



УДК 308.159:9:316.6:303.443.6

[https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-11\(39\)-1880-1889](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2024-11(39)-1880-1889)

Стадник Володимир Анатолійович кандидат психологічних наук, доцент, старший науковий співробітник, відділ Методології психосоціальних і політико-психологічних досліджень, Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України, <https://orcid.org/0009-0009-5077-2993>

МОДЕЛЬ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ПРОГНОЗУВАННЯ АДАПТОВАНОСТІ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ ДО СТРЕСОГЕННИХ ФАКТОРІВ ВІЙНИ

Анотація. Опіраючись на аналітику теоретичних та практичних наукових досліджень, а також застосовуючи методологію системного підходу до організації соціально-психологічного прогнозування адаптованості населення України до стресогенних факторів війни, здійснено спробу побудувати та схарактеризувати емпіричну модель дослідження згаданого феномену. В межах дослідження запропонована модель складалась з таких блоків: цільовий, методологічний, діяльнісно-практичний, результативний. Цільовий блок емпіричної моделі соціально-психологічного прогнозування адаптованості населення України до стресогенних факторів війни відбиває її завдання: визначити рівень адаптації населення до стресогенних факторів війни; виявити ключові чинники, що впливають на психоемоційний стан населення; розробити рекомендації для підвищення резильєнтності. Методологічний блок охоплює положення соціально-психологічних теорій адаптації, моделі соціального прогнозування, постулати системного підходу (в межах якого адаптацію розглядали як складне соціально-психологічне явища, що включає різні аспекти: індивідуальний, груповий, соціальний), засади міждисциплінарного підходу. Діяльнісно-практичний блок відображає власне логіку виконання емпіричних дій для досягнення анонсованих завдань та сукупність діагностичних методів, що складають інструментарій наукової розвідки. Процесуально організація дослідження охоплювала такі етапи: підготовчий етап, який передбачав формулювання основних дослідницьких питань, розробку інструментів для збору даних, уточнення теоретико-методологічних засад; польовий етап дослідження, в межах якого відбувалось безпосереднє анкетування, фокус-групи та інтерв'ювання учасників; аналітичний, під час якого інтерпретували та узагальнювали зібрані дані на основі використання статистичних та якісних методів для інтерпретації результатів; прогностичний етап дослідження передбачав визначення стратегій для підвищення резильєнтності та адаптації населення до умов



війни; формування прогнозів на основі зібраних даних і аналізу тенденцій; вироблення практичних рекомендацій для соціальних служб та організацій, які займаються підтримкою населення. Результативний блок моделі складається з актуальних даних про рівень резильєнтності та адаптації населення до умов війни, переліку ідентифікованих основних стресогенних факторів (економічні, соціальні, психологічні), які впливають на стан адаптованості до війни. Узагальнено, що моделювання у сфері соціально-психологічного прогнозування є критично важливим інструментом, який допомагає зрозуміти та впливати на адаптацію населення до стресогенних факторів війни, сприяючи створенню більш ефективних і цілеспрямованих стратегій підтримки та інтервенцій.

Ключові слова: модель, емпірична модель, соціально-психологічне прогнозування, стрес, методика, діагностичні матеріали, адаптованість, динаміка, стресогенні чинники, резильєнтність, рекомендації.

Stadnyk Volodymyr Anatoliyovych PhD, Associate professor, Senior researcher, Methodologies of psychosocial and political-psychological research, Institute of Social and Political Psychology: Kyiv, <https://orcid.org/0009-0009-5077-2993>

MODEL OF EMPIRICAL RESEARCH ON SOCIAL- PSYCHOLOGICAL FORECASTING OF THE ADAPTABILITY OF UKRAINE'S POPULATION TO WAR-INDUCED STRESS FACTORS

