



Peculiarities of adult interaction with life environments in war conditions: an ecopsychological perspective

Особливості взаємодії дорослих з середовищами життєдіяльності в умовах війни: екопсихологічний аспект

Vernik O.L., Candidate of Psychological Sciences, senior researcher, Deputy Director for Scientific and Organizational Work and Digitalization, Kostyuk Institute of Psychology (Kyiv)

Вернік О.Л., кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, заступник директора з науково-організаційної роботи і цифровізації Інституту психології імені Г.С. Костюка (м. Київ)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0572-2005>

E-mail: olex.vern@gmail.com

тел. +380665752206

Pavlenko O.V., Candidate of Psychological Sciences, Researcher of the Laboratory of Environmental Psychology, Kostyuk Institute of Psychology (Kyiv)

Павленко О.В., кандидат психологічних наук, науковий співробітник лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка (м. Київ)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-1263-4989>

E-mail: oksanapav11@gmail.com

Varava L.A., Candidate of Psychological Sciences, Leading Researcher of the Laboratory of Environmental Psychology, Kostyuk Institute of Psychology (Kyiv)

Варава Л.А., кандидат психологічних наук, провідний науковий співробітник лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка (м. Київ)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-7677-0042>



Abstract

The article presents a theoretical and empirical study of the ecological nature of adults' interaction with family, interpersonal, and informational environments under conditions of war. The aim of the study is to provide a theoretical justification of structural models of ecological interaction and to empirically examine their relationship with life satisfaction and psychological well-being. Based on the analysis of contemporary scientific approaches, the main parameters of ecological quality within family, interpersonal, and informational environments were identified. In accordance with the proposed model, an original instrument, the “Scale of Ecological Interaction of Adults in Life Environments,” was developed. The results of the study revealed statistically significant relationships between indicators of ecological interaction across family, interpersonal, and informational environments, as well as their positive associations with life satisfaction and psychological well-being. It is demonstrated that the ecological nature of interaction is an important condition for maintaining psychological resilience of individuals during prolonged war.

Keywords: ecological interaction, family, interpersonal, informational environments, psychological well-being, adults in war conditions, ecopsychological system of relationships.

Анотація

У статті представлено теоретико-емпіричне дослідження екологічності взаємодії дорослих із сімейним, міжособистісним та інформаційним середовищами життєдіяльності в умовах війни. Метою дослідження є теоретичне обґрунтування структурних моделей екологічної взаємодії та емпірична перевірка їхнього зв'язку із задоволеністю життям і психологічним



благополуччям особистості. На основі аналізу сучасних наукових підходів визначено основні параметри екологічності сімейного, міжособистісного й інформаційного середовищ. Відповідно до запропонованої моделі розроблено авторську методику «Шкала екологічності взаємодії дорослих у середовищах життєдіяльності». За результатами дослідження встановлено статистично значущі зв'язки між показниками екологічності взаємодії в сімейному, міжособистісному та інформаційному середовищах, а також їхній позитивний зв'язок із задоволеністю життям і психологічним благополуччям. Доведено, що екологічність взаємодії є важливою умовою підтримання психологічної стійкості особистості в умовах тривалої війни.

Ключові слова: екологічність взаємодії, сімейне, міжособистісне, інформаційне середовища, психологічне благополуччя, дорослі в умовах війни, екопсихологічна система взаємин.

Вступ. Дослідження емпіричних аспектів екологічності взаємодії дорослих в умовах війни зумовлена глибокими трансформаціями соціального, психологічного та ціннісного простору особистості, що відбуваються під впливом тривалих кризових і травматичних обставин. Воєнний контекст руйнує усталені форми соціальної взаємодії в окремих середовищах життєдіяльності, опосередковано – через зростання невизначеності, хронічного стресу, втрати відчуття безпеки та стабільності – впливає на інші середовища. У таких умовах істотних змін зазнають сімейні й міжособистісні стосунки, орієнтація в інформаційному середовищі, які є базовими для функціонування дорослої особистості.

