

ВІДГУК
офіційного опонента на дисертацію
Турлакова Ігора Дмитровича
«Особливості взаємозв'язку психологічних ресурсів у осіб, що
переживають хронічний стрес»,
подану на здобуття наукового ступеня доктора філософії
за спеціальністю 053 «Психологія»
у галузі знань
05 «Соціальні та поведінкові науки»

Світові події останнього десятиліття створили безпрецедентні умови накопичення різних кризових ситуацій, що в сучасних міждисциплінарних дослідженнях дедалі частіше окреслюються терміном «полікриза». Україна є яскравим прикладом такої полікризи, що охоплює перше вторгнення Росії, пандемію COVID-19, постпандемічний період, що збігся з другим, повномасштабним вторгненням РФ до України. У поєднанні з глобальною зміною клімату та потенційними ядерними загрозами, зокрема через пошкодження інфраструктури ядерних та гідроелектростанцій, українці переживають хронічний стрес, який посилюється постійно відчутною загрозою для життя. Цей стан ускладнюється новими військовими конфліктами в різних куточках світу.

У сучасній психотравматології розширюється термінологічний апарат. Зокрема, з'являються нові поняття, як-от «тривалий травматичний стрес», який значною мірою пов'язаний із хронічним переживанням загрози. В такій ситуації особистісні ресурси слугують одним із ключових чинників, здатних зменшити вплив тривалого травматичного стресу й не допустити його переходу в хронічну форму.

У цьому контексті запропонована дисертація є надзвичайно актуальним дослідженням, що має вагоме практичне значення й теоретичну цінність, оскільки ресурсна втрата передбачає високий рівень психологічного дистресу й ймовірність виникнення розладів здоров'я. Надзвичайно цікавим також є вивчення і порівняння ресурсів у осіб в умовах другого й третього років

проживання повномасштабного вторгнення, при чому особами різного віку, оскільки дає змогу зіставити зв'язок ресурсів цивільного населення із тривалістю війни.

Дисертація І. Д. Турлакова належно структурована і складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, загальних висновків. Дослідження побудоване на достатній джерельній базі, що складає 177 найменувань (з них 133 джерел іноземною мовою). Дисертаційна робота відзначається чіткістю і логічністю на всіх етапах її виконання: при викладенні змісту розділів дисертації та формулюванні її висновків й при обґрунтуванні наукового апарату дослідження (визначенні актуальності теми, об'єкта, предмета, мети і завдань дослідження, презентації його методологічної бази і методів). Отже, об'єктом дослідження є ресурсна сфера людини, а предметом – особливості взаємозв'язку психологічних ресурсів у осіб, що переживають хронічний стрес під час повномасштабного вторгнення в Україну. Для отримання наукових даних в дослідженні взяло участь 272 осіб віком від 17 до старших за 55 років. З них: 31,3% досліджуваних в віці 17-25 років, 32,7% досліджуваних в віці 26-40 років, 31,6% в віці 40 – 55 років й 4,4% досліджуваних старших за 55 років. Серед них 78,3% жінок та 21,7% чоловіків. Більшість досліджуваних – 71% знаходяться в Україні, 27,6% виїхали під час війни. Досліджувані були розподілені на 3 групи за віком й на 2 групи за досвідом переживання війни.

Важливим, на наш погляд, є той факт, що представлене дисертаційне дослідження виконано в рамках науково-дослідної теми кафедри загальної психології і психологічного консультування Одеського національного університету імені І.І. Мечникова «Психологічні ресурси особистості в умовах викликів сьогодення (номер державної реєстрації - 0123U102605).

Основні результати дослідження були опубліковані в наукових працях, зокрема 3 з них – в наукових фахових виданнях, що входять до переліку, затвердженого МОН України.

Відповідно до першого завдання на основі теоретико-методологічного аналізу було здійснено аналіз ресурсної сфери особи, що переживає хронічний стрес й розглянуто ресурсні моделі подолання стресу.

Відповідно до другого завдання обґрунтовано використання BASIC PhD моделі витривалості та резилієнтності при вивченні особливостей взаємозв'язку психологічних ресурсів у осіб, що переживають хронічний стрес. Зазначено, що модель BASIC Ph є інтегративною багатовимірною моделлю подолання, та продемонстровано, що модель є ілюстрацією ресурсів для проживання стресової події, травматичної зокрема. На підставі теоретичного аналізу запропоновано ресурси, що пов'язані з модальностями моделі BASIC Ph під час війни. Узагальнено, що в процесі подолання стресу інтегруються всі модальності моделі «BASIC Ph» через психологічні ресурси особи.

