

СЕКЦІЯ 3

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ДИНАМІКА СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ МОЛОДІ: ВІД ДОВОЄННОГО ПЕРІОДУ ДО СЬОГОДЕННЯ

DYNAMICS OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF YOUTH: FROM THE PRE-WAR PERIOD TO THE PRESENT

У статті розглядається динаміка суб'єктивного благополуччя студентів у період тривалого воєнного конфлікту. Дослідження проводилося в Києві, Харкові та Житомирі серед студентів денної та заочної форм навчання. Використано шестикластерну шкалу суб'єктивного благополуччя (Perrudet-Badoux, Mendelsohn, Chiche). Здійснено порівняльний аналіз отриманих даних з даними досліджень інших авторів попередніх років (2019, 2021, 2022), що дало змогу виявити тенденції змін у психологічному стані студентів.

Дослідження особливостей суб'єктивного благополуччя студентів закладів вищої освіти у 2024 році показало, що його показники переважно перебувають у межах середнього рівня (26% досліджуваних свідчать про достатній емоційний комфорт, 63% мають середній рівень суб'єктивного благополуччя, про виражену психоемоційну симптоматику, емоційний дискомфорт свідчать 12% студентів). Аналіз основних компонентів суб'єктивного благополуччя (напруженість, психоемоційні симптоми, настрої, соціальне оточення, самооцінка здоров'я, задоволеність повсякденною діяльністю) виявив певні відмінності в залежності від форми навчання. У студентів денної форми навчання більше відхилень у бік невдоволення за шкалами напруженості, самооцінки здоров'я та задоволеності повсякденною діяльністю. Порівняльний аналіз із попередніми дослідженнями (2019–2022 рр.) виявив цікаві тенденції. Попри складні обставини, спостерігається зниження частки осіб із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, що може свідчити про поступову адаптацію до умов хронічного стресу. Водночас у 2024 році зафіксовано зростання деяких показників неблагополуччя, що може бути пов'язане з умовами воєнного стану країни. Результати свідчать про зростання напруженості та погіршення настрою, хоча загальне суб'єктивне благополуччя має тенденцію до покращення за рахунок зниження частки осіб з низьким рівнем благополуччя (порівняно з 2021 роком). Результати наголошують на необхідності підтримки ментального здоров'я молоді.

Ключові слова: суб'єктивне благополуччя, студенти, стрес, емоційний стан, соціальна підтримка, адаптація, динаміка.

The article considers the dynamics of subjective well-being of students during a long military conflict. The study was conducted in Kyiv, Kharkiv and Zhytomyr among full-time and part-time students. A six-cluster scale of subjective well-being was used (Perrudet-Badoux, Mendelsohn, Chiche). A comparative analysis of the data obtained with the data of previous years studies of other authors (2019, 2021, 2022) was carried out, which made it possible to identify trends in changes in the psychological state of students. A study of the peculiarities of the university students' subjective well-being in 2024 showed that its indicators are mostly within the average level (26% of the subjects indicate sufficient emotional comfort, 63% have an average level of subjective well-being, 12% of students testify to pronounced psycho-emotional symptoms, emotional discomfort). The analysis of the subjective well-being main components (tension, psycho-emotional symptoms, mood, social environment, self-assessment of health, satisfaction with daily activities) revealed certain differences depending on the form of learning. Full-time students have more deviations towards dissatisfaction on the scales of tension, self-assessment of health and satisfaction with daily activities. A comparative analysis with previous studies (2019–2022) revealed interesting trends. Despite the difficult circumstances, there is a decrease in the share of people with a low level of subjective well-being, which may indicate a gradual adaptation to the conditions of chronic stress. At the same time, in 2024, an increase in some indicators of ill-being was recorded, which may be associated with the conditions of martial law in the country. The results suggest an increase in tension and a deterioration in mood, although overall subjective well-being tends to improve due to a decrease in the proportion of individuals with low levels of well-being (compared to 2021). The results highlight the need to support the mental health of young people.

