

<https://doi.org/10.31108/2.2025.2.35.13>

УДК: 159.9:616-036.21:504.75

Тетяна Ларіна

ТЕОРЕТИКО-КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ВИВЧЕННЯ КОГНІТИВНИХ АСПЕКТІВ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДО ПРОТИДІЇ ЕКОЛОГІЧНИМ ТА ЕПІДЕМІЧНИМ ЗАГРОЗАМ

Ларіна Тетяна. Теоретико-концептуальні підходи вивчення когнітивних аспектів психологічної готовності особистості до протидії екологічним та епідемічним загрозам.

Вступ. Проблема збереження безпечного для життєдіяльності та здоров'я людини екологічного середовища та підтримання стабільної медико-епідемічної ситуації сьогодні ставить перед фахівцями помічних професій практичні завдання щодо розвитку готовності особистості протидіяти екологічним та епідемічним загрозам.

Мета дослідження: здійснити аналіз теоретико-концептуальних підходів до вивчення когнітивних аспектів психологічної готовності особистості у протидії екологічним та епідемічним загрозам. Визначити роль та місце когнітивного аспекту готовності особистості у протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю людини.

Результати. З'ясовано, що особливості пізнавальної діяльності, котра забезпечує когнітивну стійкість в умовах екологічних та епідемічних загроз, можна розглядати крізь призму такого поняття як «когнітивний резерв» людини. Показано, що когнітивний резерв є динамічною структурою, яка підлягає збагаченню протягом життя людини завдяки спрямованим когнітивно-стимулюючим діям та відіграє провідну роль у стійкості й адаптивності когнітивних механізмів та когнітивно-емоційних реакцій людини на події з катастрофічними наслідками.

Висновки. Визначено, що когнітивний компонент психологічної готовності є стрижневим конструктом особистості, котрий відповідає як за здоровий розвиток адаптивних механізмів людини, так і за узгодженість обробки свідомих та несвідомих складових стрімко-плинного інформаційного простору, в якому перебуває сучасна людина. Розвиток пластичності когнітивних функцій впродовж життя є фундаментом когнітивної стійкості та продуктивності особистості, яка знаходиться у ситуаціях підвищеного афективного навантаження, таких як: перебування у зоні екологічних катаклізмів, зоні підвищеного епідемічного зараження, зоні бойових дій тощо.

Ключові слова: особистість, психологічна готовність, екологічні та епідемічні загрози, когнітивна стійкість, когнітивний резерв, пластичність когнітивних функцій

Larina, Tetyana. Theoretical and conceptual approaches to studying cognitive aspects of psychological readiness of the individual to counteract environmental and epidemic threats.

Introduction. The problem of preserving a safe environment for human life and health and maintaining a stable medical and epidemiological situation today gives helping professionals the tasks of developing the individual's readiness to counteract environmental and epidemic threats.

Aim: to analyze theoretical approaches to studying cognitive aspects of psychological readiness of the individual for counteracting environmental and epidemic threats as well as to determine the role and place of the cognitive aspect of individual readiness for counteracting environmental and epidemic threats.

Results. The cognitive activity, which ensured cognitive stability in conditions of environmental and epidemic threats, was considered as a person's cognitive reserve. The cognitive reserve was shown to be a dynamic structure, which could develop throughout life by means of directed cognition-stimulating actions and which played a leading role in the stability and adaptability of the individual's cognitive mechanisms and cognitive-emotional reactions to events with catastrophic consequences.

Conclusions. The cognitive component of psychological readiness is a core element of the personality and it is responsible for both the healthy development of human adaptive mechanisms and the processing of the changing information space. The life-long development of cognitive plasticity is the

basis for cognitive stability and productivity of an individual in situations of affective stress caused by being in natural disaster zones, epidemic zones, combat operations zones, etc.

