

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Факультет психології

Кафедра експериментальної психології

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА БАКАЛАВРА

**ФІНАНСОВА ТРИВОЖНІСТЬ, ІНТОЛЕРАНТНІСТЬ ДО
НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК ПРЕДИКТОРИ
ПСИХОЛОГІЧНОГО ДИСТРЕСУ МОЛОДІ В УМОВАХ
ВОЄННОГО СТАНУ**

Спеціальність 053 «Психологія»

Освітньо-професійна програма «Психологія»

**Здобувача вищої освіти
ОС «Бакалавр»
Мирослава КІНАХА**

**Науковий керівник:
асистент кафедри
експериментальної та
прикладної психології
Антон КУРАПОВ**

Допустити до захисту в ЕК
кафедра експериментальної та прикладної психології
протокол № ____ від ____
Завідувач кафедри:
Каріне МАЛИШЕВА
____ (підпис)

КИЇВ - 2026

Зміст

АНОТАЦІЯ	4
ВСТУП	5
РОЗДІЛ 1 Теоретичні основи дослідження фінансової тривожності, інтолерантності до невизначеності та копінг-стратегій	9
1.1. Фінансова тривожність та фінансовий стрес як психологічні феномени	9
1.2. Специфіка депресивно-тривожної симптоматики молоді в умовах воєнного час	17
1.3. Взаємозв'язок фінансової тривожності та інтолерантності до невизначеності із загальним дистресом та вибором копінг-стратегій ..	25
Висновки до Розділу 1	29
РОЗДІЛ 2 Організація та методи емпіричного дослідження	32
2.1. Організація та етапи емпіричного дослідження. Характеристика вибірки	32
2.2. Психодіагностичний інструментарій дослідження	33
2.3. Методи математико-статистичної обробки даних	38
Висновки до розділу 2	40
РОЗДІЛ 3 Емпіричне дослідження впливу фінансової тривожності та інтолерантності до невизначеності на рівень дистресу	42
3.1. Описова статистика та особливості розподілу емпіричних даних ..	42
3.2. Порівняльний аналіз рівня дистресу в різних соціально- демографічних групах	46

3.3. Взаємозв'язок фінансової тривожності, інтолерантності до невизначеності та симптомів психічного дистресу молоді	53
3.4. Багатовимірне регресійне моделювання предикторів психологічного дистресу	57
Висновки до Розділу 3	63
ОБГОВОРЕННЯ	66
ВИСНОВКИ	76
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	80
ДОДАТКИ	89
Додаток А	89
Додаток Б	98

АНОТАЦІЯ

Дипломна робота присвячена вивченню взаємозв'язків між фінансовою тривожністю, інтолерантністю до невизначеності та показниками психічного дистресу — депресією, тривогою, стресом і безнадією, а також специфікою вибору копінг-стратегій у молоді в умовах воєнного стану. Об'єктом дослідження є психоемоційний стан та саморегуляція молоді; предметом — фінансова тривожність та інтолерантність до невизначеності як чинники формування дистресу й вибору копінгів.

Вибірку склали 97 студентів українських ЗВО віком 18-25 років. Застосовано методики DASS-21, IUS-12, Brief COPE, Шкалу безнадії Бека (BHS) та Шкалу фінансової тривожності (FAS) в авторському перекладі з підтвердженою надійністю ($\alpha = 0,940$ та $\alpha = 0,831$ відповідно). Статистична обробка у Jamovi включала критерії Манна-Уїтні, Краскела-Волліса, кореляцію Спірмена та множинну лінійну регресію.

Встановлено, що фінансова тривожність є наскрізним предиктором усіх вимірів дистресу ($\rho = 0,46-0,57$, $p < 0,001$). Гнітюча інтолерантність до невизначеності пов'язана з депресією ($\rho = 0,450$) та безнадією ($\rho = 0,403$); прогностична — з тривогою та стресом. Регресійні моделі підтвердили: позитивне переосмислення є ключовим протективним предиктором депресії ($\beta = -0,282$, $p = 0,004$), активне подолання — безнадії ($\beta = -0,282$, $p = 0,022$). Попри гостру симптоматику, більшість вибірки (85,6 %) зберігає нормативний рівень безнадії, що свідчить про психологічну резильєнтність молоді.

Ключові слова: фінансова тривожність, інтолерантність до невизначеності, депресія, безнадія, копінг-стратегії, студентська молодь, воєнний стан.

ВСТУП

Актуальність дослідження: сучасна психологічна наука дедалі більше звертається до вивчення специфічних дистресових факторів, які впливають на психологічне благополуччя молоді в умовах макросоціальних криз. В Україні цей запит набуває особливої гостроти: молодь стикається не лише з типовими для етапу «появи дорослості» академічними та соціальними викликами, а й із тривалим впливом воєнного конфлікту, що суттєво підвищує загальний рівень тривоги, руйнує звичне планування та створює економічну нестабільність.

Одним із найгостріших і водночас недостатньо концептуалізованих у вітчизняній науці феноменів є фінансова тривожність. Дослідження (Archuleta et al., 2013; Lim et al., 2014) стійко засвідчують, що фінансовий стрес і тривога щодо власного матеріального становища тісно пов'язані зі зниженням академічної мотивації та погіршенням загального емоційного стану. Водночас залишається відкритим питання про механізм цих зв'язків в екстремальних умовах: яким чином фінансова тривожність у поєднанні з інтолерантністю до невизначеності (яка є закономірним наслідком війни) інтегрується в загальний клінічний профіль студента (депресія, загальна тривога, стрес) та які копінг-стратегії при цьому використовуються.

Теоретичні моделі припускають (Carleton et al., 2007; Beck et al., 1974), що неможливість покладатися на стабільне майбутнє (висока інтолерантність до невизначеності) у комбінації з браком фінансових ресурсів або страхом їх втрати виступає потужним каталізатором відчуття безнадії. Молоді люди, які перебувають у стані хронічної фінансової тривожності, швидше виснажують свої психологічні ресурси, що може призводити до використання дезадаптивних стратегій подолання стресу та формування песимістичної орієнтації на майбутнє. Однак емпіричне підтвердження та комплексний (мережевий) аналіз взаємозв'язків між фінансовою тривожністю, переносимістю невизначеності та загальною

клінічною симптоматикою серед молоді у вітчизняних дослідженнях наразі представлені недостатньо.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити роль інтеграції фінансової тривожності та інтолерантності до невизначеності у структурі психоемоційного стану молоді, а також визначити специфіку їхнього зв'язку з копінг-стратегіями та відчуттям безнадії в умовах воєнного стану.

Відповідно до поставленої мети було сформовано такі **завдання**:

1 Здійснити теоретичний аналіз підходів до вивчення фінансової тривожності, інтолерантності до невизначеності, копінг-стратегій та депресивно-тривожної симптоматики у сучасній психологічній науці.

2 Встановити рівень фінансової тривожності, інтолерантності до невизначеності, безнадії, а також загальний рівень дистресу (депресії, тривоги, стресу) серед сучасної української молоді.

3 Визначити характер, силу та структуру кореляційних зв'язків між досліджуваними психологічними конструктами.

4 Виявити спосіб вибору стратегій подолання стресу (копінгів) молоддю з різним рівнем фінансової тривожності та суб'єктивного сприйняття майбутнього.

Об'єкт дослідження: психоемоційний стан та особливості саморегуляції молоді.

Предмет дослідження: фінансова тривожність та інтолерантність до невизначеності як чинники формування безнадії, загального дистресу та вибору копінг-стратегій у молоді в умовах воєнного стану.

Методи дослідження: Для досягнення мети дослідження, перевірки висунутих гіпотез та розв'язання поставлених завдань було використано

комплекс методів:

теоретичні: аналіз, синтез, порівняння, систематизація та узагальнення наукових джерел для концептуалізації феноменів фінансової тривожності, інтолерантності до невизначеності та психологічного дистресу в молодіжному середовищі;

емпіричні: психодіагностичне тестування із застосуванням стандартизованих методик:

Шкала депресії, тривоги та стресу (Depression Anxiety Stress Scales, DASS-21);

Коротка шкала інтолерантності до невизначеності (Intolerance of Uncertainty Scale, IUS-12);

Шкала безнадії Бека (Beck Hopelessness Scale, BHS) в авторському перекладі;

Опитувальник копінг-стратегій (Brief COPE) (Carver, 1997);

Шкала фінансової тривожності (Financial Anxiety Scale, FAS) в авторському перекладі;

Авторська анкета для оцінки об'єктивного фінансового стану, демографічних показників та впливу війни на кар'єрні очікування.

Методи математичної статистики: кількісна обробка даних передбачала послідовне застосування кількох аналітичних алгоритмів. Етапи включали розрахунок описових статистик (середнє, медіана, стандартне відхилення, перевірка нормальності розподілу), порівняння незалежних вибірок (t-критерій Стюдента або U-критерій Манна-Уїтні) для виявлення соціально-демографічної специфіки дистресу, кореляційний аналіз (Пірсона/Спірмена) для побудови матриці взаємозв'язків, а також множинний лінійний регресійний та мережевий аналіз (Network Analysis) для побудови прогностичних моделей. Статистична обробка даних здійснювалась у програмному середовищі Jamovi.

Емпірична база дослідження: У дослідженні взяли участь представники сучасної української молоді віком від 18 до 35 років (переважно здобувачі вищої освіти). Збір даних здійснювався за допомогою онлайн-опитування з дотриманням принципів конфіденційності та добровільної згоди. Загальний обсяг вибірки склав 97 осіб.

Наукова новизна дослідження: Дослідження вперше у вітчизняному контексті здійснює комплексну емпіричну перевірку взаємозв'язків між фінансовою тривожністю, інтолерантністю до невизначеності та показниками ментального здоров'я (зокрема відчуттям безнадії) серед молоді в умовах тривалого воєнного конфлікту. Використання багатовимірної статистичної підходу дозволяє вийти за межі простої констатації кореляційних зв'язків і наблизитися до розуміння глибинної структури дистресу, визначаючи, як саме матеріальна нестабільність переплітається з клінічними симптомами та вибором копінг-стратегій. Крім того, набула подальшого розвитку апробація інструментарію для вимірювання фінансової тривожності (FAS) на українській вибірці.

Практичне значення дослідження: Отримані результати можуть бути використані у розробці психопрофілактичних, освітніх та консультативних програм, спрямованих на підтримку психологічного благополуччя молоді. Дані здатні надати практичну інформацію психологам, фахівцям психологічних служб закладів вищої освіти та соціальним працівникам щодо значення фінансового стресу як прихованого тригера депресивної симптоматики. Розуміння домінуючих копінг-стратегій дозволить формувати більш ефективні та адресні інтервенції для подолання відчуття безнадії серед молоді в умовах економічної та безпекової нестабільності.

РОЗДІЛ 1

Теоретичні основи дослідження фінансової тривожності, інтолерантності до невизначеності та копінг-стратегій

1.1. Фінансова тривожність та фінансовий стрес як психологічні феномени

Сучасна психологічна наука дедалі більше звертається до вивчення внутрішніх ресурсів та станів, які визначають фінансове ментальне здоров'я особистості. Якщо тривалий час економічні труднощі розглядалися переважно в межах соціологічних чи суто економічних дисциплін, то сьогодні фокус наукових досліджень змістився на розуміння глибинних психологічних наслідків фінансових проблем. Зокрема, клініцисти та дослідники дедалі частіше ідентифікують специфічні фінансові розлади та дисфункціональні патерни поведінки - такі як компульсивні покупки, фінансова залежність чи патологічне накопичення, - що безпосередньо загрожують психологічному благополуччю індивіда (Archuleta, Dale, & Spann, 2013). У цьому контексті фінансову тривожність доцільно концептуалізувати як складний емоційний та когнітивний стан, що виникає у відповідь на реальні або сприйняті фінансові загрози. Цей стан закономірно супроводжується стійким занепокоєнням, фізіологічною напругою та порушенням повсякденного функціонування особистості. Як зазначають науковці, фінансові стресори мають стійку позитивну асоціацію з підвищеними показниками загальної тривоги та депресивних станів, формуючи стійкий патерн психологічного дистресу (Andrews & Wilding, 2004).

Для глибшого розуміння природи фінансового дистресу критично важливо чітко розмежовувати поняття об'єктивного фінансового стану (або матеріального тягаря) та суб'єктивної фінансової тривожності.

Об'єктивні показники, такі як рівень щомісячного доходу, наявність кредитів чи загальна сума боргів, формують лише базове середовище. Натомість суб'єктивна фінансова тривожність є відображенням внутрішнього сприйняття та когнітивної переоцінки цих обставин самим індивідом. Згідно з когнітивними теоріями стресу, фінансовий стрес виникає саме тоді, коли особа оцінює ситуацію як таку, що перевищує її доступні ресурси та здатності до подолання (Aldana & Liljenquist, 1998). Окрім цього, фінансова ситуація тісно вплетена у формування ідентичності та загальної самооцінки (Choi, 2005). Отже, суб'єктивне сприйняття власного фінансового добробуту, або фінансова задоволеність, виступає ключовим медіатором у цій системі. Цей конструкт не є суто арифметичним відображенням кількості грошей, а включає впевненість індивіда у своїй здатності справлятися з кризами, планувати майбутнє та покривати базові потреби (Hira & Mugenda, 1998). Дослідження стійко підтверджують, що сприйняте фінансове благополуччя тісно корелює із загальним психологічним здоров'ям, причому часто незалежно від об'єктивного рівня боргу (Norvilitis et al., 2003). Визначальну роль у цьому процесі також відіграє рівень доходів як фактор, що безпосередньо асоціюється з підвищенням рівня задоволеності та зниженням відчуття вразливості (Plagnol, 2011).

З точки зору когнітивного функціонування, хронічна фінансова тривожність призводить до суттєвого та систематичного виснаження базових психологічних ресурсів індивіда. Згідно з концептуальною моделлю «его-виснаження», переживання постійного фінансового стресу вимагає від особистості залучення підвищеного обсягу ментальних зусиль для регуляції негативних емоцій та контролю поведінки (Baumeister, Bratslavsky, Muraven, & Tice, 1998). Це означає, що індивіди, які постійно перебувають у стані фінансової тривоги, залишають для себе значно

менше вільних когнітивних ресурсів для вирішення інших життєвих, академічних чи міжособистісних завдань. Такий дефіцит призводить до загального зниження ефективності копінг-стратегій. Важливим захисним механізмом у цій динаміці виступає фінансова самоефективність - внутрішнє переконання та віра індивіда у власну здатність успішно управляти своїми фінансами й долати економічні перешкоди (Bandura, 1977). Самоефективність функціонує як потужний когнітивний модератор, який суттєво пом'якшує вплив стресорів та стимулює адаптивну поведінку, зокрема готовність звертатися за професійною фінансовою допомогою до компетентних фахівців (Lim, Heckman, Letkiewicz, & Montalto, 2014).

Специфіка фінансового дистресу набуває особливої гостроти у період молодості, зокрема серед студентства. Період ранньої дорослості сам по собі є етапом складних життєвих транзицій, що закономірно супроводжується підвищеним ризиком виникнення різноманітних психологічних проблем та криз ідентичності (Hunt & Eisenberg, 2010). Перехід до навчання у закладі вищої освіти означає для більшості раптове зіткнення з необхідністю самостійно приймати відповідальні фінансові рішення, управляти вкрай обмеженим бюджетом та, що найбільш критично, накопичувати значні борги через необхідність оплачувати проживання та навчання. Враховуючи, що студенти перебувають на етапі активного соціального, професійного та особистісного становлення, фінансова напруга для них швидко стає одним із найвагоміших стресорів, що дезорганізує ключові сфери життєдіяльності. Як доводять емпіричні дані, фінансові труднощі у ці роки є вагомим предиктором формування стійких депресивних станів (Krause, 1997). Також часто спостерігається патологічне зниження самооцінки та погіршення загального образу «Я» на тлі неможливості відповідати очікуванням соціуму (Dohrenwend & Dohrenwend, 1978).

Негативні наслідки фінансового стресу у студентської молоді системно проявляються на кількох рівнях: академічному, соматичному та поведінковому. З академічної точки зору, фінансовий стрес безпосередньо підриває здатність студента до ефективного засвоєння знань та професійного зростання. Дослідники наголошують, що студенти з високим рівнем фінансової тривоги частіше змушені зменшувати навчальне навантаження, пропускати заняття заради підробітків або навіть переривати навчання, що зрештою неминуче призводить до зниження академічної успішності (Joo, Durband, & Grable, 2008). Крім того, несприятливі економічні обставини мають стійкий зв'язок із погіршенням фізичного та ментального здоров'я: молоді люди, які мають труднощі зі своєчасною оплатою рахунків, значно частіше скаржаться на соматичні проблеми, розлади сну та хронічне виснаження (Roberts, Golding, Towell, & Weinreb, 1999).

Водночас фінансовий дистрес провокує серію неадаптивних форм поведінки. Високий рівень стресу тісно пов'язаний із погіршенням якості фінансових рішень: тривожні студенти частіше здійснюють імпульсивні покупки, не планують бюджет та жалкують про зроблені витрати, формуючи «замкнене коло» заборгованості (Hayhoe, Leach, Turner, Bruin, & Lawrence, 2000). Доведено також, що високе боргове навантаження корелює із ризикованими для здоров'я практиками, такими як критичне зниження фізичної активності, порушення харчової поведінки, схильність до компульсивного переїдання та зловживання психоактивними речовинами (Nelson, Lust, Story, & Ehlinger, 2008). Більше того, у найскладніших випадках фінансова тривожність розглядається як один із вагомих факторів, що підвищують ризик суїцидальних намірів серед студентів, оскільки відчуття соціальної та економічної безвиході може

набувати масштабів справжньої екзистенційної кризи (Westefeld et al., 2005).

Таким чином, фінансова тривожність та фінансовий стрес являють собою глибокі, багатовимірні психологічні феномени, які не можуть бути зведені до простої констатації факту відсутності матеріальних засобів. Вони формуються на перетині об'єктивного боргового навантаження та суб'єктивного когнітивного оцінювання ситуації як загрозової, що значною мірою опосередковується рівнем загальної фінансової задоволеності та самоефективності особистості. Для студентської молоді, яка перебуває на етапі вразливого переходу до дорослості, фінансовий дистрес виступає потужним дестабілізуючим чинником. Він не лише виснажує когнітивні ресурси, життєво необхідні для ефективної саморегуляції, але й безпосередньо впливає на академічну успішність, підштовхує до дезадаптивної та руйнівної поведінки, а також створює сприятливе підґрунтя для розвитку серйозних психопатологічних порушень. Отже, вивчення механізмів формування, переживання та подолання фінансової тривоги серед студентів є надзвичайно актуальним і критично важливим завданням для сучасної психологічної науки.

Сучасна клінічна та когнітивна психологія розглядає здатність особистості толерувати невідомість як один із фундаментальних предикторів психологічного благополуччя. У контексті глобальних соціальних потрясінь та воєнних конфліктів дослідницький фокус закономірно зміщується на вивчення дезадаптивних феноменів, серед яких ключове місце посідають інтолерантність до невизначеності та відчуття безнадії. У сучасній науці інтолерантність до невизначеності (IUS) концептуалізується як складний, багатовимірний трансдіагностичний конструкт, що відображає стійку негативну когнітивну, емоційну та поведінкову реакцію індивіда на ситуації з невідомим або

непередбачуваним результатом (Buhr & Dugas, 2002). Цей феномен характеризується тенденцією інтерпретувати будь-яку амбівалентну або дефіцитну інформацію як беззаперечно загрозливу, незалежно від реальної об'єктивної ймовірності настання негативних наслідків (Carleton et al., 2007). Водночас відчуття безнадії (BHS) у новітньому науковому дискурсі розглядається як стійка когнітивна схема, що характеризується тотальними негативними очікуваннями щодо майбутнього, втратою екзистенційного сенсу та глибоким переконанням у власній нездатності досягти бажаних цілей чи вплинути на зміну загрозливої ситуації (Veronese et al., 2021).