Сімейне середовище, що традиційно виконує функцію підтримки, стабілізації та відновлення ресурсів, у період війни часто опиняється під тиском нових ролей, вимушених змін структури таких як роз'єднання родин, міграція, втрати тощо, а також емоційного перевантаження. Це часто



призводить до порушення балансу у взаємодії, зниження чутливості до потреб іншого, загострення конфліктності або, навпаки, емоційного відчуження.

Міжособистісне середовище також зазнає суттєвих змін, пов'язаних як із самою ситуацією, так і з реакцією людей на неї. Так через підвищення рівня тривоги, недовіри, поляризації поглядів, ускладнюються конструктивна комунікація, втрачається простір довіри та підтримки та взаєморозуміння між людьми.

Особливої уваги потребує інформаційне середовище, яке, в умовах війни, набуває надзвичайної інтенсивності та часто характеризується надлишком травматичного контенту, суперечливою інформацією та маніпулятивними впливами, зокрема ворожими ІІСО. Це створює додаткове психологічне навантаження на особистість, впливає на її емоційний стан, когнітивні процеси та, відповідно, на якість взаємодії з іншими. Інформаційна перевантаженість може сприяти зниженню здатності до рефлексії, емпатії та відповідальної комунікації, що є ключовими компонентами екологічної взаємодії.

У цьому контексті поняття екологічності взаємодії набуває особливої значущості як інтегративна характеристика, що відображає здатність особистості вибудовувати взаємини з урахуванням власних і чужих меж, потреб, ресурсів та психологічного благополуччя. Екологічність передбачає усвідомленість, відповідальність, повагу до іншого, а також здатність підтримувати баланс між самозбереженням і взаємопідтримкою. В умовах війни ці якості стають не лише індикаторами психологічної зрілості, але й важливими чинниками збереження соціального суспільства в цілому.

Попри зростання інтересу до проблем психологічного благополуччя в кризових умовах, емпіричні дослідження, спрямовані на вивчення саме екологічності взаємодії дорослих у різних середовищах життєдіяльності,



залишаються недостатньо представленими. Особливо це стосується комплексного аналізу сімейного, міжособистісного та інформаційного середовищ як взаємопов'язаних контекстів, у яких розгортається повсякденна взаємодія. Відсутність валідних діагностичних інструментів для оцінки рівня екологічності взаємин ускладнює як наукове осмислення цього феномену, так і розробку ефективних психологічних програм роботи із зазначеною проблематикою.

Таким чином, **метою** даного дослідження є теоретичне обґрунтування та емпіричного вивчення екологічності взаємодії дорослих в умовах війни, а також розробка науково обґрунтованих засад і методики її діагностики в ключових середовищах життєдіяльності. Це дозволить не лише поглибити розуміння механізмів взаємодії дорослих в кризових умовах, але й створити підґрунтя для практичної роботи, спрямованої на підтримку психологічного благополуччя та відновлення екологічних взаємин у суспільстві.

Стан розробки проблеми. Теоретико-методологічною основою даного дослідження слугують положення сучасної української школи екологічної психології, розробленої під керівництвом Ю. М. Швалба. У межах цього наукового напрямку сформовано цілісне уявлення про екологічно орієнтовану життєдіяльність особистості, що розглядається як така, що відбувається у постійному взаємозв'язку та взаємовпливах між особистістю та середовищами її життєдіяльності. Концептуальні засади даного підходу дозволяють розширити розуміння екологічності, виходячи за межі природничо-орієнтованого дискурсу та адаптуючи їх до аналізу міжособистісної взаємодії (Швалб та ін., 2021).

Узагальнюючи ключові положення зазначеного підходу, можна констатувати відхід від антропоцентричної парадигми у трактуванні взаємодії людини зі світом та перехід до розуміння її як складної системи взаємообміну,



у якій важливим є збереження динамічної рівноваги між внеском особистості у середовище та ресурсами, які вона з нього отримує. Такий баланс розглядається як необхідна умова забезпечення сталості та гармонійності функціонування як окремого індивіда, так і ширших соціальних систем (Швалб та ін., 2024).

