УДК 159.923.2:378.147:37.091.322
DOI https://doi.org/10.32782/2787-5137-2026-2-8

Андрій Юрійович ДЕРЛИЦЯ,
кандидат економічних наук,
доцент кафедри фінансів, обліку та оподаткування імені С. Юрія,
Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти
«Кам'янець-Подільський державний інститут»
E-mail: derlytsya@gmail.com
ORCID: 0000-0002-5123-1584

Олександр Вікторович КИРИЛЕНКО,
аспірант кафедри психології,
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди
E-mail: alekyrenko@gmail.com
ORCID: 0009-0003-9837-4923

ОПТИМІЗАЦІЯ ДОМАШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ЯК ЗАСІБ ПІДТРИМКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ

Анотація. Вступ. *Трансформація системи вищої освіти України внаслідок тривалого використання онлайн-навчання, зумовленого воєнним станом і безпековими викликами, суттєво змінила умови навчальної діяльності студентів. Домашній простір перестав виконувати виключно побутову функцію, поєднавши освітню, професійну та рекреаційну сфери життєдіяльності. Таке поєднання сприяє виникненню просторового перевантаження, підвищенню рівня психоемоційної напруги, тривожності та емоційного виснаження. У зв'язку з цим актуальним є пошук ефективних засобів підтримки психологічного благополуччя студентської молоді, одним із яких може бути цілеспрямована оптимізація домашнього середовища.*

Мета статті *– теоретично обґрунтувати можливості та шляхи оптимізації функціональності домашнього середовища як ефективного засобу підвищення психологічного благополуччя студентів, які перебувають на дистанційній формі навчання.*

Наукова новизна. *Наукова новизна дослідження полягає в обґрунтуванні функціональної організації домашнього середовища як психологічного ресурсу підтримки благополуччя студентів в умовах онлайн-навчання. Уточнено зміст поняття функціональності житлового простору та визначено його основні компоненти, серед яких ергономічне зонування, психологічна приватність, оптимізація сенсорного навантаження й мінімізація просторових дистресорів. Доведено, що їх комплексне використання сприяє підвищенню психологічної стійкості та адаптаційних можливостей здобувачів вищої освіти.*

Висновки. *Встановлено, що функціонально організоване домашнє середовище є важливим чинником підтримки психологічного благополуччя студентів під час дистанційного навчання. Раціональне облаштування навчального простору, забезпечення психологічної приватності, оптимізація умов навчальної діяльності та зменшення впливу просторових стресорів сприяють зниженню рівня тривожності, профілактиці емоційного виснаження, підтриманню навчальної мотивації та розвитку резильєнтності. Отримані результати можуть бути використані під час розроблення програм психологічного супроводу студентів і практичних рекомендацій щодо організації домашнього навчального середовища.*

Ключові слова: *функціональність домашнього середовища, психологічне благополуччя, оптимізація простору, дистанційне навчання, студенти, життєвий баланс.*

© А. Ю. Дерлиця, О. В. Кириленко, 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)

Andrii Yuriiovych DERLYTSIA,
Candidate of Economic Sciences,
Associate Professor at the Department of Finance, Accounting and Taxation named after S. Yurii,
Educational and Rehabilitation Institution of Higher Education
"Kamianets-Podilskyi State Institute"
E-mail: derlytsya@gmail.com
ORCID: 0000-0002-5123-1584

Oleksandr Viktorovych KYRYLENKO,
Postgraduate Student at the Department of Psychology,
H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University
E-mail: alekyrenko@gmail.com
ORCID: 0009-0003-9837-4923

OPTIMIZATION OF THE HOME ENVIRONMENT AS A MEANS OF SUPPORTING STUDENTS' PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN THE CONTEXT OF ONLINE LEARNING

Abstract. Introduction. *The transformation of Ukraine's higher education system resulting from the prolonged implementation of online learning due to martial law and ongoing security challenges has significantly changed the conditions of students' educational activities. The home environment has evolved beyond its traditional domestic function, becoming a space that simultaneously accommodates educational, professional, and recreational activities. This convergence has contributed to spatial overload, increased psycho-emotional tension, anxiety, and emotional exhaustion among students. Consequently, there is a growing need to identify effective approaches to supporting students' psychological well-being, one of which is the purposeful optimization of the home environment.*