Взаємодія цих двох феноменів набуває особливо деструктивного характеру, коли студентська молодь опиняється в ситуації макросоціальної кризи або тривалої війни. Період ранньої дорослості сам по собі супроводжується значною кількістю життєвих транзицій та невідомих змінних у соціальній і професійній сферах, проте збройний конфлікт генерує стан екстремальної, хронічної та тотальної невизначеності. Дослідники наголошують, що в таких умовах об'єктивна неможливість прогнозувати навіть найближче майбутнє різко підвищує показники загальної тривожності та продукує стійке відчуття безпорадності серед молоді (Pinchuk et al., 2024). Взаємодія інтолерантності до невизначеності та безнадії розгортається як каскадний процес: індивіди з високим рівнем непереносимості невідомості спочатку реагують на макросоціальний стрес гіпермобілізацією, оскільки будь-яка відсутність гарантій безпеки сприймається ними як критична загроза (Laugesen et al., 2003). Проте, оскільки криза носить затяжний характер і стабільність не відновлюється, адаптивні ресурси психіки швидко виснажуються, створюючи ідеальне підґрунтя для переходу активної тривоги у стан глибокої апатії та безнадії. Це знаходить підтвердження у даних про те, що тривалий вплив стресорів військового характеру

неминуче супроводжується патологічним погіршенням часової перспективи особистості, коли руйнується зв'язок між минулим, теперішнім та майбутнім, роблячи процес цілепокладання неможливим (Громова, 2020).

Психологічний механізм, через який неможливість прогнозувати майбутнє руйнує емоційну стабільність, ґрунтується на вираженому дефіциті когнітивної гнучкості та порушенні виконавчих функцій мозку. З нейрокогнітивної точки зору, стан хронічної невизначеності в умовах війни провокує постійну активацію системи виявлення загроз, що вимагає інтенсивного залучення префронтальної кори для безперервної емоційної саморегуляції та сканування середовища (Paulus & Yu, 2012). Особи з високою інтолерантністю до невизначеності демонструють виражені соматичні стресові реакції на амбівалентність, а їхня нервова система перебуває у стані стійкого перезбудження та гіперпильності (Greco & Roger, 2001). Це призводить до колосального «его-виснаження» (ego-depletion) та високого алостатичного навантаження: когнітивні ресурси, які мали б витратитися на академічну діяльність або адаптивне планування, повністю поглинаються спробами концептуалізувати тривогу та взяти її під контроль. Як наслідок, молодь втрачає здатність до конструктивного проблемно-орієнтованого копінгу, що закономірно підштовхує її до використання неадаптивних стратегій, зокрема поведінкового уникнення, ізоляції та емоційного дистанціювання (Rettie & Daniels, 2021). З часом безперервне уникнення та об'єктивна неможливість задовольнити базову потребу в безпеці та передбачуваності формують стійкий патерн вивченої безпорадності: майбутнє починає сприйматися виключно через призму неминучих втрат, що й є ядерним проявом психологічної безнадії (Mykhaylyshyn et al., 2024).

У студентському середовищі руйнування емоційної стабільності через вказані феномени має руйнівні наслідки, які безпосередньо

дезорганізують якість життя, академічну успішність та соціальне функціонування. Тривала дія воєнного стресу спричиняє виражену соціальну дисфункцію, особливо у тих студентів, які перебувають в епіцентрі небезпеки, зазнали релокації або втратили звичні кола спілкування. Емпірично доведено, що наближеність до зон активних бойових дій прямо корелює з вищим рівнем соціальної ізоляції та втратою здатності формувати підтримуючі міжособистісні зв'язки (Stadnik et al., 2023). У такому контексті інтолерантність до невизначеності виступає як потужний каталізатор коморбідних патологій, глибоко переплітаючись із симптоматикою депресивних станів, генералізованого тривожного розладу та посттравматичного стресового розладу (Tolin et al., 2003). Комплексні епідеміологічні спостереження фіксують, що студенти та внутрішньо переміщені особи, які зазнали впливу війни, несуть надзвичайно високий тягар психологічних проблем, причому стан хронічної безнадії часто ускладнюється ризиком розвитку залежних форм поведінки або суїцидальних ідеацій як дисфункціональної спроби відновити ілюзію контролю над непередбачуваною реальністю (Roberts et al., 2019).

Відповідно, песимістичне бачення перспектив серед молоді, яка формується у лещатах макросоціальної кризи, не може інтерпретуватися як проста слабкість характеру чи відсутність академічної мотивації. Це закономірний і глибокий психопатологічний результат тривалої експозиції до неконтрольованої невизначеності, коли когнітивна система індивіда, критично виснажена безперервними спробами спрогнозувати непередбачуване, зрештою капітулює перед об'єктивними обставинами.

Своєчасне психологічне виявлення високого рівня інтолерантності до невизначеності є критично важливим етапом, оскільки саме цей трансдіагностичний чинник є тією мішенню, терапевтична модифікація якої здатна розірвати ланцюг і запобігти незворотному формуванню відчуття екзистенційної безнадії. Сучасні програми психологічної

допомоги, які довели свою ефективність у кризових умовах, роблять фокус саме на зниженні когнітивної ригідності та розвитку толерантності до амбівалентності, що дозволяє відновити психологічну гнучкість і повернути студентам здатність до об'єктивного оцінювання ресурсів та поступового перспективного планування (Бурлакова, Оксютович, Кондес, Гаркуша, 2024).

1.2. Специфіка депресивно-тривожної симптоматики молоді в умовах воєнного час

Юнацький вік та період здобуття вищої освіти традиційно концептуалізуються в сучасній психологічній науці як етап підвищеної вразливості особистості до розвитку психопатологічних станів. У цей критичний період розвитку відбувається інтенсивний перехід до ранньої дорослості, що закономірно супроводжується значними соціальними, академічними та фінансовими викликами, які суттєво підвищують базовий рівень психоемоційного напруження молоді (Hunt & Eisenberg, 2010). Тривога, депресія та стрес у цьому контексті розглядаються як складні та взаємопов'язані феномени. Стрес виступає первинним тригером, який методично виснажує адаптивні та когнітивні ресурси індивіда. На цьому тлі тривога концептуалізується як стан інтенсивного, неконтрольованого хвилювання та стійкого очікування загрози в майбутньому, тоді як депресивна симптоматика постає як наслідок тривалої втрати контролю над власним життям, що супроводжується почуттям екзистенційної безнадії, апатією та патологічним зниженням мотивації (Zivin, Eisenberg, Gollust, & Golberstein, 2009). Емпіричні дані переконливо доводять, що навіть у стабільних умовах мирного часу повсякденні стресори студентського життя, включаючи академічне навантаження та побутові турботи, мають стійку позитивну кореляцію з формуванням стійких депресивних епізодів та генералізованих тривожних станів (Andrews &

Wilding, 2004). Закономірним наслідком такої напруги стає системне погіршення академічного функціонування та зниження загальної здатності до продуктивної життєдіяльності (Joo, Durband, & Grable, 2008).

В умовах макросоціальних криз, і особливо під час тривалого збройного конфлікту, ця базова вразливість молодого покоління багаторазово посилюється, швидко перетворюючись на важкий клінічний дистрес. Війна формує унікальне середовище хронічної небезпеки, де об'єктивна загроза фізичному виживанню поєднується з тотальним руйнуванням звичного способу життя, соціальних зв'язків та перспективи економічної стабільності. Дослідження психологічного стану цивільного населення в умовах збройних конфліктів доводять, що такі екстремальні обставини неминуче призводять до різкого та масового зростання показників генералізованої тривоги, великого депресивного розладу та посттравматичного стресового розладу серед молоді (Al Ibraheem et al., 2017). Більше того, вплив травматичних подій має виражений пролонгований характер, а наслідки воєнного стресу трансформуються у стійку коморбідну патологію, де депресивні стани глибоко та нерозривно переплітаються з тривожними розладами, утворюючи складні для терапевтичного втручання клінічні картини (Roberts et al., 2019). Ознаки системного погіршення ментального здоров'я фіксуються практично миттєво після початку ескалації конфліктів (Østergaard et al., 2022). Це знаходить пряме підтвердження в дослідженнях українського студентства: у перші ж місяці розгортання бойових дій було зафіксовано різке зростання порушень сну, розладів харчової поведінки та клінічно значущої тривоги, які не зникають, а зберігаються як стійкі патологічні патерни навіть через тривалий час (Pinchuk et al., 2024).

Особлива вразливість студентської молоді до розвитку клінічного дистресу в умовах війни пояснюється взаємодією кількох глибинних психологічних та соціальних механізмів. Насамперед, період юнацтва є

етапом, що вимагає активного формування життєвих планів, кар'єрної орієнтації та соціальної ідентичності. Проте збройний конфлікт генерує стан тотальної та неконтрольованої непередбачуваності майбутнього. Згідно з сучасними когнітивними моделями психопатології, нездатність толерувати таку макросоціальну невизначеність виступає потужним трансдіагностичним фактором, що запускає і підтримує механізми тривоги та депресії (Buhr & Dugas, 2002). Оскільки індивід постійно інтерпретує невідоме як критичну загрозу, його когнітивна система перебуває у стані перманентного перезбудження, що швидко призводить до виснаження ресурсів емоційної саморегуляції (Carleton, 2016). Окрім цього, хронічна невизначеність прямо корелює із підвищеними показниками коморбідних станів, де тривога зміщується з відчуттям повної втрати контролю над власною долею (Carleton et al., 2012).

Ще одним критичним фактором вразливості є руйнування звичного академічного та соціального середовища, що призводить до глибокої та часто нездоланної соціальної ізоляції студентів. Емпірично доведено, що молоді люди, які перебувають у зонах, наближених до активних бойових дій, або мають статус внутрішньо переміщених осіб, демонструють значно вищий рівень соціальної дисфункції, що безпосередньо поглиблює і каталізує їхню депресивну симптоматику (Stadnik, 2023). Втрата підтримуючих соціальних зв'язків та фізична роз'єднаність із референтними групами однолітків позбавляє молодь основного інструменту для буферизації та подолання стресу (Veronese, 2022).

Ключовим аспектом специфіки депресивно-тривожної симптоматики у сучасної молоді є вимушена трансформація їхніх копінг-стратегій під тиском хронічного воєнного стресу. У стабільних умовах активне, проблемно-орієнтоване подолання труднощів дозволяє успішно знизити рівень емоційного дистресу та адаптуватися до викликів (Singh, 2016). Проте в жорстких реаліях тривалої війни, де об'єктивний контроль

над зовнішньою ситуацією зведений до мінімуму, молодь часто змушена вдаватися до неадаптивних, емоційно-орієнтованих стратегій та тотального поведінкового уникнення. Як чітко свідчать останні дослідження, саме ці дисфункціональні копінг-стратегії жорстко корелюють із вищими рівнями депресії, апатії та екзистенційного виснаження (Chudzicka-Czupala, 2024). Більше того, неможливість конструктивно впоратися зі стресом провокує розвиток компенсаторних патологічних практик, таких як розлади харчової поведінки (зокрема, синдром нічного переїдання), порушення циркадних ритмів та схильність до зловживання психоактивними речовинами, які функціонують як деструктивна спроба хімічно чи поведінково знизити внутрішню напругу (Aleksic, 2024). Це повною мірою підтверджується даними про те, що тривалий стрес, зумовлений війною та неминучими супутніми фінансовими й житловими проблемами, діє як потужний мультиплікатор коморбідних розладів, катастрофічно погіршуючи і психологічний, і соматичний стан студентства (Al Saadi, 2017; Elhadi, 2020). Навіть сучасні техніки зниження стресу, такі як практики усвідомленості, які довели свою ефективність у мирний час, в умовах постійної експозиції до воєнної травми можуть втрачати свій терапевтичний потенціал, якщо вони не підкріплюються системною зовнішньою підтримкою та регулярністю застосування (Pan, 2024; Mishchenko, 2024).

У сучасній психологічній науці проблема збереження ментального здоров'я нерозривно пов'язана з вивченням глибинних механізмів саморегуляції особистості, де ключову операційну роль відіграють копінг-стратегії, або стратегії подолання стресу. Теоретично копінг концептуалізується як багатовимірний динамічний процес розгортання цілеспрямованих когнітивних та поведінкових зусиль. Ці зусилля спрямовані на управління специфічними зовнішніми або внутрішніми

вимогами, які в процесі когнітивного апрайзалу оцінюються індивідом як такі, що виснажують або критично перевищують його наявні адаптивні ресурси. У цьому контексті копінг-стратегії виступають складною системою проактивної та реактивної саморегуляції, що дозволяє особистості підтримувати психологічний гомеостаз в умовах екстремального тиску середовища (Lim, Heckman, Letkiewicz, & Montalto, 2014). Здатність до гнучкого, ситуативно-релевантного використання копінг-механізмів є життєво необхідною для збереження цілісності психіки, оскільки хронічний стрес створює стійке алостатичне навантаження, що підвищує загальну вразливість індивіда до психопатологічних станів (Zivin, Eisenberg, Gollust, & Golberstein, 2009).

З точки зору сучасних когнітивних моделей, тривале емоційне напруження та багаторазова експозиція до стресорів призводять до феномену «его-виснаження» (ego-depletion) - систематичного вичерпання базових психологічних ресурсів, необхідних для ефективної саморегуляції. Дослідники наголошують, що нездатність толерувати високий рівень невизначеності діє як потужний трансдіагностичний чинник, який руйнує здатність до об'єктивного оцінювання ситуації та патологічно звужує репертуар доступних копінг-стратегій (Buhr & Dugas, 2002). Замість того, щоб акумулювати енергію для розв'язання об'єктивних проблем, виснажена особистість витрачає колосальний обсяг ментального ресурсу на безперервну боротьбу з власними дисфункціональними психоемоційними реакціями. Це знаходить підтвердження у даних про те, що неефективний або ригідний копінг має стійку позитивну кореляцію з підвищеним рівнем суб'єктивного болю, фізичного виснаження та соматичного дискомфорту навіть за умови контрольованого об'єктивного стресу (Skinner, Zautra, & Reich, 2004).

Враховуючи гетерогенність реакцій на стрес, у клінічній та дослідницькій практиці утвердився концептуальний поділ копінг-стратегій на адаптивні (конструктивні) та дезадаптивні (дисфункціональні), що лежить в основі логіки сучасних багатофакторних метрик оцінки подолання (зокрема, архітектури методики Brief COPE). Адаптивні стратегії охоплюють проблемно-орієнтовані або зрілі емоційно-орієнтовані зусилля, які допомагають індивіду або безпосередньо трансформувати стресогенну ситуацію, або адекватно інтегрувати її наслідки у свій психологічний досвід. До таких стратегій відносять активне подолання, когнітивне переформулювання (позитивну переоцінку), чітке планування дій, прийняття реальності, а також пошук інструментальної та емоційної соціальної підтримки. Систематичне звернення до цих стратегій дозволяє суттєво знизити рівень емоційного дистресу, формує відчуття самоефективності та стимулює успішну соціально-психологічну адаптацію до життєвих викликів (Singh, 2016). Емпірично доведено, що активне залучення адаптивних механізмів тісно корелює з кращими показниками фізичного та ментального здоров'я, знижуючи ризик розвитку депресії чи апатії (Jessop, Herberts, & Solomon, 2005).

Натомість дезадаптивні копінг-стратегії характеризуються поведінковими та когнітивними патернами жорсткого уникнення. Хоча на коротких часових дистанціях вони можуть забезпечувати ілюзорне суб'єктивне полегшення шляхом зниження гостроти афекту, у довгостроковій перспективі такі стратегії лише консервують проблему та поглиблюють дистрес. До дисфункціональних механізмів відносять поведінкове та ментальне відсторонення, заперечення факту стресора, деструктивне самозвинувачення, а також схильність до використання психоактивних речовин як способу хімічної саморегуляції. Сучасні дослідження переконливо показують, що домінування уникаючих

стратегій жорстко корелює з розвитком хронічної тривоги, розладів сну та глибокої соціальної ізоляції, оскільки індивід відмовляється від конструктивної взаємодії з травмуючим середовищем (Rettie & Daniels, 2021). Такі дезадаптивні реакції свідчать про тотальне перезбудження когнітивної системи, яка під впливом страху втрачає здатність до гнучкого реагування та регресує до захисних патернів найнижчого порядку (Carleton, 2016).

Специфіка вибору та застосування копінг-стратегій набуває особливо критичних рис у молоді, чия психіка стикається з масованим накладанням нормативних криз дорослішання на зовнішні макросоціальні стресори. Період здобуття вищої освіти сам по собі вимагає від молодих людей стрімкого нарощування навичок фінансової, соціальної та академічної автономії, що генерує високий базовий рівень психоемоційного напруження (Hunt & Eisenberg, 2010). Економічна нестабільність, зростання боргового навантаження та обмеженість ресурсів змушують студентів функціонувати в умовах постійного пресингу. Це значно підвищує ризик спонтанного використання дезадаптивних стратегій, оскільки активне, поетапне розв'язання проблем вимагає когнітивної ясності, якої молодь у стані стресу часто не має.

Виявлено, що студенти з нижчим рівнем фінансової та загальної самоєфективності частіше вдаються до поведінкового уникнення і значно рідше звертаються за інструментальною підтримкою чи професійною допомогою, що лише консервує їхню маргіналізацію (Britt, Grable, Cumbie, Cupples, Henegar, Schindler, & Archuleta, 2011). Це вказує на те, що дефіцит адаптивних навичок копіngu в юнацькому віці здатен мати далекосяжні руйнівні наслідки для всієї траєкторії розвитку особистості (Eisenberg et al., 2007).

Особливо патологічної та складної динаміки механізми саморегуляції набувають в умовах багатовимірного хронічного дистресу,

зумовленого тривалим воєнним станом. Збройний конфлікт формує безпрецедентне макросоціальне середовище тотальної екзистенційної загрози та неконтрольованості. У таких реаліях традиційні проблемно-орієнтовані стратегії подолання (зокрема активне планування чи зміна стресора) часто виявляються об'єктивно неможливими для застосування, оскільки джерело стресу перебуває поза межами індивідуального контролю. Молодь вимушено зміщує фокус із трансформації зовнішньої ситуації на відчайдушні спроби впоратися з внутрішнім емоційним хаосом. Емпіричні дані чітко фіксують, що в умовах затяжної війни емоційно-орієнтовані та жорстко уникаючі стратегії починають тотально домінувати в поведінковому репертуарі студентства, що має пряму асоціацію з катастрофічним зростанням рівнів великого депресивного розладу та вивченої безпорадності (Chudzicka-Czupala, Naron, Man, et al., 2022). Об'єктивна неможливість безпечно прогнозувати майбутнє блокує планування дій, штовхаючи молодь до таких дисфункціональних реакцій, як емоційне оніміння та соціальна самоізоляція.

Закономірним наслідком тривалої експозиції до воєнного дистресу стає руйнування ключових ешелонів психологічної стійкості, зокрема втрата здатності до залучення соціальної підтримки, яка в нормативних умовах є найпотужнішим буфером для збереження психіки. Вимушена релокація, розрив сталих міжособистісних зв'язків та хронічне відчуття небезпеки призводять до того, що студенти втрачають здатність до емоційного резонансу з оточенням, демонструючи виражену соціальну дисфункцію (Stadnik, 2023). У цьому екстремальному контексті критичної ваги набувають специфічні навички внутрішньої саморегуляції, такі як усвідомленість та когнітивна переоцінка, здатність до яких може бодай частково компенсувати втрату зовнішніх опор (Limone, Toto, & Messina, 2022). Проте важливо усвідомлювати, що навіть найбільш зрілі індивідуальні копінг-ресурси є вичерпними і стрімко деградує під

тиском безперервного макросоціального травмування (Kessler, Chiu, Demler, & Walters, 2005). Більше того, неможливість ефективно адаптуватися провокує закріплення деструктивних компенсаторних поведінкових практик, таких як розлади харчової поведінки (зокрема синдром нічного переїдання), які виступають сурогатним, неадаптивним інструментом зняття тривоги (Дзеружинська, Н., & Гиндич, А. 2025).