Відповідно до наукових розробок лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, екологічність визначається як характеристика діяльності та взаємодії, що у конкретних просторово-часових, природних, соціальних, культурних і матеріальних умовах забезпечує максимальну якість життя як для окремої особистості, так і для суспільства загалом (Швалб та ін., 2025). У цьому контексті екологічність постає не як статична властивість, а як процесуальна характеристика взаємодії, що передбачає узгодження індивідуальних і колективних інтересів, збереження ресурсів та підтримку умов розвитку.

З позицій даного підходу екологічною можна вважати таку міжособистісну взаємодію, яка створює взаємсприятливі умови для розвитку всіх значущих елементів системи «людина – середовище». Йдеться про двосторонній характер впливів, у межах якого кожен учасник взаємодії не лише задовольняє власні потреби, але й сприяє розвитку іншого та підтриманню якості спільного середовища. Відтак, найвищий рівень екологічності взаємодії досягається у тих формах діяльності, які поєднують відновлення та підтримку власної життєдіяльності з активним внеском у розвиток інших і середовища загалом, що, у свою чергу, забезпечує формування простору спільного благополуччя та сталого розвитку (Вернік та ін., 2026).

Сучасні емпіричні дослідження засвідчують зростання інтересу до аналізу взаємодії особистості та середовища у контексті війни, що є складною



соціально-екологічною системою. У межах соціально-екологічного підходу психічне здоров'я та якість функціонування особистості розглядаються як результат взаємодії індивідуальних характеристик із багаторівневими середовищними впливами, зокрема сімейними, міжособистісними та інформаційним.

Зокрема, у систематичному огляді (Charlson et al., 2019) узагальнено дані щодо поширеності психічних розладів у зонах воєнних конфліктів. Автори фіксують суттєве зростання рівня депресії, тривожних розладів і посттравматичного стресового розладу серед населення, що проживає в умовах війни. Важливо, що ці порушення розглядаються як наслідок безпосереднього травматичного досвіду. Разом з тим, вони є й результатом тривалого впливу дестабілізованого соціального середовища, що опосередковує зміни у міжособистісній взаємодії.

Дослідження, присвячене аналізу ПТСР серед цивільного населення в контексті війни в Україні (Ben-Ezra et al., 2023). В ньому також зафіксовано високий рівень травматизації та підкреслено роль суб'єктивного сприйняття загрози, невизначеності і втрати контролю. Отримані результати можна інтерпретувати, як психологічні наслідки війни безпосередньо впливають на здатність особистості до регуляції емоцій та підтримання конструктивної взаємодії з іншими.

У свою чергу, в (Holt-Lunstad, 2022) обґрунтовується значення соціальних зв'язків як ключового чинника ментального здоров'я та психологічного благополуччя. Соціальна взаємодія розглядається системною детермінантою. Особливо зазначається, що якість міжособистісних відносин має не менше значення, ніж індивідуальні психологічні характеристики. У контексті даного дослідження це дозволяє інтерпретувати екологічність взаємодії як важливий ресурс збереження психологічної стабільності.



Особливої трансформації зазнає інформаційне середовище, яке в умовах війни характеризується високою динамічністю, поляризацією та емоційною напруженістю (Garfin et al., 2020). Емпіричні дослідження цифрових комунікацій в країнах, що перебувають у війні, свідчать про істотне зростання токсичності, негативного емоційного забарвлення та конфліктності взаємодії у онлайн-просторі. Зокрема, це пов'язано й з ворожими ІПСО. Інформаційні наративи, що поширюються у соціальних мережах, активно впливають на формування уявлень, установок і моделей взаємодії користувачів. Це особливо актуально в умовах війни, де інформаційний простір є перенасиченим травматичним контентом.

Окрему увагу слід приділити дослідженню сімейної системи в умовах кризи, представленому у роботі Гейлі Прайм та співавт. (Prime et al., 2020). Автори розглядають сім'ю як динамічну систему, що реагує на стрес через зміну внутрішніх процесів взаємодії, зокрема емоційної регуляції, ролей та комунікації. Показано, що кризові умови можуть як порушувати сімейну взаємодію, так і виступати чинником її консолідації за наявності достатніх ресурсів. Це безпосередньо співвідноситься з ідеєю екологічності як здатності системи зберігати баланс і підтримувати розвиток у складних умовах.