Key words: *personality, psychological readiness, environmental and epidemic threats, cognitive resilience, cognitive reserve, cognitive plasticity*

Вступ. Проблема збереження безпечного для життєдіяльності й здоров'я людини екологічного середовища та підтримання стабільної медико-епідемічної ситуації сьогодні ставить перед фахівцями помічних професій практичні завдання щодо розвитку готовності особистості протидіяти екологічним та епідемічним загрозам. Зазвичай актуалізація заходів щодо захисту навколишнього середовища історично відбувається після світових воєн та екологічних катастроф. Зокрема, глобальна міжнародна організація ООН має низку програм, заснованих після Другої світової війни, спрямованих на поширення екологічної освіти та виховання населення, організації заходів із забезпечення безпеки довкілля та покращення екологічної ситуації, створення фондів та інших об'єднань, покликаних оберігати природу тощо. Також представник ВООЗ в Україні Ярно Хабіхт після ухвалення резолюції щодо проведення незалежного розслідування ефективності реакції світу на пандемію COVID-19, під час брифінгу 24 січня 2024 року в Медіацентрі України Укрінформі наголосив, що людству вже зараз слід бути готовим до наступних пандемій (Укрінформ, 2024).

Сьогодні в умовах війни екологічні та епідемічні загрози стають життєвою реальністю населення України. Замінування сільськогосподарських земель, забруднення водоймищ, прорив дамби на Каховській ГЕС, дестабілізація роботи Запорізької АЕС поруч із розповсюдженням інфекційних захворювань у зоні бойових зіткнень тощо вимагає об'єднаних зусиль від фахівців щодо розвитку ефективної здоров'язберігаючої поведінки людини у катастрофічних умовах життєдіяльності.

Психологічна операціоналізація поняття готовності до протидії екологічним та епідемічним загрозам розкривається певним чином представниками ризикології у таких концептах, як: суспільство ризику, управління ризиками, екоцентризм (Beck, 2010; Giddens, 1991; Luhmann, 2005), західними науковцями у контексті аналізу наслідків пандемії COVID-19, страху зараження COVID-19 (Czeisler, Marynak, Clarke et al., 2020), в українських дослідженнях щодо готовності особистості до надзвичайної ситуації (Духневич, Довгань, Поліщук, Сіверс & Цукур, 2023), артикуляції екологічного ризику як соціальної проблеми (Павлік, 2019), особливостей сприйняття екологічного ризику під час війни (Чаплінська & Казначеев, 2023). Однак питання ролі та місця когнітивного аспекту готовності до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю людини досі не має системного відображення у сучасній психологічній літературі.

Мета дослідження: вивчення ролі та місця когнітивного аспекту психологічної готовності особистості у протидії екологічним та епідемічним загрозам.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення концептуальних підходів з досліджуваної проблеми, консолідовані концептуальні положення щодо поняття «когнітивний резерв».

Результати дослідження та їх обговорення. Когнітивний компонент є структурним елементом багатьох моделей психологічної готовності особистості, зокрема готовності до різних видів діяльності та діяльності в складних й екстремальних умовах. Так, А.В. Стаднік, І.В. Ващенко, В.С. Васищев та ін. (2017) виділяють розумово-пізнавальний компонент готовності, що проявляється у когнітивному аналізі ситуації, пошук найкращих способів вирішення службово-бойових завдань.

Розглядаючи структуру та зміст психологічної готовності фахівця до діяльності в екстремальних умовах, О.М. Кокун, В.М. Мороз, І.О. Пішко та Н.С. Лозінська зазначають, «що готовність до діяльності в екстремальних умовах – одна з найважливіших умов забезпечення особистої безпеки кожної людини і суспільства в цілому, що обумовлює необхідність формування в особового складу психологічної готовності та навичок безпечної поведінки» (Кокун, Мороз, Пішко, Лозінська та ін., 2021: 11). Відповідно,

науковці виділяють особистісний та функціональний компоненти психологічної готовності військовослужбовця до виконання службово-бойових завдань. Зокрема, когнітивна готовність виступає одним з показників функціональної готовності особового складу військовослужбовців.

У дослідженні можливостей формування психологічної готовності майбутніх інженерів-прикордонників до професійної діяльності Л.О. Матохнюк визначає «необхідні знання» як когнітивний компонент, який відображає «розуміння професійних завдань, оцінку значущості, знання способів, методів і засобів їх розв'язання, знання ймовірних змін у професійній діяльності та ін.» (Матохнюк, 2006: 55).