Key words: subjective well-being, students, stress, emotional state, social support, adaptation, dynamics.

УДК 159.923-053.6+316.728

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.12>

Завгородня О.В.

д.психол.н., головний науковий співробітник лабораторії психології творчості
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

Шепельова М.В.

к.психол.н., старший науковий співробітник лабораторії психології творчості
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

Гулько Ю.А.

к.психол.н., старший науковий співробітник лабораторії психології творчості
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

Вступ. Попри численні дослідження благополуччя в складних умовах, зокрема психологічного благополуччя майбутніх психологів у воєнний час [2], толерантності до невизначеності як ресурсу суб'єктивного благополуччя молоді [5], суб'єктивного благополуччя українців [7] і студентів [6] під час війни, еколого-психологічних детермінантів

суб'єктивного благополуччя [3], порівняння благополуччя студентської молоді в ковідному та воєнному контекстах [10], розробки програм покращення благополуччя студентів під час військових дій [9], залишаються деякі прогалини.

По-перше, більшість досліджень стосувались кризових умов в період пандемії. По-друге, дослі-

дження, які вивчали вплив воєнного часу на психічне здоров'я, стосувалися лише першого року війни, коли було більше сподівань на швидке її завершення, на перемогу та справедливий мир. Недостатньо відомо про вплив тривалої війни та відповідно подовженого стресу на фізичне й психологічне здоров'я та суб'єктивне благополуччя людей. Дослідники звернули увагу також на те, що позитивна налаштованість особи впливає на психічне здоров'я під час складних подій. Ми вважаємо, що висвітлення проблем взаємодії особистості та середовища, особливо в умовах значної невизначеності, має важливе практичне значення для навчання справлятися з негативними подіями.

Е. Дінер [13] визначив суб'єктивне благополуччя як оцінку індивідами свого життя. Він запропонував тристоронню модель суб'єктивного благополуччя, яка складається з позитивних емоцій, негативних емоцій і задоволеності життям. Позитивні емоції включають приємні, щасливі та радісні почуття, а негативні – неприємні – гнів, сум роздратування тощо. Люди з високим рівнем суб'єктивного благополуччя, як правило, мають більше позитивних емоцій, менше негативних емоцій і високу задоволеність життям.

Численні дослідження демонструють позитивний вплив суб'єктивного благополуччя на фізичне здоров'я [11; 18], на задоволеність своєю роботою, щасливіші люди є успішнішими і продуктивнішими фахівцями [16]. Високий рівень суб'єктивного благополуччя важливий не лише для фізичного здоров'я й продуктивності на робочому місці, а і для творчості [12; 14; 17].

Виклад основного матеріалу дослідження. Суб'єктивне благополуччя ми розглядаємо як задоволеність своїм емоційним станом, взаєминами, здоров'ям, діяльністю, життям в цілому, перевагу доброго настрою та позитивної налаштованості. Задоволеність життям означає задоволеність людини різними аспектами свого життя. Відповідно суб'єктивне неблагополуччя виявляється в незадоволеності зазначеними аспектами життя, в переживанні негативних емоцій, напруженості, погіршенні настрою. Про ступінь суб'єктивного благополуччя особи свідчить її рефлексія свого переважного настрою, його динаміки, емоційних реакцій на події, а також судження особи, які вона формує про свою життєву задоволеність, тобто поєднання емоційного та когнітивного аспектів. Пріоритетом є власна оцінка людини того, наскільки добре їй йдеться, чи вона задоволена життям, чи досягає вона бажаних життєвих цілей [19].

Попередні дослідження суб'єктивного благополуччя в складні часи здебільшого фокусувалися на періоді пандемії COVID-19 або на першому році війни, коли суспільні очікування щодо швидкого завершення бойових дій та відновлення миру були значно вищими. Проте, вплив тривалого періоду стресу, викликаного війною, залишається недостатньо вивченим. Зокрема, актуальним є питання, як відчуття невизначеності, постійне інформаційне

напруження та соціально-економічні виклики впливають на психологічний стан студентської молоді. Численні дослідження свідчать, що високий рівень суб'єктивного благополуччя позитивно впливає на фізичне здоров'я, продуктивність та навіть творчий потенціал. У контексті воєнного часу важливо дослідити, як змінюється цей показник у студентів та які фактори впливають на його стабільність або погіршення.