The purpose of the article *is to provide a theoretical substantiation of the possibilities and approaches to optimizing the functionality of the home environment as an effective means of enhancing the psychological well-being of students engaged in distance learning.*

Scientific novelty. *The scientific novelty of the study lies in substantiating the functional organization of the home environment as a psychological resource for maintaining students' well-being in the context of online learning. The concept of residential space functionality has been further clarified, and its key components have been identified, including ergonomic zoning, psychological privacy, optimization of sensory load, and the reduction of spatial stressors. It has been demonstrated that the integrated implementation of these components enhances the psychological resilience and adaptive capacities of higher education students.*

Conclusions. *The findings indicate that a functionally organized home environment is an important factor in supporting students' psychological well-being during distance learning. The rational organization of the learning space, the provision of psychological privacy, the optimization of learning conditions, and the reduction of spatial stressors contribute to lower anxiety levels, the prevention of emotional exhaustion, the maintenance of learning motivation, and the development of resilience.*

Key words: *home environment functionality, psychological well-being, space optimization, distance learning, university students, life balance.*

Вступ. Воєнний стан та тривале використання дистанційного навчання істотно змінили організацію освітнього процесу в українських закладах вищої освіти. Для більшості студентів домівка стала не лише місцем проживання, а й простором, у якому одночасно відбуваються навчання, професійна діяльність, відпочинок і повсякденне життя. Поєднання цих сфер в одному середовищі часто ускладнює розмежування навчального й особистого часу, посилює інформаційне навантаження, підвищує рівень тривожності та сприяє емоційному виснаженню.

За таких обставин особливої ваги набуває пошук доступних і практично орієнтованих способів підтримки психологічного благополуччя студентської молоді. Одним із таких ресурсів може стати цілеспрямована організація домашнього середовища. Раціональне облаштування місця для навчання, функціональне зонування житла, забезпечення можливості для усамітнення та створення комфортних умов для повсякденної діяльності сприяють не лише ефективнішому навчанню, а й підтриманню психічного здоров'я, відновленню внутрішніх ресурсів і зменшенню впливу стресових чинників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема психологічного благополуччя студентів в умовах дистанційного навчання та суспільних криз останніми роками перебуває в центрі

уваги українських і зарубіжних дослідників. У працях О. Явтушенко та Д. Власенка проаналізовано особливості психоемоційної адаптації студентської молоді, окреслено чинники розвитку тривожності та емоційного виснаження, а також визначено ресурси, що сприяють психологічній стійкості в умовах невизначеності [2; 7].

Важливий внесок у дослідження взаємозв'язку між характеристиками житлового простору та психологічним станом особистості зробили представники наукової школи Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди під керівництвом К. Фоменко. У роботах К. Фоменко, М. Бондаренко та М. Жданюк обґрунтовано поняття функціональності домашнього середовища, розкрито роль психологічної прихильності до дому та показано її значення для підтримання емоційної рівноваги й відчуття безпеки [1; 5; 6].

У міжнародному науковому просторі дедалі більше уваги приділяється впливу життєвого середовища на психічне здоров'я студентів. Зокрема, результати сучасних соціоекологічних досліджень, опублікованих у виданнях MDPI, підтверджують, що якість домашнього простору є одним із чинників, які визначають успішність адаптації молоді до дистанційного навчання, рівень психологічного комфорту та здатність ефективно справлятися зі стресом [11].

Попри значну кількість досліджень, питання практичної оптимізації домашнього середовища як засобу підтримки психологічного благополуччя студентів під час тривалого дистанційного навчання залишається недостатньо розробленим. Більшість наукових праць зосереджується на описі чинників ризику або діагностиці психоемоційних станів, тоді як практичні рекомендації щодо організації житлового простору висвітлено лише фрагментарно. Саме це визначає актуальність подальшого дослідження.

Метою статті є теоретичне обґрунтування можливостей та визначення шляхів оптимізації функціональності домашнього середовища як ефективного засобу підвищення психологічного благополуччя студентів, які перебувають на дистанційній формі навчання.