Таким чином, проаналізовані дослідження підтверджують, що в умовах війни ключову роль у забезпеченні психологічного благополуччя відіграє якість взаємодії особистості з різними середовищами життєдіяльності – сімейним, міжособистісним та інформаційним. Це створює теоретичне підґрунтя для розгляду екологічності взаємодії як інтегративної характеристики, що відображає здатність особистості підтримувати конструктивні, ресурсні та взаєморозвивальні форми взаємин у кризових умовах.



Виклад основного матеріалу дослідження. В результаті аналізу та узагальнення сучасних підходів в галузі сімейних стосунків, було визначено, що екологічність сімейних стосунків це стан і спосіб організації сімейного простору, за якого мінімізуються психологічні ризики для членів родини, забезпечується баланс між індивідуальними та спільними потребами, підтримується можливість розвитку кожного і всієї системи загалом.

Інтегральна модель виокремлює чотири взаємопов'язані параметри, які структурно описують екологічний простір сім'ї в умовах війни:

1) Адаптивна рівновага – здатність сімейної системи гнучко реагувати на зміни в середовищі. Йдеться про баланс між стабільністю та необхідною гнучкістю сім'я зберігає ядро своїх цінностей і водночас здатна змінювати форми організації побуту, розподіл ролей, способи прийняття рішень тощо.

2) Забезпечення потреб – рівень задоволення базових, емоційних, соціальних та інформаційних потреб членів родини.

3) Трансформаційний розвиток – здатність сім'ї використовувати кризові події як імпульс для якісних змін у структурі взаємин, системі цінностей, формуванні глибшого розуміння одне одного.

4) Проєктна перспектива майбутнього – наявність спільного бачення майбутнього сім'ї, що виступає чинником стабілізації та дає відчуття смислу, послідовності та напрямку руху.

Параметри моделі реалізуються в умовах взаємодії внутрішніх і зовнішніх факторів. До внутрішніх факторів належать: сімейні цінності та установлення, характер емоційної культури, особливості комунікації, структура ролей, гнучкість чи жорсткість меж, наявність практик взаємопідтримки. Зовнішні фактори включають: безпекову ситуацію, житлові умови, доступ до соціальних, медичних та освітніх послуг, економічний стан



сім'ї, рівень соціальної підтримки з боку громади, волонтерських та державних структур.

Екологічними міжособистісними взаєминами є такі взаємини, де особистість здатна відбудовувати та підтримувати взаємодії, що сприяють суб'єктивному благополуччю особистості, дозволяють мінімізувати руйнівний вплив війни, сприяють усвідомленню та актуалізації ресурсів учасників і сприяють довготривалій стійкості системи стосунків.

Виходячи з аналізу сучасних досліджень інтегральна модель екологічних міжособистісних стосунків включає також чотири компоненти:

1. Суб'єктність особистості, тобто рівень прийняття дорослою людиною власної суб'єктивної позиції в міжособистісній взаємодії та відповідальності за цей простір власного життя;
2. Прийняття суб'єктності іншого - це здатність особистості до прийняття іншого, та визначення іншого, як окремого суб'єкта, що має власні цінності та цілі;
3. Побудова комфортного простору, це вміння та здатність вибудовувати та підтримувати простір довіри і підтримки в міжособистісному спілкуванні;
4. Відсутність конфліктності, тобто використання засобів ненасильницького спілкування у взаємодії.

Саме наявність цих 4 компонентів, а саме відповідальності у відносинах, прийняття іншого, наявності простору підтримки і довіри та використання ненасильницького спілкування можна вважати індикатором наявності екологічності в міжособистісних стосунках. І відповідно, їх відсутність – показником не екологічності міжособистісних взаємин.

Інформаційне середовище передбачає також визначені чотири компоненти, а саме: 1) впорядкованість; 2) гармонійність; 3) чистота; 4)



природність. Значущими факторами екологічності інформаційного середовища є структурованість організації та споживання, що реалізується в кожному із зазначених компонентів.