Abstract. Based on the analysis of theoretical and practical scientific research, as well as applying the methodology of a systematic approach to the organization of socio-psychological forecasting of the adaptability of the population of Ukraine to the stressogenic factors of war, an attempt was made to build and characterize an empirical model for the study of the mentioned phenomenon. Within the framework of the study, the proposed model consisted of the following blocks: target, methodological, activity-practical, effective. The target block of the empirical model of socio-psychological forecasting of the adaptation of the population of Ukraine to stressogenic factors of war reflects its task: to determine the level of adaptation of the population to stressogenic factors of war; identify key factors affecting the psycho-emotional state of the population; develop recommendations for increasing resilience. The methodological block covers the provisions of socio-psychological theories of adaptation, models of social forecasting, postulates of the systemic approach (within which adaptation was viewed as a complex socio-psychological phenomenon that includes various aspects: individual, group, social), the principles of an interdisciplinary approach. The actively practical block reflects the actual logic of performing empirical actions to achieve the announced tasks and the set of diagnostic methods that make up the tools of scientific intelligence. The





procedural organization of the study included the following stages: a preparatory stage, which included the formulation of the main research questions, the development of data collection tools, and the refinement of theoretical and methodological principles; a field stage of the study, which included direct questionnaires, focus groups, and interviews with participants; an analytical stage, during which the collected data were interpreted and summarized based on the use of statistical and qualitative methods to interpret the results; a prognostic stage of the study involved the definition of strategies for increasing the resilience and adaptation of the population to war conditions; the formation of forecasts based on the collected data and the analysis of trends; the development of practical recommendations for social services and organizations engaged in supporting the population. The resulting block of the model consists of current data on the level of resilience and adaptation of the population to war conditions, a list of identified main stress factors (economic, social, psychological) that affect the state of adaptation to war. It is summarized that modeling in the field of socio-psychological forecasting is a critically important tool that helps to understand and influence the adaptation of the population to the stressors of war, contributing to the creation of more effective and targeted support strategies and interventions.

Keywords: model, empirical model, socio-psychological forecasting, stress, methodology, diagnostic materials, adaptability, dynamics, stressors, resilience, recommendations.

Постановка проблеми. Актуальність проблеми соціально-психологічної адаптації громадян України обумовлена різкими змінами в умовах їхнього життя після переживання травматичних подій, викликаних війною, а також участю їхніх родичів, друзів і знайомих у бойових діях. Важливим чинником у цій ситуації є відсутність попередньої психологічної підготовки до відповідних життєвих змін. Оскільки більшість українців пережили травматичний досвід, стає критично важливим забезпечити їх адаптацію до нових умов життя в суспільстві, а також зберегти й відновити їх психічне здоров'я.

Під час війни українці стикаються з постійними перевантаженнями, накопиченням стресу та психотравм. Невизначеність, пов'язана зі зміною життєдіяльності, а також можливі конфлікти в родині породжують негативні емоції, перевантаження фізичних і психічних функцій, що, в свою чергу, призводить до деструкції діяльності. Це провокує виникнення негативних психоемоційних станів і порушення психічного здоров'я, аж до розвитку психічних розладів, які можуть зробити людей небезпечними як для себе, так і для оточуючих (наприклад, алкоголізація, наркотизація, аутоагресія та ін.).

У таких умовах особливої уваги потребують питання, що стосуються подолання негативних наслідків війни та травматичних подій, відновлення психічної рівноваги й працездатності українців, формування їх життєвої