Виклад основного матеріалу дослідження. У сучасній екологічній психології домашнє середовище розглядається не лише як фізичний простір проживання, а як важливий чинник психологічного благополуччя людини. Його функціональність визначається насамперед здатністю задовольняти базові потреби особистості: забезпечувати відчуття безпеки, комфорт, приватність і можливості для навчання, відпочинку та особистісного розвитку. Саме такий підхід покладено в основу концепції функціональності домашнього середовища, розробленої К. Фоменко, відповідно до якої житло виступає важливим психологічним ресурсом адаптації та саморегуляції [5; 6].

Перехід до дистанційного навчання суттєво змінив функціональне навантаження домашнього простору. Домівка перестала бути виключно місцем відпочинку й повсякденного життя, перетворившись одночасно на аудиторію, робочий кабінет і середовище постійної соціальної взаємодії. За відсутності відповідних умов це може створювати додаткове психоемоційне навантаження. Особливо гостро такі труднощі проявляються тоді, коли студент не має окремого місця для навчання, постійно стикається з побутовим шумом або змушений поєднувати освітню діяльність із сімейними обов'язками [5; 6].

Аналіз сучасних досліджень дає підстави стверджувати, що організація домашнього простору повинна розглядатися не як сукупність побутових заходів, а як один із напрямів психологічної підтримки студентів. Ефективність такої підтримки залежить від того, наскільки домашнє середовище допомагає зменшити психоемоційне напруження, підтримувати працездатність і створювати умови для відновлення внутрішніх ресурсів особистості.

У цьому контексті важливим є активне ставлення самого студента до організації власного життєвого простору. Йдеться не лише про пристосування до наявних умов, а про їх свідоме вдосконалення відповідно до навчальних, психологічних та побутових потреб. Саме така позиція дозволяє перетворити домашнє середовище з потенційного джерела стресу на ресурс психологічної стійкості. На основі аналізу літератури можна виокремити чотири взаємопов'язані напрями оптимізації домашнього простору, які найбільше впливають на психологічне благополуччя студентської молоді.

Першим напрямом є чітке розмежування простору відповідно до різних видів діяльності. За звичайних умов навчання аудиторії, бібліотеки чи університетські корпуси природно асоціюються з навчальною діяльністю, тоді як домашній простір пов'язаний із відпочинком, сімейним спілку-

ванням і відновленням сил. Під час дистанційного навчання ці межі значною мірою стираються. Унаслідок цього навчальна діяльність починає асоціюватися з місцем відпочинку, що ускладнює психологічне переключення між різними видами активності та сприяє накопиченню втоми.

Одним із найпростіших способів зменшити цей негативний ефект є функціональне зонування житла. Навіть за невеликої площі квартири доцільно виділити окрему ділянку, яка використовуватиметься виключно для навчання. Якщо зробити це фізично неможливо, ефективним може бути умовне зонування за допомогою освітлення, ширми, полиць, кольорових акцентів або інших елементів інтер'єру. Подібні рішення допомагають сформувати стійкі асоціації між певною частиною простору та відповідним видом діяльності.

Такі підходи узгоджуються з положеннями Теорії відновлення уваги (Attention Restoration Theory), відповідно до якої впорядковане середовище сприяє підтриманню когнітивних ресурсів, зменшує психічне виснаження та полегшує концентрацію уваги. Як зазначає А. Левик, організація навчального простору безпосередньо впливає на психологічне благополуччя людини, сприяючи зниженню розумової втоми й підвищенню ефективності навчальної діяльності [4].

Практичне значення функціонального зонування полягає не лише в організації робочого місця. Чітке розмежування простору допомагає швидше переключатися між навчанням і відпочинком, знижує відчуття постійної зайнятості та запобігає ситуації, коли освітня діяльність займає весь життєвий простір студента. Це сприяє підтриманню психологічної рівноваги, зменшенню емоційного виснаження та формуванню більш стійкого відчуття контролю над власною діяльністю.