Прихильники синергетичного підходу привертають увагу до проблеми вивчення механізмів когнітивного забезпечення професійної мобільності особистості. Н.А. Сургунд наголошує на необхідності враховувати потенціал функції «когнітивно несвідомої» інформації в процесі підготовки сучасного майбутнього фахівця. Авторка підкреслює, «що когнітивний механізм взаємодії свідомого та когнітивно несвідомого визначає конструктивні механізми вибору та реалізації основ професійної мобільності та забезпечує «безкатастрофні» переходи на нові вектори професійного руху» (Сургунд, 2018: 140). На думку науковиці, актуалізація негативної інформації, переведення її у поле розвитку та підготовки сучасного майбутнього фахівця має забезпечити професійну мобільність особистості. Отже, безперечним є вагомість когнітивних механізмів у формуванні усвідомленої здатності фахівця до конструктивних змін в умовах невизначеності змісту та форми професійної динаміки під час криз професійного розвитку (Сургунд, 2018).

Усвідомлення перспективи глобальних екологічних та епідемічних загроз, особливо в умовах активних військових дій, є викликом для когнітивних структур особистості, тобто ставить актуальні вимоги до когнітивної стійкості та можливостей збереження когнітивної рівноваги людини. Найбільш поширеною у психологічній літературі теорією, що розглядає механізми урівноваження когнітивних структур, є теорія когнітивного дисонансу Л. Фестінгера. Автор теорії визначає когнітивний дисонанс як негативне явище, стан психічного дискомфорту, який виникає внаслідок невідповідності у свідомості людини ідей, вірувань, цінностей або емоційних реакцій (Festinger, 1957).

М.М. Кононова, аналізуючи передумови дезадаптивної поведінки, розглядає когнітивний дисонанс як детермінанту дезадаптації суб'єкта. Авторка підкреслює, що «страх перед дисонансом зумовлює тенденцію до уникнення невдач, що гальмує просоціальні успіхи особи» (Яценко, Бондар, Євтушенко, Кононова & Максименко, 2015: 92). Дослідниця зауважує, що дезадаптацію індивіда зумовлює дисонанс, який є наслідком внутрішнього конфлікту та викликаними ним негативними емоційними станами. Також пов'язаність когнітивного дисонансу із мотиваційною сферою може призводити до вузькоплановості сприйняття інформації, що так само впливає на зміну мотивації. У своїх висновках М. М. Кононова зазначає, що дезадаптивна поведінка суб'єкта безпосередньо пов'язана із когнітивними процесами сприйняття навколишнього світу, а когнітивний дисонанс породжує відчуття внутрішнього дискомфорту та актуалізує дію психологічних захистів (Яценко, Бондар, Євтушенко, Кононова & Максименко, 2015).

Т.І. Горпініч підкреслює роль когнітивного дисонансу в успішності навчальної діяльності студента. Вона зазначає, що «у навчальній діяльності суб'єкт найчастіше стикається із ситуацією репрезентації знань та відбору інформації» (Горпініч, 2015: 34). Отже, неузгодженість різних когнітивних структур може спричиняти стан психічного дискомфорту під час репрезентації знань та відбору інформації. На думку науковиці, одним із варіантів когнітивного дисонансу «може виступати дисонанс між формою представлення інформації і тим стилем її сприйняття і переробки, якому надає перевагу суб'єкт» (там само: 34). Часто неуспіх у пізнавальній діяльності суб'єкта, викликаний когнітивним дисонансом, має негативні наслідки, що може проявлятися у зниженні

загальної мотивації до навчання, уникненні нової інформації та вести до ригідності стилів репрезентації знань.

Отже, когнітивні механізми відіграють безпосередню роль у забезпеченні особистої безпеки людини, її здатності до конструктивних змін та особистісного розвитку в катастрофічних умовах життєдіяльності, визначають її просоціальні успіхи та успішність навчальної діяльності.