Методи емпіричного дослідження. На основі запропонованої теоретичної моделі нами було розроблено методика “Шкала екологічності взаємодії дорослих у середовищах життєдіяльності”. Ця методика містить твердження по кожному з виділених параметрів кожного з середовищ – сімейного, міжособистісного і інформаційного. Респондентам пропонувалося оцінити, наскільки кожне твердження відповідає поточному стану його життя, за п’ятибальною шкалою: від «зовсім не відповідає» до «повністю відповідає». За аналізом результатів опитування фахівець визначає як загальний рівень екологічності взаємодії із сімейним, міжособистісним та інформаційним середовищами особистості, так і відповідність результатів кожної шкали параметру екологічності.

Окремо вимірювалися рівні суб’єктивної задоволеності життям (Е. Дінер) та життєвого благополуччя особистості, розробленою лабораторією екологічної психології (Швалб та ін., 2025).

Результати. Загальна кількість респондентів, що прийняли участь у нашому дослідженні – 122 особи дорослого віку, що пов’язані із соціономічною сферою професійної діяльності та / чи відповідною освітою - психотерапевти, психологи, фахівці соціальної роботи, викладачі та студенти відповідних спеціальностей ЗВО. Серед них жінок 85% та чоловіків 15%, що досить близько відповідає реальній демографічній ситуації в даній сфері.

При цьому 64% респондентів мають вищу освіту, 20% - неповну вищу, та по 8% респондентів мають середню та середню спеціальну освіту. За соціальним статусом більшість опитаних є працюючими – 43%, студенти – 39%, самозайняті – 12%, пенсіонери – 3%, безробітні та домогосподарки – по



1,5%. За місцем проживання, 41% вибірки проживають у місці постійного проживання, 23% мають прихисток в інших країнах, 21% проживають у місці тимчасового проживання та 15% мають статус ВПО. За організацією життя разом із сім'єю проживають 35% респондентів, самотні - 15%, проживають окремо від інших членів сім'ї (сім'я поділена) - 45%, діти живуть окремо - 5%.

Для перевірки статистично значущого впливу основних характеристик вибірки на екологічність сімейного, міжособистісного та інформаційного середовищ було проведено однофакторний дисперсний аналіз (критерій Краскела-Уолліса). Результати представлені в таблиці 1.

Таблиця 1.

Вплив основних характеристик виборки на екологічність взаємодії з середовищами

Фактор	Освіта				Місце проживання				Організація життя	
	F	df1	df2	p	F	df1	df2	p	F	df1
з сім'єю	4,35	3	11,55	0,03	1,968	3	24,6	0,145	2,259	5
міжособистісна	3,85	3	10,84	0,04	3,131	3	25	0,043	0,146	5
з інф. середовищем	4,52	3	10,4	0,03	0,458	3	23,4	0,714	0,419	5

Результати однофакторного дисперсійного аналізу (критерій Краскела-Уолліса) показали, що рівень освіти має статистично значущий вплив за показниками сімейної взаємодії, міжособистісних відносин та взаємодії з інформаційним середовищем. Це свідчить про те, що освіта виступає важливим чинником соціальної компетентності та специфіки включення індивіда в соціальні та інформаційні контексти. При цьому фактор місця проживання має значущий вплив тільки на показники взаємодії в



міжособистісних відносинах, що є достатньо передбачувано, бо для тих хто проживає на постійному місці проживання взаємодія в міжособистісних відносинах є більш екологічною ніж для біженців і переселенців. Тобто, місце проживання впливає саме на щільність соціальних контактів, типи соціальних зв'язків та доступ до соціальних ресурсів. Проте воно не впливає на сімейні відносини чи взаємодію в інформаційній сфері. Організація життя родини не має суттєвого впливу на всі ці середовища. Це може свідчити про те, що формальна структура життєвої організації (спільне проживання, розділеність сім'ї, самотність тощо) не є визначальним чинником якості сімейних та міжособистісних відносин чи взаємодії з інформаційним середовищем. Ймовірно, більш вагому роль відіграють суб'єктивні характеристики взаємодії, зокрема емоційна близькість, рівень підтримки та задоволеність стосунками тощо.

Було виявлено низку статистично значущих кореляцій між досліджуваними змінними (ρ Спірмена).