перспективи та стимулювання особистісного зростання. Також важливо створити правильне розуміння та адекватну реакцію на проблеми, пов'язані з перехідним періодом життя (професійні, особистісні, сімейні тощо), що є необхідними для досягнення високого рівня соціально-психологічної адаптації громадян України. Подолання окресленої проблеми опирається на розробку емпіричної моделі соціально-психологічного прогнозування адаптованості населення України до стресогенних факторів війни.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить про значний інтерес дослідників до питання забезпечення адаптованості людей до різних кризових явищ в суспільстві (Е. Афоніна [1], Н. Баранюка [2], П. Бублика [3] та ін.). У наукових дослідженнях у галузі соціального прогнозування наразі відсутня чітка диференціація підходів і методів вивчення прогностичних станів. Серед вагомих праць у цій сфері варто виділити п'ятитомник R. Slaughter та S. Inayatullah [4], «Futures Research Methodology 3.0» J. Glenn і T. Gordon [5], а також спеціальний випуск Compass «The APF Methods Anthology» під редакцією А. Curry [6]. Дослідницько-аналітичний центр The Millennium Project пропонує значний внесок у методологію соціально-психологічного прогнозування, зокрема роботи J. Glenn і T. Gordon [5], S. Vibri [7] та ін. Значний інтерес дослідників зосереджено на формуванні соціально-психологічного підґрунтя для прогнозування динаміки резильєнтності населення в умовах кризового суспільно-політичного розвитку. В силу стрімкого зростання рівня непередбачуваності майбутнього науковці продовжують шукати адекватні інструменти для розробки прогнозів розвитку психологічних станів людей, що відповідають актуальним викликам. Особливо важливою ця проблема стає в рамках соціально-психологічного прогнозування резильєнтності населення України в умовах війни, де наукове прогнозування досі розвивалося повільно. До нині в науковій літературі відсутні емпіричні моделі щодо витлумачення сутності соціально-психологічного прогнозування адаптованості населення України до стресогенних факторів війни.

Мета статті полягає у загальній характеристиці емпіричної моделі соціально-психологічного прогнозування адаптованості населення України до стресогенних факторів війни.

Виклад основного матеріалу. Опіраючись на аналітику теоретичних та практичних наукових досліджень, а також застосовуючи методологію системного підходу до організації соціально-психологічного прогнозування адаптованості населення України до стресогенних факторів війни, ми спробували побудувати емпіричну модель дослідження згаданого феномену. У психології категорія «емпірична модель» має глибоке сенсове наповнення та важливе значення для розуміння психічних процесів, поведінки людини та розвитку особистості. Емпірична модель у психології – це систематизована сукупність понять та принципів, що використовуються для опису, пояснення





та передбачення психологічних явищ. Вона виступає як концептуальний каркас, що дозволяє науковцям структурувати знання про складні психологічні процеси, спрощуючи їх для дослідження та аналізу.

В межах дослідження запропонована модель складалась з таких блоків: *цільовий, методологічний, діяльнісно-практичний, результативний*. Кожен з цих блоків містить певне наповнення, розглянемо його детальніше. Цільовий блок емпіричної моделі соціально-психологічного прогнозування адаптованості населення України до стресогенних факторів війни відбиває її завдання: *визначити рівень адаптації населення до стресогенних факторів війни; виявити ключові чинники, що впливають на психоемоційний стан населення;*

розробити рекомендації для підвищення резильєнтності.

Будь-яка емпірична діяльність завжди опирається на сукупність методологічних засад та практичних методів здійснення дослідно-експериментальної діяльності. В межах дослідження такими засадами вважали положення *соціально-психологічних теорій адаптації, моделі соціального прогнозування, постулати системного підходу (в межах якого адаптацію розглядали як складне соціально-психологічне явище, що включає різні аспекти: індивідуальний, груповий, соціальний), засади міждисциплінарного підходу* для отримання відомостей з метою комплексного розуміння проблеми.