Особливості пізнавальної діяльності, що забезпечує когнітивну стійкість в умовах екологічних та епідемічних загроз має свою специфіку та раніше не були прицільно описані у науковій психологічній літературі. На сучасному етапі пошук відповідей на питання, що робить людей з певним життєвим досвідом стійкими до вікових змін або хвороб, які індивідуальні відмінності визначають схильність до вразливості та зниження когнітивних функцій окреслюється у понятті когнітивного резерву. Дослідження когнітивного резерву активно ведуться впродовж останнього десятиліття, і сьогодні мають консолідовані концептуальні положення щодо визначення понять та методів діагностики.

Термін «когнітивний резерв» стосується адаптивності (тобто ефективності, ємності, гнучкості) когнітивних процесів, що допомагає пояснити різну схильність когнітивних здібностей або повсякденного функціонування до старіння мозку, патології або пошкодження (Stern et al., 2018). Автори концепції зазначають, що на відмінності у когнітивній резистентності може впливати взаємодія вроджених (наприклад, внутрішньоутробних або генетично детермінованих), індивідуальних відмінностей та впливів протягом життя. Відповідні впливи протягом життя включають загальні когнітивні здібності раннього життя (наприклад, інтелект), освіту, професію, фізичні вправи, дозвілля або соціальну активність. Резерв – це евристика, яка допомагає пояснити індивідуальні відмінності в когнітивних функціях, функціях або клінічному стані стосовно старіння та захворювань мозку (там само).

Сучасні дослідження зв'язку пізнання та когнітивного резерву показують, що когнітивні здібності, які зберігаються і зміцнюються досвідом, можна зберігати як резерв і використовувати при необхідності (Savarimuthu, & Ponniah, 2024). Не дивлячись на те, що концепція збереження пізнання була знайдена, коли люди з хворобою Альцгеймера мали відмінності в клінічних проявах і когнітивних функціях, когнітивний резерв формує стійкість до зниження когнітивних функцій і покращує якість життя у когорті людей без патології. Крім того, кілька напрямів досліджень виявили, що пластичність між нейронами значно впливає на когнітивний резерв і діє проти зниження когнітивних здібностей. Результати дослідження, спрямованого на всебічне розуміння когнітивного резерву та змінних, які беруть участь у підтримці когнітивних здібностей, показують, що одним із когнітивних механізмів, який розвиває та підтримує когнітивний резерв, є читання (Savarimuthu & Ponniah, 2024).

Розглядаючи зв'язок когнітивного збагачення в ранньому віці з патологічними змінами та когнітивним зниженням при хворобі Альцгеймера науковці наголошують на тому, що механізми когнітивного резерву не є повністю зрозумілими, тому використовуються саме показники когнітивного резерву. Типовими показниками ступеня когнітивного резерву є IQ, когнітивно стимулюючі впливи протягом вікового періоду, освіта, професійні досягнення, активний відпочинок, соціальні мережі або інші впливи, які можуть сприяти резерву. Дослідники визначають чотири показники когнітивного збагачення в ранньому віці, а саме: соціально-економічний статус у ранньому віці, наявність когнітивних ресурсів у 12-річному віці, частота участі в когнітивно стимулюючих заходах та вивчення іноземних мов у ранньому віці (Oveisgharan et al., 2020).

Як показує аналіз досліджень, когнітивний резерв є динамічною структурою, яка підлягає збагаченню протягом життя людини завдяки спрямованим когнітивно-стимулюючим діям. Когнітивний резерв відіграє провідну роль у стійкості та адаптивності

когнітивних механізмів та когнітивно-емоційних реакції людини на події з катастрофічними наслідками.