Мета цього дослідження – визначити особливості суб'єктивного благополуччя студентів в умовах тривалої невизначеності, спричиненої війною, а також порівняти отримані результати з попередніми дослідженнями, що проводилися у довоєнний період та на початку воєнного конфлікту.

Досліджувані 137 студентів закладів вищої освіти денної (43%) та заочної (57%) форм навчання в містах – Києві, Харкові та Житомирі.

Методи дослідження включали теоретичні, емпіричні, статистичні.

Теоретичні: аналіз наукових, психологічних та інших джерел, пов'язаних з проблемою дослідження; узагальнення та вдосконалення теоретичних моделей.

Емпіричні: Шкала суб'єктивного благополуччя, шестикластерна версія (Perrudet-Badoux, Mendelsohn, Chiche, 1988). Методика є скринінговим психодіагностичним засобом оцінки суб'єктивного благополуччя (переважно емоційної складової) за шістьма підшкалами (кластерами). Складається з 17 суджень/питань, що відображають перевагу позитивних/негативних емоцій, ступінь задоволеності своїм настроєм, здоров'ям, соціальним оточенням, повсякденною діяльністю. Низькі показники за методикою свідчать про високе суб'єктивне благополуччя, перевагу позитивних емоцій, доброго настрою та задоволеність різними аспектами свого життя – здоров'ям, повсякденною діяльністю, соціальним оточенням; високі – про суб'єктивне неблагополуччя, а саме: перевагу негативних емоцій, погіршення настрою та незадоволеність різними аспектами свого життя. В зв'язку з оберненим характером показників доцільно було скоригувати назви частини шкал (кластерів) та уточнити їх значення. Методика має такі шкали: Т – напруженість, SP – ознаки, що супроводжують основну психоемоційну симптоматику, DM – погіршення настрою, SE – значущість (проблемність) соціальної оточення (високі показники – дефіцит соціальної підтримки, переживання самотності), SH – самооцінка стану здоров'я (високі показники – незадоволеність, стурбованість станом здоров'я), SA – ступінь задоволеності буденною діяльністю (високі показники – зниження задоволеності) та DSW – загальне зниження суб'єктивного благополуччя. Кожне питання досліджувані оцінюють за семибальною шкалою. Питання можуть бути прямими чи оберненими відносно показників.

Статистичні: для порівняння результатів дослідження застосовувалася описова статистика, U-критерій Манна-Уїтні, критерій Фішера. Розра-

хунки здійснювалися із застосуванням статистичного пакету Jamovi.

Процедура дослідження. Усім досліджуваним було запропоновано виконати завдання методики. Кожен учасник отримав: форму для заповнення, тестовий матеріал з відповідними інструкціями та методичними вказівками. Після отримання матеріалів учасники дослідження у зручному для них режимі виконували запропоновані завдання та надсилали заповнені форми досліднику. Після обробки результатів дослідження кожен учасник отримав розгорнуту інтерпретацію і мав можливість звернутися за додатковою консультацією. Дослідження проводилося із застосуванням сервісу Google-forms.

Результати дослідження. Дослідження студентів засвідчило, що 2% студентів властиве повне емоційне благополуччя та заперечення будь-яких серйозних психологічних проблем, 23% – помірний емоційний комфорт, 63% досліджуваних мають середній рівень суб'єктивного благополуччя, 9% – відхилення у бік суб'єктивного неблагополуччя, схильність до депресії та тривоги, 2% – значно виражений емоційний дискомфорт. Аналіз основних компонентів суб'єктивного благополуччя (напруженість, психоемоційна симптоматика, настрої, соціальне оточення, самооцінка здоров'я, задоволеність повсякденною діяльністю) студентів виявив певні відмінності залежно від форми навчання.