1.3. Взаємозв'язок фінансової тривожності та інтолерантності до невизначеності із загальним дистресом та вибором копінг-стратегій

Узагальнення теоретико-методологічних напрацювань, представлених у попередніх підрозділах, дозволяє концептуалізувати збереження ментального здоров'я студентської молоді як складний, багатовимірний процес, що розгортається на перетині індивідуальних ресурсів та макросоціальних викликів. У період ранньої дорослості молодь і без того перебуває в стані підвищеної психологічної вразливості, яка зумовлена необхідністю сепарації, формування професійної ідентичності та прийняття самостійних рішень (Hunt & Eisenberg, 2010). Проте в умовах тривалого збройного конфлікту ця нормативна криза розвитку ускладнюється безпрецедентним рівнем екзистенційної та матеріальної загрози. Згідно з сучасними клінічними моделями, ключовими деструктивними факторами, що підривають психологічну стійкість у таких екстремальних обставинах, виступають фінансова тривожність та інтолерантність до невизначеності. Ці два феномени не просто співіснують, а функціонують як потужні синергетичні тригери, що каталізують патологічне виснаження когнітивних ресурсів особистості.

Фінансова тривожність, яка відображає гострий суб'єктивний брак необхідних матеріальних ресурсів та відчуття економічної незахищеності, створює для студента перманентний фон об'єктивної вразливості (Ross, Cleland, & Macleod, 2006). Водночас інтолерантність до невизначеності діє

як когнітивний блок - нездатність толерувати невідомість та неможливість планувати майбутнє навіть у короткостроковій перспективі (Buhr & Dugas, 2002). Коли ці два фактори поєднуються, психіка індивіда опиняється у стані подвійного тиску: з одного боку, об'єктивна фінансова нестача вимагає негайного планування та пошуку ресурсів, а з іншого боку, інтолерантність до невизначеності робить будь-яке перспективне планування неможливим, перетворюючи кожну невідому змінну на катастрофічну загрозу (Carleton et al., 2012). Оскільки індивід постійно сканує середовище на наявність загроз, але не має інструментів для їх вирішення, його нервова система залишається у стані хронічного гіперзбудження.

Така синергія призводить до колосального «его-виснаження» (ego-depletion). Ментальні ресурси, які мали б використовуватися для академічної діяльності чи підтримки соціальних зв'язків, повністю поглинаються безуспішними спробами концептуалізувати тривогу та взяти ситуацію під контроль. Закономірним наслідком цього процесу стає стрімке посилення загального клінічного дистресу - формування стійких симптомів депресії та генералізованої тривоги (Zivin, Eisenberg, Gollust, & Golberstein, 2009). У найважчих формах цей дистрес кристалізується у глибоке відчуття екзистенційної безнадії. Оскільки фінансовий тягар та макросоціальна криза діють безперервно, майбутнє починає сприйматися виключно через призму неминучих втрат, що закономірно корелює зі зниженням самооцінки та, в окремих випадках, із виникненням суїцидальних ідецій (Elhadi, 2020). Більше того, дослідники наголошують, що високий рівень інтолерантності до невизначеності на тлі хронічного стресу є визначальним предиктором коморбідних патологій, де тривожні розлади переплітаються з депресивною симптоматикою та посттравматичним стресом (Tolin, Abramowitz, Brigidi, & Foa, 2003). Це підтверджується і вітчизняними даними: студенти в умовах війни

демонструють різкий стрибок показників великого депресивного розладу та безсоння (Pinchuk et al., 2024).

Однак рівень кінцевого психологічного виснаження та безнадії у студентів, які зазнають впливу цих тригерів, не є однаковим. Визначальним медіатором (буфером) у цьому деструктивному процесі виступає вибір особистістю специфічних копінг-стратегій. Згідно з когнітивною теорією стресу, копінг функціонує як операційний інструмент системи саморегуляції, який визначає, чи зможе індивід адаптуватися до вимог середовища, чи зазнає психологічного зламу. Високий рівень інтолерантності до невизначеності та фінансової тривоги жорстко обмежує когнітивну гнучкість, штовхаючи молодь до спонтанного використання дисфункціональних стратегій подолання (Rettie & Daniels, 2021).

Вибір дезадаптивних копінгів - таких як поведінкове та емоційне уникнення, ізоляція, заперечення чи використання психоактивних речовин - діє як мультиплікатор дистресу. Хоча уникнення може давати ілюзорне короткочасне полегшення, у довгостроковій перспективі воно консервує фінансові проблеми та поглиблює відчуття безнадії. Емпіричні дослідження переконливо демонструють, що домінування емоційно-орієнтованих та уникаючих стратегій жорстко корелює з розвитком глибокої депресії та апатії серед молоді у зонах збройних конфліктів (Chudzicka-Czupala, 2024). Уникнення розв'язання об'єктивних фінансових труднощів також призводить до накопичення боргів та формування деструктивних практик, що безпосередньо загрожують фізичному здоров'ю студентів (Nelson, Lust, Story, & Ehlinger, 2008). Окрім цього, дисфункціональний копінг провокує соціальну ізоляцію, оскільки індивід відсторонюється від взаємодії, втрачаючи здатність формувати підтримуючі міжособистісні зв'язки, що критично важливо у кризові періоди (Stadnik, 2023).

Натомість звернення до адаптивних копінг-стратегій здатне суттєво пом'якшити вплив синергетичних тригерів та розірвати ланцюг психологічного виснаження. Конструктивний проблемно-орієнтований копінг, активне планування (в межах доступних індивіду меж контролю) та когнітивна переоцінка дозволяють зберегти внутрішню суб'єктність навіть у ситуації глобальної небезпеки (Singh, 2016). Надзвичайно потужним буфером у цьому процесі виступає пошук інструментальної та емоційної соціальної підтримки (Veronese, 2022). Студенти, які мають вищий рівень фінансової самоефективності, частіше вдаються до адаптивних кроків - наприклад, звертаються за професійною фінансовою чи психологічною допомогою, що достовірно знижує рівень їхнього загального дистресу (Britt et al., 2011). Комплексні програми підтримки, які стимулюють використання адаптивного копінгу, довели свою спроможність запобігати розвитку хронічної безнадії навіть серед осіб, що зазнали вимушеного переміщення (Бурлакова, Оксютів, Кондес, Гаркуша, 2024).

Таким чином, результати теоретичного аналізу свідчать про наявність складної, багаторівневої системи взаємозв'язків між досліджуваними конструктами. Фінансова тривожність та інтолерантність до невизначеності не є просто супутніми симптомами макросоціальної кризи; вони виступають ядерними психологічними тригерами, які руйнують емоційну стабільність студентської молоді. Виснажуючи адаптивні ресурси психіки, вони провокують зростання депресивних та тривожних станів, глибина яких безпосередньо модерується здатністю особистості до саморегуляції. Копінг-стратегії у цій моделі відіграють вирішальну роль медіатора: дисфункціональне уникнення невідворотно трансформує тривогу у стан тотальної безнадії, тоді як конструктивне подолання та пошук соціальної підтримки здатні відновити психологічний гомеостаз. З огляду на концептуальну складність цієї моделі та гостру

соціальну потребу у збереженні ментального здоров'я української молоді, виникає беззаперечна необхідність емпіричної перевірки описаних механізмів.

Висновки до Розділу 1

У першому розділі здійснено теоретичний аналіз ключових психологічних феноменів, що визначають ментальне здоров'я студентської молоді в умовах хронічного стресу, а також концептуально обґрунтовано систему взаємозв'язків між фінансовою тривожністю, інтолерантністю до невизначеності, депресивно-тривожною симптоматикою та вибором копінг-стратегій.

У межах аналізу фінансової тривожності та фінансового стресу встановлено, що ці феномени є складними багатовимірними психологічними конструктами, які не зводяться до об'єктивних економічних показників. Показано, що визначальну роль у їх формуванні відіграє суб'єктивна когнітивна переоцінка фінансової ситуації, рівень самоефективності особистості та ступінь загальної фінансової задоволеності. Для студентської молоді фінансовий дистрес є особливо потужним дестабілізуючим чинником, що виснажує когнітивні ресурси, знижує академічну успішність та провокує широкий спектр дезадаптивних поведінкових наслідків.

Концептуалізація інтолерантності до невизначеності та відчуття безнадії дозволила розкрити механізм, за яким хронічна макросоціальна криза руйнує емоційну стабільність молоді. Встановлено, що інтолерантність до невизначеності є трансдіагностичним конструктом, який діє як когнітивний блок: нездатність особистості толерувати амбівалентність провокує гіперактивацію системи виявлення загроз, стрімке «его-виснаження» та поступовий перехід від стану тривоги до стану безнадії. Окремо наголошено, що в умовах тривалого збройного

конфлікту відчуття екзистенційної безнадії не є ознакою особистісної слабкості, а є закономірним психопатологічним наслідком систематичної деградації адаптивних ресурсів психіки.

Аналіз специфіки депресивно-тривожної симптоматики молоді в умовах воєнного часу засвідчив, що базова вразливість студентства, зумовлена нормативними кризами ранньої дорослості, в умовах збройного конфлікту суттєво посилюється. Показано, що тривала дія воєнних стресорів неминуче призводить до формування стійкої коморбідної патології, де симптоми генералізованої тривоги та великого депресивного розладу глибоко переплітаються. Соціальна ізоляція, руйнування академічного середовища та вимушена трансформація копінг-репертуару визначені як ключові чинники, що поглиблюють клінічний дистрес.

Теоретичний огляд копінг-стратегій як механізму саморегуляції показав, що вибір між адаптивними та дезадаптивними стратегіями подолання є центральним медіатором між впливом стресорів та рівнем психологічного виснаження особистості. Важливим є те, що в умовах тривалої екзистенційної загрози традиційні проблемно-орієнтовані стратегії часто виявляються об'єктивно недоступними, що вимушено зміщує поведінковий репертуар студентів у бік уникаючих і дисфункціональних реакцій. Водночас розвиток навичок когнітивної переоцінки, пошуку соціальної підтримки та підвищення фінансової самоєфективності визначені як ключові терапевтичні мішені для відновлення психологічного гомеостазу.

У підсумку теоретичного аналізу обґрунтовано концептуальну модель, відповідно до якої фінансова тривожність та інтолерантність до невизначеності виступають синергетичними тригерами, що спільно виснажують когнітивні ресурси особистості та провокують зростання загального дистресу й відчуття безнадії, тоді як вибір копінг-стратегій відіграє роль модератора глибини цього деструктивного впливу. Таким

чином, перший розділ формує теоретичне підґрунтя для подальшого емпіричного дослідження та підкреслює його актуальність, наукову новизну і практичну значущість, особливо в умовах тривалого воєнного стану в Україні.

РОЗДІЛ 2

Організація та методи емпіричного дослідження

2.1. Організація та етапи емпіричного дослідження. Характеристика вибірки

Емпіричне дослідження психологічних та соціально-економічних предикторів дистресу (депресії, тривоги, стресу та безнадії) серед молоді в умовах невизначеності проводилося протягом квітня-травня 2026 року. Збір емпіричних даних здійснювався дистанційно за допомогою спеціально розробленого опитувальника на платформі Google Forms. Участь у дослідженні була добровільною, конфіденційною та анонімною, що забезпечило екологічність та щирість відповідей респондентів.

Загальний обсяг вибірки склав 97 осіб. За віковою структурою досліджувана група є гомогенною та репрезентує переважно студентську молодь: абсолютна більшість респондентів (92.8%) належать до вікової категорії від 18 до 25 років, 6.2% становлять особи віком 25-35 років, і 1.0% - респонденти віком 14-18 років. У гендерному розподілі вибірки переважають жінки (78.4%, 76 осіб), частка чоловіків становить 21.6% (21 особа).

Зважаючи на мету дослідження, особливу увагу було приділено диференціації вибірки за соціально-економічними критеріями та статусом особи в умовах воєнного стану. Аналіз демографічної анкети дозволив виділити такі структурні особливості досліджуваної групи:

У вибірці 14.4% досліджуваних мають статус внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Оцінка суб'єктивного впливу війни на кар'єрні плани засвідчила високу варіативність реакцій: для 38.1% респондентів війна майже не вплинула на їхній професійний шлях (нейтральний вплив), тоді як 25.8% зазначили, що криза стала стимулом для пошуку нових можливостей (позитивний вплив). Водночас 22.7% були змушені

погодитися на нижчий дохід при збереженні загального напрямку планів (помірний негативний вплив), а 13.4% респондентів повідомили про необхідність повністю змінити свої життєві та кар'єрні плани (сильний негативний вплив).

За ступенем залученості до ринку праці вибірка розподілилася наступним чином: 32.0% респондентів не працюють і не шукають роботу (фокусуючись виключно на навчанні), 16.5% наразі не працюють, але перебувають в активному пошуку, 28.9% мають часткову зайнятість або працюють як фрілансери, а 22.7% працевлаштовані на повну ставку. Аналіз джерел доходу (шляхом дихотомізації та кластеризації відповідей) показав, що 29.9% молоді перебувають у повній фінансовій залежності від батьків, 25.8% забезпечують себе виключно власними коштами (робота або стипендія), а найбільша частка (44.3%) використовує змішаний тип фінансування, поєднуючи власні доходи з допомогою родини.

Суб'єктивна оцінка матеріального становища вказує на те, що більшість досліджуваних мають задоволені базові потреби, проте стикаються з певними обмеженнями. Так, 42.7% респондентів зазначили, що грошей вистачає на комфортне життя, але відкласти не вдається; 33.3% вказали, що коштів вистачає лише на базові потреби, а купівля одягу чи техніки викликає труднощі. Фінансову стабільність та можливість робити регулярні заощадження підтвердили 24.0% опитаних.

Таким чином, сформована вибірка є репрезентативною для дослідження поставленої проблематики, оскільки охоплює молодь із різним рівнем фінансової автономії, зайнятості та ступенем впливу макросоціальної кризи.

2.2. Психодіагностичний інструментарій дослідження

Для реалізації поставленої мети та перевірки дослідницьких гіпотез було сформовано комплексний психодіагностичний комплекс. Він поєднує

стандартизовані міжнародні методики, адаптовані в українській психологічній практиці, а також шкали, що пройшли процедуру авторського перекладу та психометричної перевірки надійності. Оцінювання охоплювало показники психічного дистресу, когнітивно-поведінкові параметри регуляції психічних станів (інтолерантність до невизначеності та копінг-стратегії) та суб'єктивні й об'єктивні фінансові чинники.

1. Шкала депресії, тривоги та стресу (Depression, Anxiety and Stress Scale, DASS-21; С. Лавібонд, П. Лавібонд). Методика призначена для диференційної діагностики та оцінки вираженості негативних емоційних станів за трьома самостійними субшкалами: «Депресія» (фіксує втрату інтересу, дисфору, знецінення життя), «Тривога» (вимірює суб'єктивне відчуття страху, панічні реакції та соматичні прояви тривоги) і «Стрес» (оцінює хронічне нервово напруження, дратівливість, гіперреактивність). Опитувальник містить 21 твердження, кожне з яких оцінюється за 4-бальною шкалою Лікерта (від 0 - «не стосується мене взагалі» до 3 - «стосується мене більшою мірою або переважно»).

2. Шкала непереносимості невизначеності (Intolerance of Uncertainty Scale, IUS-12; Н. Карлтон, М. Нортон, Г. Асмундсон).

Цей інструмент спрямований на вивчення когнітивних, емоційних та поведінкових реакцій особистості на ситуації невідомості й двозначності. Опитувальник складається з 12 пунктів, що оцінюються за 5-бальною шкалою (від 1 - «зовсім не характерно для мене» до 5 - «повністю характерно для мене»). Методика диференціює загальний конструкт інтолерантності на два ключові фактори:

Прогностична тривога (Prospective Anxiety): відображає прагнення до тотального контролю, фокусування на майбутніх загрозах та когнітивний пошук визначеності;

Гнітюча тривога (Inhibitory Anxiety): фіксує поведінковий параліч, скутість та дезадаптацію під впливом невизначених обставин сьогодення.

3. Скорочений опитувальник копінг-стратегій (Brief COPE; Ч. Карвер).

Методика застосовувалася для визначення домінуючих способів подолання стресу та кризових ситуацій. Для цілей поточного дослідження аналізу піддавалися 12 базових копінг-стратегій (по 2 пункти на кожну стратегію з оцінюванням від 1 до 4 балів): активне подолання, планування, позитивне переосмислення, прийняття, гумор, використання емоційної підтримки, використання інструментальної підтримки, вираження почуттів (емоційне відреагування), поведінковий відхід від проблеми, самозвинувачення, звернення до релігії та заперечення. Стратегії класифікуються на адаптивні (протективні) та дезадаптивні (симптомогенні).

4. Шкала безнадії Бека (Beck Hopelessness Scale, BHS; А. Бек).

Методика спрямована на вимірювання ступеня вираженості негативних очікувань особистості щодо власного майбутнього. Опитувальник складається з 20 тверджень, які передбачають дихотомічний вибір відповідей («правильно» або «неправильно»). Обробка результатів здійснювалася відповідно до ключа, де кожний збіг оцінювався в 1 бал, а незбіг - у 0 балів.

У зв'язку з використанням авторського перекладу шкали BHS було здійснено ретельний аналіз її психометричних характеристик на досліджуваній вибірці ($N = 97$). Розрахунок коефіцієнта внутрішньої узгодженості продемонстрував високу надійність адаптованого інструменту: ваговий показник Альфа Кронбаха склав $= 0.831$. Додатковий аналіз надійності елементів при їх вилученні («If item dropped») засвідчив високу стабільність структури тесту. Показники Альфи при почерговому видаленні окремих пунктів коливалися в межах

від 0.110 до 0.838. Жодне з тверджень не продемонстрував критичного деструктивного впливу на загальну надійність шкали (максимальне коливання при видаленні найбільш специфічного пункту AZ підняло загальну Альфу лише до 0.838, що є статистично несуттєвим). Це підтверджує узгодженість та валідність перекладеного інструменту для вимірювання безнадії у студентів.

5. Шкала фінансової тривожності (Financial Anxiety Scale, FAS; K. Archuleta, 2013).

Для операціоналізації суб'єктивних переживань молоді, пов'язаних із матеріальним благополуччям в умовах макросоціальної кризи, було використано шкалу FAS. Інструмент складається з 7 прямих запитань (Q1-Q7), спрямованих на виявлення страху втрати доходу, нав'язливих думок про гроші, занепокоєння через неможливість здійснювати фінансове планування та загального емоційного дискомфорту, зумовленого матеріальним становищем. Відповіді фіксувалися за числовою оціночною шкалою.

У межах даного дослідження застосовувався авторський переклад та адаптація даної методики. Перевірка психометричної якості україномовного варіанту опитувальника виявила екстраординарно високі показники внутрішньої узгодженості та надійності. Інтегральний коефіцієнт Альфа Кронбаха склав $= 0.940$, що свідчить про бездоганну однорідність шкали та точність фіксації досліджуваного конструкту. Аналіз статистики елементів у разі їх видалення показав, що внесок кожного з 7 запитань є вагомим та збалансованим: при почерговому вилученні пунктів значення Альфи залишалися стабільно високими (від 0.925 для Q5 до 0.937 для Q1). Дані результати дозволяють верифікувати авторський переклад шкали FAS як високонадійний та валідний інструмент для подальшого математико-статистичного аналізу.

6. Соціально-демографічний блок та шкали об'єктивного

економічного статусу.

З метою детальної структуризації вибірки та проведення подальшого порівняльного та причинно-наслідкового аналізу, первинні анкети респондентів було піддано процедурам математичного кодування, ординалізації та дихотомізації за такими параметрами:

Джерела доходу (Тип_Фінансування_Код): На основі аналізу відповідей із множинним вибором було проведено процедуру дихотомізації (створено незалежні бінарні змінні: «Дохід_Батьки», «Дохід_Робота», «Дохід_Стипендія», «Дохід_Заощадження»), які згодом інтегрувалися у 3-рівневу номінальну шкалу: 1 - «Тільки батьки» (повна матеріальна залежність), 2 - «Тільки власні кошти» (фінансова автономія за рахунок працевлаштування чи стипендії), 3 - «Змішаний тип» (симбіоз власного заробітку та батьківської підтримки).

Поточний статус зайнятості (Зайнятість_Код): Перетворено на порядкову шкалу від найменшої до найбільшої залученості на ринку праці: 0 - не працює і не шукає роботу; 1 - не працює, але перебуває в активному пошуку; 2 - часткова зайнятість (фріланс, неповний робочий день); 3 - працевлаштування на повну ставку.