Відповідно до третього завдання І. Д. Турлаков емпірично дослідив й порівняв зв'язок віку та досвіду переживання війни та психологічних ресурсів у ситуації хронічного стресу. Показано, взаємопов'язаність ресурсів, що забезпечують модальності моделі «BASIC Ph», що, своєю чергою, демонструє її динамічність і залежність від досвіду переживання хронічного стресу у досліджуваних різного віку. Встановлено особливості переживання війни у досліджуваних ранньої і зрілої дорослості.

Відповідно до четвертого завдання дисертантом з'ясовано моделі ресурсної сфери осіб різного віку й різного досвіду переживання війни й досліджено розбіжності в моделях прокрастинаторів, нереалістичних оптимістів й тих, хто не відчуває стрес. Встановлено за даними факторного аналізу, що ресурсні моделі відрізняються відповідно до віку. Так, в осіб ранньої дорослості збільшення досвіду переживання війни зменшує соціальну активність та використання психологічних ресурсів саморегуляції і стійкості, водночас збільшує використання типових патернів поведінки. У досліджуваних 26-40 років збільшення досвіду переживання війни призводить до збільшення стресу та використання ресурсів саморегуляції, водночас зменшення соціальної активності й використання типових поведінкових патернів, які можуть

детермінувати захисні механізми. В осіб зрілої дорослості при збільшенні досвіду переживання війни зменшується використання типових поведінкових проявів, ресурсів соціальної активності, саморегуляції і оптимізму, проте стійкість збільшується. Таким чином, можемо припустити, що саме для осіб зрілої дорослості тривалість війни не є фактором ризику хронічного стресу такою мірою як для молодших вікових груп. Модель ресурсної сфери в усіх досліджуваних з двох-річним досвідом переживання війни будується на зниженні соціальної активності й резилієнтності, водночас збільшенні саморегуляції. Модель ресурсної сфери у досліджуваних з трьох-річним досвідом переживання війни будується на реальному оптимізмі, прокрастинації (ірраціональна поведінка) й використанні емоційно-орієнтованих копінг стратегій, зовнішніх (родина) і внутрішніх ресурсів (гумор, надія і віра) зі змінами у типових патернах поведінки. Таким чином, цікавим результатом є те, що на третьому році війни відбувається трансформація: від зниження соціальної до індивідуальної активності у вигляді прокрастинації.

Логічним завершенням дисертаційного дослідження є обґрунтовані висновки, які відповідають поставленим завданням та становлять суттєвий внесок у розвиток теорії та практики психологічної науки.

До основних здобутків дисертанта, на нашу думку, можна віднести такі переваги дисертації.

1. Важливим вважаємо визначення теоретичного зв'язку модальностей моделі BASIC Ph із ресурсами (див. табл. 2.2) на основі попередньої моделі зв'язку модальностей із психологічними корелятами (див. табл. 2.1). Перевагою авторського узагальнення дисертанта є те, що модальності містять чітко визначені ресурси, які не перетинаються. Тоді як у моделі, запропонованій Lahad і Leuykin (2010), унікаючий стиль прив'язаності може проявлятися у різних модальностях, що ускладнює емпіричне вивчення моделі.

2. Надзвичайно цікавими даними є висновки щодо девіації моделі збалансованої часової перспективи, де минуле майже не представлено в актуальній свідомості, провідним є теперішнє, проживаючи яке особа отримує

унікальний досвід адаптації до тривалого травматичного стресу, й орієнтація на майбутнє. Вважаємо, що врахування часової перспективи може бути враховано в розробках психологічних інтервенцій з подолання хронічного стресу, де планування майбутнього може бути одним із захисних ресурсів.

3. Цікавим і важливим висновком є те, що збільшення досвіду переживання війни призводить до збільшення стресу, збільшення використання ресурсів саморегуляції, зменшення соціальної активності й використання типових поведінкових паттернів, які можуть детермінувати захисні механізми. Цей висновок є надзвичайно важливим не лише для розуміння ситуації сьогодення, а й планування цілісної програми відновлення цивільного населення у повоєнний період.

Незважаючи на досягнення дисертанта в отриманні результатів дослідження, вважаємо за необхідне вказати на **низку зауважень**.