Виявлено відмінності в групах за формою навчання. Також доречним буде порівняти їх з результатами дослідження Гімаєвої Ю. А., Малофейкіної К. О. [1], проведеного у 2019 році.

В таблиці 1 представлено отримані середні значення компонентів суб'єктивного благополуччя у студентів денної та заочної форм навчання 2024 року (за результатами нашого дослідження) та студентів 2019 року (за результатами дослідження Гімаєвої Ю. А., Малофейкіної К. О. [1]).

Дослідження студентів денної та заочної форм навчання 2024 року засвідчило, що за складовими

суб'єктивного благополуччя показники в обох групах – в межах середнього. Шкала напруженості й чутливості, що відображує переживання навантаження, виражений в обох групах більш, ніж на половину (60,1 і 58,1). Тобто всі студенти зазнають певного перевантаження, зважаючи на інтенсивне навчання, що стосується студентів з денної форми, та поєднання трудової діяльності й навчання у студентів заочної форми навчання. Цікаво, що таке напруження є більш вираженим у студентів групи денної форми навчання, порівняно з заочною (хоча ці розбіжності незначні).

Ознаки, що супроводжують психоемоційну симптоматику (погіршення сну, тривога, надмірно гострі реакції на деякі події), виражені в обох групах дещо більше, ніж на половину (53,5 і 52,8).

Зміни настрою в бік погіршення, зменшення оптимізму помірно характерні для студентів обох форм навчання, але дещо більші зміни настрою в бік погіршення у студентів денної форми навчання (43,2 і 42,3).

За шкалою значущості (проблемності) соціального оточення результати теж досить непогані: в більшості студенти відчувають наявність соціальної підтримки з боку друзів, мають теплі стосунки з сім'єю; переживання самотності при таманні опитуваним менш, ніж на половину; студенти заочної форми навчання мають дещо більші показники (37,0 і 38,8).

За шкалою самооцінки здоров'я більше приводів для турбування відмічається в студентів денної форми, в яких показники вищі, ніж у студентів заочної форми навчання (55,4 проти 51,9).

Студенти обох груп приблизно однаково не задоволені повсякденною діяльністю, переживають нудьгу тощо в межах середнього (50,5 та 49,6).

Хоча статистично значущих відмінностей за складовими суб'єктивного благополуччя у здобувачів вищої освіти денної та заочної форми навчання не виявлено, можемо простежити певну тенденцію – а саме: студенти денної форми навчання мають більше відхилення у бік неблагополуччя за шкалами

Таблиця 1

Порівняння складових суб'єктивного благополуччя у студентів різних форм навчання (2019* та 2024 рік)

Шкали	Студенти денної форми навчання (2019)* N=44	Студенти заочної форми навчання (2019)* N=38	Студенти денної форми навчання (2024)N=59	Студенти заочної форми навчання (2024) N=78
	\bar{x} (%)	\bar{x} (%)	\bar{x} (%)	\bar{x} (%)
T	55.7	57.7	60.1	58.1
SP	55.4	53.8	53.5	52.8
DM	39.8	38.4	42.3	43.2
SE	38.0	36.5	37.0	38.9
SH	49.2	54.1	55.4	51.9
SA	55.5	48.6	52.5	50.1

Примітка. * – результати дослідження Гімаєвої Ю. А., Малофейкіної К. О. [1]; T – напруженість, SP – ознаки, що супроводжують психоемоційну симптоматику (погіршення сну, посилення тривоги, надмірно гострі реакції на деякі події), DM – погіршення настрою, SE – значущість соціального оточення (дефіцит соціальної підтримки, почуття самотності тощо), SH – незадовільна самооцінка стану здоров'я, SA – ступінь незадоволеності повсякденною діяльністю.

