

ВІДГУК

**офіційного опонента на дисертаційну роботу
Бялоновича Сергія Володимировича, на тему «Особливості впливу
щоденних стресорів війни на психічне здоров'я цивільного населення»,
представлену на здобуття наукового ступеня доктора філософії у галузі
знань 05 - Соціальні та поведінкові науки
за спеціальністю 053 – Психологія**

Актуальність дисертаційної роботи. Сучасний стан суспільства в умовах війни відображає різні форми впливу щоденних стресорів в життєвому досвіді молоді. Особливої дослідницької уваги вимагають особливості впливу щоденних стресорів війни на психічне здоров'я цивільного населення. Поряд із гострими травмами особливого значення набувають щоденні стресори: страх за життя і близьких, обмежений доступ до послуг, загроза атак, нестабільність. Такі фактори підривають психічну рівновагу, викликаючи хронічну тривогу, депресивні стани та ПТСР, які зберігаються навіть після завершення конфлікту. Можна стверджувати, що психологічна наука недостатньо уваги приділяє вивченню змісту й ролі впровадження інтегративних методів профілактики та психотерапії в роботі з впливом щоденних стресорів війни на психічне здоров'я цивільного населення.

Актуальність і важливість даного дослідження істотним чином примножується у зв'язку з соціально-політичною та економічною нестабільністю сучасного українського суспільства, що не дає можливості реалізувати особистості багато важливих потреб умовах війни.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тематика дисертаційної роботи пов'язана з проблематикою науково-дослідної роботи відділу психології політико-правових відносин Інституту соціальної та політичної психології НАГІН України в межах наукової теми «Психологічні чинники готовності індивідуальних і колективних суб'єктів до конструктивної поведінки у надзвичайних ситуаціях» (2020–2022; державний реєстраційний номер 0120U000157), а також у межах наукової теми «Психологічні засади згуртованості суспільства в умовах внутрішніх та зовнішніх загроз національній безпеці» (2023–2025; державний реєстраційний номер 0123U100470)

Повнота викладення матеріалів дисертації у роботах, які опубліковані автором. Вивчення тексту дисертації Сергія Володимировича та опублікованих праць дає підстави для висновку про те, що його робота є результатом реального дослідження особливостей впливу щоденних стресорів війни на психічне здоров'я цивільного населення.

Положення та ідеї викладені в роботі є науково обґрунтованими, самостійними. Аналіз тексту дисертаційної роботи та публікацій свідчить про дотримання здобувачем вимог академічної доброчесності. Посилання, зроблені в роботі оформлені належним чином, фактів порушень академічної доброчесності не встановлено.

Цим не вичерпується потенціал здійсненої наукової роботи. Ми маємо переконання, що теоретичні та методологічні засади, розроблені в дисертаційній роботі «Особливості впливу щоденних стресорів війни на психічне здоров'я цивільного населення», розширять сферу застосування в програмах психологічній реабілітації, зокрема при створенні програм психологічного супроводу студентської молоді, навчальних курсів із консультативної психології; при кризовому консультуванні для підвищення професійної компетентності та посилення позиції в прикладному використанні технологій психологічного супроводу.

Ступінь обґрунтованості наукових положень, висновків і рекомендацій. Наукові положення дисертації обґрунтовано й відображено у висновках. Отримані здобувачем найбільш суттєві результати емпірично підтверджено, відповідають поставленій меті та завданням роботи та повною мірою висвітлено в опублікованих працях. Вірогідність та обґрунтованість отриманих результатів забезпечено багатоплановим теоретичним та емпіричним дослідженням проблеми, застосуванням комплексу методів, релевантних меті та завданням дослідження, апробацією і впровадженням результатів дослідження у практичну діяльність.

Помітним теоретичним результатом є значне розширення базових концептів психологічного здоров'я. *Поглиблено:*

- розуміння психічного здоров'я як динамічної системи, що регулюється взаємодією когнітивних, емоційних і соціальних векторів, чутливих до щоденних стресових впливів.
- уявлення про функціональні та компенсаторні механізми, завдяки яким інтелектуальний і просоціальний вектори можуть виконувати роль стабілізаторів психічного стану за умов підвищеного стресу.

Уперше:

- Визначено та описано особливості впливу прямих і непрямих щоденних стресорів війни на вектори психічного здоров'я цивільного населення, що дало змогу виявити їхній системний і багатовимірний характер;
- встановлено три типові конфігурації адаптаційної відповіді на хронічний воєнний стрес — *екзистенційну мобілізацію, виснажену адаптацію та продуктивну залученість*, які відображають різні механізми збереження та виснаження психологічних ресурсів у цивільних осіб;
- здійснено адаптацію методики «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» (А. Козлов) для українського контексту, що дало змогу вперше застосувати її для комплексної оцінки векторної структури психічного здоров'я у населення, яке перебуває в умовах війни;
- розроблено та апробовано «Українську шкалу щоденних стресорів війни», яка має двофакторну структуру (прямі та непрямі стресори) і підтверджену психометричну надійність та валідність.