1. У теоретичному аналізі підрозділу 1.1. розглядається поняття стресу, його види, еволюція уявлень про стрес, які розвивалися у різних наукових напрямках, а також механізми його подолання. Окрему увагу приділено феномену хронічного стресу. Водночас поза увагою залишається важливе сучасне поняття *тривалого травматичного стресу (ТТС)* (Goral et al., 2021; Zasiiekina et al. 2024; Frankova et.al., 2025), яке безпосередньо пов'язане з переживанням хронічного стресу, водночас має власну специфіку. Виявлення відмінностей між цими поняттями дало змогу б долучитися до актуальних дискусій, ініційованих ВООЗ, щодо доцільності введення терміна ТТС до наукового обігу в межах психотравматології. Зокрема, досі тривають дискусії щодо доцільності виокремлення ТТС як окремої категорії, або ж чи вже наявні поняття хронічного стресу та травматичного досвіду повністю охоплюють його зміст. Також не зовсім обґрунтованим видається виклад аналізу життєвих ситуацій і життєвих подій на стор. 27. Вважаємо, що автору було б доцільніше зосередитися на чітких узагальненнях щодо хронічного стресу, його типології та виокремленні того, що саме буде розглядатися в подальшому емпіричному дослідженні. На стор. 37 автор гарно описує травматичний стрес як загрозу для

ресурсів особи, оскільки травматичний довід перевищує ці ресурси, водночас, дає аналіз літератури з травми військових. Цікаво було б навести дані про військову травму у цивільних, адже саме вони складають вибірку дослідження.

2. У роботі гарно подано опис вибірки дослідження. Водночас деякі аспекти потребують уточнення. Наприклад, автор формує вибірку у віці від 17 до 55 років. Це викликає інтерес, адже більшість психодіагностичних методик стандартизовані та мають високу психометричну валідність саме для осіб віком від 18 років. Також бажано було б провести аналіз статистичної потужності (power analysis) вибірки, аби переконатися, що вибірка має достатню кількість учасників для виявлення статистично значущих ефектів. Цікаво було б дізнатися, яким чином групувалася вибірка, який метод рекрутації застосовувався. А також розподіл за статтю, освітнім рівнем, соціально-економічним статусом та іншими демографічними показниками. При описі вибірки за досвідом переживання війни варто було б чіткіше описати кількість досліджуваних у кожній групі, а також продублювати цю кількість в усіх поданих таблицях у розділі 3, у яких висвітлено цю змінну.

3. На стор. 99, автор надає нам інформацію про те, що як відомо, «кореляційна матриця є квадратною таблицею, де на перетині рядків і стовпців вказані коефіцієнти кореляції між відповідними параметрами». Але цікаво, що результати подаються не в цій квадратній таблиці, а лінійно у тексті, що є незручним для сприйняття. У таблиці 3.10 подано результати порівняння різних вікових груп за допомогою U-критерію Манна-Вітні. Проте незрозуміло, чому автор не застосовує однофакторний дисперсійний аналіз ANOVA, який є більш надійним і потужним статистичним методом для порівняння більше ніж двох груп у параметричних даних. Якщо ж вибір непараметричного критерію зумовлений невідповідністю даних припущенням ANOVA (наприклад, порушення нормальності розподілу чи гомогенності дисперсій), це слід чітко обґрунтувати у тексті.

4. В роботі є певні неточності, описки та помилки. Так, на стор. 27 автор зазначає про гострий стрес у невеликих дозах; на стор. 78 зазначається,

що в роботі використано термін переживання і переживання. Мабуть, мається на увазі переживання й проживання. В будь-якому разі це потребує роз'яснення.

Водночас висловлені зауваження не знижують загальної високої оцінки дисертаційної роботи, яка є зразком ретельного, змістовного і надзвичайно цікавого проведеного дослідження. Зроблені у роботі висновки мають значну теоретичну та практичну цінність. Особливо важливо підкреслити самостійність дослідження, авторське формулювання теоретичних засад роботи, оригінальність підходів та винахідливість у розробці поставлених завдань.

Загальний висновок та оцінка дисертації. Дисертаційна робота Турлакова Ігора Дмитровича «Особливості взаємозв'язку психологічних ресурсів у осіб, що переживають хронічний стрес», є завершеною науковою працею. За актуальністю, науковою новизною, теоретичним і практичним значенням отриманих результатів, обґрунтованістю наукових висновків, їх достовірністю, якістю оформлення відповідає вимогам нормативних актів щодо дисертацій, зокрема, «Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12.01.2022 року № 44 зі змінами внесеними згідно з Постановами Кабінету Міністрів України № 341 від 21.03.2022 року та №502 від 19.05.2023 року, а її автор, Турлаков Ігор Дмитрович, заслуговує на присудження ступеня доктора філософії з галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки за спеціальністю 053 Психологія.

Офіційний опонент:

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри загальної та клінічної психології
Волинського національного
університету імені Лесі Українки

Лариса ЗАСЄКІНА