напруженості й чутливості, самооцінки здоров'я та задоволеності повсякденною діяльністю; студенти заочної форми навчання мають дещо більше відхилення у бік неблагополуччя за шкалою значущості (проблемності) соціального оточення; за ознаками, що супроводжують психоемоційну симптоматику, змінами настрою у бік погіршення та загальним рівнем суб'єктивного благополуччя виокремлені групи студентів майже не відрізняються.

Наступним кроком нашого дослідження буде порівняння середніх значень складових суб'єктивного благополуччя студентів денної та заочної форм навчання за часом проведення дослідження – у 2019 (за даними дослідження, проведеного Гімаєвою Ю. А., Малофейкіною К. О. [1]) та 2024 році (за даними нашого дослідження). Результати порівняння наведено у табл. 1 та на рис. 1.

Отже, на рис. 1 представлено порівняння рівня суб'єктивного благополуччя у студентів денної та заочної форм навчання за результатами досліджень, здійснених у 2019 та 2024 роках. Нагадаємо, що оскільки за цією методикою шкали є оберненими, то вищі значення свідчать про більше відхилення показника у бік неблагополуччя.

За складовими суб'єктивного благополуччя картина показників студентів 2019 і 2024 року досить подібна.

Студенти всіх груп приблизно однаково свідчать про ознаки, що супроводжують психоемо-

ційну симптоматику (погіршення сну, тривоги, надмірно гострих реакцій на деякі події); відчувають наявність/дефіцит соціальної підтримки з боку друзів, теплих стосунки з сім'єю, не/переживають самотності, оцінюють своє здоров'я, а також не/задоволені повсякденною діяльністю, переживають нудьгу тощо.

Проте шкала напруженості й чутливості, що відображує переживання важкості роботи, необхідності взаємодіяти з людьми, потребу в усамітненні, виражений в обох групах студентів 2024 року більше, ніж у студентів 2019 року. Тобто студенти 2024 р. зазнають певного перевантаження, зважаючи на умови воєнного стану.

Також зміни настрою у бік погіршення, зменшення оптимізму більш характерні для студентів обох форм навчання саме 2024 р., порівняно зі студентами 2019 р.

Цікавим також виявився результат порівняння наших даних з дослідженням Г. В. Павленко [8], проведеним у 2 етапи: 1 етап – початок 2019 року (чоловіки та жінки віком від 17 до 44 років, N=314); 2 етап – березень – квітень 2020 року, тобто у період карантинних обмежень (чоловіки та жінки віком від 17 до 46 років, N=172). Г. В. Павленко наводить такі середні значення суб'єктивного благополуччя досліджуваних: 2019 рік – 59,3 бали, 2020 рік – 60,2 бали [8]. Середні значення суб'єктивного благополуччя за результатами проведе-