Удосконалено:

- методичний підхід до вивчення психічного здоров'я в умовах хронічного стресу через поєднання аналізу векторів психологічного здоров'я, оцінки щоденних стресорів і кластеризації конфігурацій адаптації;

– уявлення про механізми взаємодії між різними типами стресорів (прямими та непрямими) як чинниками багатовимірної динаміки психічного здоров'я.

Доповнено:

– концептуальні положення теорії психологічної стійкості в контексті воєнних подій шляхом уведення категорії «щоденні стресори війни» як окремого класу чинників хронічного впливу на психічне здоров'я;

– науково-практичні засади диференційованої психологічної підтримки цивільного населення через урахування профілю конфігурацій адаптаційної відповіді.

Практична значущість результатів дослідження. Отримані в роботі результати можуть стати підґрунтям для створення програм психологічної підтримки молоді через психоедукацію, консультивання, психокорекцію, профілактику вигорання та підвищення резильєнтності як серед цивільного населення, так і серед фахівців, що працюють у зонах підвищеного ризику.

Розроблена «Українська шкала щоденних стресорів війни» може застосовуватися для скринінгу рівня повсякденного стресу у громадських, освітніх, військово-цивільних і медико-психологічних структурах. Адаптована методика «Індивідуальна модель психологічного здоров'я» дозволяє оцінювати структурні зміни у векторах психічного здоров'я та виявляти зони ризику або ресурсні сфери у клієнтів.

Результати дослідження доцільно використовувати у підготовці курсів і тренінгів із психології стресу, психології здоров'я, кризової психології, а також у навчальних дисциплінах «Психологія травмуючих ситуацій», «Психологія стійкості», «Психологічна реабілітація» для студентів спеціальності 053 – Психологія.

Оцінка змісту дисертації. Зміст дисертаційної роботи Бялоновича С.В. охоплює основні етапи науково-дослідницької роботи, що й відображено у трьох розділах, висновках до кожного з них та загальних висновках.

За результатами *теоретичного аналізу* здобувач чітко визначає сутність основних понять свого дослідження, встановлено три типові конфігурації адаптаційної відповіді на хронічний воєнний стрес — *екзистенційну мобілізацію, виснажену адаптацію та продуктивну залученість*, які відображають різні механізми збереження та виснаження психологічних ресурсів у цивільних осіб; доказує необхідність чітко розмежовувати хронічні щоденні труднощі та епізодичні травматичні події, адже вони мають різні механізми впливу на психіку. Змішування цих категорій у дослідженнях може спотворити розуміння впливу стресу на психічне здоров'я. Проаналізовані різні терапевтичні підходи до зниження стресу. Сформована модель впливу щоденних стресорів війни на психічне здоров'я цивільного населення. Уточнений зміст поняття «щоденний стресор війни» та співвіднесений з суміжними конструктами. Показано, що щоденні стресори війни не є фоновими труднощами, а становлять специфічний клас стресогенних чинників, зумовлених тривалим порушенням життєвої нормальності та таких, що мають накопичувальний і виснажувальний характер впливу.

Для вирішення завдань *емпіричної частини* дослідження автором, на основі аналізу й обґрунтування дослідницького інструментарію, розроблено програму емпіричного дослідження, яка передбачала поєднання кількісних та якісних методів в рамках кількох дослідницьких етапів, що дозволило, з одного боку, забезпечити логічну повноту дослідження, а з іншого, - найбільш повно репрезентувати принцип послідовного вивчення змістовно релевантних його феноменів. Зміст і процедуру емпіричної розробки проблеми в роботі розкрито через системну реалізацію низки взаємопов'язаних завдань в рамках двох концептуально і логічно узгоджених дослідницьких блоків - *констатувального* та *аналітичного* з різним рівнем складності вирішуваних завдань та способами отримання емпіричних даних. Здобувач переконливо доводить доцільність використання *методик*: «*Українську шкалу щоденних стресорів війни*», «*Методики діагностики психологічного здоров'я*».

Особливо значущим є наполегливість дисертанта в адаптації методики та її перекладі «Методики діагностики психологічного здоров'я» (Козлов А.В.). Це переклад українською і організація застосування її. Був адаптований культурно та мовно. Більшість валідних міжнародних шкал створено в інших культурних умовах. Потрібна була адаптація не лише перекладу, а й змісту (культурно релевантні приклади, локальні стресові чинники, специфіка українського досвіду війни). Без цього інструмент міг втратити валідність.

Застосування такого діагностичного інструментарію дозволило здобувачеві визначити особливості впливу щоденних стресорів війни на психічне здоров'я цивільного населення. Слід зазначити, що висновки дисертаційної роботи в повному обсязі відображають зміст трьох розділів дисертації, відповідають меті та доводять виконання завдань дослідження. Окрему увагу автор приділяє кластерній типології адаптаційних реакцій створює практичне підґрунтя для розробки адресних психотерапевтичних і психоедукаційних програм. Отримані дані можуть використовуватися у побудові програм психологічної допомоги, профілактики вигорання та підвищення резильєнтності як серед цивільного населення, так і серед фахівців, що працюють у зонах підвищеного ризику.

Оцінка достовірності наукових досліджень. Достовірність результатів дослідження забезпечено обґрунтуванням його основних положень; підбором методів, адекватних меті і завданням дослідження; наскрізним характером зв'язку між етапами дослідження, репрезентативністю вибірки. Використовувалося **дві вибірки**: психометрична та емпірична. Перша (психометрична) вибірка використовувалася для апробації опитувальника, і вона складалася з 364 респондентів. Друга (емпірична) вибірка, яка застосовувалася для основного дослідження, включала 936 респондентів, що є відповідністю діагностичного інструментарію критеріям валідності та надійності, застосуванням методів математичної статистики для обчислювання отриманих емпіричних даних, апробацією результатів.

Основні положення і результати дослідження було оприлюднено та обговорено на ряді наукових та науково-практичних заходах міжнародного та всеукраїнського рівня, відображено у **11 одноосібних праць**, серед яких: 1

методичний посібник; 3 статті у фахових наукових виданнях, затверджених МОН України, включених до міжнародних наукометричних баз (Index Copernicus); 1 стаття у міжнародному виданні, що входить до європейських наукометричних баз; 6 матеріалів і тез конференцій різного рівня.

Дискусійні положення та зауваження. Високо оцінюючи дисертацію, вважаємо за доцільне висловити зауваження, коментарі та побажання дискусійного характеру:

1. В першому розділі дисертації бажано більш широко охарактеризувати особливості стресових факторів в професійному середовищі в умовах війни. Зокрема, більше уваги приділити психологічним та організаційним факторам (робота в on-line режимі, за кордоном, обмеженість спілкування з колегами, безоплатність праці, підвищення атестаційних вимог до професійної реалізації спеціаліста, невизначеність в зміні чи продовженні професійної діяльності), які пояснюють механізми виникнення професійного стресу в умовах війни.

2. У другому розділі бажано було б надати приклади різниці того, як прямі стресори безпосередньо порушують звичний уклад життя, тоді як непрямі стресори впливають більш контекстуально, і їхнє значення може варіюватися залежно від особистісних і зовнішніх чинників. Це надало б пояснення цієї різниці, висловлювання досліджуваних прикрасили роботу в таких векторах як творчий (гумор, метафоричні форми, інше).

3. У третьому розділі дисертації бажано більше конкретизувати інтервенції гештальт-терапії, приклади застосування різних технік роботи з виокремленими адаптаційними конфігураціями.

Висловлені зауваження та коментарі не є категоричними та не впливають на загальну високу оцінку наукового дослідження, не знижують його актуальності та практичної значущості.

Загальний висновок. Дисертаційна робота Бялоновича Сергія Володимировича «**Особливості впливу щоденних стресорів війни на психічне здоров'я цивільного населення**» – це самостійна, оригінальна, завершена наукова робота за актуальною темою, результати якої відповідають поставленій меті, мають наукову новизну й практичне значення.

Дисертація відповідає спеціальності 053 – Психологія, вимогам до оформлення дисертацій, затвердженим Наказом Міністерства освіти і науки України від 12.01.2017 № 40 (із змінами, внесеними згідно з Наказом МОН України № 759 від 31.05.2019) та «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12 січня 2022 № 44 (із змінами, внесеними згідно з Постановою Кабінету Міністрів України № 341 від 21.03.2022 та № 502 від 19.05.2023), а її автор, **Бялонович Сергій Володимирович**, заслуговує на присудження наукового ступеня доктора

філософії за спеціальністю 053 – Психологія (галузь знань 05 «Соціальні та поведінкові науки»).

Офіційний опонент:

кандидат психологічних наук,
старший науковий співробітник,
провідний науковий співробітник
лабораторії психології особистості
імені П.Р. Чамати Інституту психології
імені Г.С. Костюка НАПН України

Наталія ВОЛОДАРСЬКА