Об'єктивний фінансовий стан (Фін_Стан_Код): Ординальна шкала самооцінки достатку: 1 - грошей бракує навіть на базові потреби; 2 - вистачає на базові потреби, але купівля одягу/техніки викликає труднощі; 3 - вистачає на комфортне життя, але відкласти кошти не вдається; 4 - фінансове становище стабільне, є можливість робити заощадження.

Розмір фінансової «подушки безпеки» (Подушка_Код): Пряма шкала економічної безпеки особистості: 1 - заощаджень немає взагалі; 2 - резерву вистачить менше ніж на 1 місяць; 3 - вистачить на період від 1 до 3 місяців;

4 - вистачить на більше ніж 3 місяці; 5 - фінансовий резерв сформовано на термін понад півроку.

Ступінь деструктивного впливу війни на кар'єрні плани (Вплив_Війни_Код): Шкала інтервального типу, де 1 означає стимулюючий (позитивний) вплив кризи, 2 - нейтральний вплив, 3 - помірний негативний вплив (плани збереглися, але довелося погодитися на менший дохід), 4 - сильний негативний вплив (повна зміна планів), 5 - критичний деструктивний вплив (втрата роботи чи бізнесу).

2.3. Методи математико-статистичної обробки даних

Для вирішення поставлених завдань, забезпечення об'єктивності результатів та верифікації висунутих гіпотез було застосовано комплекс методів кількісного аналізу. Математико-статистична обробка емпіричного масиву даних здійснювалася за допомогою спеціалізованого програмного забезпечення для статистичного аналізу **Jamovi** (на базі середовища R), що відповідає сучасним вимогам до обробки даних у психологічних дослідженнях.

Процедура аналізу включала наступні етапи та статистичні критерії:

Описова статистика (Descriptive Statistics). Для складання соціально-демографічного портрета вибірки та визначення поширеності різних рівнів психологічного неблагополуччя використовувався частотний аналіз (розрахунок абсолютних кількостей та відсоткових часток). Для оцінки загального рівня вираженості досліджуваних ознак за психологічними шкалами застосовувалися заходи центральної тенденції (середнє арифметичне значення, медіана) та показники дисперсії (стандартне відхилення, мінімальні та максимальні значення).

Перевірка психометричної надійності (Reliability Analysis). Оскільки

в дослідженні використовувалися авторські адаптації методик (BHS та FAS), їхня внутрішня узгодженість та надійність перевірялася за допомогою коефіцієнта Альфа Кронбаха (Cronbach's α). Також аналізувалася статистика елементів при їх вилученні для підтвердження структурної стабільності шкал.

Аналіз характеру розподілу даних (Assumption Checks). Перевірка відповідності емпіричного розподілу змінних закону нормального розподілу здійснювалася за допомогою критерію Шапіро-Віллка (Shapiro-Wilk test).

Порівняльний аналіз (Comparative Analysis). Зважаючи на відхилення розподілу більшості досліджуваних метричних змінних від нормального, а також наявність порядкових (ординальних) шкал, для порівняння незалежних вибірок було обрано методи непараметричної статистики. Для оцінки достовірності відмінностей між двома незалежними групами (наприклад, за статусом ВПО) застосовувався U-критерій Манна-Уїтні (Mann-Whitney U test). Для порівняння трьох і більше незалежних груп (наприклад, за рівнем зайнятості чи ступенем впливу війни) використовувався критерій Краскела-Волліса (Kruskal-Wallis H test).

Кореляційний аналіз (Correlation Matrix). Для виявлення напрямку та сили статистичних взаємозв'язків між показниками фінансової тривожності, інтолерантності до невизначеності та симптомами дистресу застосовувався непараметричний коефіцієнт рангової кореляції Спірмена (Spearman's rho), стійкий до викидів та відхилень від нормальності.

Багатовимірне регресійне моделювання (Multiple Linear Regression). Для визначення провідних предикторів психологічного дистресу (депресії, тривоги, стресу та безнадії) застосовувався метод множинної лінійної регресії (метод примусового включення змінних - Forced Entry). Для

оцінки прогностичної здатності моделей використовувалися показники коефіцієнта детермінації (R^2) та скоригованого R^2 . Перевірка моделей на наявність багатовимірних екстремальних значень (outliers), що могли б викривити результати обчислень, здійснювалася шляхом розрахунку Відстані Кука (Cook's Distance).

Висновки до розділу 2

У другому розділі визначено організаційно-методологічні засади емпіричного дослідження, обґрунтовано вибір діагностичного інструментарію та охарактеризовано особливості досліджуваної вибірки.

Дослідження проводилося у квітні-травні 2026 року дистанційно на платформі Google Forms. До вибірки увійшли 97 осіб, переважно студентська молодь віком 18-25 років (92.8%), серед яких 78.4% становлять жінки та 21.6% - чоловіки. Детальна соціально-економічна диференціація вибірки за статусом внутрішньо переміщених осіб, рівнем зайнятості та джерелами доходу дозволила сформувати репрезентативну та контекстуально релевантну групу для вивчення досліджуваної проблематики. Встановлено, що 14.4% вибірки мають статус ВПО, а більшість респондентів (44.3%) використовують змішаний тип фінансування, поєднуючи власні доходи з батьківською підтримкою. Ці характеристики підкреслюють реальну фінансову вразливість досліджуваної групи та забезпечують достатній контекст для аналізу механізмів психологічного дистресу.

Для операціоналізації досліджуваних конструктів сформовано комплексний психодіагностичний інструментарій, що охоплює п'ять методик. Шкала депресії, тривоги та стресу (DASS-21) забезпечує диференційне вимірювання трьох самостійних компонентів психічного неблагополуччя. Шкала непереносимості невизначеності (IUS-12) дозволяє виділити два ключові аспекти інтолерантності - прогностичну та

гнітючу тривогу. Скорочений опитувальник копінг-стратегій (Brief COPE) охоплює 12 стратегій подолання стресу, класифікованих на адаптивні та дезадаптивні. Шкала безнадії Бека (BHS) та Шкала фінансової тривожності (FAS) забезпечують вимірювання ключових конструктів дослідження. Для двох останніх методик, використаних в авторському перекладі, було проведено психометричну перевірку на досліджуваній вибірці: внутрішня узгодженість BHS склала $\alpha = 0.831$, FAS - $\alpha = 0.940$, що підтверджує їхню надійність та придатність для подальшого аналізу.

Математико-статистична обробка даних здійснювалася у середовищі Jamovi і включала комплекс взаємодоповнюючих методів: описову статистику та частотний аналіз - для характеристики вибірки та розподілу досліджуваних ознак; критерій Шапіро-Уїлка - для перевірки нормальності розподілу; U-критерій Манна-Уїтні та критерій Краскела-Уолліса - для порівняльного аналізу між незалежними групами; коефіцієнт рангової кореляції Спірмена - для виявлення взаємозв'язків між змінними; а також метод множинної лінійної регресії з примусовим включенням - для побудови предикторних моделей психологічного дистресу з контролем впливу багатовимірних викидів через відстань Кука. Вибір непараметричних методів обумовлений відхиленням розподілу більшості змінних від нормального, що було підтверджено на етапі перевірки вихідних припущень.

Таким чином, другий розділ забезпечує повноцінне методологічне підґрунтя для проведення емпіричного дослідження: обґрунтований вибір і підтверджена надійність діагностичних інструментів, репрезентативність вибірки та ретельно дібраний комплекс статистичних методів створюють умови для достовірної перевірки висунутих гіпотез і надійної інтерпретації отриманих результатів.

РОЗДІЛ 3

Емпіричне дослідження впливу фінансової тривожності та інтолерантності до невизначеності на рівень дистресу

3.1. Описова статистика та особливості розподілу емпіричних даних

На першому етапі аналізу емпіричних даних було здійснено перевірку характеру розподілу змінних та розрахунок первинних описових статистик (заходів центральної тенденції, дисперсії та частот), що дозволило сформувати загальний психологічний профіль досліджуваної вибірки молоді.

Для обґрунтування вибору методів подальшого статистичного аналізу було застосовано критерій Шапіро-Вілکا (Shapiro-Wilk W). Результати перевірки засвідчили, що емпіричний розподіл більшості ключових показників статистично достовірно відрізняється від нормального закону розподілу (див. Таблицю 3.1). Зокрема, виражену асиметрію зафіксовано за шкалами: фінансової тривожності ($W = 0.958$, $p = 0.004$), депресії ($W = 0.964$, $p = 0.009$), загальної тривоги ($W = 0.959$, $p = 0.004$), гнітючої тривоги ($W = 0.970$, $p = 0.026$) та безнадії ($W = 0.912$, $p < 0.001$).

Таблиця 3.1

Описові статистики для оновних шкал

Змінна	N	Пропущено	M	Me	SD	Min	Max	Ш-У W	Ш-У p
Фінансова тривожність	97	0	23.0	21	10.2	7	48	0.958	0.004
Депресія	97	0	7.20	8	4.65	0	20	0.964	0.009
Тривога	97	0	6.56	6	4.38	0	18	0.959	0.004
Стрес	97	0	10.9	11	4.41	0	21	0.977	0.092
Гнітюча тривога	97	0	14.6	15	3.88	7	23	0.970	0.026
Прогностична тривога	97	0	22.6	22	4.98	10	34	0.984	0.311
Безнадія	97	0	4.63	4	3.86	0	16	0.912	< .001
Подушка_Код	97	0	2.91	3	0.958	1	4	0.850	< .001

Варто зазначити, що хоча окремі показники, такі як стрес ($p = 0.092$) та прогностична тривога ($p = 0.311$), продемонстрували наближеність до нормального розподілу, загальна нелінійність основного масиву даних та наявність порядкових шкал (зокрема, рівня фінансової "подушки безпеки") диктують необхідність застосування методів непараметричної статистики (критеріїв Спірмена, Манна-Уїтні та Краскела-Волліса) для забезпечення найвищої математичної точності та валідності результатів дослідження.

Для детальної оцінки ступеня вираженості негативних емоційних станів, сирі бали за методиками DASS-21 та BHS були перекодовані у відповідні клінічні рівні (від нормативного до вкрай важкого) згідно зі стандартизованими ключами авторів шкал. Частотний аналіз виявив високий рівень психологічного напруження у досліджуваному середовищі, який має специфічну структуру.

Дослідження засвідчило, що реакції активного дистресу (тривоги та

стресу) є найбільш вираженими серед студентської молоді. Лише 24.7% респондентів перебувають у межах фізіологічної норми за шкалою стресу, тоді як клінічно значущі показники виявлено у більшості опитаних: 18.6% мають середній рівень, 28.9% - важкий, а 11.3% - дуже важкий рівень хронічного нервового напруження ($M = 10.9$; $SD = 4.41$)(див. Таблицю 3.3).

Таблиця 3.2

Таблиця частот рівня тривоги

Рівень	n	%	Накопичений %
1 - Норма	28	28.9	28.9
2 - Легкий	15	15.5	44.3
3 - Середній	15	15.5	59.8
4 - Важкий	11	11.3	71.1
5 - Дуже важкий	28	28.9	100.0

Таблиця 3.3

Таблиця частот рівня стресу

Рівень	n	%	Накопичений %
1 - Норма	24	24.7	24.7
2 - Легкий	16	16.5	41.2
3 - Середній	18	18.6	59.8
4 - Важкий	28	28.9	88.7
5 - Дуже важкий	11	11.3	100.0

Ще більш гострою є ситуація зі станом тривоги: попри те, що 28.9% осіб не мають симптомів, аналогічна частка респондентів (28.9%) демонструє дуже важкий, граничний рівень тривожності. Сумарно понад

половина вибірки (55.7%) фіксує у себе симптоми тривоги від середнього до вкрай важкого ступеня ($M = 6.56$; $SD = 4.38$), що свідчить про інтенсивне відчуття незахищеності, панічні реакції та соматичний дискомфорт (див. Таблицю 3.2).

Депресивна симптоматика (втрата інтересу до життя, апатія, ангедонія) розподілена більш помірно. Нормативний стан діагностовано у 36.1% респондентів. Водночас ядром даної шкали є група із середнім рівнем депресії (29.9%). Важкі та дуже важкі депресивні стани притаманні 15.5% та 10.3% опитаних відповідно. Середній бал за вибіркою ($M = 7.20$; $SD = 4.65$) підтверджує наявність стабільного, але не критичного депресивного фону в популяції (див. Таблицю 3.4).

Таблиця 3.4

Таблиця частот рівня депресії

Рівень	n	%	Накопичений %
1 - Норма	35	36.1	36.1
2 - Легкий	8	8.2	44.3
3 - Середній	29	29.9	74.2
4 - Важкий	15	15.5	89.7
5 - Дуже важкий	10	10.3	100.0

Наступним фактом, виявленим у ході частотного аналізу, є дисонанс між високими показниками активного дистресу та збереженням віри в майбутнє. За шкалою безнадії Бека абсолютна більшість респондентів продемонструвала нормативний (45.4%) або лише легкий (40.2%) рівень негативних експектацій. Важкий рівень безнадії, що корелює з високим суїцидальним ризиком, зафіксовано лише у 2.1% осіб ($M = 4.63$; $SD = 3.86$). Це дозволяє зробити висновок, що попри гостре переживання стресу та фінансової тривожності ($M = 23.0$; $SD = 10.2$), молодь демонструє високий

рівень психологічної резильєнтності та зберігає надію на конструктивне вирішення кризових обставин (див. Таблицю 3.5).

Таблиця 3.5

Таблиця частот рівня безнадії

Рівень	n	%	Накопичений %
1 - Норма	44	45.4	45.4
2 - Легкий	39	40.2	85.6
3 - Середній	12	12.4	97.9
4 - Важкий	2	2.1	100.0

3.2. Порівняльний аналіз рівня дистресу в різних соціально-демографічних групах

На наступному етапі емпіричного дослідження було здійснено перевірку гіпотези щодо наявності статистично значущих відмінностей у рівнях психологічного неблагополуччя між різними соціальними групами молоді. Зважаючи на результати попередньої перевірки на нормальність розподілу (відхилення від закону Гауса), для порівняння двох незалежних вибірок застосовувався непараметричний U-критерій Манна-Уїтні.

Першим вектором порівняльного аналізу стала оцінка впливу фактору вимушеного переселення (наявність статусу ВПО) на емоційний стан, когнітивні настанови та фінансову тривожність студентів. Всупереч первинному науковому припущенню про вищу психологічну вразливість переміщених осіб, результати математико-статистичного розрахунку не виявили достовірних відмінностей між групами за жодною з досліджуваних шкал.

Зокрема, статистична рівність між студентами-ВПО та респондентами, які не змінювали місце проживання, підтверджена для

показників клінічного дистресу: депресії ($U = 571.0$, $p = 0.918$), загальної тривоги ($U = 528.0$, $p = 0.585$) та хронічного стресу ($U = 520.0$, $p = 0.533$). Аналогічна відсутність розбіжностей зафіксована й у вимірах фінансової тривожності ($U = 446.0$, $p = 0.167$) та суб'єктивного відчуття безнадії ($U = 532.0$, $p = 0.617$). Крім того, не було виявлено значущих відмінностей у когнітивних механізмах непереносимості невизначеності - як за шкалою гнітючої ($U = 540.0$, $p = 0.677$), так і прогностичної тривоги ($U = 574.0$, $p = 0.943$)(див. Таблицю 3.6).

Таблиця 3.6

Т-тест незалежних вибірок (ВПО/не ВПО)

Змінна	U	p
Фінансова тривожність	446	0.167
Депресія	571	0.918
Тривога	528	0.585
Стрес	520	0.533
Безнадія	532	0.617
Гнітюча тривога	540	0.677
Прогностична тривога	574	0.943

Отриманий результат становить значний науковий інтерес. Відсутність статистично значущих розбіжностей свідчить про феномен «тотальності макросоціального стресу» та колективної травматизації. В умовах пролонгованої екзистенційної та економічної кризи загальний фон невизначеності нівелює різницю між переселенцями та місцевими мешканцями. Сучасна студентська молодь, незалежно від досвіду міграції, перебуває в єдиному інформаційному та соціально-економічному просторі, стикаючись з ідентичними загрозами: ризиком втрати доходу, складнощами самореалізації та неможливістю довгострокового

планування. Це формує універсальні патерни дистресу для всієї генерації. З іншого боку, зрівнювання показників може свідчити про наявність потужних компенсаторних механізмів та успішну соціально-психологічну адаптацію осіб зі статусом ВПО до нових умов життєдіяльності.

Наступним кроком порівняльного аналізу стала перевірка гіпотези щодо впливу суб'єктивної оцінки деструктивності війни (зміни кар'єрних планів) на психологічне благополуччя студентів. Оскільки незалежна змінна містила чотири градації (від стимулювання нових можливостей до повної зміни планів), застосовувався непараметричний Н-критерій Краскела-Волліса (Kruskal-Wallis).

Результати дисперсійного аналізу продемонстрували відсутність статистично значущих відмінностей між групами за переважною більшістю показників клінічного дистресу. Зокрема, інтенсивність депресивних станів ($\chi^2 = 1.74$, $p = 0.627$), загальної тривоги ($\chi^2 = 6.20$, $p = 0.102$), хронічного стресу ($\chi^2 = 4.89$, $p = 0.180$) та відчуття безнадії ($\chi^2 = 2.45$, $p = 0.484$) не залежить від того, наскільки сильно війна трансформувала професійні перспективи молоді. Аналогічна стійкість спостерігається і в когнітивних механізмах непереносимості невизначеності: гнітючій ($\chi^2 = 0.40$, $p = 0.940$) та прогностичній тривозі ($\chi^2 = 1.88$, $p = 0.598$) (див. Таблицю 3.7).

Таблиця 3.7

Результати ANOVA по зміні кар'єрних планів

Змінна	χ^2	df	p	ε^2
Фінансова тривожність	7.362	3	0.061	0.07669
Депресія	1.743	3	0.627	0.01816
Тривога	6.197	3	0.102	0.06455
Стрес	4.895	3	0.180	0.05098
Безнадія	2.451	3	0.484	0.02553
Гнітюча тривога	0.403	3	0.940	0.00420
Прогностична тривога	1.877	3	0.598	0.01955

Цей масив даних дозволяє констатувати «парадокс травматичної адаптації». Навіть ті студенти, для яких війна стала своєрідним стимулом до пошуку нових можливостей (позитивний кар'єрний вплив), відчують такий самий високий рівень депресії та стресу, як і ті, хто був змушений повністю відмовитися від своїх планів. Це пояснюється тим, що вимушена адаптація, пошук нових шляхів та проактивна поведінка в умовах макросоціальної кризи вимагають колосального виснаження когнітивних та емоційних ресурсів, що у фіналі призводить до аналогічного рівня дистресу.

Водночас, результати аналізу зафіксували наявність вираженої статистичної тенденції ($\chi^2 = 7.36$, $p = 0.061$) за шкалою суб'єктивної фінансової тривожності. Хоча показник дещо перевищує жорсткий поріг значущості ($p < 0.05$), він свідчить про те, що саме матеріальні страхи та невпевненість у грошовому забезпеченні є тією єдиною сферою, яка чутливо реагує на ступінь руйнування кар'єрних планів. Тобто психологічно страждають усі однаково, проте інтенсивність страху втрати

доходу починає диференціюватися залежно від реальних професійних втрат.

Завершальним етапом порівняльного аналізу стала оцінка впливу статусу зайнятості на рівень психологічного неблагополуччя студентів. Оскільки незалежна змінна була перекодована у чотирирівневу порядкову шкалу (від повної зосередженості на навчанні до працевлаштування на повну ставку), розрахунки проводилися за допомогою Н-критерію Краскела-Волліса (див Таблицю 3.8) з подальшим застосуванням апостеріорних парних порівнянь (Post-Hoc тесту DSCF)(див Таблиці 3.9 - 3.11). Аналіз виявив низку високодостовірних закономірностей, що розкривають механізми адаптації молоді до поєднання академічного та економічного навантаження.