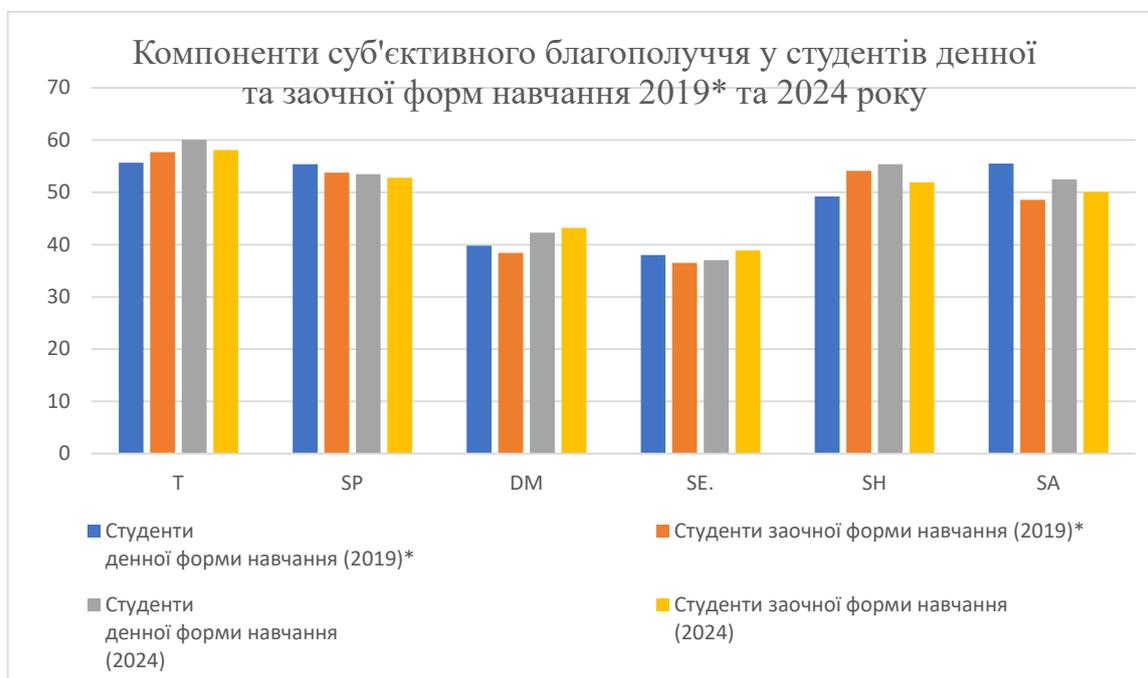


Рис. 1. Середні значення компонентів суб'єктивного благополуччя (у%) у студентів денної та заочної форм навчання 2019 та 2024 року.

Примітка. * – результати дослідження Гімаєвої Ю. А., Малофейкіною К. О. [1]; Т – напруженість, SP – ознаки, що супроводжують психоемоційну симптоматику (погіршення сну, посилення тривоги, надмірно гострі реакції на деякі події), DM – погіршення настрою, SE – значущість соціального оточення (дефіцит соціальної підтримки, почуття самотності тощо), SH – незадовільна самооцінка стану здоров'я, SA – ступінь незадоволеності повсякденною діяльністю.

ного нами дослідження у 2024 році – 59,4 бали. Як бачимо, результати за цими дослідженнями майже однакові.

Порівнюємо також результати нашого дослідження з результатами вивчення суб'єктивного благополуччя респондентів у віці від 17 до 55 років, проведеного Т. Кирпенко [4] у 2021 році (N=150), переважно з вищою освітою (81%), а також з результатами невеличкого за обсягом дослідження Н. Коструби та З. Поліщук, проведеного серед 30 студентів ЗВО у 2022 році [6] (див. рис. 2).

Результат порівняння дослідження 2021 року та 2024 року є дещо парадоксальним, оскільки виявлені відмінності показують тенденцію до підвищення суб'єктивного благополуччя, а саме: у дослідженні 2021 року 19% осіб виявили високий рівень суб'єктивного благополуччя, 52% – середній, 29% – низький; у дослідженні 2024 року 24% осіб виявили високий рівень суб'єктивного благополуччя, 64% – середній, 12% – низький. Зазначимо, що збільшення частки осіб з середнім рівнем суб'єктивного благополуччя з 52% у дослідженні 2021 року до 64% у 2024 році є статистично значущим за критерієм Фішера ($\phi = 2,09$; $p=0,02$); зменшення частки осіб із низьким рівнем суб'єктивного благополуччя з 29% у 2021 році до 12% у 2024 році є статистично значущим ($\phi = 3,70$; $p=0,00$).

У дослідженні 2022 року [6] аж 40% осіб виявили високий рівень суб'єктивного благополуччя, 47% – середній, 13% – низький. Як бачимо, порівняно з 2022 роком у дослідженні 2024 року частка осіб з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя майже однакова (13% та 12% відповідно). Відмінності виявляються у частці осіб з середнім рівнем суб'єктивного благополуччя (47% та 64% відповідно), що є статистично значущими ($\phi = 1,74$; $p=0,04$), а також у частці осіб з високим рівнем суб'єктивного благополуччя – 40% і 24% відповідно ($\phi = 1,75$; $p=0,04$).