Крім фізичного зонування, важливу роль відіграє й організація режиму дня. Регулярний початок і завершення навчання, короткі перерви між заняттями та чітке відокремлення часу для відпочинку допомагають сформувати зрозумілий ритм повсякденної діяльності. Поєднання часового та просторового структурування створює передбачуване середовище, що позитивно впливає на саморегуляцію, продуктивність і психологічне благополуччя студентів.

Другим важливим напрямом оптимізації домашнього середовища є забезпечення психологічної приватності. За умов тривалого дистанційного навчання потреба у власному просторі набуває особливого значення, адже більшість студентів змушені постійно поєднувати навчання з повсякденним сімейним життям. Тривале перебування кількох членів родини в одному житловому просторі нерідко супроводжується порушенням особистих меж, збільшенням кількості побутових взаємодій та зростанням психоемоційного напруження.

У психології середовища приватність розглядається як можливість людини самостійно регулювати ступінь соціальної взаємодії, контролювати доступ інших до власного простору та визначати моменти, коли необхідне усамітнення. Саме така можливість забезпечує відчуття автономії, сприяє відновленню психічних ресурсів і підтримує емоційну рівновагу [9; 10].

Натомість постійна відсутність приватності негативно позначається на психічному стані студентів. Неможливість працювати без сторонніх втручань, шуму чи необхідності постійно реагувати на запити членів родини ускладнює концентрацію уваги, підвищує рівень тривожності та прискорює розвиток емоційного виснаження. Дослідження М. Бондаренко та М. Жданюк показують, що порушення психологічної суверенності домашнього середовища безпосередньо пов'язане зі зниженням суб'єктивного благополуччя, погіршенням мотивації до навчання та збільшенням внутрішньої напруженості [1].

Підтримання психологічної приватності значною мірою залежить не лише від фізичних характеристик житла, а й від особливостей взаємодії між членами родини. Тому важливим інструментом організації спільного простору можуть стати попередньо узгоджені правила співжиття, які допомагають враховувати потреби кожного мешканця та запобігати конфліктним ситуаціям.

Доцільно, щоб такі домовленості охоплювали кілька основних аспектів.

Передусім варто погодити графік навчальної діяльності студента. Інформація про час проведення онлайн-занять, консультацій чи підсумкового контролю має бути відома всім членам родини. Це дозволяє заздалегідь координувати домашні справи, уникати зайвого шуму та мінімізувати випадкові переривання навчального процесу. Просте розміщення такого розкладу на видному місці сприяє кращій організації сімейного життя та створює більш передбачуване середовище для навчання.

Не менш важливим є погодження часових проміжків, протягом яких бажано обмежити використання гучної побутової техніки або інших джерел шуму. Подібна практика допомагає підтримувати необхідний рівень концентрації під час виконання складних навчальних завдань, підготовки до іспитів чи участі у відеоконференціях. Водночас вона сприяє формуванню взаємної поваги до потреб усіх членів родини.

Ще одним важливим компонентом психологічної приватності є визнання права кожної людини на тимчасове усамітнення. Перебування наодинці не слід розглядати як прояв відстороненості або небажання спілкуватися. Навпаки, можливість тимчасово дистанціюватися від зовнішніх подразників є природною потребою, що допомагає відновити емоційні ресурси, осмислити отриману інформацію та зменшити психоемоційне напруження. Саме тому повага до особистих меж має стати звичною нормою сімейної взаємодії.

Запровадження таких правил не потребує значних матеріальних ресурсів, однак істотно покращує психологічний клімат у родині. Передбачуваність взаємодії, взаємна повага до особистого простору та відкритість у комунікації зменшують кількість повсякденних конфліктів, сприяють емоційній стабільності та створюють більш сприятливі умови для навчання [1; 6].

Отже, забезпечення психологічної приватності є одним із ключових чинників адаптації студентів до дистанційного навчання. Йдеться не лише про можливість працювати без сторонніх перешкод, а й про формування такого домашнього середовища, у якому людина відчуває повагу до власних потреб, контролює межі міжособистісної взаємодії та має достатньо можливостей для відновлення внутрішніх ресурсів. Саме за таких умов домашній простір стає чинником психологічної підтримки, а не додатковим джерелом стресу.

