

Стельмах Ірина Ігорівна

аспірантка, молодший науковий співробітник,
відділ психології масової комунікації та медіаосвіти,
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,
м. Київ, Україна
<https://orcid.org/0000-0002-6759-0418>
psychologist.rina@gmail.com

ОПАНУВАННЯ САМОТНОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ: ІДЕНТИЧНІСНІ НАРАТИВИ ВПО (ЯКІСНИЙ АНАЛІЗ КРИЗОВИХ, РЕСУРСНИХ ТА ЕМОЦІЙНО ЗАБАРВЛЕНИХ ІДЕНТИЧНОСТЕЙ ЗА МЕТОДИКОЮ TST)

Актуальність дослідження. Повномасштабна війна в Україні значно загострила як соціально-психологічні, так і екзистенційні виклики, пов'язані з досвідом самотності – особливо серед внутрішньо переміщених осіб (ВПО), які втратили не лише домівки, а й стабільні соціальні ролі та ідентифікаційні опори. У цьому контексті питання самовизначення та подолання ідентичної кризи набуває особливої психологічної актуальності.

Мета дослідження – проаналізувати ідентичнісні наративи українських ВПО крізь призму переживання та опанування почуття самотності, з особливою увагою до емоційно вразливих, ресурсних та кризових самоописів, отриманих за допомогою методики «Хто я?» (TST).

Методологія. У дослідженні взяли участь 63 респонденти – внутрішньо переміщені особи з тимчасово окупованих регіонів України, які нині проживають у різних областях, зокрема в місті Київ. Збирання даних здійснювалося у форматі відкритого завдання на самовизначення за методикою TST. Отримані висловлювання проаналізовано з використанням змішаного підходу до кодування: категоріального, якісного та змістового. Відповіді класифіковано за категорією ідентичності, емоційною валентністю та рівнем ресурсності. Особливу увагу приділено профілям з ознаками психологічної вразливості, втрати цілісності або суперечливих самоописів.

Результати. Більшість ВПО конструюють ідентичність через соціальні ролі (71,4%), передусім родинні та професійні. Водночас значна частина відповідей містить ознаки емоційного виснаження, фрагментації ідентичності та екзистенційної дезорієнтації. Загалом переважають позитивно забарвлені та ресурсні ідентичності, однак приблизно 10% вибірки становлять кризові, або межові, профілі, що вирізняються негативною або іронічною формою вираження. Зафіксовано сильний зв'язок між емоційною валентністю і ресурсністю (V Крамера = 0,57), тоді як зв'язки з віком і статтю статистично незначущі.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Ідентичнісні профілі ВПО в Україні відображають складну динаміку травматичного досвіду, адаптації та пошуку сенсів. Кризові самоописи є не лише індикаторами вразливості, а й потенційними точками психологічної трансформації. Методика TST довела свою гнучкість у фіксації як стабільних, так і порушених компонентів ідентичності в умовах вимушеного переміщення та соціальної нестабільності.

Ключові слова: ідентичність; внутрішньо переміщені особи; самотність; кризовий профіль; емоційна валентність; ресурсність; методика «Хто я?» (TST).

Iryna I. Stelmakh

PhD student, Junior Researcher,
Department of Psychology of Mass Communication and Media Education,
Institute for Social and Political Psychology
at the National Academy of Educational Sciences of Ukraine,
Kyiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-6759-0418>
psychologist.rina@gmail.com

COPING WITH LONELINESS IN WARTIME: IDENTITY NARRATIVES OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS (A QUALITATIVE ANALYSIS OF CRISIS, RESOURCEFUL AND EMOTIONALLY CHARGED IDENTITIES BASED ON THE TST METHOD)

Introduction. The full-scale war in Ukraine has sharply intensified both socio-psychological and existential challenges related to the experience of loneliness — particularly among internally displaced persons (IDPs), who have suffered not only the loss of their homes but also the disruption of stable social roles and identity anchors. In this context, the issue of self-identification and overcoming identity crisis becomes particularly relevant in psychological terms.

Purpose. The article aims to examine the identity narratives of Ukrainian IDPs through the lens of loneliness, with a specific focus on emotionally vulnerable, resource-based, and crisis-related self-descriptions obtained via the TST (Twenty Statements Test) method.

Methodology. The study included 63 participants—internally displaced persons from temporarily occupied regions of Ukraine, residing in various regions, including Kyiv. Data were collected through an open-ended "Who am I?" prompt following the TST protocol and were analyzed using mixed qualitative and categorical coding, including classification by identity category, emotional valence, and resourcefulness level. Particular attention was given to profiles marked by psychological vulnerability, loss of coherence, or contradictory self-definitions.