Найсильніший позитивний зв'язок спостерігається між взаємодією з сім'єю та задоволеністю життям по Динеру ($r = 0,534, p < 0,01$) та особистісним благополуччям за методикою лабораторії екологічної психології ($r = 0,426, p < 0,01$), що свідчить про те, що взаємодія з сім'єю є важливою складовою для відчуття особистістю власного благополуччя. Взаємодія в міжособистісних відносинах також має сильний позитивний зв'язок із взаємодією з сім'єю ($r = 0,479, p < 0,01$) та середній позитивний зв'язок із задоволеністю життя та особистісним благополуччям, що свідчить про те що взаємодія із сім'єю є важливою складовою міжособистісної взаємодії, та теплі і відкриті відносини в сім'ї сприяють встановленню більш екологічної взаємодії з оточуючими. А також що міжособистісні взаємини є важливою частиною суб'єктивного благополуччя особистості. Взаємодія в інформаційному середовищі, в свою



чергу, має високий кореляційний зв'язок із взаємодією в міжособистісному спілкуванні ($r = 0,448$, $p < 0,01$), це підтверджує що інформаційне середовище стає необхідною платформою для розгортання міжособистісної взаємодії.

Проведений кореляційний аналіз (ρ Спірмена) між компонентами взаємодії в сімейному, міжособистісному та інформаційному середовищах виявив систему значущих позитивних зв'язків між показниками сімейного середовища, характеристиками міжособистісних відносин та окремими параметрами інформаційного простору.

Результати кореляційного аналізу свідчать про наявність тісних статистично значущих зв'язків між усіма показниками сімейного середовища. Зокрема, виявлено сильні позитивні кореляції між сімейним забезпеченням та адаптацією ($\rho = 0,698$, $p < 0,001$), забезпеченням і розвитком ($\rho = 0,644$, $p < 0,001$), а також між розвитком і адаптацією ($\rho = 0,643$, $p < 0,001$). Показник сімейного проєктування також демонструє значущі зв'язки з іншими параметрами (ρ у межах $0,52$ – $0,64$, $p < 0,001$). Отримані дані вказують на високий рівень інтегрованості сімейного середовища, де його ключові функції — адаптація, забезпечення, розвиток і проєктування — формують цілісну систему та взаємно підсилюють одна одну.

Також виявили наявність тісних статистично значущих зв'язків між показниками міжособистісних відносин. Зокрема, встановлено сильні позитивні кореляції між прийняттям іншого та толерантністю ($\rho = 0,601$, $p < 0,001$), відповідальністю та толерантністю ($\rho = 0,645$, $p < 0,001$), прийняттям та підтримкою ($\rho = 0,560$, $p < 0,001$), а також відповідальністю та прийняттям ($\rho = 0,614$, $p < 0,001$). Отримані результати свідчать про високий рівень узгодженості складових міжособистісної сфери, що дозволяє розглядати її як цілісну систему. Таким чином, міжособистісна компетентність має комплексний характер, де прийняття іншого, толерантність, підтримка та



відповідальність виступають взаємопов'язаними компонентами єдиної системи соціальних навичок.

Результати кореляційного аналізу свідчать про менш виражений та вибірковий характер зв'язків показників інформаційного простору з іншими змінними. Більшість кореляцій є слабкими та статистично незначущими. Водночас окремі параметри демонструють значущі зв'язки, зокрема впорядкованість пов'язана з прийняттям іншого ($\rho = 0,264$, $p < 0,05$) та підтримкою ($\rho = 0,276$, $p < 0,05$), гармонійність — із толерантністю ($\rho = 0,266$, $p < 0,05$), а чистота — з толерантністю ($\rho = 0,299$, $p < 0,05$) та підтримкою ($\rho = 0,449$, $p < 0,001$). Найбільш виражені кореляції виявлено для показника природності інформаційного середовища, який пов'язаний із розвитком сім'ї ($\rho = 0,284$, $p < 0,05$), прийняттям іншого ($\rho = 0,307$, $p < 0,05$), толерантністю ($\rho = 0,401$, $p < 0,01$) та відповідальністю ($\rho = 0,436$, $p < 0,001$). Отримані результати дозволяють припустити, що інформаційний простір має відносно опосередкований вплив на психологічні та соціальні характеристики особистості чи можливо цей вплив не є усвідомленим особистістю.