Таблиця 3.8

Результати ANOVA по статусу зайнятості

Змінна	χ^2	df	p	ϵ^2
Фінансова тривожність	11.37	3	0.010	0.1184
Депресія	2.40	3	0.494	0.0250
Тривога	8.66	3	0.034	0.0902
Стрес	5.00	3	0.172	0.0520
Безнадія	2.20	3	0.533	0.0229
Гнітюча тривога	6.62	3	0.085	0.0689
Прогностична тривога	4.03	3	0.258	0.0420

Таблиця 3.9

Паралельні порівняння: Фінансова тривожність

Порівняння		W	p
0	1	3.959	0.026
0	2	2.654	0.238
0	3	3.756	0.040
1	2	-1.814	0.574
1	3	-0.126	1.000
2	3	1.715	0.619

Таблиця 3.10

Паралельні порівняння: Тривога

Порівняння		W	p
0	1	2.392	0.328
0	2	3.769	0.039
0	3	2.703	0.223
1	2	1.753	0.602
1	3	0.652	0.968
2	3	-0.915	0.917

Таблиця 3.11

Паралельні порівняння: Гнітюча тривога

Порівняння		W	p
0	1	0.844	0.933
0	2	1.249	0.814
0	3	-1.513	0.708
1	2	0.487	0.986
1	3	-3.094	0.127
2	3	-3.706	0.044

Найбільш виражений статистичний вплив фактор зайнятості чинить на рівень суб'єктивної фінансової тривожності ($\chi^2 = 11.37$, $p = 0.010$) (див Таблицю 3.8). Аналіз парних порівнянь засвідчив, що студенти, які не працюють і не шукають роботу, мають статистично достовірно нижчі показники страху за гроші, порівняно з тими, хто перебуває в активному пошуку роботи ($W = 3.959$, $p = 0.026$) або працевлаштований на повну ставку ($W = 3.756$, $p = 0.040$) (див Таблицю 3.9). Психологічний механізм цього явища пояснюється феноменом «відкладеної економічної сепарації». Непрацююча молодь здебільшого перебуває у своєрідній «фінансовій теплиці», де базові потреби гарантовано задовольняються родиною, що створює ілюзію стабільності. Натомість зіткнення з реальними економічними викликами - пошуком першого робочого місця чи самостійним забезпеченням життя - руйнує цю ілюзію. Відмова роботодавців або невідповідність зарплати реальним витратам актуалізує почуття вразливості, доводячи, що саме наявність власних грошей або спроба їх здобути є найпотужнішим тригером фінансового дистресу.

Крім того, зафіксовано статистично значущий вплив рівня зайнятості на інтенсивність загальної тривоги за шкалою DASS-21 ($\chi^2 = 8.66$, $p = 0.034$) (див Таблицю 3.8). Апостеріорний аналіз показав, що найвищий рівень психофізіологічного виснаження фіксується у студентів із частковою зайнятістю (фрілансом), які достовірно відрізняються від непрацюючої групи ($W = 3.769$, $p = 0.039$) (див Таблицю 3.10). З психологічної точки зору, такий розподіл є класичним проявом *рольового конфлікту та гіпернавантаження (overload)*. Спроба поєднати вимоги університетського середовища з нестабільними робочими завданнями руйнує психологічні межі між працею та відпочинком. Психіка студента-фрілансера перебуває у стані хронічної гіпермобілізації, що призводить до виснаження симпатoadреналової системи та конвертується у високі показники панічних і соматичних реакцій.

Додатково була виявлена статистична тенденція щодо впливу зайнятості на гнітючу тривогу, тобто інтолерантність до невизначеності ($\chi^2 = 6.62$, $p = 0.085$) (див Таблицю 3.8). Парні порівняння вказали на відмінність ($W = -3.706$, $p = 0.044$) (див Таблицю 3.11) між фрілансерами та тими, хто працює на повну ставку. Це явище ілюструє компенсаторну функцію *зовнішньої структуризації*. В умовах макросоціальної невідомості (війни) повна зайнятість відіграє роль «психологічного якоря». Жорсткий графік та фіксована рутинна створюють штучний локус контролю: психіці значно легше толерувати глобальну невизначеність, коли на мікрорівні існує передбачуваність. Фрілансери ж стикаються з подвійною невизначеністю (нестабільність і в країні, і в доходах), що провокує стан когнітивного паралічу.

Водночас важливо зазначити, що показники клінічної депресії ($p = 0.494$), хронічного стресу ($p = 0.172$) та безнадії ($p = 0.533$) (див Таблицю 3.8) залишаються інваріантними щодо статусу зайнятості. Це вкотре підтверджує висновок про тотальність травматичного фону: макросоціальна криза виснажує всіх студентів однаковою мірою, проте саме трудова діяльність виступає тим фактором, що точково модулює інтенсивність матеріальних страхів та соматичної тривоги.

3.3. Взаємозв'язок фінансової тривожності, інтолерантності до невизначеності та симптомів психічного дистресу молоді

Для виявлення щільності, напрямку та структури інтеркореляційних зв'язків між досліджуваними когнітивними, емоційними та соціально-економічними змінними було проведено кореляційний аналіз із розрахунком непараметричного коефіцієнта рангової кореляції Спірмена (ρ). Отримані матричні дані дозволяють верифікувати низку фундаментальних психологічних закономірностей та розкрити внутрішні механізми формування дистресу у студентської молоді під час тривалої

макросоціальної кризи.

Психологічний аналіз та інтерпретація кореляційних плеяд:

1. Фінансова тривожність як наскрізний тригер психічного неблагополуччя

Аналіз матриці засвідчує, що суб'єктивна фінансовна тривожність (шкала FAS) утворює потужне, високозначуще кореляційне ядро з усіма без винятку клінічними проявами емоційного дистресу. Зафіксовано помірні позитивні зв'язки фінансових страхів із депресивною симптоматикою ($\rho = 0.561$, $p < 0.001$), загальною соматичною тривогою ($\rho = 0.568$, $p < 0.001$), хронічним нервовим напруженням-стресом ($\rho = 0.507$, $p < 0.001$) та суб'єктивним відчуттям безнадії ($\rho = 0.458$, $p < 0.001$) (див Таблицю A1).

З позиції психологічної теорії такий високий рівень синхронності вказує на те, що матеріальна незахищеність в умовах війни перестає бути суто економічним фактором і конвертується в базову *загрозу безпеці (екзистенційну фрустрацію)*. Стабільний дефіцит або страх втрати грошей руйнує відчуття контролю над власним життям. Хронічне занепокоєння через матеріальний стан виступає постійним джерелом когнітивного перевантаження, що виснажує емоційну сферу особистості й запускає каскад соматичної паніки (тривога), загального психофізіологічного виснаження (стрес), а у довгостроковій перспективі - формування почуття безпорадності (депресія) та переконаності у неможливості змінити майбутнє на краще (безнадія).

2. Буферна функція економічного резерву: аналіз змінної «Подушка_Код»

Особливий науковий інтерес викликає характер взаємозв'язків об'єктивного фінансового резерву молоді (розміру заощаджень) із психологічними маркерами. Виявлено статистично значущі негативні кореляції між показником «Подушка_Код» та фінансовою тривожністю (ρ

= -0.415, $p < 0.001$), депресією ($\rho = -0.247$, $p = 0.015$), тривогою ($\rho = -0.286$, $p = 0.005$) та стресом ($\rho = -0.281$, $p = 0.005$) (див Таблицю A1).

Дана закономірність є блискучою емпіричною верифікацією *ресурсної концепції стресу С. Гобфолла (Conservation of Resources, COR theory)*. Матеріальні заощадження виступають потужним матеріальним ресурсом, який безпосередньо амортизує деструктивний вплив зовнішнього кризового середовища. Наявність фінансової «подушки безпеки» знижує інтенсивність афективних реакцій особистості, виконуючи роль стабілізатора емоційного фону.

Проте кореляційний аналіз розкрив глибокий психологічний парадокс: рівень заощаджень виявився абсолютно інваріантним (статистично непов'язаним) щодо когнітивних компонентів інтолерантності до невизначеності - гнітючої тривоги ($\rho = -0.082$, $p = 0.425$) та прогностичної тривоги ($\rho = 0.014$, $p = 0.895$), а також продемонстрував лише граничну тенденцію до негативного зв'язку з безнадією ($\rho = -0.195$, $p = 0.055$) (див Таблицю A1).

Психологічний зміст цього парадоксу полягає в тому, що гроші здатні купірувати лише *миттєвий, ситуативний емоційний дискомфорт* (страх перед голодом, побутовими негараздами чи терміновими витратами). Водночас наявність навіть значного капіталу не здатна захистити когнітивну систему людини від глибинного страху перед глобальною непередбачуваністю майбутнього в охопленій війною країні. Екзистенційний страх перед невизначеністю та криза цілепокладання є ментальними конструктами, які не піддаються прямій монетарній компенсації.

3. Диференціація когнітивних шкал інтолерантності до невизначеності (IUS-12)

Аналіз субшкал непереносимості невизначеності виявив чітку селективність їхнього патогенного впливу на психіку студентів, що повністю узгоджується з їх теоретичною суттю:

Гнітюча тривога (Inhibitory Anxiety), яка відображає пасивне когнітивне заціпеніння, поведінковий параліч та суб'єктивну скутість перед невідомим, виявила сильніші зв'язки з деструктивними станами «вимкнення» емоцій: депресією ($r = 0.450, p < 0.001$) та безнадією ($r = 0.403, p < 0.001$). Якщо людина сприймає невідомість як глухий кут, що повністю блокує її активність, її психіка капітулює, трансформуючи тривогу в депресивний синдром та апатію (див Таблицю А1).

Прогностична тривога (Prospective Anxiety), що репрезентує проактивний, хоча й дезадаптивний пошук загроз, прагнення до тотального ментального контролю та сканування майбутнього, виявилася більш тісно пов'язаною зі станами «активного» емоційного збудження: клінічною тривогою ($r = 0.366, p < 0.001$) та стресом ($r = 0.301, p = 0.003$). Намагання когнітивно прорахувати мільярд непередбачуваних сценаріїв розвитку подій під час війни тримає симпатичну нервову систему у стані хронічної гіпермобілізації, продукуючи панічні атаки, нав'язливі думки та соматичну напругу (див Таблицю А1).

Варто також підкреслити високу взаємопов'язаність гнітючої та прогностичної тривоги між собою ($r = 0.582, p < 0.001$), що вказує на їхній єдиний когнітивний корінь, а також наявність найпотужнішого взаємозв'язку у всій матриці між депресією та безнадією Бека ($r = 0.705, p < 0.001$), що підтверджує класичні положення когнітивної тріади А. Бека про безнадію як провідне прогностичне ядро депресивних розладів (див Таблицю А1).

3.4. Багатовимірне регресійне моделювання предикторів психологічного дистресу

На фінальному етапі емпіричного дослідження було застосовано метод множинної лінійної регресії з метою побудови прогностичної моделі та виявлення ключових детермінант психологічного дистресу. До регресійної моделі в якості незалежних змінних (предикторів) було включено весь комплекс досліджуваних параметрів: когнітивні (види інтолерантності до невизначеності), економічні (фінансова тривожність та наявність заощаджень), а також 12 поведінкових копінг-стратегій.

Аналіз показників відповідності засвідчив надзвичайно високу пояснювальну здатність побудованої моделі. Коефіцієнт множинної детермінації склав $R^2 = 0.582$ (скоригований $R^2 = 0.498$). Це означає, що відібраний комплекс психологічних та соціально-економічних факторів пояснює 58.2% дисперсії депресивних станів у досліджуваній вибірці студентської молоді. Перевірка допущень моделі (Assumption Checks) підтвердила її надійність: максимальне значення Відстані Кука (Cook's Distance) склало 0.125, що значно нижче критичного порогу (< 1.0) та свідчить про відсутність екстремальних викидів, здатних викривити результати (див Таблицю A2).

Аналіз стандартизованих коефіцієнтів регресії (β) дозволив виокремити три найбільш впливові предиктори депресії:

1. Фінансова тривожність як головний патогенний фактор. Найпотужнішим прямим предиктором розвитку депресії виявився суб'єктивний страх за власне матеріальне благополуччя ($\beta = 0.477$, $p < 0.001$). Його стандартизований коефіцієнт є найвищим у моделі, що математично доводить: в умовах тривалої кризи саме фінансова фрустрація, а не інші стресори, здійснює найбільш руйнівний вплив на емоційний фон молоді, формуючи почуття безпорадності та апатії. Цікаво,

що об'єктивний розмір заощаджень («Подушка_Код») втратив свою значущість у регресійній моделі ($p = 0.631$). Це свідчить про те, що для виникнення депресії має значення не стільки реальна кількість грошей, скільки *суб'єктивний, нав'язливий страх* їх втратити. (див Таблицю A2)

2. Гнітюча тривога як когнітивний каталізатор. Другим за силою патогенним предиктором є гнітюча тривога - специфічний компонент інтолерантності до невизначеності ($\beta = 0.241$, $p = 0.029$). Прогностична тривога (спроби прорахувати майбутнє) не має впливу на депресію ($p = 0.939$), тоді як саме гнітюча тривога - стан когнітивного паралічу, завмирання та відчуття скутості перед невідомим сьогоденням - прямо конвертується у депресивний синдром (див Таблицю A2).

3. Позитивне переосмислення як головний протективний ресурс. Серед 12 проаналізованих механізмів подолання стресу лише одна стратегія продемонструвала високодостовірний захисний ефект. Стратегія «Позитивне переосмислення» виступає найпотужнішим негативним предиктором депресії ($\beta = -0.282$, $p = 0.004$). Це означає, що здатність молодій людині знаходити новий сенс, уроки або точки особистісного зростання навіть у найбільш травматичних обставинах війни є головним «антидотом» проти депресивного зриву. Всі інші копінги (включно з активним подоланням, гумором чи релігією) виявилися статистично неспроможними стримати депресію на тлі масивного фінансового стресу. Додатково варто відзначити наявність лише маргінальної тенденції щодо захисної ролі звернення за інструментальною підтримкою ($\beta = -0.210$, $p = 0.053$), що вказує на часткову корисність пошуку практичних порад у кризових ситуаціях (див Таблицю A2).

Отже отримана багатовимірна модель малює чітку патогенетичну картину: сучасний студент впадає в депресію тоді, коли він охоплений нав'язливим страхом втрати доходу (фінансова тривожність), суб'єктивно паралізований неможливістю діяти через невизначеність (гнітюча тривога)

і при цьому втрачає здатність інтелектуально трансформувати цей досвід у щось корисне (дефіцит позитивного переосмислення).

Для поглиблення розуміння специфіки формування дистресу, наступним кроком було побудовано аналогічну багатовимірну регресійну модель, де залежною змінною (критерієм) виступав рівень загальної соматичної тривоги (за шкалою DASS-21). До аналізу було включено той самий комплекс із 15 незалежних змінних.

Оцінка показників відповідності моделі засвідчила її високу прогностичну валідність: коефіцієнт детермінації склав $R^2 = 0.456$. Отже, запропонований комплекс факторів пояснює 45.6% дисперсії тривожних станів у досліджуваній вибірці. Перевірка допущень (Відстань Кука $Max = 0.141$) підтвердила стабільність моделі та відсутність екстремальних відхилень у даних (див Таблицю А3).

Аналіз стандартизованих коефіцієнтів (β) розкрив принципово іншу патогенетичну структуру порівняно з депресією, виокремивши два ключові предиктори:

1. Фінансова тривожність як універсальний стресор. Як і у випадку з депресією, суб'єктивний страх за фінансове благополуччя залишився найпотужнішим прямим предиктором ($\beta = 0.364$, $p < 0.001$). Це підтверджує гіпотезу про те, що матеріальна нестабільність є базовим тригером не лише когнітивного виснаження, а й гострої соматичної паніки. Водночас варто зазначити, що когнітивні компоненти інтолерантності до невизначеності (гнітюча та прогностична тривога), які відігравали вагому роль у розвитку депресії, втратили свою статистичну значущість для соматичної тривоги ($p = 0.319$ та $p = 0.420$ відповідно). Це свідчить про те, що тривога у студентів має швидше реактивний, фізіологічний характер (реакція на безгрошів'я), ніж екзистенційний (див Таблицю А3).

2. Заперечення як дезадаптивний стимулятор тривоги. Цікавим моментом цього аналізу є те, що вплив поведінкових копінг-стратегій. На

відміну від депресії, яку пом'якшувало позитивне переосмислення, для тривоги жодна зі стратегій не продемонструвала захисного ефекту. Натомість було виявлено прямо пропорційний, патогенний вплив стратегії «Заперечення» ($\beta = 0.206$, $p = 0.050$) (див Таблицю А3).

З психологічної точки зору цей результат блискуче ілюструє феномен «іронії уникнення». Коли в умовах війни та економічної скрути студент намагається використовувати заперечення як психологічний захист (ігнорує проблеми, відмовляється вірити в реальність загрози, уникає думок про майбутнє), це не призводить до розрядки. Навпаки, витіснений страх конвертується в тілесну напругу. Свідомість може заперечувати небезпеку, проте вегетативна нервова система реагує на об'єктивну реальність, продукуючи панічні атаки, порушення сну та соматичну тривожність.

Наступним етапом багатовимірною регресійного моделювання стала оцінка впливу досліджуваних параметрів на формування суб'єктивного відчуття безнадії (за шкалою BHS А. Бека). До аналізу традиційно було включено комплекс із 15 незалежних змінних.

Показники відповідності засвідчили високу прогностичну валідність побудованої моделі: коефіцієнт детермінації склав $R^2 = 0.542$ (скоригований $R^2 = 0.450$). Це означає, що відібрані предиктори пояснюють 54.2% дисперсії негативних експектацій щодо майбутнього у досліджуваній вибірці. Перевірка надійності за допомогою Відстані Кука (максимальне значення 0.115) підтвердила структурну стабільність моделі та відсутність екстремальних викидів (див Таблицю А4).

Аналіз стандартизованих коефіцієнтів регресії (β) дозволив виявити специфічну патогенетичну та салютогенетичну (захисну) архітектуру відчуття безнадії:

1. Фінансова тривожність як генератор песимізму. Суб'єктивний страх втрати матеріального благополуччя втретє підтвердив свій статус

тотального патогенного фактора ($\beta = 0.334$, $p < 0.001$). Хронічне занепокоєння про гроші блокує здатність особистості проектувати позитивні сценарії майбутнього, перетворюючи фінансову нестабільність на глобальну життєву зневіру. Водночас важливо зазначити, що об'єктивний розмір фінансового резерву («Подушка_Код») виявився статистично незначущим ($p = 0.538$), як і когнітивні компоненти інтолерантності до невизначеності ($p > 0.05$). Це доводить, що безнадію живить саме афективна фінансова фрустрація, а не реальний стан банківського рахунку чи когнітивний страх невідомого (див Таблицю А4).

2. Синергія проактивності та смислоутворення як головний антидот. Найбільшим науковим здобутком даної моделі є виявлення потужного захисного блоку копінг-стратегій. На відміну від соматичної тривоги, яку не здатна пом'якшити жодна стратегія, безнадія ефективно купірується двома механізмами:

Активне подолання ($\beta = -0.282$, $p = 0.022$). Це найпотужніший протективний предиктор. Безнадія за своєю природою є станом вивченої безпорадності. Тому єдиним дієвим механізмом руйнування цього стану є повернення суб'єктності (agency). Коли людина починає здійснювати конкретні, цілеспрямовані кроки для вирішення проблеми, відчуття «глухого кута» автоматично знижується (див Таблицю А4).

Позитивне переосмислення ($\beta = -0.249$, $p = 0.014$). Трансформація кризового досвіду, пошук прихованих можливостей та уроків у складній ситуації дозволяє особистості зберегти ціннісну перспективу і не скотитися у тотальний песимізм.

Самозвинувачення як деструктивний каталізатор. Додатково було зафіксовано статистичну тенденцію щодо патогенного впливу копінг-стратегії «Самозвинувачення» ($\beta = 0.193$, $p = 0.059$). Спроба інтерналізувати провину за об'єктивні кризові обставини (наприклад, картати себе за втрату доходу під час макроекономічної кризи) заганає

психіку в замкнене коло фрустрації, що закономірно посилює відчуття безвиході (див Таблицю А4).

Останнім вектором багатовимірною регресійного моделювання стало визначення детермінант хронічного стресу (за шкалою DASS-21). Оцінка показників відповідності моделі, до якої увійшли 15 незалежних змінних, підтвердила її прогностичну валідність: коефіцієнт детермінації склав $R^2 = 0.445$ (скоригований $R^2 = 0.334$). Отже, запропонований комплекс факторів пояснює 44.5% дисперсії стресових реакцій у досліджуваній вибірці студентів. Аналіз Відстані Кука (максимальне значення 0.0645) додатково верифікував надійність моделі та відсутність екстремальних викидів у масиві даних (див Таблицю А5).