Розглянуті напрями оптимізації домашнього середовища доцільно розглядати як взаємопов'язані компоненти єдиної системи психологічної підтримки студентів. Просторове зонування, забезпечення приватності, ергономічна організація робочого місця та персоналізація житла мають найбільшу ефективність саме за умови їх комплексного використання. У такому випадку домашній простір перестає бути лише місцем перебування й починає виконувати функцію середовища, що підтримує навчальну діяльність, відновлення психічних ресурсів і психологічну адаптацію.

У сучасних умовах особливого значення набуває не лише організація фізичного простору, а й розвиток навичок його свідомого використання. Здатність людини змінювати навколишнє середовище відповідно до власних потреб можна розглядати як одну зі складових психологічної саморегуляції. Студент, який уміє організувати місце для навчання, підтримувати порядок, регулювати інтенсивність соціальної взаємодії та чергувати навчання з відпочинком, значно легше адаптується до тривалого дистанційного навчання й ефективніше протидіє впливу повсякденних стресових чинників.

Водночас організація домашнього середовища не може повністю компенсувати наслідки воєнного стану чи інших кризових ситуацій. Проте вона здатна посилити внутрішні адаптаційні ресурси особистості та створити умови, за яких повсякденне навчальне навантаження сприйматиметься менш виснажливо. Як зазначають О. Лазуренко, Н. Тертична та Н. Сміла, підтримка психічного здоров'я студентської молоді потребує комплексного підходу, який поєднує психологічну допомогу, розвиток навичок саморегуляції та зміцнення соціальної підтримки [3]. Організація домашнього простору може стати одним із практичних інструментів такої підтримки.

Не менш важливою складовою сучасного домашнього середовища є цифровий простір. Під час дистанційного навчання саме цифрові технології забезпечують доступ до освітніх ресурсів, комунікацію з викладачами та взаємодію зі студентською спільнотою. Водночас тривале перебування в онлайн-середовищі супроводжується інформаційним перевантаженням, цифровою втомою та постійною необхідністю швидко перемикатися між різними видами діяльності.

У зв'язку з цим доцільно говорити про необхідність формування цифрової екології повсякденного життя. Її сутність полягає в усвідомленому використанні цифрових технологій, коли студент не лише користується електронними ресурсами для навчання, а й регулює інтенсивність взаємодії з ними. Практичними проявами такого підходу можуть бути чітке розмежування часу для навчання й дозвілля, вимкнення непотрібних сповіщень, використання окремих акаунтів або профілів для освітньої діяльності, а також свідоме обмеження інформаційного

потоку після завершення навчального дня.

Подібна організація цифрового простору допомагає уникати постійного відчуття залученості до навчання, сприяє психологічному переключенню на відпочинок і зменшує ризик розвитку цифрової втоми. Як свідчать результати сучасних міжнародних досліджень, ментальне здоров'я студентів значною мірою залежить від їхньої здатності підтримувати баланс між онлайн-активністю та іншими сферами життя [11].

Таким чином, ефективна організація домашнього середовища охоплює не лише матеріальні умови проживання, а й соціальні, психологічні та цифрові аспекти повсякденного життя. Саме їх поєднання створює сприятливі умови для навчання, допомагає підтримувати емоційну рівновагу, підвищує навчальну мотивацію та сприяє формуванню психологічної стійкості студентської молоді.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Проведений теоретичний аналіз дає підстави стверджувати, що організація домашнього середовища є важливим чинником підтримки психологічного благополуччя студентів в умовах дистанційного навчання. За воєнного стану, коли значна частина освітнього процесу відбувається вдома, житловий простір перестає бути лише місцем проживання і набуває нових функцій, поєднуючи навчальну, професійну, комунікативну та рекреаційну діяльність. Від того, наскільки комфортно й раціонально організоване це середовище, значною мірою залежать емоційний стан студентів, їхня навчальна продуктивність і здатність адаптуватися до тривалих стресових впливів.