Діяльнісно практичний блок відображає власне логіку виконання емпіричних дій для досягнення анонсованих завдань та сукупність діагностичних методів, що складають інструментарій наукової розвідки. Процесуально організація дослідження охоплювала такі етапи:

підготовчий етап, який передбачав формулювання основних дослідницьких питань, розробку інструментів для збору даних, уточнення теоретико-методологічних засад;

польовий етап дослідження, в межах якого відбувалось безпосереднє анкетування, фокус-групи та інтерв'ювання учасників;

аналітичний, під час якого інтерпретували та узагальнювали зібрані дані на основі використання статистичних та якісних методів для інтерпретації результатів;

прогностичний етап дослідження передбачав визначення стратегій для підвищення резильєнтності та адаптації населення до умов війни; формування прогнозів на основі зібраних даних і аналізу тенденцій; вироблення практичних рекомендацій для соціальних служб та організацій, які займаються підтримкою населення.

Для визначення реального стану адаптованості громадян до умов війни застосовували різноманітні кількісні (анкетування, опитування, статистичний аналіз даних та ін.) та якісні (інтерв'ю, фокус-групи, контент-аналіз) методи. Об'єкт дослідження вважали громадяни України, які пережили бойові дії або їх наслідки внутрішньо переміщені особи, ветерани, місцеві жителі в зонах



конфлікту). В процесі виокремлення діагностичного інструментарію враховували, що життєвий шлях людини можна умовно розглядати як безперервний процес адаптації до змінюваних умов і ситуацій зовнішнього середовища. У рамках соціально-психологічного прогнозування динаміки адаптації населення відкриваються можливості для усвідомлення глибинних причин, які визначають як існуючі, так і вихідні умови життя особистості, особливо в умовах війни. Для українців характерна одночасна наявність високого рівня надії, стійкості та дистресу. Адаптивність населення до стресогенних умов війни залежить від здатності осіб ефективно справлятися з викликами та швидко відновлюватися. Серед основних видів стійкості виокремлюють індивідуальну, спільнотну та суспільну стійкість. Сильні сторони вважаються більш оптимальними індикаторами адаптивності в умовах серйозних ризиків і викликів, ніж фактори вразливості. Однак реальна екзистенційна загроза для незалежності українського суспільства може спричинити підвищення рівня резилієнтності в суспільстві. Сучасні дослідження у сфері соціально-психологічного прогнозування резильєнтності населення України під час військового стану підтверджують, що формування життєздатних особистісних ресурсів на нинішньому кризовому етапі розвитку українського суспільства породжує проблеми ідентифікації, життєстійкості та адаптації. Тому брали до уваги низку психологічних характеристик особистості, які відрізняються відносною стабільністю та багато в чому визначають успішність адаптації у різних умовах діяльності, які систематизувала Н. Кологривова [8]:

- 1) нервово-психічна стійкість, рівень розвитку якої зумовлений толерантністю до стресу;
- 2) самооцінка особистості, що є ядром саморегуляції та визначає ступінь адекватності сприйняття умов діяльності та своїх можливостей;
- 3) відчуття соціальної підтримки, пов'язане з почуттям особистої значущості для оточуючих (особова референтність);
- 4) особливість побудови контактів із оточуючими, що характеризує рівень конфліктності особистості;
- 5) досвід соціального спілкування, що відображає потребу у спілкуванні та свідчить про можливість побудови контактів з оточуючими на основі наявного досвіду;
- 6) моральна нормативність особистості, що характеризує ступінь орієнтації на існуючі у суспільстві норми та правила поведінки;
- 7) орієнтація дотримання вимог колективу (рівень групової ідентифікації).

В межах виокремлення діагностичних методик враховували, що адаптивні та прогностичні здібності та потенціали особистості важливі для кожної людини, вони можуть розглядатися через таку інтегративну характеристику, як «образ Я», яка, будучи структурною характеристикою самосвідомості, становить стійке наскрізне цілісне психічне утворення, що включає свідомі та



несвідомі механізми пасивної адаптацію людини до середовища. «Я-Концепція» - константний компонент самосвідомості, що визначає загальне ставлення особистості себе, її самопочуття, детермінуючий як сприйняття нею різних сторін власної особистості, а й навколишнього світу. Так, для вивчення особливостей прогнозування було обрано тест «Здатність до прогнозування» за Л. Регуш в адаптації Е Грішина [9]. На основі використання методики «Адаптивність» діагностували адаптивні здібності, нервово-психічну стійкість, моральну нормативність.