Однак неповна вивченість механізмів когнітивного резерву обмежує способи його діагностики вимірюванням індексу когнітивного резерву (CRIq). Розроблений M. Nucci et al. опитувальник індексу когнітивного резерву (CRIq) має на меті зібрати та кількісно оцінити основні когнітивно-стимулюючі дії, які людина виконувала протягом дорослого життя (з 18 років включно). CRIq є зведеним інструментом, який оцінює освіту, робочу діяльність і дозвілля за трьома підіндексами: CRI-Education, CRI-Working Activity, CRI-Leisure Time. Висновки щодо створеного стандартизованого інструменту вимірювання когнітивного резерву вказують на те, що інтелект лише помірно корелює із когнітивним резервом, що підкреслює відмінність цих двох понять. Вік і стать суттєво впливають на показники CRIq, тоді як їх взаємодія не виявила достатнього ефекту. Дорослі люди мають вищу оцінку CRIq, ніж молоді та літні (Nucci et al., 2012). Для ефективності вимірювання нещодавно була створена онлайн-коротка версія опитувальника «Cognitive Reserve Index» (Mondini et al., 2023). Наразі італійська та англійська версії знаходяться у вільному доступі за посиланням OSF (<https://osf.io/efzhs/>).

Пошуки ефективних рішень для подолання психологічних наслідків пандемії COVID-19 та підготовки до подібних ситуацій демонструють позитивний досвід впровадження передових наукоємних нейротехнологій у психологічні дослідження. Так, науковим колективом (Максименко, Деркач, Кіричевська & Касинець, 2022) було проведено лонгітюдне дослідження щодо динаміки когнітивно-емоційних реакцій молоді на психологічні події до карантину та під час його дії. Дослідники підкреслюють важливість таких нейробіологічних факторів, як: взаємодія генетичних чинників, чинників довкілля та механізмів казуальності, зовнішньої чи внутрішньої причинної зумовленості подій. Для вивчення динаміки основних когнітивних та емоційних реакцій науковці використовували показники, що були сформовані біометричною компанією «EMOTIV» та які вираховувалися на базі специфічних ЕЕГ патернів мозку, серед них: стрес (відображає комфорт та дискомфорт досліджуваного), взаємодія (відображає, наскільки досліджуваний залучений до того, що робить чи переживає), інтерес (відображає цікавість досліджуваного до стимулу), хвилювання (відображає прояв емоційної реакції, ажіотаж), концентрація (відображає зосередженість на подразнику), релаксація (відображає психічний спокій). Отже, дослідники дійшли висновку, що «у період короткочасної аномії, яка спричинена перебудовою у суспільстві внаслідок пандемії, дуже себе комфортно почуває молодь з девіаціями. Натомість нормотипова молодь сприймає нову реальність стресово. У нормотиповій молоді протягом другого і третього місяців карантину виникає адаптація до нових умов буття. Натомість у девіантної молоді виникає з кожним місяцем дезадаптація» (Максименко та ін., 2022).

Окремим напрямом досліджень когнітивного аспекту адаптивної поведінки у емоційно насичених ситуаціях є вивчення закономірностей розвитку та формування пластичності виконавчих функцій протягом життя людини.

Загальноприйнятим у когнітивній науці та нейропсихології прийнято розуміти виконавчі функції як сукупність когнітивних процесів, що підтримують цілеспрямовану поведінку шляхом регулювання думок та дій за допомогою когнітивного контролю, вибору та успішного моніторингу дій задля досягнення цілей. Основними когнітивними процесами виконавчих функцій є контроль уваги, когнітивне гальмування, гальмівний контроль, робоча пам'ять та когнітивна гнучкість. Виділяють виконавчі функції вищого порядку, що включають планування та гнучкий інтелект (міркування та вирішення проблем) (Diamond, 2013).

Більшість науковців погоджуються з тим, що існують сенситивні періоди (передусім дошкільний та підлітковий вік), коли тренування когнітивних процесів не лише веде до покращення поведінки, але й спричиняє відповідні зміни в нейронній функції, що сприяє здоровому розвитку особистості. Дослідники наголошують, що

тренування виконавчих функцій веде до таких корисних процесів, як: підвищення мотивації до навчання, налагодження добрих стосунків з вчителями, зменшення проблемної поведінки та можливість навчатися більш проактивно й рефлексивно, допомагаючи дітям та підліткам зіткнутися з набором нових емоційних та міжособистісних викликів (Zelazo & Carlson, 2012).

Отже, за своєю природою когнітивні механізми є динамічними та пластичними, що збагачуються завдяки спрямованим когнітивно-стимулюючим діям особистості протягом життя.