В результаті аналізу було виявлено наявність стабільних статистично значущих зв'язків між показниками сімейного середовища та характеристиками міжособистісних відносин. Зокрема, встановлено помірні позитивні кореляції між сімейними показниками та прийняттям іншого ($\rho \approx 0,37-0,45$, $p < 0,001$), толерантністю ($\rho \approx 0,26-0,33$, $p < 0,05$), підтримкою ($\rho \approx 0,32-0,33$, $p < 0,05$), а також відповідальністю, де найбільш виражений зв'язок спостерігається з показником сімейного розвитку ($\rho = 0,530$, $p < 0,001$). Отримані результати свідчать про те, що сімейне середовище є важливим чинником формування міжособистісних навичок. Таким чином, вищий



рівень функціональності сім'ї пов'язаний із більш розвинутою соціальною компетентністю особистості, що проявляється у здатності до прийняття іншого, толерантності, підтримки та відповідальності у взаємодії з оточенням.

Висновки. Екологічність взаємодії дорослих із сімейним, інформаційним та середовищем міжособистісного спілкування - є невід'ємною умовою та підтримкою задоволеності власним життям та психологічного благополуччя, що в свою чергу стає необхідною умовою збереження психологічного здоров'я особистості в умовах довготривалої війни.

З позицій екопсихологічного підходу *екологічною можна вважати таку міжособистісну взаємодію, яка створює взаємосприятливі умови для розвитку всіх значущих елементів системи «людина – середовище».*

Запропоновано структурні моделі екологічності взаємодії особистості з сімейним, міжособистісним та інформаційним середовищами. Інтегральна модель сімейної взаємодії містить такі параметри, як адаптивна рівновага, забезпечення потреб, трансформаційний розвиток, проектна перспектива майбутнього сім'ї. Модель міжособистісних стосунків складається з суб'єктності, що відображається у відповідальності у відносинах та прийнятті іншого, та характеристик самого простору, тобто наявності підтримки і довіри та ненасильницького спілкування. Інформаційне середовище - впорядкованість, гармонійність, чистота, природність.

Відповідно до запропонованих моделей розроблено та проведено методику “Шкала екологічності взаємодії дорослих у середовищах життєдіяльності”. Отримані дані вказують на високий рівень інтегрованості сімейного та міжособистісного середовища та зв'язок їх з інформаційним середовищем, що можливо пов'язане із тим, що саме інформаційне



середовище в сучасних умовах сприймається особистістю як засіб підтримки взаємодій в сім'ї та спілкуванні. Також доведено зв'язок між екологічністю взаємодій в зазначених середовищах та переживанням задоволеності життям та психологічним благополуччям особистості. Таким чином, екологічні взаємодії дорослих із середовищами власної життєдіяльності формують цілісну систему та взаємно підсилюють одна одну.

Перспективою подальшого дослідження є розробка програми формування екологічної взаємодії дорослих з середовищами життєдіяльності.

Конфлікт інтересів

Автори декларують відсутність конфлікту інтересів

Залученість ШІ

Використовувалися GPT-5 mini та Gemini AI 2.5.

Застосування ШІ мало виключно сервісний характер. Використання інструментів ШІ здійснювалося з дотриманням принципів наукової доброчесності, конфіденційності, прозорості, верифікованості отриманих результатів і обов'язкового контролю.

Інструменти ШІ не використовувалися для формування остаточних наукових висновків, підміни авторської дослідницької позиції, фальсифікації даних чи виконання дій, що можуть суперечити етичним нормам проведення наукових досліджень

References

Anjum, G., Aziz, M., & Hamid, H. K. (2023). Life and mental health in limbo of the Ukraine war: How can helpers assist civilians, asylum seekers and refugees affected by the war? *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1129299. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1129299>



Ben-Ezra, M., Goodwin, R., Leshem, E., & Hamama-Raz, Y. (2023). PTSD symptoms among civilians exposed to war: The case of the Ukraine crisis. *Journal of Psychiatric Research*, 158, 230–237.