Results. The findings demonstrate that most IDPs construct their identity through social roles (71.4%), predominantly familial and professional. However, a significant subset of responses reveals signs of emotional exhaustion, identity fragmentation, and existential disorientation. Positive emotional valence and resourceful identities prevail overall, but roughly 10% of the sample represents crisis or borderline profiles, often characterized by negative or ironic expressions. A strong association was found between emotional valence and resourcefulness (Cramér's $V = 0.57$), while associations with age and gender were statistically insignificant.

Conclusions and prospects for further research. The identity profiles of Ukrainian IDPs reflect a complex interplay of trauma, adaptation, and meaning-making. Crisis identities serve not only as indicators of vulnerability but also as potential starting points for psychological transformation. The TST method proves to be a flexible tool for capturing both stable and disrupted aspects of identity under conditions of forced displacement and societal instability.

Keywords: identity; internal displacement; loneliness; crisis profile; emotional valence; resourcefulness; Twent Statements Test (TST).

Виклад основного матеріалу дослідження. Упродовж жовтня 2023 – лютого 2024 року проведено емпіричне дослідження, спрямоване на вивчення ідентичнісних уявлень внутрішньо переміщених осіб (ВПО), які прибули з тимчасово окупованих територій України та оселилися в різних регіонах, зокрема в місті Київ. На першому етапі зібрано 66 анкет за допомогою онлайн-опитування (платформа Google Forms). З них 13 було вилучено з подальшого аналізу через неповноту відповідей, зумовлену налаштуваннями форми, що не обмежували пропуск окремих пунктів. Другий етап збирання даних відбувся в серпні 2024 року в межах цілеспрямованої вибірки, сформованої на базі медичної волонтерської ініціативи та орієнтованої на ВПО з Херсона, які наразі проживають у Києві. У цьому етапі взяли участь ще 20 осіб. Після об'єднання двох етапів і вилучення неповних анкет до підсумкового аналізу було включено 63 респонденти. У вибірці переважали жінки (83,6%), чоловіки становили 16,4%. Вік учасників варіювався в межах від 20 до 64 років, при цьому найбільш представленими були вікові групи 20–35 і 36–50 років.

Серед діагностичних інструментів, використаних у дослідженні, у межах цієї публікації розглянуто результати методики «Хто Я?» (Twenty Statements Test, TST), адаптованої до контексту вивчення національної ідентичності українських ВПО. Методика TST, розроблена Куном і Макпартлендом (Kuhn, & McPartland, 1954), є відкритим

інструментом для аналізу самосприйняття, що дає змогу дослідити змістові характеристики самоопису в умовах ситуативної невизначеності. Вона ґрунтується на попередніх напрацюваннях методики «Who Am I?» (Bugental, & Zelen, 1950) і, попри початкову критику, набула широкого вжитку в соціальній психології (McGuire, & McGuire, 1984).

В Україні методику застосовували, зокрема, для аналізу гендерної ідентичності. Так, Цешнатій (2015) запропонувала модифікований варіант із додатковими фразами-стимулами, що дало змогу виявити як зміст, так і лексико-семантичну структуру самоописів. Загалом методика довела свою гнучкість і придатність для вивчення найрізноманітніших аспектів ідентичності – від гендерної і професійної до культурної і національної.

У межах цього дослідження учасникам було запропоновано відповісти на 20 відкритих пунктів-запитань за інструкцією: «Нижче на сторінці ви бачите 20 пронумерованих порожніх рядків. Будь ласка, напишіть у кожному з них відповідь на просте запитання «Хто я?». Запишіть просто 20 різних відповідей на це запитання. Відповідайте так, як нібито ви відповідаєте самому собі, а не комусь іншому. Розташовуйте відповіді в тому порядку, у якому вони спадають вам на думку, не розмірковуйте над їхньою логічністю або важливістю. Пишіть швидко, ваші спонтанні реакції дають найцінніший результат».

Методика аналізу передбачала категоризацію відповідей за змістовими блоками, їхньою емоційною валентністю і рівнем ресурсності – з подальшим кількісним і якісним аналізом отриманих даних.

За статеву ознакою у вибірці значно переважали жінки – 83,6% (n = 51), тоді як чоловіки становили 16,4% (n = 10). Ця диспропорція, на нашу думку, зумовлена як контекстом залучення учасників, так і специфікою досліджуваної теми, що може бути більш релевантною або доступною для жінок-учасниць.

За віком респонденти були розподілені на три вікові групи:

- 20–35 років – 45,9% (n = 28);
- 36–50 років – 44,3% (n = 27);
- 51–64 роки – 9,8% (n = 6).

Відповіді аналізувалися за чотирма основними критеріями:

- категорія ідентичностей (родинна, професійна, особистісна, екзистенційна тощо);
- тематичний вектор (сміслова домінанта) – ключова тема, яка проявляється у відповідях;
- емоційна валентність – позитивна, нейтральна, негативна або іронічна;
- рівень ресурсності – чи є ідентичність джерелом сили чи, навпаки, маркером втрати.