Для оцінки виразності поведінкових тенденцій застосовували адаптований варіант «листа прикметників», що є основою варіанту методики Т. Лірі, який представляє перелік характеристик, наявність або відсутність яких, ступінь їх виразності слід оцінити в балах (від +3 до - 3). Уніполярний список прикметників пропонується на одному бланку, а на іншому відзначається варіант відповіді. Було проведено перевірку на ретестову надійність (інтервал у 14 днів), на конструктну валідність шляхом зіставлення з даними обстеження з «Інтерперсонального діагнозу» Т. Лірі. Методика дозволяє вибрати кілька шкал, в нашому дослідженні вводили шкали «Я сьогодні» та «Я в майбутньому», щоб проаналізувати прогноз зміни своєї особистості (або незмінності особистісних властивостей).

З метою оцінки індивідуально-психологічних особливостей особистості, вважали доцільним застосовувати тест Р. Кеттелла. Пропонований тест складається із 105 питань – форма С – на кожне з яких пропонується три варіанти відповідей (а, b, с). Для виявлення пластичності – ригідності мислення – використали методику «Рівень пластичності – ригідності розумових процесів» А. Лачинса. Термін «ригідність» означає утрудненість (аж до повної нездатності) при зміні суб'єктивної програми діяльності людини в умовах, що об'єктивно потребують її перебудови. Пластичність (на відміну ригідності) передбачає легкість такої перебудови. Розрізняють три типи ригідності: когнітивну (пізнавальну), афективну та мотиваційну. Когнітивна ригідність стосується здатності адаптувати сприйняття та уявлення в умовах, що змінилися, і, як результат, пов'язана із здатністю своєчасно і адекватно приймати рішення. Розуміння цих аспектів є критично важливим для оцінки адаптивності особистості в умовах стресу, таких як війна або інші кризи, адже гнучкість мислення може значно вплинути на ефективність реагування на стресогенні фактори.

Також доцільно застосовувати методику діагностики соціально-психологічної адаптації (К. Роджерс, Р. Даймонд). Методика діагностики соціально-психологічної адаптації, розроблена К. Роджерсом та Р. Даймондом, є потужним інструментом для оцінки резильєнтності особистості в умовах стресу, зокрема під час війни. Основною метою цієї методики є визначення рівня адаптивності індивіда до змін у соціальному середовищі та виявлення його психологічних ресурсів, які сприяють подоланню труднощів.



Методика включає комплекс питань, що охоплюють різні аспекти соціально-психологічної адаптації, такі як:

самосприйняття: оцінка власної цінності та ефективності.

соціальні зв'язки: визначення рівня підтримки з боку оточення.

копінг-стратегії: аналіз способів подолання стресу та адаптації до нових умов.

У контексті війни, ця методика дозволяє оцінити, як люди справляються з емоційними та психологічними викликами, що виникають у зв'язку з травматичними подіями, такими як втрати, переміщення або участь у бойових діях. Вона може допомогти ідентифікувати особистісні ресурси, які сприяють розвитку резильєнтності, і виявити області, що потребують підтримки для покращення психологічного благополуччя. Таким чином, методика служить важливим інструментом для соціальних працівників, психологів та фахівців, які займаються реабілітацією постраждалих від війни.

Результативний блок моделі складається з актуальних даних про рівень резильєнтності та адаптації населення до умов війни, переліку ідентифікованих основних стресогенних факторів (економічні, соціальні, психологічні), які впливають на стан адаптованості до війни.