Аналіз сучасних досліджень дозволив визначити основні напрями оптимізації домашнього простору, які найбільшою мірою сприяють підтримці психологічного благополуччя студентської молоді. До них належать функціональне зонування житла, забезпечення психологічної приватності, ергономічне облаштування робочого місця, персоналізація середовища та формування навичок цифрової екології. Комплексне використання цих підходів створює умови для ефективнішої саморегуляції, допомагає знизити рівень психоемоційного напруження, підтримує концентрацію уваги, сприяє академічній самоефективності та відновленню внутрішніх ресурсів особистості.

Практичне значення проведеного дослідження полягає в можливості використання його результатів під час розроблення програм психологічного супроводу студентів, діяльності психологічних служб закладів вищої освіти, а також у підготовці рекомендацій щодо організації домашнього навчального середовища. Особливу увагу доцільно приділити розвитку навичок самоорганізації, управління особистим простором і відповідального використання цифрових технологій як складових психологічної стійкості молоді.

Перспективним напрямом подальших досліджень є емпірична перевірка ефективності запропонованих підходів у студентів різних спеціальностей, форм навчання та регіонів України. Доцільним також є вивчення взаємозв'язку між характеристиками домашнього середовища, цифровими практиками повсякденного життя та показниками психологічного благополуччя в умовах тривалих соціальних і безпекових викликів.

Література:

1. Бондаренко М. С., Жданюк Л. О. Прив'язаність до домівки як фактор соціально-психологічної адаптації українців в умовах військового стану. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2023. Вип. 68. С. 115–130. DOI: 10.34142/23129387.2023.68.08

2. Власенко Д. В. Психологічні проблеми студентів в умовах дистанційного навчання: кваліфікаційна робота бакалавра з психології / Д. В. Власенко ; наук. кер. О. Ф. Бондаренко ; Київ. нац. лінгв. ун-т. К., 2024. 73 с. URL: http://rep.knlu.edu.ua/xmlui/handle/787878787/6344

3. Лазуренко О. О., Тертична Н. А., Сміла Н. В. Напрями психологічної підтримки українських студентів під час війни. *Журнал сучасної психології.* 2023. № 1 (28). С. 93–101. DOI: https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-1-11

4. Левик А. В. Застосування Attention Restoration Theory (ART) у плануваль ній організації університетських кампусів. *Теорія та практика дизайну. Серія: Архітектура та будівництво.* 2025. Вип. 3(37). С. 159–166. DOI: https://doi.org/10.32782/2415-8151.2025.37.15

5. Фоменко К. І., Ковтун Е. Є. Стандартизація опитувальника прив'язаності до домівки**.** *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія.* 2022. Вип. 67. С. 201–219. DOI: https://doi.org/10.34142/23129387.2022.67.14

6. Фоменко К. В. Кириленко О. В. Умови забезпечення психологічного благополуччя здобувачів вищої освіти у системі дистанційного навчання. *Психологія і суспільство*. 2025. № 2(92). С. 133–145. DOI: https://doi.org/10.35774/pis2025.2.133

7. Явтушенко О. О. Особливості адаптаційного процесу та психологічного благополуччя студентів першокурсників в умовах воєнного стану: кваліфікаційна робота бакалавра з психології. Запоріжжя : ЗНУ, 2025. 86 с. URL: https://dspace.znu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/12345/25974/%D0%AF%D0%B2%D1%82%D1%83%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%9E.%D0%9E..pdf?sequence=1&isAllowed=y

8. Yatyshchuk A., Jizhou C. Theoretical research on mental stability as a basic human characteristic. *Психосоціальні ресурси особистісного та соціального розвитку в епоху глобалізації: матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції.* Тернопіль: ЗУНУ, 2023. С. 39–41. URL: https://api.dspace.wunu.edu.ua/api/core/bitstreams/b3e3ee1b-5349-4467-bb3f-e18fa9e67560/content

9. Altman I. The Environment and Social Behavior: Privacy, Personal Space, Territory, Crowding. Monterey, CA: Brooks. Cole Publishing Company, 1975.

10. Evans G. W. The built environment and mental health. *Journal of Urban Health*. 2003. Vol. 80, No. 4. P. 536–555. DOI: 10.1093/jurban/jtg063

11. Segú-Odriozola, M. The Mental Health of University Students: A Social Ecology Perspective. *Societies.* 2025. Is. 15. p. 110. https://doi.org/10.3390/soc15040110.