Висновки. Не дивлячись на те, що сьогодні існує багато теорій й концептуальних підходів до вивчення закономірностей та розуміння природи пізнання, властивостей пластичності та адаптивності когнітивних систем людини до викликів навколишнього середовища, проблема когнітивної готовності особистості до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю людини досі не повною мірою артикульована у психологічній літературі. Когнітивний компонент психологічної готовності є стрижневим конструктом особистості, що відповідає як за здоровий розвиток адаптивних механізмів людини, так і за узгодженість обробки свідомих та несвідомих складових стрімко-плинного інформаційного простору, в якому перебуває сучасна людина. Можна зазначити, що збагачення когнітивного резерву та варіативність когнітивно-стимулюючих дій, а також тренувальні та профілактичні втручання в розвиток пластичності когнітивних функцій впродовж життя є фундаментом когнітивної стійкості та продуктивності особистості, яка знаходиться у ситуаціях підвищеного афективного навантаження, таких як перебування у зоні екологічних катаклізмів, зоні підвищеного епідемічного зараження, зоні бойових дій тощо.

Перспективи подальших досліджень. Розвиток стійкості та готовності особистості до викликів сьогодення ставить практичні завдання перед суспільством та фаховою спільнотою помічних професій. Отже, перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у вивченні чинників когнітивної готовності учасників освітнього процесу до протидії екологічним та епідемічним загрозам здоров'ю людини, їх когнітивної продуктивності, когнітивної спритності та здатності до динамічного прийняття рішень в умовах сучасних викликів.

Література

1. Горпініч, Т. І. (2015). Когнітивний дисонанс як психолого-педагогічна проблема. *Медицина освіти*, 1, (33-35).
2. Духневич, В. М., Довгань, Н. О., Поліщук, С. А., Сіверс, З. Ф., & Цукур, О. Г. (2023). *Готовність до надзвичайної ситуації: виміри конструктивності: практичний посібник*. Кропивницький.
3. Кокун, О. М., Мороз, В. М., Пішко, І. О., & Лозінська, Н. С. (2021). *Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження*. Київ.
4. Максименко, С., Деркач, Л., Кіричевська, Е., & Касинець, М. (2022). *Психологія когнітивних процесів: науковий посібник*. Видавництво Людмила.
5. Матохнюк, Л. О. (2006). *Формування психологічної готовності майбутніх інженерів-прикордонників до професійної діяльності*. [Дис. канд. психолог. наук, Нац. акад. Держ. прикордон. служби України ім. Б. Хмельницького].
6. Павлік, Ю. (2019). Екологічний ризик як складна соціальна ситуація: динаміка конструювання проблеми. *Наукові студії соціальної та політичної психології*, 25(1), 158-165.
7. Прес-реліз Укрінформ, бріфінг «Хвороба Х»: чи буде нова пандемія та як готується Україна до потенційних загроз? (24 січня 2024 року). <https://tinyurl.com/3xmcyneu>
8. Стаднік, А. В., Ващенко, І. В., & Васищев, В. С. (2017). Теоретико-методологічні засади формування психологічної готовності майбутніх офіцерів національної гвардії України до службово-бойової діяльності. *Вісник ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. Психологія*, (55), 250-255.
9. Сургунд, Н. А. (2018). Когнітивні механізми свідомості у контексті синергетичного підходу до проблеми професійної мобільності особистості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*, (5), 134-141.
10. Чаплінська, Ю., & Казначеев, М. (2023). Психологічні особливості сприйняття екологічних ризиків в умовах війни. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*, (16), 56-63.