Запропонована емпірична модель спрямована на глибоке вивчення соціально-психологічних аспектів адаптації населення України до стресогенних факторів війни. Вона передбачає використання комплексного підходу до збору та аналізу даних, що дозволить отримати більш об'єктивні результати та рекомендації для підтримки населення в умовах кризової ситуації. Модель репрезентує ключові складники, зокрема такі як методи оцінки індивідуально-психологічних особливостей населення, визначення рівня резильєнтності, а також етапи організації роботи щодо виявлення готовності людей адаптуватися до змінюваних умов.

Застосування різноманітних методів, таких як тест Р. Кеттелла для оцінки особистісних характеристик і методика А. Лачинса для визначення пластичності мислення, сприяє отриманню глибокого розуміння механізмів адаптації. Це, в свою чергу, дозволяє розробляти рекомендації щодо психологічної підтримки населення, яке переживає стресові фактори війни. Таким чином, модель емпіричного дослідження соціально-психологічного прогнозування адаптації населення до війни є важливим інструментом для вивчення психологічних аспектів стресових ситуацій. Вона допомагає не лише в оцінці поточного стану населення, але й у формуванні стратегій підтримки, які можуть сприяти підвищенню резильєнтності та психологічного здоров'я в умовах постійних викликів, з якими стикається суспільство.

Висновки із цього дослідження і подальші перспективи в цьому напрямку. Вирішення проблеми соціально-психологічного прогнозування адаптації населення України до стресогенних факторів війни вимагає застосування різноманітних методів емпіричного дослідження, зокрема моделювання.





З точки зору психології, моделювання виступає важливим інструментом для аналізу і розуміння складних психологічних процесів, що відбуваються в умовах війни.

По-перше, моделювання дозволяє вивчати динаміку адаптаційних механізмів, що активуються внаслідок різних стресогенних факторів. Це включає не лише дослідження індивідуальних реакцій, а й колективних адаптаційних стратегій, які можуть з'являтися у відповідь на спільні виклики. Емпірична модель може допомогти виявити, які емоційні, когнітивні та поведінкові аспекти сприяють або заважають успішній адаптації, що, в свою чергу, може бути використано для розробки ефективних психосоціальних інтервенцій. По-друге, моделювання дозволяє формувати прогностичні сценарії, що базуються на актуальних даних про стан населення. Наприклад, розглядаючи різні стратегії подолання стресу, дослідники можуть прогнозувати, які з них можуть бути найбільш ефективними в умовах війни. Це включає аналіз впливу соціальної підтримки, психологічного навчання та ресурсів, доступних для населення. По-третє, використання моделювання може допомогти в ідентифікації груп населення, які підлягають більшому ризику нездатності до адаптації. Це дозволяє психологам більш цілеспрямовано розробляти програми підтримки, враховуючи специфічні потреби різних демографічних груп. Отже, моделювання у сфері соціально-психологічного прогнозування є критично важливим інструментом, який допомагає зрозуміти та впливати на адаптацію населення до стресогенних факторів війни, сприяючи створенню більш ефективних і цілеспрямованих стратегій підтримки та інтервенцій.

Подальші перспективи досліджень вбачаються в удосконаленні діагностичного інструментарію для виявлення рівня адаптованості людей до умов війни та розробці рекомендацій для підвищення резильєнтності та адаптації населення до умов війни.

Літератури:

1. Афонін Е., Мартинов А. Соціетально-психологічний чинник трансформації і соціетальна структура кризового суспільства. Соціальна психологія. 2007. №1. С. 3–11.
2. Баранюк Н. І. Соціально-психологічні засади поширення кризового стану в Україні як загроза суспільній безпеці. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. серія психологічна. 2012. №2 (1). С. 11–20.
3. Бублик П. І. Проблема прогнозування в соціальній психології: натуралістична, синергетична та герменевтична парадигми. Наукові студії із соціальної та політичної психології. 2007. № 15(18). С. 15–28.
4. Slaughter R., Inayatullah S. Knowledge base of futures studies (Professional ed.). Foresight International, 2005.
5. Glenn J. C., Gordon T. J. Futures Research Methodology – Version 3.0. Washington, DC, Millennium Project, 2009. <https://www.millenniumproject.org/publications-2/futures-research-methodology-version-3-0/>
6. Curry A. The APF methods anthology. Compass Special Edition, 2015. <https://www.apf.org/page/Compass>