Звісно, результати здійсненого порівняльного аналізу суб'єктивного благополуччя у різні роки є більшою мірою оглядовим, оскільки вибірки досліджуваних суттєво відрізняються як за обсягом, так і за складом. Разом з тим, виявлені відмінності потребують подальшого ретельного аналізу і пояснення, проведення спеціальних лонгітюдних досліджень.

Цінність отриманих результатів ми вбачаємо у поглибленні розуміння суб'єктивного благополуччя, його відносності, відсутності прямої залежності від тих умов життя, в яких перебуває людина у даний момент.

На основі результатів дослідження можливим є формулювання рекомендацій для студентів стосовно розвитку навичок саморегуляції, навчання методам боротьби зі стресом, підвищення обізнаності про ментальне здоров'я; розробка програм психологічної підтримки для студентів, спрямованих на зниження рівня стресу та психоемоційної симптоматики; акцент на покращенні умов навчання та підтримки студентів очної форми



Рис. 2. Рівні суб'єктивного благополуччя у досліджуваних 2021, 2022 та 2024 року.

Примітка. * – результати дослідження Т. Кирпенко [4], ** – результати дослідження Н. Коструби та З. Поліщук [6].

для зменшення їхнього перевантаження; сприяння соціальним зв'язкам та ініціативам, спрямованим на підвищення соціальної підтримки для студентів усіх вікових груп; запровадження в університетах курсів із психоемоційної стійкості, створення спільнот підтримки, спрощення доступу до психологічної допомоги; включення психологічних тренінгів у навчальну програму, створення більш гнучких навчальних форматів для студентів у складних життєвих умовах.

Висновки

1. Середній рівень суб'єктивного благополуччя є типовим для більшості студентів, однак спостерігається загальна тенденція до підвищеної напруженості та зниження оптимізму.
2. Студенти денної форми навчання частіше демонструють відхилення у бік суб'єктивного неблагополуччя за шкалами напруженості, самооцінки здоров'я та задоволеності повсякденною діяльністю.
3. Студенти заочної форми навчання мають дещо вищий рівень переживання соціальної ізоляції, що може бути пов'язано з меншим рівнем взаємодії з однолітками.
4. Порівняння з довоєнними даними (2019 р.) показало, що рівень стресу та напруженості серед студентів 2024 року є вищим, що може бути наслідком воєнного стану.

5. Несподіваним є те, що рівень суб'єктивного благополуччя у 2024 році виявився навіть вищим, ніж у 2021 році (пандемічний період). Це свідчить про можливе формування адаптаційних механізмів, які допомагають студентам справлятися зі складними життєвими обставинами.

Таким чином, дослідження дає змогу глибше зрозуміти механізми адаптації студентської молоді до стресових умов, а також підкреслює важливість підтримки та розвитку ресурсних стратегій, що сприяють психологічному благополуччю в період невизначеності.

Перспективи подальших досліджень: отримані дані свідчать про потребу у більш детальному ана-