11. Яценко, Т. С., Бондар, В. І., Євтушенко, І. В., Кононова, М. М., & Максименко, О. Г. (2015). *Самодепривація психіки та дезадаптація суб'єкта : монографія*. Вид-во НІПУ імені М. Драгоманова.
12. Beck, U. (2010). *World at Risk*. Polity Press.
13. Czeisler, M. E., Marynak, K., & Clarke, K. (2020). Delay or avoidance of medical care because of COVID-19-related concerns--United States, June 2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.*, 69(36), 1250-1257. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6936a4>
14. Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annu Rev Psychol.* 64(1), 135-68. doi: 10.1146/annurev-psych-113011-143750.
15. Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
16. Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford.
17. Luhmann, N. (2005). *Risk: A Sociological Theory*. Taylor, & Francis Group.
18. Mondini, S., Pucci, V., & Nucci, M. (2023). s-CRIq: the online short version of the Cognitive Reserve Index questionnaire. <https://osf.io/efzhs/>
19. Nucci, M., Mapelli, D., & Mondini, S. (2012). Cognitive Reserve Index questionnaire (CRIq): a new instrument for measuring cognitive reserve. *Aging Clin Exp Res* 24, 218-226. <https://doi.org/10.1007/BF03654795>
20. Oveisgharan, S., Wilson, R. S., Yu, L., Schneider, J. A., & Bennett, D. A. (2020). Association of early-life cognitive enrichment with Alzheimer disease pathological changes and cognitive decline. *JAMA Neurol.* (77), 1-8. <https://doi.org/10.1001/jamaneurol.2020.1941>
21. Savarimuthu, A., & Ponniah, R. J. (2024). Cognition and Cognitive Reserve. *Integr. psych. Behav.* (58), 483-501. <https://doi.org/10.1007/s12124-024-09821-3>
22. Stern, Y. (2018). Whitepaper: Defining and investigating cognitive reserve, brain reserve, and brain maintenance. *Alzheimers Dement.* 16(9), 1305-1311. doi: 10.1016/j.jalz.2018.07.219.
23. Zelazo, P. D., & Carlson, S. M. (2012). Hot and cool executive function in childhood and adolescence: Development and plasticity. *Child development perspectives*, 6(4), 354-360. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2012.00246.x>

References

1. Gorpnich, T. I. (2015). Kognityvnyi dysonans yak psykholoogo-pedagogichna problema [Cognitive dissonance as a psychological and pedagogical problem]. *Medychna osvita*, 1, 33-35. [In Ukrainian]
2. Dukhnevych, V. M., Dovgan, N. O., Polischuk, S. A., Sivers, Z. F., & Tsukur, O. G. (2023). *Gotovnist do nadzvychainoi sytuatsii: vymiry konstruktyvnosti*: praktychnyi posibnyk [Emergency preparedness: dimensions of constructivity]. Kropyvnytskyi. [In Ukrainian]
3. Kokun, O. M., Moroz, V. M., Pishko, I. O., & Lozinska, N. S. (2021). *Formuvannya psykholoogichnoi gotovnosti viiskovosluzhbovtiv viiskovoi sluzhby za kontraktom do vykonannya zavdan za pryznachenniam pid chas boiovogo zlagodzhennya* [Formation of psychological readiness of military personnel under contract to perform assigned tasks during combat coordination training]. Kyiv. [In Ukrainian]
4. Maksymenko, S., Derkach, L., Kyrchevska, E., & Kasynets, M. (2022). *Psykhologia kognityvnykh protsesiv: naukovi posibnyk* [Psychology of cognitive processes: a scientific guide]. Vydavntstvo Lyudmyla. [In Ukrainian]
5. Matokhnyuk, L. O. (2006). *Formuvannya psykholoogichnoi gotovnosti maibutnikh inzheneriv-prykordonnykh do profesiinoi dialnosti* [Formation of psychological readiness of future border guard engineers for professional activities]. [Dys. kand. psykholog. nauk, Khmelnytskyi]. [In Ukrainian]
6. Pavlik, Yu. (2019). Ekologichnyi ryzyk yak skladna sotsialna sytuatsia: dynamika konstruyuvannya problemy [Environmental risk as a complex social situation: dynamics of problem construction]. *Naukovi studii sotsialnoi ta politychnoi psykholonii*, 25(1), 158-165. [In Ukrainian]
7. Pres-reliz Ukrinform, brifing «Khvoroba X»: chy bude nova pandemia ta yak gotuyetsya Ukraina do potentsiinykh zagroz? [Ukrinform press release, briefing "Disease X": will there be a new pandemic and how is Ukraine preparing for potential threats?] (January 24, 2024). <https://tinyurl.com/3xmcyneu> [In Ukrainian]
8. Stadnik, A. V., Vaschenko, I. V., & Vasyshev, V. S. (2017). Teoretyko-metodologichni zasady formuvannya psykholoogichnoi gotovnosti maibutnikh ofitseriv natsionalnoi gvardii Ukrainy do sluzhbovo-boiovoi dialnosti [Theoretical and methodological principles of forming the psychological readiness of future officers of the National Guard of Ukraine for service and combat activities]. *Visnyk KhNPU im GS Skovorody. Psykhologia.* 55, 250-255. [In Ukrainian]
9. Surgund, N. A. (2018). Kognityvni mekhanizmy svidomosti u konteksti synergetychnogo pidkhodu do problemy profesiinoi mobilnosti osobystosti [Cognitive mechanisms of consciousness in the context of a synergistic approach to the problem of professional mobility of the individual]. *Naukovi visnyk Khersonskogo derzhavnogo universytetu. Seria Psykholoogichni nauky.* 5, 134-141. [In Ukrainian]
10. Chaplinska, Yu., & Kaznacheev, M. (2023). Psykholoogichni osoblyvosti spryinyattya ekologichnykh ryzykiv v umovakh viiny [Psychological features of environmental risks perception in war conditions]. *Visnyk Lvivskogo universytetu. Seria psykholoogichni nauky.* 16, 56-63. [In Ukrainian]
11. Yatsenko, T. S., Bondar, V. I., Yevtushenko, I. V., Kononova, M. M., & Maksymenko, O. G. (2015). *Samodepryivatsia psykhyky ta dezadaptatsia* [Mental self-deprivation and maladaptation]. Vyd-vo NPU imeni M. Dragomanova. [In Ukrainian]

