерних та професійних відмінностей, що дозволить уточнити специфіку функціонування соціального капіталу в різних соціальних контекстах, а також розроблення та апробацію психоосвітніх і тренінгових програм, спрямованих на розвиток навичок соціальної підтримки, саморегуляції та підвищення життєстійкості молоді.

#### Література:

1. Алещенко В. Психологічне благополуччя особистості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки*. 2024. № 59(3(59)). С. 29–33. DOI: <https://doi.org/10.17721/1728-2217.2024.59.29-33>
2. Карамушка Л. М. Психічне здоров'я особистості в умовах війни: як його зберегти та підтримати: методичні рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2024. 48 с.
3. Кашлюк Ю. І. Основні чинники, які впливають на психологічне благополуччя особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 34. С. 170–186. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\\_2016\\_34\\_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2016_34_16)
4. Коструба Н., Поліщук З. Психологічне благополуччя студентів у період війни: емпіричний аналіз. *Психологічні перспективи*. 2022. Вип. 40. С. 51–61 DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-kos>
5. Кравченко О. Соціально-психологічна підтримка ментального здоров'я учасників освітнього процесу в кризових ситуаціях (практичний досвід). *Social Work and Education*. 2023. Vol. 10. No. 1. P. 35-47. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2021.8.11->
6. Максименко С. Д., Гришко О. Д. Психічний супровід і психічне здоров'я: навчальний посібник. Том. 2. Київ: Видавництво «Люди́ла», 2024. 468 с. URL: [https://drive.google.com/file/d/1QoSMcm1zS2TUIxO\\_c6TQZg3KthzOUIrk/view](https://drive.google.com/file/d/1QoSMcm1zS2TUIxO_c6TQZg3KthzOUIrk/view)
7. Помиткін Е. О., Помиткіна Л. В. Покращення суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах військових дій. *Наукові записки. Серія: Психологія*. 2024. № 1. С. 116–123. DOI: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-16>
8. Bano S., Cisheng W., Ali Nawaz Khan, Naseer Abbas Khan. WhatsApp use and student's psychological well-being: Role of social capital and social integratio. *Children and Youth Services Review*. 2019. Volume 103. Pp. 200–208. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2019.06.002>
9. Diener E. Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Personality and Social Psychology*. 1995. № 68. P. 653–663. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.653>
10. Huang L., Zhang T. Perceived Social Support, Psychological Capital, and Subjective Well-Being among College Students in the Context of Online Learning during the COVID-19 Pandemic. *Asia-Pacific Education Resercher*. 2022. № 31(5). Pp. 563–574. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00608-3>
11. Pypenko I. S., Stadnik A. V., Melnyk Yu. B., Mykhaylyshyn U. B. The impact of the war in Ukraine on the psychological well-being of students. *International Journal of Science Annals*. 2023. № 6(2). Pp. 20–31. DOI: <https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.2.2>
12. Ryff C. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69. P. 719–727. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
13. Xin Z. The association between social support provision, psychological capital, subjective well-being and sense of indebtedness among undergraduates with low socioeconomic status. *BMC Psychology*. 2023. № 11(291). DOI: <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01325-w>
14. Yiğit B., Çakmak B-Y. Discovering Psychological Well-Being: A Bibliometric Review. *Journal of Happiness Studies*. 2024. Volume 25. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-024-007547>

#### References:

1. Aleshchenko, V. (2024). Psykholohichne blahopoluchchia osobystosti [Psychological well-being of the individual]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Viiskovo-spetsialni nauky – Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. Military and Special Sciences*, 59(3), 29–33 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.17721/1728-2217.2024.59.29-33>
2. Karamushka, L. M. (2024). Psykhichne zdorovia osobystosti v umovakh viiny: Yak yoho zberehty ta pidtrymaty (Metodychni rekomendatsii) [Mental health of the individual in wartime: How to preserve and support it. Methodological recommendations]. Kyiv: Instytut psykholohii imeni H. S. Kostiuuka NAPN Ukrainy.
3. Kashliuk, Yu. I. (2016). Osnovni chynnyky, yaki vplyvaiut na psykholohichne blahopoluchchia osobystosti [Main factors influencing psychological well-being of the individual]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*, (34), 170–186 [in Ukrainian]. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\\_2016\\_34\\_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2016_34_16)
4. Kostruba, N., & Polishchuk, Z. (2022). Psykholohichne blahopoluchchia studentiv u period viiny: Empirychnyi analiz [Psychological well-being of students during wartime: An empirical analysis].

*Psykhologichni perspektyvy – Psychological perspectives*, (40), 51–61 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-kos>

5. Kravchenko, O. (2023). Sotsialno-psykhologichna pidtrymka mentalnoho zdorovia uchasykiv osvithnoho protsesu v kryzovykh sytuatsiiakh (praktychnyi dosvid) [Socio-psychological support of mental health of participants in the educational process in crisis situations (practical experience)]. *Social Work and Education*, 10(1), 35–47 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.30970/PS.2021.8.11>

6. Maksymenko, S. D., & Hryshko, O. D. (2024). Psykhichniy suprovid i psykhichne zdorovia [Psychological support and mental health] (Vol. 2). Kyiv : Vydavnytstvo Liudmyla. [https://drive.google.com/file/d/1QoSMCm1zS2TUIxO\\_c6TQZg3KthzOUIRk/view](https://drive.google.com/file/d/1QoSMCm1zS2TUIxO_c6TQZg3KthzOUIRk/view)

7. Pomytkin, E. O., & Pomytkina, L. V. (2024). Pokrashchennia subiektyvnoho blahopoluchchia studentskoi molodi v umovakh viiskovykh dii [Improving subjective well-being of student youth in conditions of military actions]. *Naukovi zapysky. Seriya: Psykhologhiia – Scientific Notes. Psychology Series*, (1), 116–123. <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-16>

8. Bano, S., Cisheng, W., Khan, A. N., & Khan, N. A. (2019). WhatsApp use and students' psychological well-being: Role of social capital and social integration. *Children and Youth Services Review*, 103, 200–208. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.06.002>

9. Diener, E. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653–663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.4.653>

10. Huang, L., & Zhang, T. (2022). Perceived social support, psychological capital, and subjective well-being among college students in the context of online learning during the COVID-19 pandemic. *Asia-Pacific Education Researcher*, 31(5), 563–574. <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00608-3>

11. Pypenko, I. S., Stadnik, A. V., Melnyk, Y. B., & Mykhaylyshyn, U. B. (2023). The impact of the war in Ukraine on the psychological well-being of students. *International Journal of Science Annals*, 6(2), 20–31. <https://doi.org/10.26697/ijsa.2023.2.2>

12. Ryff, C. D. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>

13. Xin, Z. (2023). The association between social support provision, psychological capital, subjective well-being and sense of indebtedness among undergraduates with low socioeconomic status. *BMC Psychology*, 11, Article 291. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01325-w>

14. Yiğit, B., & Çakmak, B.-Y. (2024). Discovering psychological well-being: A bibliometric review. *Journal of Happiness Studies*, 25. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-024-007547>

Дата першого надходження статті до видання: 18.02.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 24.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 14.05.2026