Аналіз стандартизованих коефіцієнтів регресії (β) дозволив виявити таку структуру формування стресу:

1. Фінансова тривожність як абсолютний стресор. Суб'єктивний фінансовий страх вкотре продемонстрував найвищу статистичну значущість та патогенний вплив ($\beta = 0.433$, $p < 0.001$). Це остаточно закріплює його статус тотального, наскрізного фактора дистресу. Незалежно від того, який саме стан ми аналізуємо (депресію, тривогу, безнадію чи стрес), першопричиною цього психофізіологічного виснаження незмінно виступає екзистенційна загроза матеріальній стабільності (див Таблицю А5).

2. Дихотомія копінг-стратегій: інструментальна підтримка проти емоційного відреагування. На відміну від депресії та безнадії, аналіз копінг-механізмів щодо стресу виявив дві цікаві статистичні тенденції ($p < 0.10$), які відображають протилежні вектори впливу:

Використання інструментальної підтримки виступає потенційним протективним (захисним) фактором ($\beta = -0.223$, $p = 0.074$). Схильність особистості звертатися за конкретною, практичною допомогою (експертною порадою, інформацією, алгоритмом дій) сприяє зниженню

нервової напруги. Інструментальний підхід дозволяє перевести проблему з розряду неконтрольованих катастроф у категорію робочих завдань, повертаючи відчуття контролю (див Таблицю А5).

Натомість, стратегія «Вираження почуттів» демонструє тенденцію до патогенного посилення стресу ($\beta = 0.205$, $p = 0.063$). Психологічний механізм цього явища пояснюється ефектом румінації. В умовах неможливості швидко вирішити макросоціальну чи фінансову кризу, надмірне фокусування на власних негативних емоціях і постійне «виливання» переживань (без конструктивних дій) не приносить катарсису. Навпаки, це лише розхитує вегетативну нервову систему, фіксує увагу на безвиході та штучно підтримує високий рівень стресу (див Таблицю А5).

Висновки до Розділу 3

Теоретичний аналіз підтвердив, що фінансова тривожність та інтолерантність до невизначеності (ІДН) є центральними багатовимірними конструктами у структурі дистресу студентської молоді під час війни. Встановлено, що фінансова тривожність зумовлена переважно суб'єктивною оцінкою ситуації, а не об'єктивними статками. ІДН діє як трансдіагностичний когнітивний блок, що провокує гіперактивацію системи виявлення загроз. В умовах пролонгованого конфлікту ці феномени діють синергічно, виснажуючи ресурси особистості, де вибір копінг-стратегій виступає ключовим медіатором.

Описова статистика виявила гострий рівень психологічного напруження у досліджуваній вибірці. Домінуючими є хронічний стрес та клінічна тривога: понад половина респондентів (55,7%) мають симптоми тривоги від середнього до вкрай важкого ступеня ($M = 6,56$; $SD = 4,38$), а 75,3% фіксують підвищений стрес ($M = 10,9$; $SD = 4,41$). При цьому за шкалою безнадії зафіксовано парадоксальний результат: абсолютна більшість вибірки (85,6%) зберігає нормативний або легкий рівень

негативних очікувань ($M = 4,63$) попри високу фінансову тривожність ($M = 23,0$). Цей дисонанс свідчить про збережену віру в майбутнє та високу резильєнтність студентства.

Порівняльний аналіз довів наявність феномену «тотальності макросоціального стресу»: статистично значущих відмінностей у рівнях дистресу між ВПО та іншими студентами не виявлено ($p > 0,05$ за U-критерієм Манна-Уїтні). Аналогічно не виявлено впливу зміни кар'єрних планів через війну. Проте фактор зайнятості є значущим диференціюючим чинником: працюючі студенти-фрілансери (часткова зайнятість) демонструють достовірно вищі рівні фінансової тривожності ($p = 0,010$) та загальної тривоги ($p = 0,034$) порівняно з непрацюючими, що пояснюється рольовим конфліктом і гіпернавантаженням.

Кореляційний аналіз (ρ Спірмена) розкрив системний характер досліджуваних зв'язків. Фінансова тривожність формує потужне ядро, позитивно корелюючи з депресією ($\rho = 0,561$), тривогою ($\rho = 0,568$), стресом ($\rho = 0,507$) і безнадією ($\rho = 0,458$). Розмір фінансової «подушки безпеки» відіграє буферну роль, знижуючи рівні тривоги ($\rho = -0,286$) і депресії ($\rho = -0,247$). Субшкали ІДН діють селективно: гнітюча тривога сильніше пов'язана з депресією та безнадією, а прогностична - з тривогою та стресом. Найтісніший зв'язок виявлено між депресією та безнадією ($\rho = 0,705$), що узгоджується з когнітивною тріадою Бека.

Багатовимірне регресійне моделювання виокремило специфічну структуру кожного виду дистресу, де фінансова тривожність є наскрізним тотальним предиктором: - Депресія ($R^2 = 0,582$): провокується фінансовою тривожністю ($\beta = 0,477$) та гнітючою тривогою ($\beta = 0,241$); єдиний протектор - позитивне переосмислення ($\beta = -0,282$). - Тривога ($R^2 = 0,456$): визначається фінансовим страхом ($\beta = 0,364$), а стратегія заперечення має деструктивний патогенний вплив ($\beta = 0,206$). - Стрес ($R^2 = 0,445$): домінує вплив фінансової тривожності ($\beta = 0,433$) та надмірного вираження

почуттів ($\beta = 0,205$), що частково купірується інструментальною підтримкою ($\beta = -0,223$). - Безнадія ($R^2 = 0,542$): має найпотужнішу захисну архітектуру (активне подолання: $\beta = -0,282$; позитивне переосмислення: $\beta = -0,249$), тоді як самозвинувачення ($\beta = 0,193$) виступає каталізатором проблеми

ОБГОВОРЕННЯ

Дане дослідження було спрямоване на теоретичне обґрунтування та емпіричну перевірку ролі фінансової тривожності та інтолерантності до невизначеності як ключових психологічних детермінант дистресу (депресії, тривоги, стресу та відчуття безнадії) і вибору копінг-стратегій серед студентської молоді в умовах тривалого воєнного стану в Україні. Нижче здійснюється інтерпретація отриманих результатів у широкому теоретичному та емпіричному контексті, аналізуються несподівані знахідки, окреслюються обмеження дослідження та перспективи подальших наукових розвідок.

1. Загальний психологічний профіль вибірки: дистрес без безнадії

Описова статистика розкрила гостру та диференційовану картину психологічного неблагополуччя досліджуваної вибірки. Домінуючими та найбільш вираженими є реакції активного дистресу: клінічно значущий рівень хронічного стресу зафіксовано у 58.8% респондентів, тоді як понад половина вибірки (55.7%) демонструє симптоми тривоги від середнього до вкрай важкого ступеня. Ці дані узгоджуються з широким масивом міжнародних досліджень психологічного стану цивільного населення в умовах збройних конфліктів (Al Ibraheem et al., 2017; Roberts et al., 2019) та вітчизняними даними, що фіксують різке зростання показників тривоги та стресу серед українського студентства після початку повномасштабного вторгнення (Pinchuk et al., 2024). Проте найбільш інтригуючим та теоретично значущим результатом дослідження є виявлений різючий дисонанс між інтенсивністю актуального дистресу та збереженістю конструктивних очікувань щодо майбутнього. Попри те, що абсолютна більшість учасників переживає виражений стрес і тривогу, 85.6% вибірки демонструє нормативний або лише легкий рівень безнадії за шкалою Бека ($M = 4.63$; $SD = 3.86$). Цей парадокс прямо суперечить класичним

когнітивним моделям депресії (Beck et al., 1979), які розглядають безнадію як закономірний і невідворотній наслідок хронічного стресу та тривоги. З нашої точки зору, отримані дані є потужним свідченням феномену бойової резильєнтності (wartime resilience) -- специфічного адаптивного стану, за якого особистість здатна переносити інтенсивний ситуативний дистрес, зберігаючи при цьому ціннісну перспективу та базову надію на краще майбутнє. Подібні результати спостерігалися у дослідженнях цивільного населення в умовах тривалих конфліктів: Veronese et al. (2021) фіксували, що палестинська молодь, яка зазнала масивної воєнної травматизації, попри виражений ПТСР і депресивну симптоматику, зберігала значущий рівень психологічного благополуччя та надії. В українському контексті роль такого смислового фундаменту можуть відігравати патріотична ідентичність, гордість за спільний спротив та солідарність, які формують своєрідний екзистенційний щит, що захищає молодь від тотального ціннісного краху попри масивний щоденний дистрес.

2. Феномен тотальності макросоціального стресу: відсутність відмінностей між групами

Одним із найбільш концептуально важливих результатів дослідження стала повна відсутність статистично значущих відмінностей у рівнях психологічного дистресу між студентами зі статусом ВПО та тими, хто не змінював місця проживання, за жодною із досліджуваних шкал ($p > 0.05$ для всіх порівнянь). Цей результат видається несподіваним на тлі загальноприйнятого наукового уявлення про особливу вразливість внутрішньо переміщених осіб: попередні дослідження стійко демонстрували, що статус ВПО є незалежним предиктором вищого рівня ПТСР, депресії та соціальної дисфункції (Stadnik et al., 2023). Проте в контексті загальнонаціональної тотальної кризи, де всі члени суспільства - незалежно від місця проживання -- перебувають у єдиному

інформаційному та соціально-економічному просторі загрози, ця диференціація нівелюється. Ми концептуалізуємо це як феномен тотальності макросоціального стресу: коли загроза має загальнонаціональний характер, втрачає сенс протиставлення між більш і менш постраждалими групами. Паралельно, відсутність значущих відмінностей у рівнях дистресу залежно від ступеня суб'єктивного впливу війни на кар'єрні плани дозволила сформулювати парадокс травматичної адаптації: студенти, для яких криза відкрила нові можливості, демонструють такий самий рівень депресії та стресу, як і ті, хто був змушений повністю переглянути свої плани. Пояснення цього феномену криється в психологічній ціні адаптації: проактивна перебудова ідентичності та цільового планування в умовах макросоціальної кризи вимагає колосального витрачання когнітивних і емоційних ресурсів, що у підсумку продукує рівень виснаження, еквівалентний тому, що переживають пасивні жертви втрат. Ця знахідка резонує з концепцією ціни зростання (cost of growth) у посттравматичній психології (Tedeschi & Calhoun, 2004), яка наголошує, що навіть конструктивна трансформація травматичного досвіду є глибоко виснажливим процесом.

3. Роль зайнятості: фінансова тривожність та рольовий конфлікт

Аналіз впливу статусу зайнятості виявив ряд нюансованих, але теоретично значущих ефектів. Найбільш потужним та статистично значущим виявився вплив зайнятості на суб'єктивну фінансову тривожність ($\chi^2 = 11.37$, $p = 0.010$): студенти, які не працюють і фінансуються родиною, демонструють достовірно нижчий рівень матеріальних страхів порівняно з тими, хто активно шукає роботу або вже працює повний день. Ця закономірність підтверджує теоретичну модель відкладеної економічної сепарації, де батьківська підтримка функціонує як

психологічна фінансова теплиця, яка відкладає усвідомлення реальних ринкових ризиків і тим самим тимчасово захищає від фінансового дистресу. Цей механізм узгоджується з ресурсною теорією стресу Гобфолла (COR theory), згідно з якою наявність стабільних ресурсів безпосередньо знижує сприйняту загрозу їх втрати (Hobfoll, 1989). Водночас студенти-фрілансери демонструють достовірно вищий рівень соматичної тривоги порівняно з непрацюючими ($W = 3.769$, $p = 0.039$), що є класичним проявом рольового конфлікту та когнітивного перевантаження: спроба синхронно відповідати вимогам академічного та трудового середовища при нестабільному доході утримує вегетативну нервову систему у стані хронічної гіпермобілізації. Показово, що показники клінічної депресії та безнадії залишаються незмінними у всіх групах за рівнем зайнятості, підтверджуючи висновок про те, що трудовий статус є точковим, а не загальним модулятором дистресу.

4. Фінансова тривожність як наскрізний патогенний фактор

Центральним і найбільш стабільним результатом дослідження є безумовне домінування суб'єктивної фінансової тривожності як наскрізного патогенного фактора у всіх чотирьох регресійних моделях: вона залишається найпотужнішим предиктором депресії (бета = 0.477), тривоги (бета = 0.364), стресу (бета = 0.433) і безнадії (бета = 0.334) при $p < 0.001$ у всіх випадках. Цей масив даних переконливо підтверджує гіпотезу про те, що в умовах воєнного часу фінансова тривожність перестає бути суто економічним феноменом і перетворюється на базову екзистенційну фрустрацію -- загрозу самій основі стабільного існування. Отримані результати узгоджуються з дослідженнями Archuleta et al. (2013) та Lim et al. (2014), які демонстрували, що суб'єктивний фінансовий стрес є потужнішим предиктором ментального неблагополуччя, ніж об'єктивні економічні показники. Особливо важливим є виявлений у кореляційному

аналізі психологічний парадокс: рівень заощаджень виявився статистично непов'язаним із когнітивними компонентами інтолерантності до невизначеності (гнітюча тривога: $\rho = -0.082$, $p = 0.425$; прогностична тривога: $\rho = 0.014$, $p = 0.895$). Цей результат є емпіричним підтвердженням неможливості монетарної компенсації екзистенційного страху: гроші здатні усунути ситуативний матеріальний дискомфорт, але не здатні захистити когнітивну систему людини від глибинного страху перед глобальною непередбачуваністю майбутнього в охопленій війною країні.

5. Диференційований вплив інтолерантності до невизначеності

Важливим теоретичним внеском дослідження є емпіричне підтвердження селективної патогенної специфічності двох субшкал інтолерантності до невизначеності, що відповідає їхній теоретичній природі. Гнітюча тривога (inhibitory anxiety) -- стан когнітивного паралічу та поведінкової скутості перед невідомістю -- виявила сильніший зв'язок із депресією ($\rho = 0.450$, $p < 0.001$) та безнадією ($\rho = 0.403$, $p < 0.001$), тоді як прогностична тривога (prospective anxiety) -- проактивний, але дезадаптивний пошук загроз у майбутньому -- тісніше корелює з клінічною тривогою ($\rho = 0.366$, $p < 0.001$) та стресом ($\rho = 0.301$, $p = 0.003$). Ця диференціація відповідає моделі Carleton et al. (2012) та підтверджує, що два компоненти непереносимості невизначеності запускають принципово різні патогенетичні шляхи: завмирання перед невідомістю поступово конвертується у стан вивченої безпорадності та депресії, тоді як нав'язливе сканування майбутніх загроз утримує симпатичну нервову систему у хронічній гіпермобілізації, продукуючи соматичну тривогу та стрес. Зазначена диференційована картина набуває особливого значення у регресійному моделюванні: гнітюча тривога виступає значущим предиктором депресії (бета = 0.241, $p = 0.029$), але не

тривоги та стресу. Це свідчить про те, що поглинаючий ефект фінансового страху є настільки домінуючим, що когнітивні компоненти непереносимості невизначеності відіграють у моделях відносно другорядну підсилюючу роль.

6. Копінг-стратегії як модератори дистресу

Аналіз ролі копінг-стратегій у регресійних моделях виявив надзвичайно нюансовану та теоретично важливу картину. Позитивне переосмислення є єдиним копінг-механізмом, що демонструє достовірний захисний ефект одразу щодо двох форм дистресу -- депресії (бета = -0.282, $p = 0.004$) та безнадії (бета = -0.249, $p = 0.014$). Ця знахідка переконливо підтверджує теоретичні положення когнітивної моделі Лазаруса (Lazarus & Folkman, 1984) про вторинний апрайзал: здатність переосмислити ситуацію не змінює зовнішніх обставин, але трансформує ставлення до них, відновлюючи відчуття суб'єктності та повертаючи психіці ціннісну перспективу. В умовах тривалої і неконтрольованої воєнної кризи саме когнітивна переоцінка -- внутрішній ресурс, що перебуває у зоні особистого контролю -- набуває визначальної ролі як антидот проти депресії та безнадії. Активне подолання, в свою чергу, виявилось специфічним захисним чинником щодо безнадії (бета = -0.282, $p = 0.022$): безнадія за своєю суттю є станом вивченої безпорадності (Seligman, 1975), і єдиним дієвим механізмом її подолання є повернення суб'єктності через цілеспрямовані конкретні кроки, що відновлюють локус контролю.

Серед деструктивних копінг-механізмів найбільш показовими є три: заперечення (бета = 0.206, $p = 0.050$ для тривоги), надмірне вираження почуттів (бета = 0.205, $p = 0.063$ для стресу) та самозвинувачення (бета = 0.193, $p = 0.059$ для безнадії). Феномен патогенного ефекту заперечення ілюструє іронію уникнення: свідоме ігнорування загрози не усуває фізіологічну реакцію на неї, натомість витіснений страх конвертується у

тілесну напругу та соматичний дискомфорт (Paulus & Yu, 2012). Патогенний ефект надмірного вираження почуттів щодо стресу пояснюється механізмом румінації: в умовах об'єктивно неконтрольованої кризи безперервне переживання негативних емоцій без конструктивних дій не приносить катарсичного полегшення, а лише підтримує психіку у стані хронічного збудження. Нарешті, деструктивна роль самозвинувачення є логічним наслідком інтерналізації відповідальності за обставини, що перебувають за межами особистого контролю: коли молода людина картає себе за фінансові труднощі, зумовлені макросоціальною кризою, вона замикає себе у порочному колі фрустрації та безвиході.

7. Зв'язок між депресією та безнадією: підтвердження когнітивної тріади Бека

Окремої уваги заслуговує виявлений у кореляційному аналізі найпотужніший міжшкальний зв'язок -- між депресією та безнадією ($r = 0.705$, $p < 0.001$). Цей показник є одночасно найвищим у всій матриці та має найбільш вагоме теоретичне значення, підтверджуючи класичні положення когнітивної тріади А. Бека (Beck et al., 1979): безнадія є не просто симптомом, а когнітивним ядром депресивного розладу. Цей зв'язок є значно потужнішим, ніж кореляції обох конструктів із суб'єктивною фінансовою тривожністю, що є важливим диференційно-діагностичним орієнтиром: навіть потужний фінансовий стрес не має такої деструктивної сили щодо ціннісної перспективи, як власне депресивний стан. Разом з тим, в регресійних моделях обидва конструкти зберігають самостійну чутливість до різних копінг-стратегій, що свідчить про їхню концептуальну відмінність та необхідність окремого терапевтичного таргетування.

8. Обмеження дослідження та перспективи

Інтерпретацію отриманих результатів слід здійснювати з урахуванням ряду методологічних обмежень. По-перше, використання поперечного (cross-sectional) дизайну унеможлиблює встановлення причинно-наслідкових зв'язків між досліджуваними конструктами. Зокрема, залишається відкритим питання про напрямок каузальності у зв'язку фінансова тривожність -- депресія: цілком можливо, що особи з вищим рівнем депресії схильні сприймати свою фінансову ситуацію як більш загрозливу, а не навпаки. Майбутні дослідження мають застосовувати лонгітюдні або квазіекспериментальні дизайни для верифікації предикторних моделей у часі. По-друге, вибірка є гомогенною за гендерним складом (78.4% жінок), що обмежує можливості генералізації результатів та передбачає проведення досліджень із збалансованими гендерними групами для перевірки можливих статевих відмінностей у патерні зв'язків між фінансовим дистресом та вибором копінг-стратегій. По-третє, використання виключно методів самозвітування підвищує ризик систематичних зміщень, зумовлених соціальною бажаністю або загальним дистресним фоном респондентів. По-четверте, дослідження проводилося у специфічний часовий момент (квітень -- травень 2026 року), і не можна виключати, що результати відображають ситуативну хвилю психологічного виснаження, характерну для конкретної фази конфлікту. Попри зазначені обмеження, дослідження вперше у вітчизняному контексті здійснює комплексний емпіричний аналіз взаємозв'язків між фінансовою тривожністю, інтолерантністю до невизначеності та широким спектром показників ментального здоров'я серед студентської молоді в умовах тривалого збройного конфлікту.