Окрему увагу приділено так званим кризовим, або межовим, профілям, у яких фіксується втрата смислу, зниження рефлексії або поєднання взаємовиключних ідентичностей. Ці профілі дають змогу дослідити більш точно, як саме особистість переживає самотність, втрати, виклики воєнного часу.

Усі відповіді було закодовано відповідно до трьох аналітичних критеріїв: провідної ідентичності, емоційної валентності та ресурсності висловлювання. Додатково, у межах групи респондентів, які ототожнювали себе через соціальні ролі, виокремлено чотири типи соціальних ролей. Найбільшу частину вибірки становили респонденти, котрі ототожнювали себе через соціальні ролі, – 71,4%. Інші ідентифікації представлені меншою мірою: особистісні риси – 17,5%, ідентифікація через діяльність – 4,8%, через емоційні стани – 6,3%.

Серед соціальних ролей, що були зазначені як провідні, найчастіше фігурували родинні соціальні ролі (30,2%) і різноманітні соціальні ролі (25,4%). Респонденти, що

ототожнювали себе через професійні ролі, становили 11,1%, а через громадянські ролі – 3,2%. Ще 30,2% учасників дослідження мали ідентичності, не пов'язані із соціальними ролями, і були об'єднані в умовну категорію «всі інші».

Щодо емоційної валентності, то переважна більшість висловлювань мала позитивне емоційне забарвлення – 68,3%. Інші відповіді були амбівалентними (17,5%), негативними (7,9%) або емоційно нейтральними (6,3%).

Також було здійснено кодування за параметром ресурсності – тобто наскільки висловлювання про ідентичність містить ознаки внутрішнього ресурсу або, навпаки, втрати: 65,1% ідентичностей класифіковано як ресурсні, 15,9% – як де-ресурсні, а ще 19,0% – як змішані.

Загалом отримана вибірка характеризується переважанням соціально зорієнтованих, емоційно позитивних та ресурсно насичених уявлень про себе, що уможливило подальше вивчення механізмів позитивної ідентифікації в умовах нестабільного соціального середовища.

Бачимо, що більшість учасників ідентифікували себе через соціальні ролі, що відповідає ключовій ролі соціальних зв'язків в індивідуальному самосприйнятті. Найчастіше респонденти у своїх відповідях згадують родинні і різноманітні соціальні ролі. Категорія «всі інші» об'єднує респондентів, для яких провідна ідентичність не була соціальною за своєю суттю. Переважна частина тверджень має позитивну емоційну забарвленість, що говорить про здатність респондентів ідентифікувати себе через конструктивні, прийнятні образи. Більшість відповідей відображають той чи той рівень ресурсності, що може свідчити про потенціал ідентичностей внутрішньо переміщених осіб як механізму подолання труднощів або збереження внутрішнього балансу.

Категорії ідентичностей. Найбільш представленими виявилися родинні ідентичності, що формують ядро соціального самовизначення. Згадки на кшталт «мама», «дружина», «донька», «сестра», «тато», «брат» зафіксовано в 412 випадках. Це свідчить про значущість міжособистісної прихильності як ресурсу, що протистоїть ізоляції.

Другою за частотністю групою були особистісні характеристики – «відповідальна», «чутлива», «рішуча», «відверта» тощо. Такі риси з'явилися в 302 ідентичностях, демонструючи прагнення респондентів окреслити себе не лише через соціальні ролі, а й через внутрішній досвід.

Професійно-освітні ідентичності («психолог», «підприємець», «вчитель», «фахівець») фіксувалися 239 разів. У поєднанні з побутовими («господиня», «водій», «домогосподарка») це свідчить про бажання зберегти функціональність і стабільність.

Окрема підкатегорія – емоційно-екзистенційні ідентичності (97 згадок): «самотня», «втомлена», «людина, яка втратила все», «людина, яка не знає, куди йти далі» – найглибше відображає кризу ідентичності та втрату сенсів.

Емоційна валентність. За емоційним забарвленням ідентичностей виявлено такий розподіл:

- позитивна валентність («щаслива», «любляча», «весела», «натхненна») – 305 згадок;
- нейтрально-описова («людина», «жінка», «українка», «працівник») – найбільш численна група (372 згадки), яка фіксує факт існування, не вдаючись до емоційної інтерпретації;
- негативна, або вразлива («самотня», «вдова», «втомлена», «ніяка»), – 114 згадок, що прямо сигналізують про психологічне напруження;

- самоіронічна/ігрова («відьма», «чистоплюйша», «танцюю вдома», «голка в душі») – 72 згадки. Це приклади креативного, але іноді захисного способу говорити про себе.