12. Beck, U. (2010). *World at Risk*. Polity Press.
13. Czeisler, M.E., Marynak, K., & Clarke, K. (2020). Delay or avoidance of medical care because of COVID-19-related concerns--United States, June 2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.*, 69(36), 1250-1257. <https://doi.org/10.15585/mmwr.mm6936a4>
14. Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annu Rev Psychol.* 64(1), 135-68. doi: 10.1146/annurev-psych-113011-143750.
15. Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.
16. Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford.
17. Luhmann, N. (2005). *Risk: A Sociological Theory*. Taylor, & Francis Group.
18. Mondini, S., Pucci, V., & Nucci, M. (2023). s-CRIq: the online short version of the Cognitive Reserve Index questionnaire. <https://osf.io/efzhs/>
19. Nucci, M., Mapelli, D., & Mondini, S. (2012). Cognitive Reserve Index questionnaire (CRIq): a new instrument for measuring cognitive reserve. *Aging Clin Exp Res* 24, 218-226. <https://doi.org/10.1007/BF03654795>
20. Oveisgharan, S., Wilson, R. S., Yu, L., Schneider, J. A., & Bennett, D. A. (2020). Association of early-life cognitive enrichment with Alzheimer disease pathological changes and cognitive decline. *JAMA Neurol.* 77, 1-8. <https://doi.org/10.1001/jamaneurol.2020.1941>
21. Savarimuthu, A., & Ponniah, R. J. (2024). Cognition and Cognitive Reserve. *Integr. psych. Behav*, 58, 483-501. <https://doi.org/10.1007/s12124-024-09821-3>
22. Stern, Y. (2018). Whitepaper: Defining and investigating cognitive reserve, brain reserve, and brain maintenance. *Alzheimers Dement.* 16(9), 1305-1311. doi: 10.1016/j.jalz.2018.07.219.
23. Zelazo, P. D., & Carlson, S. M. (2012). Hot and cool executive function in childhood and adolescence: Development and plasticity. *Child development perspectives*, 6(4), 354-360. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2012.00246.x>

Відомості про автора

Ларіна Тетяна Олексіївна, кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, м. Київ, Україна

Larina, Tetyana, PhD, Senior Researcher, Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-8975-3348>

E-mail: larinatetyana.olex@gmail.com

Отримано 3 березня 2025 р.
Рецензовано 14 квітня 2025 р.
Прийнято 17 квітня 2025 р.