7. Bibri S. E. Backcasting in futures studies: a synthesized scholarly and planning approach to strategic smart sustainable city development. *European Journal of Futures Research*. 2018. №6(13). <https://doi.org/10.1186/s40309-018-0142-z>

8. Кологривова Н.М. Особливості адаптаційних ресурсів особистості в умовах життєвих криз. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 «Психологія». – Одеський національний університет імені І.І. Мечникова МОН України. – Одеса, 2023. https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/science/razovi_spec_vcheni_rady/df270532023/dySSERTatsiina_robota_kologryvovanm_2023.pdf

9. Грiшин Е. Резилієнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди «Психологія»*. 2021. № 64. С. 62–81. https://doi.org/10.34142/231_29387.2021.64.04

References:

1. Afonin, E., & Martynov, A. (2007). Sotsiialno-psykholohichniy chynnyk transformatsii i sotsiialna struktura kryzovoho suspilstva [Socio-psychological factor of transformation and societal structure of the crisis society]. *Sotsialna psykholohiia*, 1, 3–11. [in Ukrainian]

2. Baraniuk, N. I. (2012). Sotsialno-psykholohichni zasady poshyrennia kryzovoho stanu v Ukraini yak zahroza suspilnii bezpetsi [Socio-psychological foundations of the spread of the crisis in Ukraine as a threat to public safety]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav. seriia psykholohichna*, 2 (1), 11–20. [in Ukrainian]

3. Bublyk, P. I. (2007). Problema prohozuvannia v sotsialnii psykholohii: naturalistychna, synerhetychna ta hermenevtychna paradyhmy [The problem of forecasting in social psychology: naturalistic, synergistic and hermeneutical paradigms]. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii*, 15(18), 15–28. [in Ukrainian]

4. Slaughter, R., & Inayatullah, S. (2005). *Knowledge base of futures studies (Professional ed.)*. Foresight International.

5. Glenn, J. C., & Gordon, T. J. (Eds.). (2009). *Futures Research Methodology – Version 3.0*. Washington, DC, Millennium Project. <https://www.millenniumproject.org/publications-2/futures-research-methodology-version-3-0/>

6. Curry, A. (2015). *The APF methods anthology*. Compass Special Edition. <https://www.apf.org/page/Compass>

7. Bibri, S. E. (2018). Backcasting in futures studies: a synthesized scholarly and planning approach to strategic smart sustainable city development. *European Journal of Futures Research*, 6(13). <https://doi.org/10.1186/s40309-018-0142-z>

8. Kolohryvova, N.M. (2023). Osoblyvosti adaptatsiinykh resursiv osobystosti v umovakh zhyttievykh kryz [Features of adaptive resources of the individual in the conditions of life crises]: dys. na zdobuttia naukovooho stupenia doktora filosofii za spetsialnistiu 053 «Psykhologhiia». Odeskyi natsionalnyi universytet imeni I.I. Mechnykova MON Ukrainy, Odesa. https://onu.edu.ua/pub/bank/userfiles/files/science/razovi_spec_vcheni_rady/df270532023/dySSERTatsii_na_robota_kologryvovanm_2023.pdf [in Ukrainian]

9. Hrishyn, E. (2021). Rezyliientnist osobystosti: sutnist fenomenu, psykholohiia ta zasoby rozvytku [Personality resilience: the essence of the phenomenon, psychodiagnostics and means of development]. *Visnyk KhNPU imeni H. S. Skovorody «Psykhologhiia»*, 64, 62–81. https://doi.org/10.34142/231_29387.2021.64.04 [in Ukrainian]