Рівні ресурсності. За рівнем ресурсності профілі респондентів розподіляються так:

- високоресурсні ідентичності («психолог», «той, хто вчиться», «сильна», «борець») – виявлені у 284 випадках. Свідчать про здатність до адаптації, трансформації і підтримки інших;
- побутово-ресурсні ролі («працівник», «водій», «господиня») вказують на функціональну присутність у щоденному житті – 218 згадок;
- емоційно-підтримувальні ідентичності («любляча мама», «подруга», «добра») – 196 разів, як прояви тепла і зв'язку з іншими;
- низькоресурсні/вразливі ідентичності («самотня», «вдова», «втомлена») фіксувалися в 123 випадках. Відображають досвід втрати, кризи або глибокого емоційного виснаження;
- амбівалентні або самоіронічні ролі («чистоплюйша», «душніла», «мрійниця з обличчям в асфальт») – 88 випадків. Демонструють психоемоційну складність, поєднання позитиву і вразливості.

Отже:

1. Родинні зв'язки та особистісні риси – ключовий змістовий ресурс, на якому тримається ідентичність у період кризи.
2. Частина респондентів демонструє високу саморефлексивність і адаптивність, але водночас спостерігається значна частка обірваних і сповнених втоми відповідей, які свідчать про емоційне вигорання.
3. Ігрові або самоіронічні ідентичності – важливий індикатор м'яких способів психологічного захисту, що не слід ігнорувати в інтерпретаціях.

З огляду на мету дослідження наступним етапом стала побудова матриці кореляцій між такими змінними: категорія ідентичності; тип соціальних ролей; емоційна валентність; ресурсність.

Оскільки всі закодовані змінні належали до категорії номінальних, було застосовано коефіцієнт Крамера V (Cramér's V) і тест незалежності χ^2 (хи-квадрат) – для перевірки гіпотези, що змінні незалежні. Розрахувавши матрицю за коефіцієнтом Крамера V для кожної пари змінних, ми виявили найсильніші асоціації між емоційною валентністю і ресурсністю ($V=0,57$), що підтвердило попереднє спостереження щодо того, що *позитивна емоційна валентність асоціюється з ресурсністю*. Інші зв'язки: між категорією ідентичності і емоційною валентністю та між категорією ідентичності і ресурсністю виявилися надто слабкими ($V=0,15$ і $V=0,18$ відповідно), що, імовірно, пов'язано з недостатньою різноманітністю вибірки через її невеликий обсяг ($n = 63$).

Для візуалізації взаємозв'язків між типами соціальних ролей та характеристиками ідентичності (емоційною валентністю і ресурсністю) побудовано дві груповані діаграми (рис. 1, рис. 2).

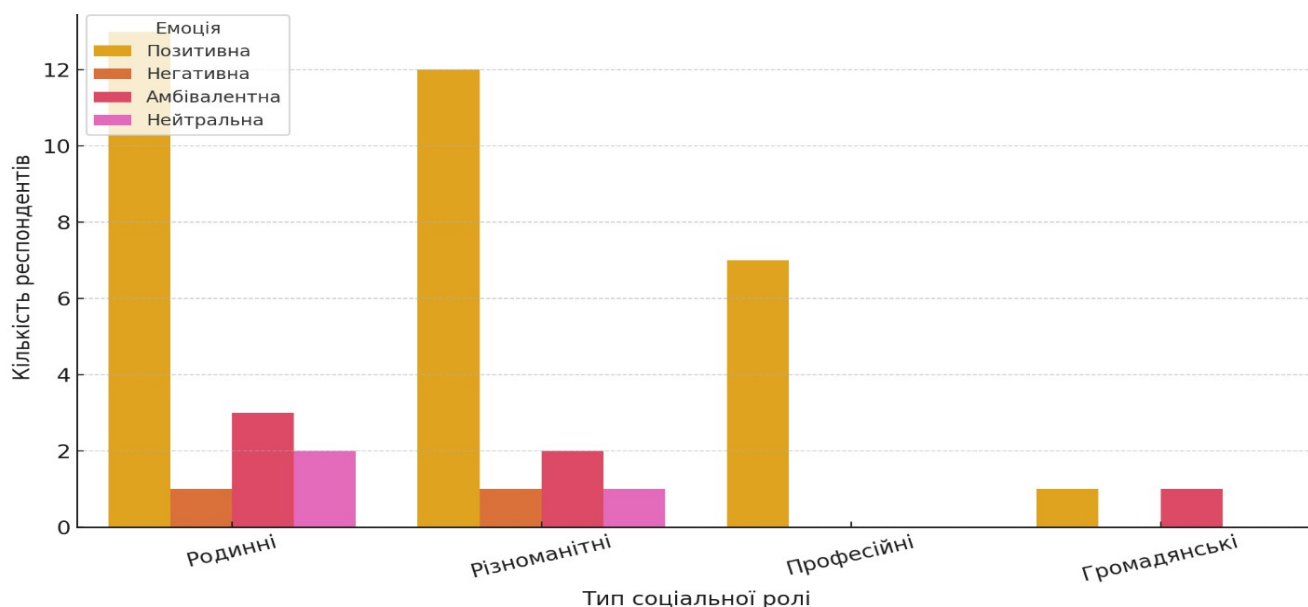


Рис. 1. Емоційна валідність за типами соціальних ролей

Емоційна валентність за типами соціальних ролей. На рисунку 1 представлено розподіл емоційної валентності відповідей респондентів у межах чотирьох типів соціальних ролей: різноманітні (окремий тип ролей яскраво не проявився), професійні, родинні та громадянські. Найчастіше соціальні ролі асоціюються з позитивною емоційною валентністю: зокрема, родинні ролі демонструють найвищу частку позитивної емоційності, що може свідчити про їхню емоційну значущість і підтримувальний характер у досвіді респондентів. Натомість професійні ролі мають більш виразну частку негативної або амбівалентної валентності, що може відображати вплив професійного середовища на емоційний стан особи або конфлікт між професійною ідентичністю і особистими очікуваннями. Також можливою причиною такого спостереження може бути певна фрустрація в реалізації професійних ролей респондентів у зв'язку з вимушеним переміщенням. В анкеті демографічних даних часто можна натрапити на інформацію про зрілих респондентів з числа ВПО (віком понад 30-35 років) як таких, що не мають наразі роботи. Категорія «різноманітні соціальні ролі» вирізняється високою варіативністю емоційної оцінки, що підтверджує її гетерогенний характер. Громадянські ролі, хоча й рідко трапляються у вибірці, пов'язані переважно з позитивними емоційними реакціями, що може свідчити про високий рівень особистої значущості громадянського залучення.

Ресурсність за типами соціальних ролей. Співвідношення ресурсного, де-ресурсного і змішаного сприйняття ідентичностей у межах тих самих типів соціальних ролей представлено на рисунку 2. Найбільш ресурсним типом є родинні ролі, що логічно співвідноситься з позитивною емоційною валентністю, виявленою під час попереднього аналізу. Родина, як базове соціальне оточення, є джерелом підтримки, стабільності та самоцінності.

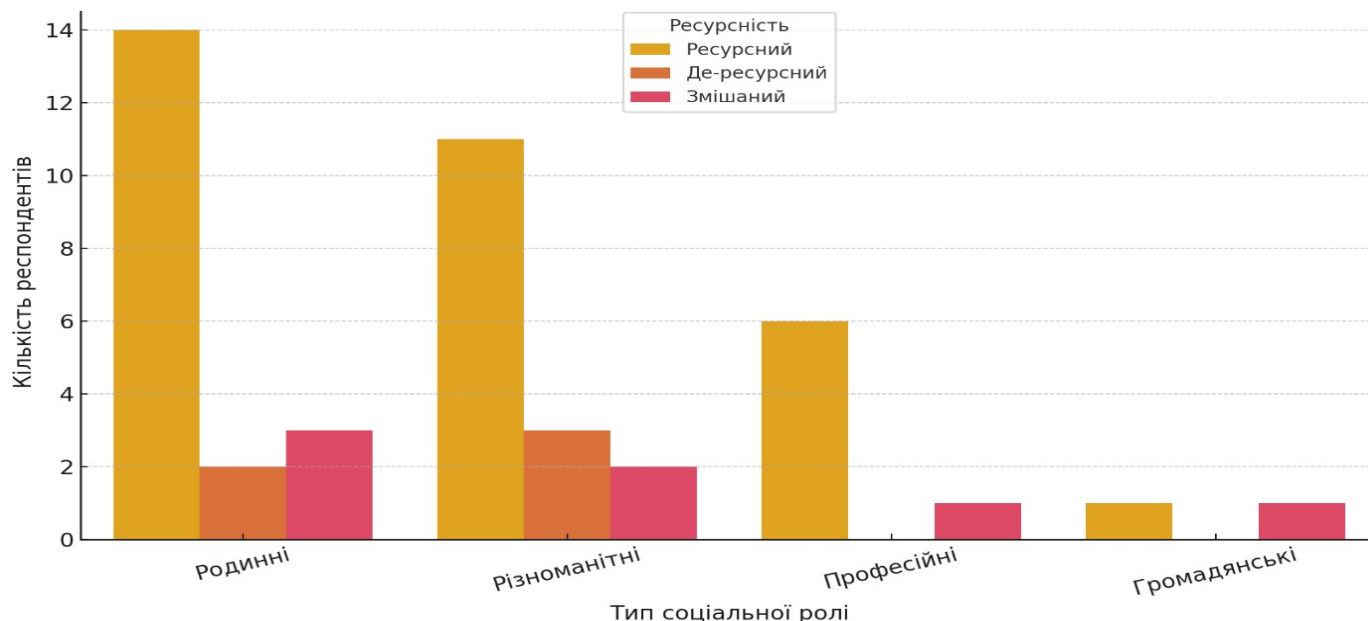


Рис. 2. Ресурсність за типами соціальних ролей

Натомість професійні ролі часто асоціюються з де-ресурсним або амбівалентним сприйняттям, що може бути пов'язано з професійним вигоранням, відчуттям перевантаження або недостатнім визнанням у трудовій сфері. Категорія «різноманітні ролі» розподілена між усіма типами ресурсності, що ще раз підтверджує її внутрішню неоднорідність. Громадянські ролі в цій вибірці представлені переважно як ресурсні, однак через недостатній обсяг спостережень цей результат слід трактувати як попередній.

Проведено також перевірку щодо наявності відмінностей у категоріях провідної ідентичності, емоційній валентності та ресурсності висловлювань залежно від статі і віку респондентів. Для цього застосовано тест незалежності хи-квадрат і коефіцієнт Крамера V. Жодна з перевірених асоціацій не виявилась статистично значущою ($p > 0.05$). Зв'язок між статтю і категорією ідентичності також не був статистично значущим ($\chi^2 = 6.35$; $p = 0.096$; $V = 0.32$), однак отримані значення ефекту дають підстави розглядати цю залежність як напрям для подальшого емпіричного вивчення та уточнення на більшій вибірці.

Інші змінні, зокрема вік, не продемонстрували істотного впливу на зміст ідентифікацій або їхній емоційно-ресурсний профіль. Якщо говорити про категорію ідентичності за статтю, то жінки значно частіше ототожнювали себе із соціальними ролями. У чоловіків спостерігається більш рівномірний розподіл між соціальними ролями та особистісними рисами. Категорії емоційних станів і діяльності в обох групах представлені поодинокими випадками.

Що ж до розподілу категорій ідентичності за віковими групами, то у всіх трьох групах (20–35, 36–50 та 51–64 роки) соціальні ролі залишаються домінантною категорією (рис. 3). Водночас вікова група 20–35 років виявилась найбільш різноманітною: респонденти цього віку значно частіше ідентифікують себе не лише через соціальні ролі, а й через особистісні риси, емоційні стани або діяльність. Натомість у старших групах (особливо 51–64 роки) спостерігається звуження ідентичнісного поля до соціально усталених ролей, що може свідчити про процеси стабілізації або фіксації ідентичності.

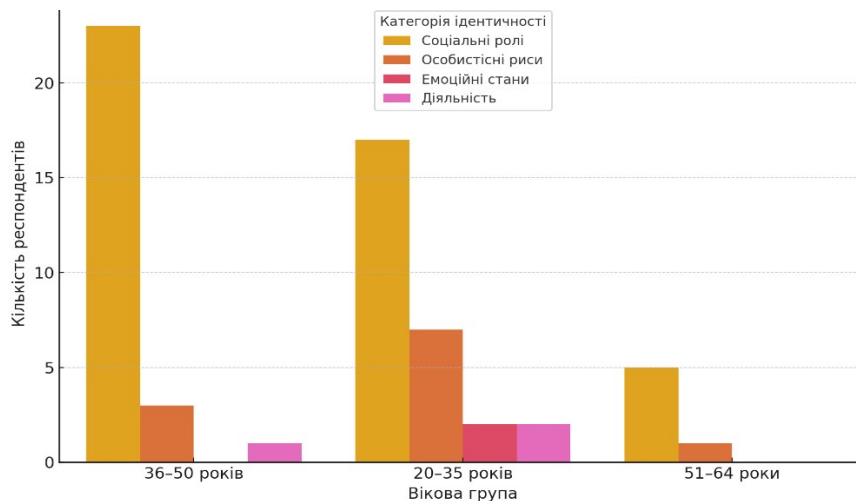


Рис. 3. Категорія ідентичності за віковою групою

Загалом отримані результати свідчать про переважання у вибірці позитивних, ресурсних і соціально орієнтованих ідентичностей. Хоч основна частина респондентів демонструє позитивно забарвлену та ресурсну ідентичність, аналіз маргінальних або критичних ідентифікацій має не меншу цінність для розуміння більш глибоких психологічних процесів. Саме ці відповіді відображають вразливі стани особистості, потенційні ознаки психологічного напруження або фрустрованої ідентичності. З огляду на це далі зосередимося на аналітичному описі цих кризових профілів.

Розгорнута аналітика кризових/межових профілів. Важливим компонентом якісного аналізу методики «Хто я?» в умовах дослідження теми опанування почуття самотності стало виявлення так званих кризових, або межових, профілів – відповідей, у яких простежується втрата цілісності ідентичності, приглушення емоційної рефлексії або поєднання суперечливих смислів (табл. 1). Для кризових профілів характерні такі ознаки:

- багаторазове повторення відповіді «не знаю»/«немає», порожніх клітинок, символічних знаків (? , - , !), наприклад: «важко відповісти (×10)», «немає варіантів (×8)», «! ! ! ! !»;
- ідентичності, що містять ознаки втрати, втоми, емоційного згасання: «самотня», «втомлена», «безхатченко», «та, хто не знає, куди йти далі», «ніяка», «втратила все»;
- метафори деструкції або самоіронії на межі захисного механізму: «мрійниця з обличчям в асфальт», «товста й страшна», «двічі бомж», «голка в дупі».

Таблиця 1

Типологія кризових профілів

Тип профілю	Коротка характеристика	Приклади ідентичностей
Загальмована ідентичність	Неможливість назвати себе, масові пропуски або знаки без змісту	Не знаю, -, ?, !
Втрачена ідентичність	Вказує на втрату дому, статусу, себе як суб'єкта	Вдова, ВПО, втратила все, безхатченко
Розщеплена	Суперечність між силою	Весела і зла, чистоплюйша,

Тип профілю	Коротка характеристика	Приклади ідентичностей
ідентичність	і безпорадністю, між гумором і болем	хочу – але не можу
Межовий емоційний стан	Вербалізація стану виснаження або кризи сенсів	Невпевнена; нема куди йти; не знаю, хто я
Ідентичність протесту	Різкі формулювання з емоційним напруженням	Помста – страва холодна; голка в дупі; ізгой

Виявлення кризових профілів має подвійну цінність:

- діагностичну: такі профілі можуть бути маркером вразливості, виснаження або кризової фази опанування самотності;
- інтерпретаційно-аналітичну: ці профілі не завжди є «негативними» – вони свідчать про переосмислення, рух до нових сенсів, наявність потенціалу до змін.

Часто респонденти з кризовими відповідями вже демонструють формулювання, що свідчать про трансформацію: *«Жінка, яка переосмислила життя»*; *«Людина, яка втратила все, але може створити затишок»*; *«Та, хто хоче ще дитину»*.

Інтерпретуючи результати застосування методики Куна *«Хто я?»* щодо опанування почуття самотності, ми виокремили групу респондентів з яскраво вираженим кризовим профілем. У їхніх відповідях спостерігається:

- зниження здатності формулювати сталі й позитивні ідентичності;
- наявність ознак втрати, фрустрації або виснаження;
- розпад цілісного образу себе на суперечливі, уривчасті або самоіронічні частини;
- переважання дефіцитних маркерів (відсутність, незнання, безсилля);
- поєднання емоційної вразливості з намаганням «зберегти обличчя» завдяки гумору або демонстрації функцій.

Хоч на кризові профілі внутрішньо переміщених осіб припадає близько 10% від загальної вибірки, вони становлять надзвичайну аналітичну цінність. Кризові профілі є індикатором не лише вразливості, а й потенційної точки зростання, якщо індивід отримає простір для саморозкриття та підтримки. Більшість таких відповідей – щирі, без фільтрів, що додає даним достовірності й ваги в контексті психологічного дослідження. Кризові і межові ідентичності – не лише маркери вразливості, а й свідчення динаміки. Вони показують, де людина зупинилась, заплуталась або втратила себе, але водночас – де вона вже почала бачити себе інакше. Ці профілі (з досвідом у ВПО втрати житла, особливим психологічним станом, різним рівнем підтримки тощо) особливо важливі для нашого подальшого кореляційного опрацювання.

Висновки. Проведене дослідження ідентичнісних наративів внутрішньо переміщених осіб (ВПО) в умовах повномасштабної війни в Україні засвідчило складну і багатошарову динаміку самосприйняття в ситуації втрати, самотності та адаптації. Методика Куна *«Хто я?»* (TST) дала змогу зафіксувати не лише наявні ідентичності, а й спосіб їх вербалізації, емоційне забарвлення, рівень ресурсності та глибину рефлексії.

Більшість респондентів будують свою ідентичність через соціальні ролі – передусім родинні, що свідчить про важливість міжособистісних зв'язків як джерела психологічної стабільності. Водночас значна частина самоописів відображає прагнення до внутрішнього означення себе через особистісні риси та професійну самореалізацію. Незважаючи на значну частку ресурсних ідентичностей, близько 10% профілів можна класифікувати як кризові, або межові, – вони свідчать про втрату цілісності, приглушення емоційної активності або глибоку фрустрацію.

Отримані дані відображають суттєвий зв'язок між емоційною валентністю і рівнем ресурсності, що дає підстави розглядати позитивні ідентичності як потенційний буфер для подолання емоційної напруженості. Натомість негативні або самоіронічні висловлювання можуть бути індикаторами психологічного виснаження, самотності або незавершених етапів ідентифікаційної роботи.

Кризові профілі ідентичності, виявлені в цій вибірці, заслуговують на окрему увагу не лише як симптом психологічної вразливості, а і як маркер пошуку нових смислів, символічного переходу та потенційної трансформації. Вони не є остаточною деструкцією ідентичності, а радше проміжним етапом у русі до відновлення цілісного Я.

Дослідження демонструє важливість подальшого вивчення ідентичностей ВПО як ресурсу суб'єктивного відновлення та потенційної соціальної інтеграції. Методика TST у цьому контексті показала себе як гнучкий, валідний та інтерпретаційно насичений інструмент, який дає змогу не лише зафіксувати зміст ідентичності, а й осмислити її психологічну функцію в умовах війни.

Список використаних джерел

Нестеренко, І. (2020). Відновлення соціальної ідентичності в опануванні самотності внутрішньо переміщених осіб. У *Горизонти посттравматичного особистісного життєтворення*, Матеріали всеукраїнського науково-практичного семінару (с. 92–94). Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України.

Цешнатій, О. (2015). Особливості використання методики М. Куна та Т. Макпартленда «Хто Я?» при вивченні гендерної ідентичності. *Проблеми сучасної психології*, (27), 620–634.

Bugental, D. E., & Zelen, S. L. (1950). Investigations into the self-concept. *Journal of Personality*, 18 (2), 196–204.

Carpenter, S., & Meade-Pruitt, S. M. (2008). Does the Twenty Statements Test Elicit Self-Concept Aspects that are Most Descriptive? *World Cultures eJournal*, 16 (1). Retrieved from <https://escholarship.org/uc/item/466355d4>

Griffo, R., Lemay, E., & Moreno, A. H. (2021). Who Am I? Let Me Think: Assessing the Considered Self-Concept. *SAGE Open*, 11 (1), 215824402110042. <https://doi.org/10.1177/21582440211004278>

Kuhn, M. H., & McPartland, T. S. (1954). An empirical investigation of self-attitudes. *American Sociological Review*, 19 (1), 68–76.

McGuire, W. J., & McGuire, C. V. (1984). The content and function of the self-concept. In R. A. Zucker, J. Aronoff, & A. I. Rabin (Eds.), *Personality and the Prediction of Behavior* (pp. 59–99). Academic Press.

Nesterenko, I. (2022). Loneliness of internally displaced persons of ukraine: Theoretical analysis of the problem. *Baltic Journal of Legal and Social Sciences*, (1), 151–160. <https://doi.org/10.30525/2592-8813-2022-1-18>

References

Bugental, D. E., & Zelen, S. L. (1950). Investigations into the self-concept. *Journal of Personality*, 18 (2), 196–204. (in English)

Carpenter, S., & Meade-Pruitt, S. M. (2008). Does the Twenty Statements Test Elicit Self-Concept Aspects that are Most Descriptive? *World Cultures eJournal*, 16 (1). Retrieved from <https://escholarship.org/uc/item/466355d4> (in English)

Griffo, R., Lemay, E., & Moreno, A. H. (2021). Who Am I? Let Me Think: Assessing the Considered Self-Concept. *SAGE Open*, 11 (1), 215824402110042. <https://doi.org/10.1177/21582440211004278> (in English)

Kuhn, M. H., & McPartland, T. S. (1954). An empirical investigation of self-attitudes. *American Sociological Review*, 19 (1), 68–76. (in English)

McGuire, W. J., & McGuire, C. V. (1984). The content and function of the self-concept. In R. A. Zucker, J. Aronoff, & A. I. Rabin (Eds.), *Personality and the Prediction of Behavior* (pp. 59–99). Academic Press. (in English)

Nesterenko, I. (2022). Loneliness of internally displaced persons of ukraine: Theoretical analysis of the problem. *Baltic Journal of Legal and Social Sciences*, (1), 151–160. <https://doi.org/10.30525/2592-8813-2022-1-18> (in English)

Nesterenko, I. (2020). Vidnovlennia sotsialnoi identychnosti v opanuvanni samotnosti vnutrishno permishchenykh osib [Restoration of social identity in overcoming loneliness of internally displaced persons]. In *Horyzonty posttravmatychnoho osobystisnoho zhyttietvorennia* [Horizons of post-traumatic personal life-formation], Materials of the All-Ukrainian Scientific and Practical Seminar (pp. 92–94). Kyiv: Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine. (in Ukrainian)

Tseshnatiy, O. (2015). Osoblyvosti vykorystannia metodyky M. Kuna ta T. Makpartlenda «Khto Ya?» pry vyvchenni hendernoi identychnosti [Peculiarities of using the method of M. Kuhn and T. McPartland «Who Am I?» in the study of gender identity]. *Problemy suchasnoi psykholohii* [Problems of modern psychology], (27), 620–634. (in Ukrainian)