References:

1. Bondarenko, M. S., & Zhdaniuk, L. O. (2023). Pryviazanist do domivky yak faktor sotsialno-psykholohichnoi adaptatsii ukraintsiv v umovakh viiskovoho stanu [Attachment to home as a factor of socio-psychological adaptation of Ukrainians under martial law]. Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H. S. Skovorody. Psykholohiia, 68, *1*15–130. https://doi.org/10.34142/23129387.2023.68.08 [in Ukrainian].

2. Vlasenko, D. V. (2024). *Psykholohichni problemy studentiv v umovakh dystantsiinoho navchannia* [Psychological problems of students under distance learning] [Bachelor's qualification thesis in psychology, Kyiv National Linguistic University]. Retrieved from http://rep.knlu.edu.ua/xmlui/handle/787878787/6344 [in Ukrainian].

3. Lazurenko, O. O., Tertychna, N. A., & Smila, N. V. (2023). Napriamy psykholohichnoi pidtrymky ukrainskykh studentiv pid chas viiny [Directions of psychological support for Ukrainian students during the war]. Zhurnal suchasnoi psykholohii, 1(28), 93–101. https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-1-11

4. Levyk, A. V. (2025). Zastosuvannia Attention Restoration Theory (ART) u planuvalnii orhanizatsii universytetskykh kampusiv [Application of Attention Restoration Theory (ART) in the planning organization of university campuses]. Teoriia ta praktyka dyzainu. Seriia: Arkhitektura ta budivnytstvo, 3(37), 159–166. https://doi.org/10.32782/2415-8151.2025.37.15 [in Ukrainian].

5. Fomenko, K. I., & Kovtun, E. Ye. (2022). Standartyzatsiia opytuvalnyka pryv'iazanosti do domivky [Standardization of the Home Attachment Questionnaire]. Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H. S. Skovorody.Psykholohiia, 67*,* 201–219. https://doi.org/10.34142/23129387.2022.67.14 [in Ukrainian].

6. Fomenko, K. V., & Kyrylenko, O. (2024). Umovy zabezpechennia psykholohichnoho blahopoluchchia zdobuvachiv vyshchoi osvity u systemi dystantsiinoho navchannia [Conditions for ensuring the psychological well-being of higher education students in distance learning]. Psykholohiia i suspilstvo. DOI: https://doi.org/10.35774/pis2025.2.133 [in Ukrainian].

7. Yavtushenko, O. O. (2025). *Osoblyvosti adaptatsiinoho protsesu ta psykholohichnoho blahopoluchchia studentiv-pershokursnykiv v umovakh voiennoho stanu* [Features of the adaptation process and psychological well-being of first-year students under martial law] [Bachelor's qualification thesis in psychology, Zaporizhzhia National University]. Retrieved from https://dspace.znu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/12345/25974/%D0%AF%D0%B2%D1%82%D1%83%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%9E.%D0%9E..pdf?sequence=1&isAllowed=y [in Ukrainian].

8. Yatyshchuk, A., & Jizhou, C. (2023). Theoretical research on mental stability as a basic human characteristic. In Psykhosotsialni resursy osobystisnoho ta sotsialnoho rozvytku v epokhu hlobalizatsii: Proceedings of the II International Scientific and Practical Conference (pp. 39–41). Retrieved from: https://api.dspace.wunu.edu.ua/api/core/bitstreams/b3e3ee1b-5349-4467-bb3f-e18fa9e67560/content [in English].

9. Altman, I. (1975). The environment and social behavior: Privacy, personal space, territory, crowding. Brooks/Cole Publishing Company [in English].

10. Evans, G. W. (2003). The built environment and mental health. Journal of Urban Health, 80(4), 536–555. https://doi.org/10.1093/jurban/jtg063 [in English].

11. Segú-Odriozola, M. (2025). The Mental Health of University Students: A Social Ecology Perspective. *Societies, 15*, 110. https://doi.org/10.3390/soc15040110 [in English].

Дата першого надходження статті до видання: 03.08.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 31.08.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 20.10.2026