9. Практичне значення результатів

Отримані результати мають безпосереднє практичне значення для розробки психологічних інтервенцій, спрямованих на підтримку

ментального здоров'я студентської молоді. Встановлене тотальне домінування фінансової тривожності як наскрізного патогенного фактора диктує необхідність інтеграції модулів фінансової психоедукації та підвищення фінансової самоефективності до стандартних програм психологічної підтримки у закладах вищої освіти. Психологам-практикам важливо усвідомлювати, що матеріальна тривожність студентів є не просто фоновим стресором, а активним рушієм клінічного дистресу, що вимагає прицільного терапевтичного таргетування. Виявлена захисна роль позитивного переосмислення та активного подолання вказує на доцільність впровадження інтервенцій на основі когнітивно-поведінкової терапії (КПТ) та терапії прийняття і відповідальності (АСТ), що цілеспрямовано розвивають навички когнітивної переоцінки та відновлення суб'єктності в умовах об'єктивно неконтрольованих стресорів. Водночас виявлений деструктивний ефект заперечення та самозвинувачення підкреслює необхідність включення до профілактичних програм елементів психоедукації щодо дисфункціональних копінг-механізмів. Нарешті, феномен бойової резильєнтності -- збережена надія на фоні масивного дистресу -- є важливим орієнтиром для психологів: сучасна українська студентська молодь має потужний внутрішній ресурс, на який слід спиратися при проектуванні інтервенцій.

Загалом, дане дослідження надало емпіричні докази того, що фінансова тривожність та інтолерантність до невизначеності є синергетичними патогенними тригерами, які спільно виснажують адаптивні ресурси студентської молоді в умовах тривалого воєнного стану. Водночас дослідження переконливо демонструє, що вибір когнітивно-поведінкових копінг-стратегій відіграє роль ключового модератора між впливом цих тригерів та глибиною психологічного виснаження особистості: позитивне переосмислення та активне подолання є надійними

протективними ресурсами, тоді як заперечення, румінація та самозвинувачення -- потужними деструктивними каталізаторами. Відмова від звуженого погляду на фінансові труднощі студентів виключно як на соціально-економічну проблему та визнання їх центральної ролі у патогенезі психічного неблагополуччя є критично важливим кроком для розробки адекватної психологічної підтримки для цілого покоління молодих українців, що формується в умовах безпрецедентних екзистенційних викликів.

ВИСНОВКИ

1. Теоретичний аналіз засвідчив, що фінансова тривожність та інтолерантність до невизначеності є складними, багатовимірними психологічними конструктами, які займають центральне місце в структурі ментального неблагополуччя студентської молоді в умовах хронічного стресу. Встановлено, що фінансова тривожність не зводиться до об'єктивних економічних показників, а формується на перетині суб'єктивної когнітивної переоцінки матеріальної ситуації, рівня фінансової самоефективності та загальної задоволеності. Інтollerантність до невизначеності концептуалізована як трансдіагностичний когнітивний блок, що провокує гіперактивацію системи виявлення загроз, стрімке «его-виснаження» та закономірний перехід від активної тривоги до стану безнадії. Обґрунтовано, що в умовах тривалого збройного конфлікту обидва феномени функціонують як синергетичні тригери, що виснажують когнітивні ресурси особистості та провокують зростання загального дистресу, тоді як вибір копінг-стратегій відіграє роль ключового медіатора глибини цього деструктивного впливу.

2. Описові статистики розкрили тривожний психологічний профіль досліджуваної вибірки. Домінуючими за гостротою виявилися хронічний стрес та клінічна тривога: лише 24,7% респондентів перебувають у межах норми за шкалою стресу ($M = 10,9$; $SD = 4,41$), тоді як понад половина учасників (55,7%) демонструє симптоми тривоги від середнього до вкрай важкого ступеня ($M = 6,56$; $SD = 4,38$). Водночас за шкалою безнадії Бека зафіксовано парадоксальний результат: абсолютна більшість вибірки (85,6%) демонструє нормативний або лише легкий рівень негативних очікувань ($M = 4,63$; $SD = 3,86$), попри гостре переживання фінансової тривожності ($M = 23,0$; $SD = 10,2$). Цей дисонанс між інтенсивним актуальним дистресом та збереженою вірою в майбутнє інтерпретовано як

свідчення високого рівня психологічної резильєнтності сучасної студентської молоді.

3. Порівняльний аналіз виявив ключові закономірності щодо ролі соціально-демографічних факторів у формуванні дистресу. Перевірка за U-критерієм Манна-Уїтні не виявила статистично значущих відмінностей між студентами зі статусом ВПО та тими, хто не змінював місця проживання, за жодним із досліджуваних показників (депресія: $U = 571,0$, $p = 0,918$; тривога: $U = 528,0$, $p = 0,585$; стрес: $U = 520,0$, $p = 0,533$), що концептуалізовано як феномен «тотальності макросоціального стресу». Аналіз за критерієм Краскела-Волліса також не виявив значущих відмінностей за рівнем дистресу залежно від ступеня деструктивного впливу війни на кар'єрні плани, що дозволило обґрунтувати «парадокс травматичної адаптації»: навіть ті молоді люди, для кого криза стала поштовхом до нових можливостей, переживають аналогічний рівень психологічного виснаження. Натомість фактор зайнятості виявив диференційований ефект: він є значущим предиктором фінансової тривожності ($\chi^2 = 11,37$, $p = 0,010$) та загальної тривоги ($\chi^2 = 8,66$, $p = 0,034$), а студенти-фрілансери демонструють вищу соматичну тривогу порівняно з непрацюючими ($W = 3,769$, $p = 0,039$) через феномен рольового конфлікту та гіпернавантаження.

4. Кореляційний аналіз за коефіцієнтом Спірмена розкрив системний характер взаємозв'язків між досліджуваними конструктами та верифікував ключові теоретичні положення роботи. Фінансова тривожність утворила потужне кореляційне ядро з усіма без винятку показниками психічного дистресу: депресією ($\rho = 0,561$, $p < 0,001$), загальною тривогою ($\rho = 0,568$, $p < 0,001$), стресом ($\rho = 0,507$, $p < 0,001$) та безнадією ($\rho = 0,458$, $p < 0,001$). Виявлено буферну роль фінансового резерву: розмір заощаджень негативно корелює з тривогою ($\rho = -0,286$, $p = 0,005$) та депресією ($\rho =$

$-0,247$, $p = 0,015$), проте не пов'язаний з когнітивними компонентами інтолерантності до невизначеності, що є емпіричним підтвердженням неможливості монетарної компенсації екзистенційного страху перед глобальною непередбачуваністю. Субшкали IUS-12 продемонстрували чітку селективність: гнітюча тривога сильніше корелює зі станами «пригнічення» — депресією ($p = 0,450$) та безнадією ($p = 0,403$); прогностична — зі станами активного збудження: клінічною тривогою ($p = 0,366$) та стресом ($p = 0,301$). Особливо вагомим є найпотужніший зв'язок у всій кореляційній матриці — між депресією та безнадією ($p = 0,705$, $p < 0,001$), що підтверджує класичну когнітивну тріаду Бека.

5. Багатовимірне регресійне моделювання встановило специфічну патогенетичну структуру кожного з досліджуваних видів дистресу та виявило наскрізний вплив фінансової тривожності як тотального предиктора. У моделі депресії ($R^2 = 0,582$) провідними патогенними факторами виступили фінансова тривожність ($\beta = 0,477$, $p < 0,001$) та гнітюча тривога ($\beta = 0,241$, $p = 0,029$), тоді як стратегія позитивного переосмислення є єдиним потужним протективним предиктором ($\beta = -0,282$, $p = 0,004$). Модель тривоги ($R^2 = 0,456$) підтвердила центральну роль фінансового страху ($\beta = 0,364$, $p < 0,001$) та виявила патогенний ефект стратегії заперечення ($\beta = 0,206$, $p = 0,050$) — явище, інтерпретоване як «іронія уникнення». Модель стресу ($R^2 = 0,445$) вкотре підтвердила абсолютне домінування фінансової тривожності ($\beta = 0,433$, $p < 0,001$) та виявила протилежно спрямовані тенденції копінг-стратегій: потенційну протективну роль інструментальної підтримки ($\beta = -0,223$, $p = 0,074$) та патогенний ефект надмірного вираження почуттів ($\beta = 0,205$, $p = 0,063$). Модель безнадії ($R^2 = 0,542$) виявила найбагатшу захисну архітектуру: синергетичний протективний ефект активного подолання ($\beta = -0,282$, $p =$

0,022) та позитивного переосмислення ($\beta = -0,249$, $p = 0,014$), тоді як самозвинувачення є деструктивним каталізатором ($\beta = 0,193$, $p = 0,059$).

6. Результати дослідження дозволяють сформулювати ключовий інтегративний висновок: фінансова тривожність є тотальним, наскрізним патогенним фактором, який із найвищою стабільністю пронизує всі чотири виміри психологічного дистресу — депресію, тривогу, стрес і безнадію — незалежно від об'єктивного матеріального становища особистості. Інтollerантність до невизначеності виступає диференційованим когнітивним медіатором: її гнітючий компонент живить депресивний синдром та безнадію, тоді як прогностичний — підтримує стан хронічної психофізіологічної гіпермобілізації. Серед механізмів подолання лише позитивне переосмислення та активне подолання демонструють надійний протективний потенціал, тоді як заперечення, надмірне вираження почуттів і самозвинувачення посилюють деструктивний вплив кризових стресорів. Отримані результати підкреслюють нагальну необхідність розробки психологічних інтервенцій, спрямованих як на зниження фінансової тривожності та формування толерантності до невизначеності, так і на цілеспрямований розвиток адаптивного копінг-репертуару студентської молоді в умовах тривалого воєнного стану в Україні.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бурлакова, І., Оксютів, М., Кондес, Т., & Гаркуша, С. (2024). Адаптація закордонних методик викладання психології до українського освітнього контексту. *Scientific Notes of "KROK" University*, (75), 1-8.
https://www.researchgate.net/publication/387299915_ADAPTACIA_ZAKORDONNIH_METODIK_VIKLADANNA_PSIHOLOGII_DO_UKRAINSKOGO_OSVITNOGO_KONTEKSTU
2. Громова, Г. М. (2021). Інструменти вимірювання толерантності до невизначеності. Адаптація тесту «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона. *Наукові студії з соціальної та політичної психології*, 47(50), 115-130.
<https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728550/>
3. Дзеружинська, Н., & Гиндич, А. (2025). Дослідження психічного здоров'я студентів, які постраждали від війни: коморбідність, якість життя та ефективні терапевтичні підходи. *Psychosomatic Medicine and General Practice*, 10(1). DOI: 10.26766/pmgrp.v10i1.596
4. Костюченко, О., Тимошук, Є., & Миронець, О. (2025). Вплив каністерапії на інтолерантність до невизначеності в сучасних українських умовах.
<https://www.journals.oa.edu.ua/Psychology/article/view/4419>
5. Оксютів, М. (2024). Коротка шкала подолання "Brief COPE-26": українськомовна адаптація та модифікація для онлайн-діагностики. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, (12), 191-227.
<https://insight.journal.kspu.edu/index.php/insight/uk/article/view/243/147>
6. Al Ibraheem, B., Kira, I. A., Aljakoub, J., & Al Ibraheem, A. (2017). The health effect of the Syrian conflict on IDPs and refugees. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 23(2), 140-152.
<https://doi.org/10.1037/pac0000247>

7. Al Saadi T, Zaher Addeen S, Turk T, Abbas F, Alkhatib M. Psychological distress among medical students in conflicts: a cross-sectional study from Syria. *BMC Med Educ.* 2017;17(1):173. doi:10.1186/s12909-017-1012-2
8. Aldana, S. G., & Liljenquist, W. (1998). Validity and reliability of a financial strain survey. *Financial Counseling and Planning*, 9(2), 11-19. <https://search.proquest.com/openview/41ef59ff667d82fc35295e9818fddb42/1?pq-origsite=gscholar&cbl=38873>
9. Aleksic V, Gazibara T, Jeremic B, et al. Associations of night eating with depressive symptoms among health sciences students living in a postconflict region. *Bull Menninger Clin.* 2024;88(1):29-47. doi:10.1521/bumc.2024.88.1.29
10. Andrews, B., & Wilding, J. M. (2004). The relation of depression and anxiety to life-stress and achievement in students. *British Journal of Psychology*, 95(4), 509-521. <https://doi.org/10.1348/0007126042369802>
11. Archuleta, K. L., Dale, A., & Spann, S. M. (2013). College students and financial distress: Exploring debt, financial satisfaction, and financial anxiety. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 24(2), 50-62. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1043230>
12. Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
13. Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1252-1265. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1252>
14. Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The hopelessness scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6), 861-865. <https://doi.org/10.1037/h0037562>

15. Britt, S. L., Grable, J. E., Cumbie, J., Cupples, S., Henegar, J., Schindler, K., & Archuleta, K. L. (2011). Student financial counseling: An analysis of a clinical and non-clinical sample. *Journal of Personal Finance*, 10(2), 95-121. <https://fpperformancelab.org/wp-content/uploads/Student-Financial-Counseling-An-Analysis-of-a-Clinical-and-Non-clinical-Sample.pdf>
16. Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behaviour Research and Therapy*, 40(8), 931-945. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0005796701000924>
17. Carleton, R. N. (2016). Into the unknown: A review and synthesis of contemporary models involving uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 39, 30-43. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887618516300251>
18. Carleton, R. N., Mulvogue, M. K., Thibodeau, M. A., McCabe, R. E., Antony, M. M., & Asmundson, G. J. G. (2012). Increasingly certain about uncertainty: Intolerance of uncertainty across anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(3), 468-479. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887618512000230>
19. Carleton, R. N., Norton, M. A. P. J., & Asmundson, G. J. G. (2007). Fearing the unknown: A short version of the Intolerance of Uncertainty Scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1), 105-117. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.014>
20. Choi, L. (2005). Financial stress and its physical effects on individuals and communities. *Community Development Investment Review*, 1(3), 120-122. <https://onlinecounselingprograms.com/wp-content/uploads/sites/52/2021/06/choi.pdf>
21. Chudzicka-Czupala A, Hapon N, Man RHC, et al. Associations between coping strategies and psychological distress among people living in Ukraine,

- Poland, and Taiwan during the initial stage of the 2022 War in Ukraine. *Eur J Psychotraumatol*. 14(1):2163129. doi:10.1080/20008066.2022.2163129
22. Dohrenwend, B. S., & Dohrenwend, B. P. (1978). Some issues in research on stressful life events. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 166(1), 7-15.
https://journals.lww.com/jonmd/abstract/1978/01000/Some_Issues_in_Research_on_Stressful_Life_Events.3.aspx
 23. Eisenberg, D., Golberstein, E., & Gollust, S. E. (2007). Help-seeking and access to mental health care in a university student population. *Medical Care*, 45(7), 594-601. <https://doi.org/10.1097/MLR.0b013e31803bb4c1>
 24. Elhadi M, Buzreg A, Bouhuwaish A, et al. Psychological Impact of the Civil War and COVID-19 on Libyan Medical Students: A Cross-Sectional Study. *Front Psychol*. 2020;11:570435. doi:10.3389/fpsyg.2020.570435
 25. Greco, V., & Roger, D. (2001). Coping with uncertainty: The construction and validation of a new measure. *Personality and individual differences*, 31(4), 519-534.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886900001562>
 26. Hayhoe, C. R., Leach, L. J., Turner, P. R., Bruin, M. J., & Lawrence, F. C. (2000). Differences in spending habits and credit use of college students. *Journal of Consumer Affairs*, 34(1), 113-133.
<https://doi.org/10.1111/j.1745-6606.2000.tb00087.x>
 27. Hira, T. K., & Mugenda, O. M. (1998). Predictors of financial satisfaction: Differences between retirees and non-retirees. *Financial Counseling and Planning*, 9(2), 75-83. https://www.researchgate.net/profile/Tahira-Hira/publication/228594269_Predictors_Of_Financial_Satisfaction_Differences_Between_Retirees_And_Non-retirees/links/0c960518c1a216dba6000000/Predictors-Of-Financial-Satisfaction-Differences-Between-Retirees-And-Non-retirees.pdf

28. Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513-524.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
29. Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescent Health*, 46(1), 3-10.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008>
30. Jessop, D. C., Herberts, C., & Solomon, L. (2005). The impact of financial circumstances on student health. *British Journal of Health Psychology*, 10(3), 421-439. <https://doi.org/10.1348/135910705X25480>
31. Joo, S. H., Durband, D. B., & Grable, J. E. (2008). The academic impact of financial stress on college students. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice*, 10(3), 287-305.
<https://doi.org/10.2190/CS.10.3.c>
32. Kessler R, Berglund P, Demler O, et al. Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch Gen Psychiatry*. 2005;62:593- 602.
<https://jamanetwork.com/JOURNALS/JAMAPSYCHIATRY/ARTICLE-ABSTRACT/208678>
33. Krause, N. (1997). Anticipated support, received support, and economic stress among older adults. *The Journals of Gerontology: Series B*, 52(6), P284-P293. <https://doi.org/10.1093/geronb/52B.6.P284>
34. Kurapov, A., Pavlenko, V., Drozdov, A., Bezliudna, V., Reznik, A., & Isralowitz, R. (2022). Toward an understanding of the Russian-Ukrainian war impact on university students and personnel. *Journal of Loss and Trauma*, 27(8), 752-756.
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/15325024.2022.2084838>
35. Laugesen, N., Dugas, M. J., & Bukowski, W. M. (2003). Understanding adolescent worry: the application of a cognitive model. *Journal of Abnormal*

- Child Psychology*, 31, 55-64.
<https://link.springer.com/article/10.1023/A:1021721332181>
36. Lim, H., Heckman, S. J., Letkiewicz, J. C., & Montalto, C. P. (2014). Financial stress, self-efficacy, and financial help-seeking behavior of college students. *Journal of Financial Counseling and Planning*, 25(2), 148-160.
https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=2537579
 37. Limone P, Toto GA, Messina G. Impact of the COVID-19 pandemic and the Russia-Ukraine war on stress and anxiety in students: A systematic review. *Front Psychiatry*. 2022;13:1081013. doi:10.3389/fpsyt.2022.1081013
 38. Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
 39. Mykhaylyshyn, U. B., Stadnik, A. V., Melnyk, Yu. B., Vveinhardt, J., Oliveira, M. S., & Pypenko, I. S. (2024). Psychological stress among university students in wartime: A longitudinal study. *International Journal of Science Annals*, 7(1), 27-40.
<https://dspace.uzhnu.edu.ua/bitstreams/f0d60e47-b17f-44ba-9276-6083e61ef3a9/download>
 40. Mystakidou, K., Tsilika, E., Prapa, E., Smyrnioti, M., Pagoropoulou, A., & Lambros, V. (2008). Predictors of spirituality at the end of life. *Canadian Family Physician*, 54(12), 1720-1721.
<https://www.cfp.ca/content/54/12/1720.short>
 41. Nelson, M. C., Lust, K., Story, M., & Ehlinger, E. (2008). Credit card debt, stress and key health risk behaviors among college students. *American Journal of Health Promotion*, 22(6), 400-407.
<https://doi.org/10.4278/ajhp.22.6.400>

42. Northern, J. J., O'Brien, W. H., & Goetz, P. W. (2010). The development, evaluation, and validation of a financial stress scale for undergraduate students. *Journal of College Student Development*, 51(1), 79-92. <https://doi.org/10.1353/csd.0.0108>
43. Norvilitis, J. M., Szablicki, P. B., & Wilson, S. D. (2003). Factors influencing levels of credit-card debt in college students. *Journal of Applied Social Psychology*, 33(5), 935-947. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2003.tb01932.x>
44. Østergaard SN, Rohde C, Jefsen OH. Deterioration of patients with mental disorders in Denmark coinciding with the invasion of Ukraine journal. *Acta Psychiatr Scand.* 2022. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/acps.13440>
45. Pan Y, Li F, Liang H, et al. Effectiveness of Mindfulness-Based Stress Reduction on Mental Health and Psychological Quality of Life among University Students: A GRADE-Assessed Systematic Review. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2024;2024:8872685. doi:10.1155/2024/8872685
46. Paulus, M. P., & Yu, A. J. (2012). Emotion and decision-making: Affect-driven belief systems in anxiety and depression. *Trends in Cognitive Sciences*, 16(9), 476-483. [https://www.cell.com/cognitive-sciences/abstract/S1364-6613\(12\)00175-1](https://www.cell.com/cognitive-sciences/abstract/S1364-6613(12)00175-1)
47. Pinchuk I, Solonskyi A, Yachnik Y, et al. Psychological well-being of Ukrainian students three months after the emerge of full-scale war. *Psychiatr Pol.* 2024;58(1):121-151. doi:10.12740/PP/177073
48. Plagnol, A. (2011). Financial satisfaction over the life course: The influence of assets and liabilities. *Journal of Economic Psychology*, 32(1), 45-64. <https://doi.org/10.1016/j.joep.2010.10.006>
49. Rettie, H., & Daniels, J. (2021). Coping and tolerance of uncertainty: Predictors and mediators of mental health during the COVID-19 pandemic.

- American Psychologist*, 76(3), 427-437.
<https://psycnet.apa.org/journals/amp/76/3/427/>
50. Roberts B, Makhashvili N, Javakhishvili J, et al. Mental health care utilisation among internally displaced persons in Ukraine: results from a nation-wide survey. *Epidemiol Psychiatr Sci*. 2019;28(1):100-111.
<https://www.cambridge.org/core/journals/epidemiology-and-psychiatric-sciences/article/mental-health-care-utilisation-among-internally-displaced-persons-in-ukraine-results-from-a-nationwide-survey/88702459BFCBFF4D88A49ED5400E3C88>
 51. Roberts, R., Golding, J., Towell, T., & Weinreb, I. (1999). The effects of economic circumstances on British students' mental and physical health. *Journal of American College Health*, 48(3), 103-109.
<https://doi.org/10.1080/07448489909595681>
 52. Ross, S. E., Cleland, J., & Macleod, M. J. (2006). Stress, debt and undergraduate medical student performance. *Medical Education*, 40(6), 584-589. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2929.2006.02448.x>
 53. Shevlin, M., Hyland, P., & Karatzias, T. (2022). The psychological consequences of the Ukraine war: What we know, and what we need to know. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(1), 2051004.
<https://doi.org/10.1080/20008198.2022.2051004>
 54. Singh S, Prakash J, Das RC, Srivastava K. A cross-sectional assessment of stress, coping, and burnout in the final-year medical undergraduate students. *Ind Psychiatry J*. 2016;25(2):179-183. doi:10.4103/ipj.ipj_68_16
 55. Skinner, M. A., Zautra, A. J., & Reich, J. W. (2004). Financial stress predictors and the emotional and physical health of chronically ill older adults. *Cognitive Therapy and Research*, 28(5), 595-609.
<https://link.springer.com/article/10.1023/B:COTR.0000045572.33750.6c>
 56. Stadnik A, Melnyk Y, Mykhaylyshyn U, Matos M. Peculiarities of the psychological wellbeing and social adaptation of young students and cadets

- in wartime conditions. *International Journal of Science Annals*. 2023;6:2023. doi:10.26697/ijsa.2023.1.7
57. Tolin, D. F., Abramowitz, J. S., Brigidi, B. D., & Foa, E. B. (2003). Intolerance of uncertainty in obsessive-compulsive disorder. *Journal of anxiety disorders*, 17(2), 233-242. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0887618502001822>
 58. UA-Test. (2023). Шкали депресії, тривоги та стресу (DASS-21): Керівництво. <https://start.ua-test.com/pub/files/dass-21-manual.pdf>
 59. Veronese G, Pepe A, Diab M, Abu Jamei Y, Kagee A. Social support, resilience, and mental health in a low-intensity warfare context: the effects of siege on university students in Gaza. *J Ment Health*. 2022;31(3):383-391. doi:10.1080/09638237.2021.1979486
 60. Westefeld, J. S., Homaifar, B., Spotts, J., Furr, S., Range, L., & Werth, J. L. (2005). Perceptions concerning college student suicide: Data from four universities. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 35(6), 640-645. <https://doi.org/10.1521/suli.2005.35.6.640>
 61. Zivin, K., Eisenberg, D., Gollust, S. E., & Golberstein, E. (2009). Persistence of mental health problems and needs in a college student population. *Journal of Affective Disorders*, 117(3), 180-185. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2009.01.001>

ДОДАТКИ

Додаток А

Таблиці

Таблиця А1

Кореляційна матриця

Змінна	Статистика	Фінансова тривожність	Депресія	Тривога	Стрес	Гнітюча тривога	Прогностична тривога	Безнадія	Подушка Код
Фінансова тривожність	ρ Спірмена	—							
	df	—							
	p	—							
Депресія	ρ Спірмена	0.561* **	—						
	df	95	—						
	p	< .001	—						
Тривога	ρ Спірмена	0.568* **	0.514* **	—					
	df	95	95	—					
	p	< .001	< .001	—					
Стрес	ρ Спірмена	0.507* **	0.679* **	0.722* **	—				
	df	95	95	95	—				
	p	< .001	< .001	< .001	—				
Гнітюча тривога	ρ Спірмена	0.313* *	0.450* **	0.433* **	0.381* **	—			

Змінна	Статистика	Фінансова тривожність	Депресія	Тривога	Стрес	Гнітюча тривога	Прогностична тривога	Безнадія	Подушка Код
а	df	95	95	95	95	—			
	p	0.002	< .001	< .001	< .001	—			
Прогностична тривога	ρ Спірмена	0.256*	0.233*	0.366**	0.301*	0.582**	—		
	df	95	95	95	95	95	—		
	p	0.011	0.022	< .001	0.003	< .001	—		
Безнадія	ρ Спірмена	0.458**	0.705**	0.296*	0.401**	0.403**	0.202*	—	
	df	95	95	95	95	95	95	—	
	p	< .001	< .001	0.003	< .001	< .001	0.047	—	
Подушка Код	ρ Спірмена	-0.415**	-0.247*	-0.286*	-0.281*	-0.082	0.014	-0.195	—
	df	95	95	95	95	95	95	95	—
	p	< .001	0.015	0.005	0.005	0.425	0.895	0.055	—

Примітка. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

Таблиця А2

Лінійна регресія: Показники відповідності моделі та коефіцієнти (Депресія)

Модель 1: $R = 0.763$, $R^2 = 0.582$, Скоригований $R^2 = 0.498$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
Вільний член (Intercept)	7.54823	3.8121	1.9801	0.051	—
Фінансова тривожність	0.21788	0.0422	5.1658	< .001	0.47695
Гнітюча	0.28967	0.1304	2.2214	0.029	0.24132

Модель 1: $R = 0.763$, $R^2 = 0.582$, Скоригований $R^2 = 0.498$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
тривога					
Прогностична тривога	0.00759	0.0993	0.0764	0.939	0.00813
Непереносимість непередбачуваності	NaN	NaN	NaN	NaN	NaN
Активне подолання	-0.60804	0.3936	-1.5448	0.126	-0.17790
Планування	-0.22142	0.2989	-0.7407	0.461	-0.07479
Позитивне переосмислення	-0.86330	0.2913	-2.9632	0.004	-0.28233
Прийняття	0.64392	0.3822	1.6850	0.096	0.14483
Гумор	-0.09515	0.2045	-0.4653	0.643	-0.03905
Використання емоційної підтримки	0.31476	0.2808	1.1209	0.266	0.12747
Використання інструментальної підтримки	-0.57990	0.2951	-1.9648	0.053	-0.21027
Вираження почуттів	-0.12986	0.2524	-0.5145	0.608	-0.04851
Поведінковий відхід від проблеми	-0.18673	0.2348	-0.7953	0.429	-0.06550
Самозвинувачення	-0.07646	0.2816	-0.2715	0.787	-0.02607
Звернення до релігії	0.16557	0.1973	0.8390	0.404	0.06984
Заперечення	0.00287	0.2760	0.0104	0.992	9.42e-4
Подушка_Ko	-0.19095	0.3959	-0.4824	0.631	-0.03934

Модель 1: $R = 0.763$, $R^2 = 0.582$, Скоригований $R^2 = 0.498$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
д					

Примітка. Відстань Кука: $M = 0.0137$, $Me = 0.00489$, $SD = 0.0211$, $Min = 7.55e-7$, $Max = 0.125$. Модель містить зв'язані коефіцієнти (singular fit).

Таблиця А3

Лінійна регресія: Показники відповідності моделі та коефіцієнти (Тривога)

Модель 1: $R = 0.675$, $R^2 = 0.456$, Скоригований $R^2 = 0.347$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
Вільний член (Intercept)	-5.31530	4.0923	-1.2989	0.198	—
Фінансова тривожність	0.15635	0.0453	3.4533	< .001	0.36367
Гнітюча тривога	0.14043	0.1400	1.0032	0.319	0.12431
Прогностична тривога	0.08639	0.1066	0.8105	0.420	0.09832
Непереносимість непередбачуваності	NaN	NaN	NaN	NaN	NaN
Активне подолання	0.32005	0.4225	0.7574	0.451	0.09950
Планування	0.01461	0.3209	0.0455	0.964	0.00524
Позитивне переосмислення	-0.21271	0.3128	-0.6801	0.498	-0.07391
Прийняття	-0.33370	0.4102	-0.8134	0.418	-0.07975
Гумор	0.26726	0.2195	1.2174	0.227	0.11655
Використання емоційної підтримки	0.13888	0.3015	0.4607	0.646	0.05976

Модель 1: $R = 0.675$, $R^2 = 0.456$, Скоригований $R^2 = 0.347$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
Використання інструментальної підтримки	0.26138	0.3168	0.8250	0.412	0.10070
Вираження почуттів	-0.10277	0.2709	-0.3793	0.705	-0.04080
Поведінковий відхід від проблеми	0.02308	0.2520	0.0916	0.927	0.00860
Самозвинувачення	0.00660	0.3023	0.0218	0.983	0.00239
Звернення до релігії	0.15433	0.2118	0.7285	0.468	0.06916
Заперечення	0.59027	0.2963	1.9919	0.050	0.20598
Подушка_Код	-0.05575	0.4250	-0.1312	0.896	-0.01220

Примітка. Відстань Кука: $M = 0.0115$, $Me = 0.00415$, $SD = 0.0202$, $Min = 5.40e-8$, $Max = 0.141$. Модель містить зв'язані коефіцієнти (singular fit).

Таблиця А4

Лінійна регресія: Показники відповідності моделі та коефіцієнти (Безнадія)

Модель 1: $R = 0.736$, $R^2 = 0.542$, Скоригований $R^2 = 0.450$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
Вільний член (Intercept)	8.78636	3.3122	2.6527	0.010	—
Фінансова тривожність	0.12652	0.0366	3.4524	< .001	0.33350
Гнітюча тривога	0.13142	0.1133	1.1599	0.250	0.13183
Прогностична тривога	0.02723	0.0863	0.3157	0.753	0.03512

Модель 1: $R = 0.736$, $R^2 = 0.542$, Скоригований $R^2 = 0.450$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
Непереносимість непередбачуваності	NaN	NaN	NaN	NaN	NaN
Активне подолання	-0.80029	0.3420	-2.3400	0.022	-0.28194
Планування	0.14189	0.2597	0.5463	0.586	0.05771
Позитивне переосмислення	-0.63327	0.2531	-2.5016	0.014	-0.24938
Прийняття	0.32800	0.3320	0.9878	0.326	0.08884
Гумор	-0.23093	0.1777	-1.2996	0.197	-0.11413
Використання емоційної підтримки	-0.17592	0.2440	-0.7210	0.473	-0.08579
Використання інструментальної підтримки	-0.29723	0.2564	-1.1591	0.250	-0.12978
Вираження почуттів	0.04382	0.2193	0.1998	0.842	0.01971
Поведінковий відхід від проблеми	-0.00429	0.2040	-0.0211	0.983	-0.00181
Самозвинувачення	0.46944	0.2447	1.9184	0.059	0.19273
Звернення до релігії	-0.01819	0.1715	-0.1061	0.916	-0.00924
Заперечення	-0.29210	0.2399	-1.2178	0.227	-0.11552
Подушка_Код	-0.21290	0.3440	-0.6190	0.538	-0.05281

Примітка. Відстань Кука: $M = 0.0123$, $Me = 0.00530$, $SD = 0.0204$, $Min = 1.82e-6$, $Max = 0.115$. Модель

містить зв'язані коефіцієнти (singular fit).

Таблиця А5

**Лінійна регресія: Показники відповідності моделі та коефіцієнти
(Стрес)**

Модель 1: $R = 0.667$, $R^2 = 0.445$, Скоригований $R^2 = 0.334$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
Вільний член (Intercept)	7.654	4.1641	1.838	0.070	—
Фінансова тривожність	0.187	0.0461	4.069	< .001	0.4325
Гнітюча тривога	0.185	0.1424	1.298	0.198	0.1624
Прогностичн а тривога	0.150	0.1085	1.381	0.171	0.1691
Непереносим ість непередбачу ваності	NaN	NaN	NaN	NaN	NaN
Активне подолання	0.109	0.4300	0.254	0.800	0.0337
Планування	-0.462	0.3265	-1.415	0.161	-0.1645
Позитивне переосмысле ння	-0.500	0.3182	-1.572	0.120	-0.1725
Прийняття	-0.133	0.4174	-0.318	0.751	-0.0315
Гумор	0.154	0.2234	0.688	0.493	0.0665
Використанн я емоційної підтримки	0.192	0.3067	0.626	0.533	0.0819
Використанн я інструментал ьної підтримки	-0.584	0.3224	-1.811	0.074	-0.2232
Вираження почуттів	0.520	0.2757	1.885	0.063	0.2047
Поведінкови й відхід від	-0.414	0.2565	-1.614	0.111	-0.1530

Модель 1: $R = 0.667$, $R^2 = 0.445$, Скоригований $R^2 = 0.334$					
Предиктор	B	SE	t	p	β
проблеми					
Самозвинування	-0.159	0.3076	-0.517	0.607	-0.0571
Звернення до релігії	0.295	0.2156	1.368	0.175	0.1311
Заперечення	-0.120	0.3015	-0.398	0.692	-0.0415
Подушка_Код	-0.516	0.4324	-1.194	0.236	-0.1121

Примітка. Відстань Кука: $M = 0.0119$, $Me = 0.00778$, $SD = 0.0131$, $Min = 3.27e-6$, $Max = 0.0645$. Модель містить зв'язані коефіцієнти (singular fit).

Таблиця А6

Перевірка на відповідність (альфа Кронбаха) для опитувальника на фінансову тривожність

Елемент	α Кронбаха (загальний: 0.940) якщо елемент вилучено
Q1	0.937
Q2	0.929
Q3	0.928
Q4	0.934
Q5	0.925
Q6	0.932
Q7	0.927

Таблиця А7

Перевірка на відповідність (альфа Кронбаха) для опитувальника на Безнадію

Елемент	α Кронбаха (загальний: 0.831) якщо елемент вилучено
AN	0.817
AO	0.819
AP	0.826
AQ	0.832
AR	0.831
AS	0.827
AT	0.819
AU	0.821
AV	0.822
AW	0.835
AX	0.815
AY	0.825
AZ	0.838
BA	0.826
BB	0.810
BC	0.827
BD	0.823
BE	0.818
BF	0.824
BG	0.822

Додаток Б**Питання авторської анкети та переклади неадаптованих
опитувальників**

Б.1. Авторська анкета соціально-демографічних та економічних показників

1. Вкажіть вашу стать*

Жінка

Чоловік

Інше:

2. Який ваш вік*

До 18

18 - 25

25 - 35

35+

3. Чи маєте ви статус внутрішньо переміщеної особи (ВПО)? *

Так

Ні

4. Яке ваше основне джерело доходу на даний момент? *(питання з можливістю обрати декілька варіантів відповіді)

Фінансова підтримка від батьків/родичів

Власна заробітна плата (офіційна або неофіційна робота)

Стипендія від університету

Державні виплати (ВПО, соціальна допомога тощо)

Власні заощадження

5. Який ваш поточний статус зайнятості? *

Не працюю і не шукаю роботу (фокус лише на навчанні)

Не працюю, але активно шукаю роботу або підробіток

Працюю частково (фріланс, неповний робочий день)

Працюю на повну ставку

6. Як би ви об'єктивно оцінили поточний фінансовий стан (ваш або вашої родини)? *

Грошей ледве вистачає на базові потреби (їжа, проїзд)

Вистачає на базові потреби, але купівля одягу чи техніки викликає труднощі

Грошей вистачає на комфортне життя, але відкласти не вдається

Фінансове становище стабільне, є можливість робити заощадження

7. Уявіть, що ви (або ваша родина) раптово втрачаєте всі поточні джерела доходу. На який час вам вистачить ваших заощаджень («подушки безпеки»)? *

Заощаджень немає взагалі

Вистачить менше ніж на 1 місяць

Вистачить на 1-3 місяці

Вистачить більше ніж на 3 місяці

8. Як повномасштабне вторгнення вплинуло на ваші кар'єрні плани та очікування щодо заробітку? *

Довелося повністю змінити плани (змінити спеціальність/сферу)

Плани не змінилися, але я погодився/лася на нижчий дохід, ніж очікував/ла раніше

Війна майже не вплинула на мої кар'єрні та фінансові плани

Війна стимулювала мене шукати нові, більш прибуткові можливості

Б.2. Австрський переклад шкали безнадії Бека

1. З надією та ентузіазмом дивлюся в майбутнє. *

Вірно

Невірно

2. Я міг(-ла) би здатися, тому що нічого не можу змінити на краще.*

Вірно

Невірно

3. Коли справи йдуть погано, мені допомагає думка, що так не може тривати вічно.*

Вірно

Невірно

4. Я не можу уявити, яким буде моє життя через 10 років.*

Вірно

Невірно

5. У мене достатньо часу, щоб завершити справи, якими я найбільше хочу займатися.*

Вірно

Невірно

6. У майбутньому я сподіваюся досягти успіху в тому, що мені найбільше подобається.*

Вірно

Невірно

7. Моє майбутнє видається мені темним.*

Вірно

Невірно

8. Я сподіваюся отримати більше хороших речей від життя, ніж звичайна людина.*

Вірно

Невірно

9. У мене просто не буває просвітку, і немає причин вірити, що в майбутньому він з'явиться.*

Вірно

Невірно

10. Мій минулий досвід добре підготував мене до майбутнього.*

Вірно

Невірно

11. Все, що я бачу попереду, - це скоріше неприємності, ніж радості.*

Вірно

Невірно

12. Я не очікую досягти того, чого дійсно хочу.*

Вірно

Невірно

13. Коли я дивлюся в майбутнє, я очікую, що буду щасливішим(-ою), ніж зараз.*

Вірно

Невірно

14. Справи йдуть не так, як мені хочеться. *

Вірно

Невірно

15. Я дуже вірю у своє майбутнє.*

Вірно

Невірно

16. Я ніколи не отримую того, чого хочу, тому безглуздо чогось хотіти.*

Вірно

Невірно

17. Вельми мало ймовірно, що я отримаю реальне задоволення в майбутньому.*

Вірно

Невірно

18. Майбутнє здається мені туманним і невизначеним.*

Вірно

Невірно

19. Я можу очікувати більше хороших часів, ніж поганих. *

Вірно

Невірно

20. Немає сенсу намагатися отримати щось, чого я хочу, тому що, ймовірно, я цього не отримаю.*

Вірно

Невірно

Б.3. Авторський переклад шкали фінансової тривожності

1. Я відчуваю тривогу через своє фінансове становище.*

1 - Ніколи

7 - Завжди

1

2

3

4

5

6

7

2. Мені важко зосередитися на навчанні або роботі через моє фінансове становище.*

1 - Ніколи

7 - Завжди

1

2

3

4

5

6

7

3. Мені важко контролювати своє хвилювання щодо фінансів.*

1 - Ніколи

7 - Завжди

1

2

3

4

5

6

7

4. Мені важко спати через моє фінансове становище.*

1 - Ніколи

7 - Завжди

1

2

3

4

5

6

7

5. Я відчуваю втому або виснаження через хвилювання про гроші.*

1 - Ніколи

7 - Завжди

1

2

3

4

5

6

7

6. