

УДК: 159.9 - 316.4 - 171

Богдан Олена Леонідівна

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник
відділу психології масової комунікації та медіаосвіти,
Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,
м. Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-4035-9144>

olena.bohdan.ua@gmail.com

<https://doi.org/10.33120/popp-Vol18-Year2025-213>

**ГІДНІСТЬ ПЕДАГОГІВ ХЕРСОНЩИНИ ЯК ЧИННИК
ЇХНЬОЇ СТІЙКОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО
ТА ІНФОРМАЦІЙНОГО ПРОТИСТОЯННЯ
РОСІЙСЬКІЙ АГРЕСІЇ**

Актуальність. Актуальність дослідження зумовлена безпрецедентними викликами, з якими зіткнулася українська освітянська спільнота, особливо педагоги регіонів, що перебувають у зоні активних бойових дій, прифронтових районах або на тимчасово окупованих територіях (ТОТ). Педагоги Херсонщини переживають підвищений рівень небезпеки, втрату соціальних зв'язків, невизначеність долі учнів і рідних, а також почуття провини та безсилля. Освітняни на ТОТ додатково стикаються зі страхом через приховування проукраїнської позиції задля уникнення переслідувань. У таких умовах вивчення механізмів психологічної стійкості, ресурсів самодопомоги та потреб у підтримці є критично важливим для збереження професійного і психічного здоров'я працівників освітньої системи.

Мета статті – представити результати дослідження, проведеного в рамках угоди про співпрацю між Інститутом соціальної та політичної психології НАПН України і Херсонською академією безперервної освіти у 2024–2025 роках і спрямованого на визначення провідних стратегій та ресурсів життєстійкості, на які найчастіше спираються педагоги Херсонщини в умовах переживання стресу війни.

Методологія і наукові підходи. У дослідженні, що мало змішаний дизайн, поєднано кількісні (опитування) і якісні (неформальне спілкування, збирання висловлювань) методи. Застосовано психологічний підхід, базований на ресурсах й інтерпретації даних у контексті воєнного стресу та ідеї людської гідності як чинника протидії пропаганді.

Основні результати. Текст являє собою звіт про дослідження психологічних ресурсів і профілю добробуту освітян Херсонщини, які працюють в умовах підвищеної небезпеки, окупації та невизначеності. За результатами застосування трьох методик (авторська анкета, PWB К. Ріфф, PERMA М. Селігмана) виявлено високий рівень автономії, суб'єктності та залученості до

професійної діяльності, але водночас нестачу турботи про себе і складнощі з довгостроковим плануванням. Висловлювання педагогів-учасників підкреслюють, що глибоке відчуття власної гідності та буттєвий зв'язок з рідною землею (своїм корінням) є головними чинниками, які мотивують їхнє повернення і протидію пропаганді.

Висновки. Результати дослідження мають безпосереднє практичне значення для формування державної політики психологічної підтримки освітян. Вони вказують на необхідність зосередити подальші зусилля на навчанні ефективних емоційних стратегій копінгу і прямого вираження емоцій для запобігання їх накопиченню та розвитку посттравматичних розладів; на розвитку навичок самопіклування і стресостійкості; на когнітивній роботі з розвитку критичного мислення, планування майбутнього і визначення короткострокових/середньострокових цілей для зниження впливу воєнної невизначеності.

Перспективи подальших досліджень і розвідок пов'язані з проведенням порівняльного аналізу профілів добробуту освітян з різних регіонів України для більш детального вивчення психологічної ролі людської гідності як чинника стійкості в умовах інформаційної та воєнної агресії. Також цікавим видається створення профілю психологічного добробуту українців, освітян зокрема.

Ключові слова: психологічний добробут; гідність; пропаганда і дезінформація; світоглядна стратегія протидії.

Olena Bohdan

PhD in Psychology, Senior Researcher
of Department of Psychology of Mass Communication
and Media Education, Institute of Social and Political Psychology,
National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0002-4035-9144>
olena.bohdan.ua@gmail.com

DIGNITY OF KHERSON REGION TEACHERS AS A FACTOR OF THEIR RESILIENCE AMIDST MILITARY AND INFORMATION RESISTANCE TO RUSSIAN AGGRESSION

Relevance. The relevance of the study stems from the unprecedented challenges faced by the Ukrainian educational community, especially educators in regions within the active combat zone, frontline areas, or temporarily occupied territories (TOT). Kherson region teachers experience heightened danger, loss of social connections, uncertainty about the fate of students and relatives, as well as feelings of guilt and powerlessness. Educators in the TOT additionally face fear and the need to conceal their pro-Ukrainian stance to avoid persecution. In such conditions, studying the mechanisms of psychological resilience, self-help resources, and support needs is crucial for preserving the professional and mental health of the education system.

Purpose of the article. The article aims to present the results of a study conducted within the framework of a cooperation agreement between the Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine and the Kherson Academy of Continuing Education in 2024–2025. The study was directed at identifying the leading resilience strategies and resources most frequently relied upon by Kherson region teachers amidst the stress of war.

Methodology and Scientific Approaches. The study employed a mixed-design approach, combining quantitative survey methods with qualitative methods (informal communication, collection of statements). A resource-oriented psychological approach was applied, and data interpretation was conducted within the context of military stress and the idea of human dignity as a factor in counteracting propaganda.

Main results. The text represents a research report on the psychological resources and well-being profile of educators in the Kherson region who work under conditions of elevated danger, occupation, and uncertainty. The results obtained from three methodologies (an author's questionnaire, C. Ryff's PWB Scale, and M. Seligman's PERMA Profiler) revealed a high level of autonomy, subjectivity, and engagement in professional activities, but a deficiency in self-care and difficulties with long-term planning. Statements from the participating educators emphasize that a deep sense of personal dignity and an existential connection to their native land (roots) are the primary factors that motivate their return and their resistance to propaganda.

Conclusions. The study's results hold direct practical significance for the formation of state policy regarding the psychological support of educators. They indicate the necessity to focus further measures on: teaching effective emotional coping strategies and the direct expression of emotions to prevent their accumulation and the development of post-traumatic stress disorders; developing self-care skills and stress resilience; and cognitive work focused on developing critical thinking, future planning, and defining short-term/medium-term goals to mitigate the impact of military uncertainty.

Prospects for Further Research include a comparative analysis of well-being profiles of educators from different regions of Ukraine for a more detailed study of the psychological role of human dignity as a factor of resilience amidst information and military aggression. Creating a psychological well-being profile for Ukrainians, particularly educators, is also seen as a promising direction.

Keywords: psychological well-being; dignity; propaganda and disinformation; worldview strategy of counteraction.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. В умовах повномасштабної російської агресії і пов'язаних з нею інформаційних впливів (пропаганда) особливої актуальності набуває дослідження гідності українців як основи їхньої психологічної стійкості (резильєнтності) та психологічного добробуту. Дослідники розглядають гідність як фундаментальне психологічне ядро, яке або посилює, або підриває всі інші ресурси. Ворожі атаки – як фізичні (обстріли, знищення інфраструктури), так і інформаційні – спрямовані саме на руйнування

цього ядра. Російська пропаганда прагне створити інформаційну залежність через психологічну слабкість, використовуючи три взаємопов'язані механізми: 1) руйнування гідності: агресор намагається знищити українську ідентичність, змушуючи українців відчувати себе безсилими, неважливими або «заблудлим народом»; 2) підрич життєстійкості: посилення фаталізму («опір безглуздий», «вирішено за вас»), щоб паралізувати волю до дії; 3) експлуатація слабкостей психологічного добробуту: використання низьких позитивних емоцій і тривоги для поширення паніки, недовіри до влади і загального хаосу.

Однак *гідність*, *життєстійкість* і *добробут* діють як внутрішня психологічна фортеця. Ця фортеця автоматично відхиляє пропагандистські наративи, оскільки вони суперечать фундаментальним внутрішнім настановленням: «Я є цінним», «Мої дії мають сенс» і «Я сам обираю свій шлях».

Мета статті: представити результати дослідження, проведеного Інститутом соціальної та політичної психології НАПН України і Херсонською академією безперервної освіти у 2024–2025 роках. Дослідження спрямоване на визначення провідних стратегій і ресурсів життєстійкості, на які найчастіше спираються педагоги Херсонщини в умовах переживання воєнного стресу. Отримані дані дали змогу скласти детальний психологічний профіль добробуту освітян регіону (за вимірами стійкості, самореалізації і рівня процвітання) та виявити найбільш актуальні напрями для надання цільової психологічної підтримки і психоедукації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, виокремлення нерозв'язаних частин загальної проблеми. Психологія гідності є активною сферою досліджень, особливо останнім часом, з акцентом на її ролі в добробуті, психічному здоров'ї та соціальних комунікаціях. Нас передусім цікавили дослідження останнього періоду в таких контекстах: гідність як ціннісний орієнтир життєдіяльності; гідність у сфері психічного здоров'я і соціальні контексти розуміння поняття гідності.

Схожу систематизацію наводить Т. Титаренко (2017), яка на основі аналізу теорій 32 класиків психології запропонувала такі індикатори здорової особистості та її шляхів до психологічного добробуту: 1) самоприйняття і розвиток рефлексивності, що передбачає самоспостереження, осмислення ставлення до змін, уважне ставлення до суперечностей; 2) комунікативна компетентність і формування загального доброзичливого ставлення до інших, зростання толерантності до інакшості, розвиток емпатійності та поступливості; 3) продуктивна самореалізація, яка полягає в розгортанні внутрішнього потенціалу,

віднайденні власного призначення; 4) особистісна цілісність, що базується на розвитку почуття власної неперервності та змінюваності.

Аналіз наукових джерел, передусім публікацій українських дослідників, дібраних за критеріями відповідності запиту (зазначені вище контексти дослідження гідності та індикатори здорової особистості за Т. Титаренко), дотичності до цільової аудиторії (спільноти, що переживають глобальні катаклізми, зокрема педагогічні спільноти) і часової відповідності (дослідження останнього періоду), наочно демонструє різноплановість розуміння гідності та її впливів на українських педагогів в умовах війни (табл. 1).

Таблиця 1

Розуміння гідності та її впливу на українців / українських педагогів в умовах війни

| Контексти розгляду | Трактування гідності | Авторство/джерело | Вплив на українців / українських педагогів в умовах війни |
|--|---|--|--|
| Філософсько-етичний / Історичний | Двопланове явище. Внутрішній вимір: усвідомлення власної ціннісної автентичності; зовнішній вимір: наявність загальних прав і свобод. | І. Козловський (2019) | Забезпечує внутрішню опору й стійкість перед зовнішнім приниженням і тортурами (досвід І. Козловського). Допомагає усвідомити цінність власної праці в умовах обмежених прав і загроз. |
| Екзистенційний / Ціннісно-мотиваційний | Правдивість як внутрішня і зовнішня відповідальність за свої думки та вчинки. Гідність – це вибір цінностей замість страху. | І. Козловський (2019); М. Фукуяма (2020); О. Мельник (Melnyk, 2023); | Гідність постає як екзистенційний вибір: "бути, а не здаватись". Допомагає протистояти маніпуляціям і брехні ворога. |

| Контексти розгляду | Трактування гідності | Авторство/джерело | Вплив на українців / українських педагогів в умовах війни |
|-----------------------------------|--|---|---|
| Психологічний / Особистісний | Інтегративне особистісне утворення, що ґрунтується на самоцінності і ціннісних орієнтаціях. | В. Рибалка (2011); О. Швець (2021) | Гідність стає ресурсом подолання хронічного стресу. Визначає готовність до свідомого обрання діяльності та відповідальності за цей вибір, що є ознакою зрілості |
| Педагогічно-виховний / Соціальний | Морально-світоглядна основа вимогливості індивіда до самого себе і регулятор поведінки. Вимагає гуманістичних засад у вихованні – поваги до індивідуальності дитини. | В. Рибалка (2012); І. Бех (2008), Н. Харченко (2021); О. Рогова (2024) | Вимагає від учителя моральної стійкості та продовження освітнього процесу. Партнерський стиль взаємодії (рефлексивно-діалогічний) сприяє розвитку гідності в учнів |
| Соціально-політичний / Правовий | Найвища соціальна цінність – право кожного на повагу до людської гідності та обов'язок чинити по-людськи. Онтологічна основа прав і свобод людини. | Конституція України, ст. 3; С. Головатий (2021); І. Грабовська (2017) | Є легітимною основою для боротьби з ворогом та опору окупації, оскільки агресор зазіхає саме на цю "абсолютно недоторканну сферу особистості". Допомагає усвідомлювати свою рівність і право вимагати поваги від суспільства та влади, навіть якщо людина перебуває у вразливому становищі. |

Отже, для української спільноти в цілому й українських педагогів зокрема гідність трансформується в умовах війни з теоретичного поняття в ключовий механізм виживання та опору. Це комплексний ресурс, що забезпечує внутрішню стійкість (філософський вимір) і захищає від

психологічного приниження; підсилює зрілу саморегуляцію (психологічний вимір) і допомагає приймати важкі рішення; стає моральною основою (педагогічний вимір) для продовження освітньої місії, незважаючи на ризики. Наскільки ці виміри прояву гідності можна відстежити в педагогічній спільноті Херсонщини – про це матеріали нашого дослідження.

Вклад основного матеріалу дослідження. Учителі та учні Херсонщини переживають підвищений рівень небезпеки, невизначеність, втрачені перспективи і роз'єднаність родин. Навчання часто відбувається онлайн або переривається тривогами, що вимагає переміщення до сховищ чи використання «правила двох стін». Навіть після евакуації вчителі переживають почуття провини і безсилля через втрату соціальних зв'язків та невизначеність долі учнів, друзів і рідних, які залишилися в окупації чи біля лінії фронту. Освітняни на тимчасово окупованих територіях переживають страх і безсилля, змушені мовчати і приховувати свою проукраїнську позицію, щоб уникнути переслідувань.

Інститут соціальної та політичної психології НАПН України і Херсонська академія безперервної освіти у форматі угоди про співпрацю на 2024–2025 роки провели низку заходів із психологічного супроводу та підвищення кваліфікації освітян регіону. Метою зустрічей, присвячених психологічній підтримці та стабілізації педагогів, було надання психологічних знань, обмін думками, досвідом і почуттями. Опитування щодо наявних копінг-стратегій, яке ми пропонували учасникам заходів (близько 200 респондентів), показало, що педагоги Херсонщини найчастіше спираються на духовні/філософські настановлення і ресурсні переконання (віра в себе, позитивне мислення), когнітивні стратегії життєдіяльності (аналіз і вирішення проблем). Соціальна підтримка використовується активно, але меншою мірою, ніж когнітивні і духовні ресурси. Фізична активність також є важливим ресурсом. Найменше використовуються емоційні стратегії, особливо пряме вираження емоцій (Пінчук, 2025). Отримані результати корелюють з результатами опитування українських педагогів з різних регіонів (понад 3000 респондентів), проведеного на початку повномасштабного російського вторгнення (Banit & Merzliakova, 2023). Учасникам заходів було запропоновано також на добровільній основі заповнити розширену анкету, що, крім статистичних даних, містила три блоки. Перший блок – авторська анкета, що мала 15 пунктів й охоплювала п'ять напрямів: 1) професійне і життєве самовизначення; 2) турбота про себе і стресостійкість; 3) саморефлексія та усвідомлене планування активностей; 4) навички конструктивної взаємодії; 5) суб'єктна позиція, що передбачає самостійне створення і реалізацію життєвих сценаріїв.

Другий блок анкети містив питання, дібрані з українськомовної адаптації Шкали добробуту Керол Ріфф (Карсканова, 2011). Українськомовну версію PWB К. Ріфф було скорочено до 30 питань з урахуванням досліджень різних версій PWB (Dierendonck van, 2005; Fernandes et al., 2010; Ruff, 2013). Третій блок – це українськомовна адаптація опитувальника Мартіна Селігмана PERMA, яка пропонувала 24 питання (Савченко, & Лавриненко, 2023). Усі отримані дані для зручності порівнювання було переведено у формат 10-бальної шкали.

Пропонуємо відтак візуальне відображення середніх показників шкал кожного блоку для вибірки 250 педагогів Херсонщини.

Анкета щодо поточної професійної самореалізації (авторська розробка)

Крім статистичних даних, анкета містила 15 питань, що висвітлювали такі напрями (по три питання на напрям, оцінка – за 10-бальною шкалою):

1. Професійне і життєве самовизначення : 1) *Я цілком визначився/лась із напрямом моєї професійної діяльності;* 2) *Я маю чіткі уявлення щодо бажаного способу життя в найближчі десять років;* 3) *Я знаю, які знання, навички і професійні компетентності мені потрібні для реалізації обраної професійної діяльності та досягнення бажаного стилю життя.*

2. Турбота про себе і стресостійкість: 4) *Я вважаю себе стресостійкою людиною, що може тримати напругу життєвих викликів;* 5) *Я маю звичку піклуватися про себе і своє здоров'я, щоб залишатися в ресурсному стані навіть в умовах стресового навантаження;* 6) *Я знаю про мої особисті ресурси психічного здоров'я і користуюся цими знаннями в разі потреби.*

3. Саморефлексія і усвідомлене планування активностей: 7) *Я розумію мій внутрішній світ, можу провести самоаналіз себе і своїх реакцій у разі складної ситуації;* 8) *Я можу чітко прописати ланцюжок «хочу-роблю-досягаю» для різних сфер моєї життєвої активності;* 9) *Я визначив/ла для себе певні життєві пріоритети і впевнено рухаюся за обраними напрямками.*

4. Навички конструктивної взаємодії: 10) *Я відкрито пред'являю мою позицію іншим людям;* 11) *Я легко налагоджую контакти з тими людьми, що цікаві мені;* 12) *Я маю достатні навички комунікації, аби почуватися невимушено навіть у складних і заплутаних ситуаціях міжособистісної взаємодії.*

5. Суб'єктна позиція і самостійне створення та реалізація життєвих сценаріїв: 13) *Я достатньо автономний/автономна у виборі власних життєвих активностей. Я дослухаюся до себе і реалізую те, що*

мені підказує серце; 14) Я радію кожному новому дню життя, оскільки це нові враження, нові емоції, нові можливості; 15) Я натхненно створюю власний світ і відкритий/відкрита до знайомства з унікальними світами інших людей.

Наведена нижче діаграма (рис. 1) візуально демонструє високий рівень поточного стану професійної самореалізації залучених до наших заходів педагогів. Додамо, що питання анкети ми добирали з подвійною метою: продіагностувати наявний стан професійних налаштувань учасників заходів і виокремити найбільш актуальні для педагогічної спільноти Херсонщини напрями психологічної підтримки і психоедукації. Діаграма відображає високий рівень професійної педагогічної самоідентифікації респондентів: їхні показники самовизначення і суб'єктної життєвої позиції є найвищими (7,92 і 8,11 бала за 10-бальною шкалою). Водночас на діаграмі проглядається найбільш актуальний напрям потенційних впливів: середній показник турботи про себе і стресостійкості респондентів виявився найменшим за 10-бальною шкалою – 7,42 бала. Це опосередковано підтверджує думку, що психічне здоров'я педагогів на четвертому році війни потребує особливої уваги і турботливого ставлення з боку суспільства.

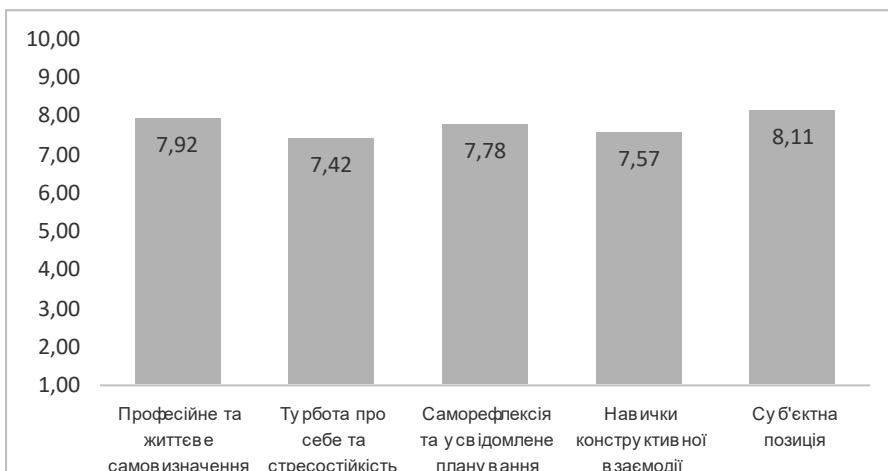


Рис. 1. Напрями поточної професійної самореалізації педагогів Херсонщини (2025 р., 250 респондентів)

Розгляньмо профілі інших блоків нашого анкетування.

Шкала персонального добробуту К. Ріфф PWB

Ми пропонували респондентам скорочену версію опитувальника, яка містила 30 питань (Мерзлякова, 2022). Ця версія, як і базова розробка К. Ріфф з 80 питань, має шість шкал: 1. Особистісне зростання; 2. Позитивні стосунки; 3. Автономія; 4. Управління середовищем; 5. Цілі в житті; 6. Самоприйняття.

Діаграма середніх показників (рис. 2), отриманих за названими шкалами, демонструє «профіль добробуту» херсонських педагогів. На ній помітно виділяється показник автономії (8,31 бала за 10-бальною шкалою), що узгоджується з високим показником суб'єктності на попередній діаграмі (див. рис. 1). Найнижчим є показник за шкалою «Цілі в житті» (6,49 бала за 10-бальною шкалою), що зовсім не видається дивним для спільноти, частина представників якої працює в умовах прифронтової зони або перебуває на тимчасово окупованих територіях. Додамо, що саме про такі складнощі – складнощі життєвого прогнозування і планування в умовах невизначеності війни – говорили учасники наших заходів під час неформального спілкування.

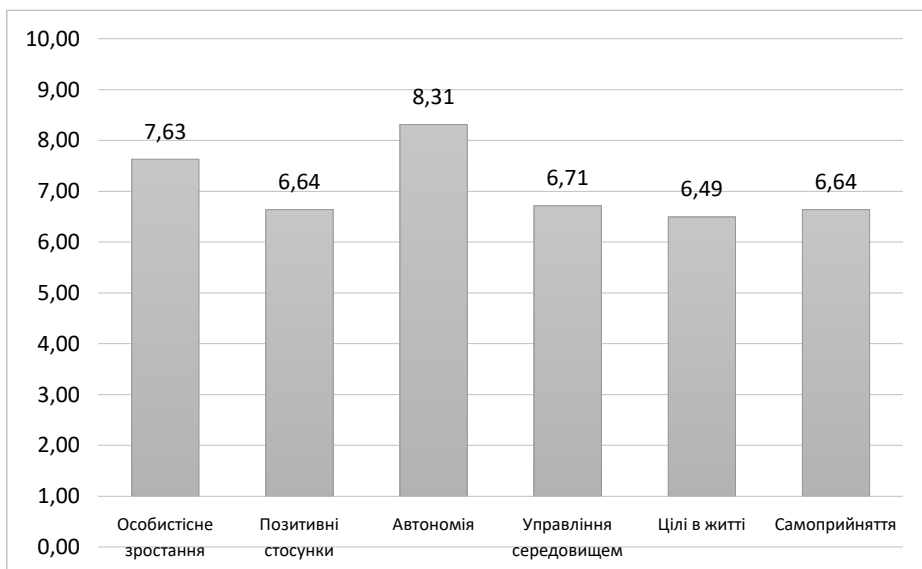


Рис. 2. Середні показники шкали добробуту К. Ріфф для вибірки педагогів Херсонщини (250 респондентів)

Рівень процвітання PERMA (Мартін Селігман)

Нарешті, дані, отримані завдяки опитуванню згідно з українськомовним варіантом методики PERMA (Савченко & Лавриненко, 2023), дали змогу краще побачити емоційне тло налаштувань херсонських педагогів, «рівень процвітання» українських педагогів на четвертому році війни (рис. 3). Як бачимо, педагоги спираються на власну захопленість діяльністю і залученість до педагогічної праці (7,58 бала), що дає їм підстави говорити про наявність життєвих сенсів (7,47 бала). Водночас не можна не звернути увагу на низький рівень позитивних налаштувань респондентів (4,93 бала), що також не є дивним з огляду на умови, у яких працюють учителі Херсонщини.

Якщо інтегрувати дані за трьома блоками (трьома методиками) запропонованої респондентам анкети, то можна назвати такі чинники життєвої стійкості педагогів Херсонщини:

- професійне і життєве самовизначення та суб'єктна позиція в реалізації зроблених виборів;
- високий рівень автономії і спрямованість на особистісне зростання;
- захопленість педагогічною діяльністю і залученість до діяльності відповідно до власних життєвих сенсів.

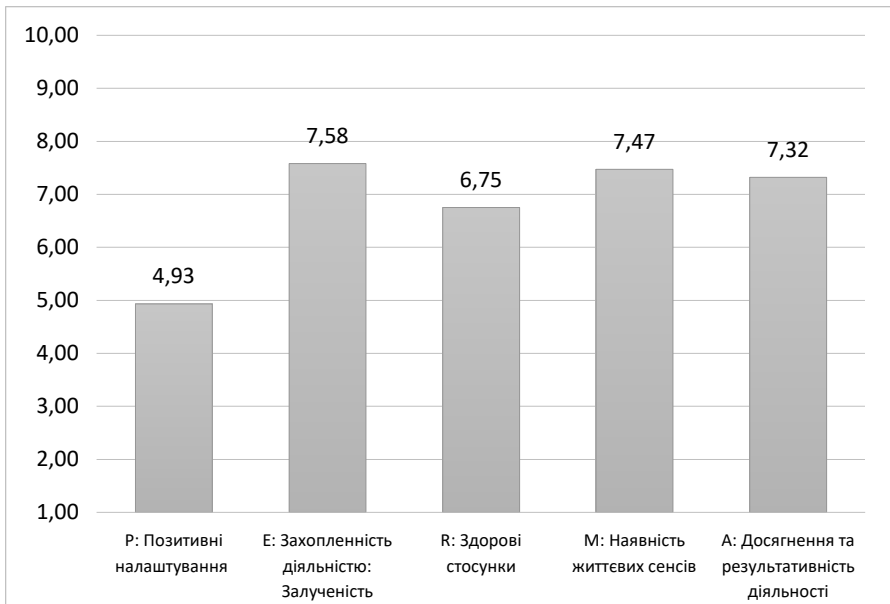


Рис. 3. Показники шкал PERMA для вибірки педагогів Херсонщини (250 респондентів)

Водночас варто зазначити напрямки, де педагоги потребують зовнішньої підтримки і допомоги. Ідеться про:

- недостатню турботу про себе і стресостійкість;
- складнощі з плануванням подальшого життя;
- низький рівень позитивних налаштувань.

Ці напрямки ми взяли наразі до уваги, щоб планувати подальшу взаємодію з педагогічною спільнотою досліджуваного регіону.

Для більшої деталізації отриманих результатів ми проранжували середні показники за всіма запропонованими питаннями (70 пунктів). Відтак наводимо 16 питань, з яких 8 є «лідерами» отриманого рейтингу (вище за 8 балів), та інші 8 питань, що посіли останні позиції (нижче за 4,5 бала). Ці відповіді ми скомпонували у вигляді таблиці (табл. 2), де зліва зазначено характерні для педагогів Херсонщини прояви, а справа – здебільшого нехарактерні. Для ясності загальної картини було визначено середній бал, отриманий для кожного твердження за 10-бальною шкалою у вибірці з 250 респондентів.

Таблиця 2

Частковий рейтинг питань щодо життєвих налаштувань педагогів Херсонщини (max – 10, min – 1; 250 респондентів)

| Характерно для педагогів Херсонщини | Середній бал | Нехарактерно для педагогів Херсонщини | Середній бал |
|---|--------------|--|--------------|
| Я цілком визначився/лась з напрямом моєї професійної діяльності | 8,69 | Я вже давно залишив/залишила спроби поліпшити або змінити своє життя | 3,32 |
| Я здатен/на виконувати свої зобов'язання? | 8,37 | Плануючи свої справи на день, я заздалегідь переживаю зневіру, бо мені ніколи не вдається їх реалізувати | 3,39 |
| Я радію кожному новому дню життя, оскільки це нові враження, нові емоції, нові можливості | 8,36 | Іноді я змінюю свою поведінку або напрям думок, щоб бути більш схожим/ою на своє оточення | 3,92 |
| Я відчуваю, що з роками значно розвинувся/лась як особистість | 8,21 | Я почуваюсь самотньо в повсякденному житті | 4,38 |
| Я знаю, які знання, навички та професійні компетентності мені | 8,18 | Я схильний/на піддаватися впливу людей з твердими | 4,41 |

| Характерно для педагогів Херсонщини | Середній бал | Нехарактерно для педагогів Херсонщини | Середній бал |
|---|--------------|--|--------------|
| потрібні для реалізації обраної професійної діяльності та досягнення бажаного стилю життя | | переконаваннями | |
| Мені подобається бачити, як мої погляди змінюються і «дорослішають» з роками | 8,18 | У мене немає чіткого уявлення про те, чого я намагаюся досягти в житті | 4,42 |
| Я легко налагоджую контакти з тими людьми, які для мене цікаві | 8,14 | Мені складно висловлювати власну думку щодо спірних питань | 4,47 |
| Я достатньо автономний/на у виборі власних життєвих активностей. Я дослухаюся до себе і реалізую те, що мені підказує серце | 8,00 | Мене турбує, як інші люди оцінюють мої життєві рішення | 4,48 |

Ми не добирали пари за змістом, а розмістили питання в порядку зменшення балів для лівого стовпчика (характерно для педагогів Херсонщини) і від найменшого бала в порядку зростання – для правого стовпчика (не є характерним). Та побіжний погляд на зміст кожного переліку показує різницю між людиною з почуттям власної гідності і тим, хто зламаний обставинами життя. Можливо, ці два переліки – наочне відображення налаштувань людей, що живуть і працюють в Україні, і їхніх сусідів, що ніби й перебувають недалеко в географічному вимірі, але водночас представляють інші виміри психологічних налаштувань – колективно-безбарвних, позбавлених особистісної волі та відчуття персональної гідності.

Ми впевнені, що саме глибоке відчуття власної гідності є чинником стійкості українців і водночас – складником їхньої світоглядної стратегії протидії російській дезінформації та пропаганді. Тому що людині, яка чітко розуміє, хто вона, чого вона хоче в цьому житті, і має психологічну зрілість для відстоювання власних ідеалів, складніше нав'язати «ідеали величі» «русского мира» та пов'язані з тією «величчю» пропагандистські наративи. Для ілюстрації цієї тези наведемо окремі висловлювання учасників наших заходів. Ми особливо вдячні за ці думки вголос, оскільки іноді люди, що спілкувалися з нами, продовжували свою справу виховання українських дітей в умовах окупаційного режиму. Тому – жодних імен чи інших персональних ознак. Тільки висловлювання учасників наших заходів, які, на нашу думку, є найяскравішим проявом людської гідності, сміливості, педагогічної честі.

– Я рік прожила у Фінляндії, а потім повернулася в Херсон. Це був досить непростий вибір. І тому мене цікавило, чи, може, є якісь спільні причини, чого людей тягне або не тягне додому. Я бачила людей, хто там залишається, бо розуміють, що їм вертатися нема куди, що вдома, у Херсоні, ніхто не чекає. Я перша, хто з нашої родини повернувся. Але тут я щаслива, наскільки це можливо. Я зрозуміла, що для мене як для психолога тут багато роботи. І цей момент затребуваності і те, що я зможу щось дати людям, – для мене те було найголовнішим для власного рішення. Я повернулась. Так можна говорити з кожним, бо, я міркую, у кожної людини є досить вагомні причини для повернення. Та це рішення непросте.

– Де б ти не була, удома краще. Я, наприклад, не готова була змиритися з тим, що я завжди буду там людиною другого сорту, і моя дитина, принаймні поки там не адаптується, усе одно буде другим сортом, що б там що не казали про про ліберальність Європи, лояльне ставлення, толерантність і все таке інше. Але все одно стикаєшся з тим, що ти не завжди щось розумієш, не завжди можеш влаштуватися за фахом і завжди буде вибір між тобою і корінним населенням. І той вибір буде не на твою користь, навіть якщо ти кращий спеціаліст. Тож мені здається, кожен їде в Україну додому. А тут стільки роботи. І хто ж за нас її зробить? Ми що, будемо чекати за кордоном, поки тут відбудується? І ми тоді повернемося?

– Я в продовження висловлювання щодо другого сорту. Може, дещо банальний приклад, та коли на початку війни я також виїхала за кордон, для місцевих я не була Галиною, я не була Галиною *По-батькові*, а я була Аліна. Тому що в італійській мові Галина перекладається як курка, і тому мама радила краще представлятися як Аліна. І ось така банальна річ – просто ім'я, та наскільки я раділа, коли повернулась і з першого вересня мене вже називали Галина *По-батькові*. Хоч це було дистанційно, для мене то було ну просто щастя. Усе одно, удома краще. І дійсно, ми повертаємося. Напевно, здебільшого повертаються ті, які тут, крім будинку, мали ще щось більше, ніж житло. Якесь зростання, якесь визнання, повагу і тому подібне. А ті, які тут цього не мали, вони, напевно, краще адаптуються за кордоном. Хоч я можу помилятися.

– Вітаю. Так, нам треба кожному вкладатися, щось робити, відбудувати і сподіватися, вірити в те, що все буде Україна. Я також була чотири рази за кордоном, їздила, бо родичі мої там. Але кожного разу, коли я приїжджала на українську землю, я готова була цю землю цілувати. Повітря зовсім інше. Деревя зовсім інші, люди зовсім інші, усе зовсім інше. Розумієте? Бо ми вдома.

– Я хотіла додати, що провела дев'ять місяців окупації в Херсоні, і в мене враження було, ну таке сприйняття себе самої, як, знаєте, коріння Херсонщини. Тобто ти не покидаєш той край, у якому ти народився, у якому пройшло твоє дитинство. І навіть якщо хтось прийшов, ти повинен залишатися з однієї простої причини – тому що це твоє, що це твоє надбання – твоє, твоєї родини, твого коріння, яке було попереду тебе. І повернулася, я виїхала після деокупації, повернулася, коли вже батька не стало, тому що я розумію, що тут моє коріння. І

це коріння, яке треба зберігати для подальшого, тому що у нас, наприклад, у родині шість поколінь, які знають війну. Тобто нема жодного покоління, яке б не знало війну в нашій родині. І, умовно кажучи, повертаєшся тому, що треба відновлювати. Якщо тільки тут перебуваєш, ти можеш зрозуміти тих дітей, котрі повертаються і теж тут переживають якісь виклики війни. І це такий важливий досвід для вчителя, з точки зору саме вчителя, – мати розуміння, що тут є діти і вони справді живуть: вони граються на вулиці, і оточуючі люди раді цьому, тому що розуміють, що це така частинка вічного життя. І це важливо, як я розумію, що повертатися важливо для кожного, навіть якщо ти там адаптувався, – усе одно тут твоє коріння, і треба про це пам'ятати. Коріння, можливо відчуття життя. Відчуття життя, буттєвості – я є тут, а все інше – це таке тимчасове.

– Я не буду довго говорити. Я рада за тих колег, які повернулися до себе додому, на свою рідну землю. На жаль, я ще не можу повернутися, тому що Чаплинка в окупації, як кажуть, у глибокому тилу. І ви знаєте, коли я розмовляю зі своїми знайомими, із сином, який там залишився, тому що він доглядає моїх стареньких батьків, яким уже за вісімдесят, і треба було комусь залишитися там і доглядати, то я уявляю з його слів життя там. Хоч там платять гроші, хоча там отримують матеріальне забезпечення, але там сіре, понуре життя, там люди бояться говорити, там люди не ходять у гості, там люди, вибачте, перебігли в магазин – і біжать додому. Тому що бояться. І от згадуєш оті часи, коли там було настільки яскраве життя, а зараз те тільки в уяві. Зараз життя без сонця. Чесно кажучи, я на половину, п'ятдесят на п'ятдесят, вірю, що повернуся саме в Україну, маю на увазі – мою Україну, на рідну землю. Але дуже хочеться. Жаль, тому що Чаплинка, ви знаєте на межі кордону з Кримом, і вже майже більше п'ятдесяти відсотків людей не хочуть, аби її звільняли. Чомусь таке у мене судження із розмов з тими знайомими, які там залишилися. А всім тим, які повернулися на свою рідну землю, я бажаю тільки щастя, тільки процвітання і віри в найкраще.

– Я вчитель фізичної культури. Херсонська область, Бориславський район. Я вас слухаю, ну і працюю в парничку. Я повернувся на третій день після деокупації. У мене тут мама теж ще залишалася, вона для нас зберегла будинок. Хоть побитий, розбитий, ну ми повернулися. І дивиться – ось редисочка росте. Вона чекає, вона чекає херсонського сонечка. Скоро огірки-помідори будуть. Топимо, працюємо, відбудовуємося, тому що тут ти почуваш себе вдома. Ми покаталися в Одеській області, у Хмельницькій, ми побували по всій Україні, але в Херсонській області – то вдома. Вони нас не подолають. Дай, Боже, усе буде, усе відбудуємо. Працюємо, парнички будуємо, усе буде. Будемо із сонцем, будемо з овочами, і фізичну культуру теж будемо розвивати. Почуття, знаєте, таке, що все-все буде нормально, усе-все буде добре. Треба працювати. Важко, не важко, але треба працювати. То вам усього самого найкращого. Я вас слухаю, але трішки працюю. Редисочку накриваємо, треба в роботі бути. І час від часу я виключаюся не тому, що з кимось ще говорю. У нас зараз вибухи в Херсоні. Отож так ми і живемо. Але я підтримую думку, що люди повертаються в Херсон. Люди працюють у Херсоні, комунальники вже навіть прибирають вулиці. І коли діти є в Херсоні, коли на них дивишся, ти розумієш – місто живе. Воно не просто існує,

воно живе кожен день своє життя. Тому дуже радію редисочці і огурочкам. Ми чекаємо в Херсоні в гості на продукцію. Щиро дякую.

Під час підготовки цих записів до друку було складно утриматися від емоцій співпереживання і водночас – відчуття гордості та гідності. Висловлювання педагогів підтверджують, що відчуття коріння і затребуваності, небажання миритися зі статусом «людини другого сорту» за кордоном є ключовими мотиваторами для повернення, демонстрацією глибокої буттєвої ідентифікації з Україною. Те, що учасники заходу висловлювали в живому спілкуванні, спонтанно, без попередньої підготовки і заздалегідь виписаних ідей чи концептів, цілком вкладається в концепт гідності, про який йшлося на початку публікації. Усі зазначені напрями розуміння гідності – філософський, етичний, історичний, психологічний, педагогічний, соціальний і гуманістичний, урешті-решт, знайшли живе відображення в цих розмірковуваннях. Отже, гідність можна визначити як ядро світоглядної стратегії протидії російській дезінформації та пропаганді. Хочеться додати, що гідність нерозривно пов'язана зі щирістю. Хоч це вже потенційний напрям наших подальших досліджень і розвідок.

Узагальнення результатів дослідження. Обґрунтовано ключову роль гідності як фундаментального психологічного ядра, яке забезпечує стійкість українців, зокрема педагогів, в умовах воєнної та інформаційної агресії. Виявлено, що російська пропаганда цілеспрямовано атакує гідність, намагаючись знищити ідентичність, підірвати життєстійкість через фаталізм та експлуатувати падіння психологічного добробуту. Підтверджено високий рівень автономії, суб'єктності та залученості до професійної діяльності серед освітян Херсонщини, що є прямим проявом їхньої внутрішньої гідності. Виокремлено значні ресурси життєстійкості педагогів, що ґрунтуються переважно на духовних/філософських настановленнях і когнітивних стратегіях (аналіз і вирішення проблем). Для діагностики психологічного добробуту адаптовано й застосовано українськомовні версії методик PWB Керол Ріфф і PERMA Мартіна Селігмана, а також оригінальну анкету оцінювання поточної професійної самореалізації. Наголошено на необхідності зовнішньої підтримки освітян у сферах самопіклування, стресостійкості та планування майбутнього (найнижчий показник – «Цілі в житті»), оскільки ці ресурси найбільше виснажуються в умовах невизначеності. Сформовано висновок, що гідність, життєстійкість і добробут діють як внутрішня психологічна фортеця, що автоматично нівелює пропагандистські наративи, які суперечать фундаментальним внутрішнім настановленням особистості.

Висновки та практична значущість. Як показали результати проведеного нами дослідження, глибоке відчуття гідності, суб'єктність та автономія є для педагогів Херсонщини ключовими чинниками життєстійкості, що слугують внутрішнім щитом проти російської пропаганди і фаталізму.

Дослідження продемонструвало силу синтезу методологічних додатків, що підвищує наукову валідність результатів. Саме синтез стандартизованих, загальноновизнаних шкал (PWB, PERMA) з авторськими шкалами (професійна самореалізація) та якісними даними (висловлювання) допоміг створити унікальний комплексний і релевантний профіль освітян регіону.

Завдяки дослідженню поглиблено наукове розуміння феномену гідності та її впливу на стійкість у таких аспектах, як-от:

- бутєвість і «коріння», адже гідність функціонує як екзистенційний якір. Вона пов'язана не просто з патріотизмом, а з глибоким бутєвим зв'язком з рідною землею («корінням») та ідеєю місії/затребуваності (як протиставлення статусу «людини другого сорту» за кордоном). Цей екзистенційний сенс є потужнішим за пропаганду, що оперує лише матеріальними благами чи страхом;

- гідність vs. спільнота: гідність педагогів також підтримується соціальною згуртованістю та усвідомленням колективної відповідальності («хто ж за нас її (цю роботу) зробить?»). Бажання ділитися власним досвідом та його осмислення в колі «своїх» також є проявом соціального виміру гідності;

- зв'язок «емоції – пропаганда». Низький рівень позитивних налаштувань (PERMA) наштовхує на думку не лише про наявність ПТСР, а й про дефіцит позитиву. Тому подальша робота має бути спрямована не тільки на запобігання накопиченню негативних емоцій (ПТСР), а й на активне культивування позитивного емоційного тла. Це критично важливо, оскільки низький рівень позитивних емоцій (4,93 бала) робить сприйняття світу «сірим і понурим» (як у висловлюваннях), чим і користується ворог, намагаючись посилити зневіру.

Практична значущість результатів полягає в обґрунтуванні необхідності формування державної політики психологічної підтримки, сфокусованої на навчанні емоційних стратегій копінгу та розвитку критичного мислення для відновлення ресурсної бази освітян. Виявлені у педагогів складнощі з довгостроковим плануванням і нестача навичок самопіклування свідчать про виснаження ресурсів, що потребує нагальної уваги. Це можна реалізувати завдяки переходу від самопідтримки до системної підтримки. Дослідження показало, що педагоги найменше використовують емоційні стратегії і самотурботу, але активно –

когнітивні. Це свідчить про їхню зорієнтованість на результат і раціональність навіть у стані стресу. Отже, системна підтримка має бути не лише психологічною, а й адміністративно-організаційною. Тому доцільно було б подбати про інтеграцію психоедукації щодо природи емоцій у війні в програми підвищення кваліфікації. Так само можливим є упровадження чітких механізмів професійної супервізії та розвантаження для запобігання вигоранню.

Список використаних джерел

Бех, І. Д. (2008). Почуття гідності у духовному розвитку особистості. У *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*, Збірник наукових праць. Вип. 12, кн. 1. (с. 5–18). Київ: Ін-т проблем виховання. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/3795/1/%D0%B1%D0%B5%D1%85_2008-12%281%29.pdf

Головатий, С. (Ред.). (2021). Людська гідність та забезпечення прав людини в умовах суспільних трансформацій. У *Збірник матеріалів I Маріупольського конституційного форуму*. ВАІТЕ. <https://www.osce.org/files/f/documents/f/9/517611.pdf>

Грабовська, І. М. (2017). Громадянське суспільство як один із вирішальних факторів консолідації українства постколоніального періоду. *Грані*, 20(2 (142)), 87–92. <https://grani.org.ua/index.php/journal/article/download/909/924/>

Козловський, І. (2019). Гідність: Асертивність та емпатія. *Незалежний культурологічний часопис*. <https://ji-magazine.lviv.ua/2019/kozlovskiy-hidnist.htm>

Мерзлякова, О. (2022). *Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф*. Online Test Pad. <https://ua.onlinetestpad.com/ua/testview/1434026-shkala-psikhologichnogo-blagopoluchchya>

Пінчук, О. (2025). Показники стійкості та адаптації до викликів війни серед освітян Херсонської області. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: психологія*, (78), 30–35. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-05>

Рибалка, В. (2012). Честь і гідність особистості як духовні орієнтири праці психолога і педагога: Культурно-та аксіопсихологічні аспекти. *Психологія і особистість*, (1), 161–183. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Psios_2012_1_15

Рибалка, В. В. (2011). *Психологія честі та гідності особистості: Культурологічні та аксіологічні аспекти*. ЮД; Інфосистем.

Рогова, О. (2024). Гідність як провідна цінність нової української школи: Від проблеми визначення до шляхів набуття. *Гілея: науковий вісник*, (191-192), 53–58. <http://gileya.org/index.php?ng=library&cont=long&id=282>

Савченко, О. В., & Лавриненко, Д. Г. (2023). Короткий багатовимірний опитувальник процвітання «PERMA-Профайлер»: адаптація методики та її психометричні властивості. *Габітус*, 52, 167–178. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.29>

Титаренко, Т. (2017). Щастя, здоров'я, благополуччя: досягнення недосяжного. У *IX-ті Гротівські читання: Ракурси психологічного благополуччя особистості: збірник тез доповідей всеукраїнського науково-практичного семінару 9 червня 2017 р., м. Ніжин* (с. 7–11). Ніжин. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2020/05/Ракурси-психологічного-благополуччя-особистості-тези-доповідей-семінару-09.06.2017.pdf>

Фукуяма, Ф. (2020). *Ідентичність. Потреба в гідності й політика скривдженості* (Т. Сахно, Пер.; 2-ге вид.). Наш Формат. <https://nashformat.ua/pdf-preview/identitychnist.-potreba-v-gidnosti-j-polityka-skrivdzhenosti-709373?srsltid=AfmBOorBgpagMW57LbIEQXFmEo-qMVSFLsDMh-wzzneVkoEQN-b8azz1>

Харченко, Н. (2021). Актуалітети у вихованні власної гідності особистості. У *Матеріали III Міжнародної наук-практичної конференції «Практичні та теоретичні питання розвитку науки та освіти»*. http://lviv-forum.inf.ua/save/2021/30-31.07.2021/_Збірник.pdf#page=41

Швець, О. (2021). *Психологічні чинники становлення особистісної гідності в освітньому просторі*. (Дис. канд. психол. наук), Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна», Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis_hsvets_1639471389.pdf

Banit, O., & Merzliakova, O. (2023). Identification the key strategies of resilience of Ukrainian teachers in the conditions of war. *European Humanities Studies State and Society*, 1, 4–23. <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2023.1.01>

Dierendonck van, D. (2003). The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 629–643. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(03\)00122-3](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(03)00122-3)

Fernandes, H. M., Vasconcelos-Raposo, J., & Teixeira, C. M. (2010). Preliminary analysis of the psychometric properties of RYFF's Scales of Psychological Well-Being in Portuguese Adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 1032–1043. <https://doi.org/10.1017/s1138741600002675>

Melnyk, O. (2023). *World war II as an identity project | columbia university press*. Columbia University Press. <https://cup.columbia.edu/book/world-war-ii-as-an-identity-project/9783838217048/>

Ryff, C. D. (2013). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the science and practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>

References

Banit, O., & Merzliakova, O. (2023). Identification of the key strategies of resilience of Ukrainian teachers in the conditions of war. *European Humanities Studies State and Society*, 1, 4–23. <https://doi.org/10.38014/ehs-ss.2023.1.01> (in English)

Bekh, I. D. (2008). Pochuttia hidnosti u dukhovnomu rozvytku osobystosti [Sense of dignity in the spiritual development of the individual]. In: *Teoretyko-*

metodychni problemy vykhovannia ditei ta uchnivskoi molodi [Theoretical and methodological problems of raising children and schoolchildren: collection of scientific works]. Is. 12, book 1 (pp. 5–18). Kyiv. Institute of Education problems. https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/3795/1/%D0%B1%D0%B5%D1%85_2008-12%281%29.pdf (in Ukrainian)

Dierendonck van, D. (2003). The construct validity of Ryff's Scales of Psychological Well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 629–643. [https://doi.org/10.1016/s0191-8869\(03\)00122-3](https://doi.org/10.1016/s0191-8869(03)00122-3) (in English)

Fernandes, H. M., Vasconcelos-Raposo, J., & Teixeira, C. M. (2010). Preliminary analysis of the psychometric properties of RYFF's Scales of Psychological Well-Being in Portuguese Adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 13(2), 1032–1043. <https://doi.org/10.1017/s1138741600002675> (in English)

Fukuyama, F. (2020). *Identychnist. Potreba v hidnosti i polityka skryvdzhenosti* [Identity: Contemporary Identity Politics and the Struggle for Recognition] (T. Sakhno, Trans.; 2nd ed.). Our Format. <https://nashformat.ua/pdf-preview/identychnist.-potreba-v-gidnosti-j-polityka-skryvdzhenosti-709373?srsId=AfmBOorBgpagMW57LbIEQXFmEo-qMVSFLsDMh-wzgneBkoEQN-b8azz1> (in Ukrainian)

Grabovska, I. M. (2017). Hromadianske suspilstvo yak odyń iz vyrishalnykh faktoriv konsolidatsii ukrainstva postkolonialnoho periodu [Civil Society as one of the decisive factors of the Ukrainians' consolidation in the Postcolonial period]. *Grani*, 20 (2(142)), 87–91. doi:10.15421/171730 (in Ukrainian)

Holovaty, S. (Ed.). (2021). *Liudska hidnist ta zabezpechennia prav liudyny v umovakh suspilnykh transformatsii* [Human dignity and ensuring human rights in the context of social transformations]. *Zbirnyk materialiv I Mariupolskoho konstytutsiinoho forumu* [Collection of materials of the 1st Mariupol Constitutional Forum.]. Kyiv. <https://www.osce.org/files/f/documents/f/9/517611.pdf> (in Ukrainian)

Kharchenko, N. (2021). Aktualiteti u vykhovanni vlasnoyi hidnosti osobystosti [Current issues in the education of personal dignity]. In: *Materials of the III International Scientific and Practical Conference «Practical and Theoretical Issues of the Development of Science and Education»*. http://lviv-forum.inf.ua/save/2021/30-31.07.2021/_Збирник.pdf#page=41 (in Ukrainian)

Kozlovsky, I. (2019). Hidnist: Asertyvnist ta empatiia [Dignity: Assertiveness and Empathy]. *Nezalezhnyi kulturolohichnyi chasopys* [Independent Cultural Journal]. <https://ji-magazine.lviv.ua/2019/kozlovskiy-hidnist.htm> (in Ukrainian)

Melynk, O. (2023). *World war II as an identity project | columbia university press*. Columbia University Press. <https://cup.columbia.edu/book/world-war-ii-as-an-identity-project/9783838217048/> (in English)

Merzliakova, O. (2022). *Shkala psykhologichnoho blahopoluchchya K. Riff* [K. Riff Psychological Well-Being Scale]. Online Test Pad. <https://ua.onlinetestpad.com/ua/testview/1434026-shkala-psikhologichnogo-blagopoluchchya> (in Ukrainian)

Pinchuk, O. (2025). Resilience and Adaptation Indicators to The Challenges of War Among Educators in the Kherson Region [Resilience and Adaptation Indicators to The Challenges of War Among Educators in the Kherson Region]. *Visnyk of V. N.*

Karazin Kharkiv National University. Series Psychology, (78), 30–35. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-05> (in Ukrainian)

Rohova, O. (2024). Hidnist yak providna tsinnist novoi ukrainskoi shkoly: Vid problemy vyznachennia do shliakhiv nabuttia [Dignity as a Leading value of the New Ukrainian school: From the Problem of the Definition to Ways of the Formation]. *Hileia: Scientific Bulletin*, 191-192, 53–58. <http://gileya.org/index.php?ng=library&cont=long&id=282> (in Ukrainian)

Rybalka, V. (2012). Chest i hidnist osobystosti yak dukhovni oriientyry pratsi psykhologa i pedahoha: Kulturno-ta aksiopsykholohichni aspekty [Honor and dignity of the individual as spiritual guidelines for the work of a psychologist and teacher: Cultural and axiological aspects]. *Psykhohiia i osobystist* [Psychology and personality], (1), 161–183. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Psios_2012_1_15 (in Ukrainian)

Rybalka, V. V. (2011). *Psykhohiia chesti ta hidnosti osobystosti: Kulturolohichni ta aksiolohichni aspekty* [Psychology of honor and dignity of the individual: Cultural and axiological aspects]. IOD; Infosystem. (in Ukrainian)

Ryff, C. D. (2013). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the science and practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263> (in English)

Savchenko, O. V., & Lavrynenko, D. G. (2023). *Korotkyi bahatovymirnyi opyvalnyk protsvitannia «PERMA-Profayler»: adaptatsiia metodyky ta yii psykhometrychni vlastyvoli* [A brief multidimensional measure of flourishing «PERMA-Profiler»: adaptation of the methodology and its psychometric properties]. *Habitus*, 52, 167–178. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.29> (in Ukrainian)

Shvets, O. (2021). *Psykholohichni chynnyky stanovlennia osobystisnoyi hidnosti v osvithomu prostori* [Factors of Personal Dignity Development in the Educational Space. – Manuscript] (Master's Thesis), Open International University of Human Development «Ukraine», Institute of Psychology named after H. S. Kostyuk NAES of Ukraine. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/dis_hsvets_1639471389.pdf (in Ukrainian)

Tytarenko, T. (2017). Shchastia, zdorovia, blahopoluchchia: dosiahnennia nedosiaznnoho [Happiness, health, well-being: achieving the unattainable]. In: *IX Grotivski chytannia: Rakursy psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti* [IX Grotius Readings: Perspectives of psychological well-being of the individual: Collection of abstracts of reports of the All-Ukrainian scientific and practical seminar, Nizhyn] (pp. 7–11). Nizhyn. <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2020/05/Rakursy-psykholohichnoho-blahopoluchchya-osobystosti-tezy-dopovidy-seminaru-09.06.2017.pdf> (in Ukrainian)

Received: 22.10.2025

Accepted: 04.11.2025

© Богдан О.Л., 2025. Ця стаття відкритого доступу на умовах CC BY-NC 4.0