<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2022.12.019>

Charlson, F., van Ommeren, M., Flaxman, A., Cornett, J., Whiteford, H., & Saxena, S. (2019). New WHO prevalence estimates of mental disorders in conflict settings: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet*, 394(10194), 240–248.

[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30934-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30934-1)

Garfin, D. R., Silver, R. C., & Holman, E. A. (2020). The novel coronavirus (COVID-19) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure. *Health Psychology*, 39(5), 355–357. <https://doi.org/10.1037/hea0000875>

Holt-Lunstad, J. (2022). Social connection as a public health issue: The evidence and a systemic framework for prioritizing the “social” in social determinants of health. *Annual Review of Public Health*, 43, 193–213.

<https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-052020-110732>

Khan, A. R., & Altalbe, A. (2023). Potential impacts of Russo-Ukraine conflict and its psychological consequences among Ukrainian adults: The post-COVID-19 era. *Frontiers in Public Health*, 11, Article 1280423.

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1280423>

Kimhi, S., Kaim, A., Bankauskaite, D., Baran, M., Baran, T., Eshel, Y., et al. (2024). A full-scale Russian invasion of Ukraine in 2022: Resilience and coping within and beyond Ukraine. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 16(3), 1005–1023.

<https://doi.org/10.1111/aphw.12466>

Meshcheriakov D.S. Balance and Disbalance of Subjectness in Virtual Space. *Technologies of Intellect Development*. 2025. Vol. 9, no. 2(38).

<https://doi.org/10.31108/3.2025.9.2.7>



Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631–643. <https://doi.org/10.1037/amp0000660>

Shvalb, Yu. M., & Vernik, O. L. (2025). Ekolohizatsiia yak systemnyi pryntsyyp orhanizatsii osvithnoho prostoru suchasnoho zakladu vyshchoi osvity [Greening as a systemic principle of organizing the educational space of a modern higher education institution]. *Socialization and Human Development*, 7, 73–84. <https://doi.org/10.37096/SHDISJ-25-1.2-0005> [in Ukrainian]

Shvalb, Yu. M., Vernik, O. L., & Pavlenko, O. V. (2025). Metodyka doslidzhennia zhyttievoho blahopoluchchia osobystosti [Methodology for studying individual well-being]. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia*, 1(34), 170–180. <https://doi.org/10.31108/2.2025.1.34.15> [in Ukrainian]

Shvalb, Yu. M., Varava, L. A., Vernik, O. L., Kyrpenko, T. M., Pavlenko, O. V., & Diachok, O. M. (2024). Osoblyvosti osobystisnykh stratehii zhyttiediialnosti v umovakh nevyznachenosti seredovyshcha [Features of personal life strategies in conditions of environmental uncertainty]. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742906/> [in Ukrainian]

Shvalb, Yu. M., Vernik, O. L., Vovchuk-Blakytina, O. O., Kyrpenko, T. M., Pavlenko, O. V., & Rudomino-Dusiatska, O. V. (2021). *Ekoloho-psykholohichni determinanty subiektyvnoho blahopoluchchia osobystosti* [Ecological-psychological determinants of subjective well-being of personality]. Kyiv–Lviv: Vydavets Viktoriia Kundelska. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728490/1/Shvalb_2021.pdf [in Ukrainian]

Tsybuliak, N., Popova, A., Lopatina, H., & Suchikova, Y. (2025). Mental health of Ukrainian researchers during wartime. *Global Public Health*, 20(1), Article 2495328. <https://doi.org/10.1080/17441692.2025.2495328>



Vernik, O. L., Varava, L. A., & Pavlenko, O. V. (2026). Deiaki aspekty ekolohizatsii suchasnoho osvitnoho prostoru ZVO [Some aspects of greening the modern higher education environment]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii ta sotsialnoi roboty*, 81–91. <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2026-69-1-81-91>

Ця робота ліцензується відповідно до Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Авторське право (c) 2026 Vernik Oleksandr Вернік Олександр Леонідович, Pavlenko Oksana Павленко Оксана Валентинівна, Varava Larysa Варав Лариса Олексіївна

Отримано: 20.03.2026

Відрецензовано: 30.04.2026

Опубліковано: 20.05.2026

DOI: <https://doi.org/10.31108/3.2026.10.1.11>