лізі чинників, які сприяють або, навпаки, погіршують суб'єктивне благополуччя студентів, особливо у довготривалих кризових умовах. Також окремої уваги заслуговує вивчення зв'язку рівня напруженості студентів з навчальним навантаженням, впливу формату навчання (онлайн/офлайн) на їх психоемоційний стан.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гімаєва Ю.А., Малофейкіна К.О. Особистісна зрілість та суб'єктивне благополуччя в студентів денної та заочної форм навчання в університеті. *Вісник харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія психологія.* № 67. 2019. С. 15–24. DOI: 10.26565/2225-7756-2019-67-02.
2. Горенко М. В., Радзівіл К. П. Психологічне благополуччя майбутніх психологів в умовах війни. *Габітус.* Вип. 56, 2023. С. 65–69. DOI: 10.32782/2663-5208. 2023.56.10.
3. *Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості:* монографія / Ю. М. Швалб, О. Л. Вернік, О. О. Вовчик-Блакитна, Т. М. Кирпенко, О. В. Павленко, О. В. Рудоміно-Дусятська; за ред. Ю. М. Швалба. Київ – Львів: Видавець Вікторія Кундельська, 2021. 234 с.
4. Кирпенко Т. М. Фізичне здоров'я особистості як детермінанта її суб'єктивного благополуччя. *Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості:* монографія / Ю. М. Швалб, О. Л. Вернік, О. О. Вовчик-Блакитна, Т. М. Кирпенко, О. В. Павленко, О. В. Рудоміно-Дусятська; за ред. Ю. М. Швалба. Київ – Львів: Видавець Вікторія Кундельська, 2021. С. 140–160.
5. Коробка І.М. *Толерантність до невизначеності як психологічний ресурс суб'єктивного благополуччя молоді.* Дисертація здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, 2024.
6. Коструба Н., Поліщук З. Психологічне благополуччя студентів у період війни: емпіричний аналіз. *Психологічні перспективи.* 40. 2022. С. 51–61. DOI: 10.29038/2227-1376-2022-40-kos.
7. Мащак С.О., Кучвара, Х.Б. Особливості суб'єктивного благополуччя українців в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* 6. 2023. С. 5–9. DOI: 10.32782/psy-visnyk/2022.6.1.
8. Павленко Г.В. *Особистісні диспозиції як ресурс психологічного благополуччя в умовах невизначеності.* Дисертація на здобуття ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 – Психологія (Галузь знань 05 – Соціальні та поведінкові науки). Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна Міністерства освіти і науки України, Харків, 2020.
9. Помиткін Е.О., Помиткіна Л.В. Покращення суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах військових дій. *Наукові записки. Серія: Психологія.* № 1. 2024. С. 116–123. DOI: 10.32782/cusu-psy-2024-1-16.
10. Савелюк Н. Психологічне благополуччя студентської молоді: порівняльний аналіз у ковідному і воєнному контекстах. *Психологічні перспективи.* 39. 2022. С. 322–340. DOI: 10.29038/2227-1376-2022-39-sav.
11. Chei C.-L., Lee J.M.-L., Ma S., Malhotra R. Happy older people live longer. *Age Ageing.* 2018. 47. 860–866. DOI: 10.1093/ageing/afy128.
12. Conner T.S., DeYoung C.G., Silvia P.J. Everyday creative activity as a path to flourishing. *Journal of Positive Psychology.* 2016. 13. 181–189. DOI: 10.1080/17439760.2016.1257049.
13. Diener E., Ryan K. Subjective well-being: a general overview. *South African Journal Of Psychology.* 2009. 39(4), 391–406.
14. Fujiwara D., Dolan P., Lawton R. *Creative Occupations and Subjective Well-Being.* Nesta, 2015. URL: <https://www.nesta.org.uk/report/creative-occupations-and-subjective-wellbeing/>.
15. Kyriopoulos I., Athanasakis K., Kyriopoulos J. Are happy people healthier? An instrumental variable approach using data from Greece. *J. Epidemiol. Community Health.* 2018. 72. 1153–1161. DOI: 10.1136/jech-2018-210568.
16. Man M., Ticu C. Subjective well-being and professional performance. *Manag. Econ.* 2015. 2. 211–216.
17. McLellan R., Galton M., Steward S., Page C. *The Impact of Creative Initiatives on Well-Being: A Literature Review.* Creativity, Culture and Education; Newcastle, UK: 2012. 100 p.
18. Sin N.L. The protective role of positive well-being in cardiovascular disease: Review of current evidence, mechanisms, and clinical implications. *Curr. Cardiol. Rep.* 2016. 18. 106. DOI: 10.1007/s11886-016-0792-z.
19. Tov W. *Well-being concepts and components.* *Handbook of subjective well-being.* Salt Lake City, UT: Noba Scholar, 2018. P. 1–15 URL: https://ink.library.smu.edu.sg/sooss_research/2836.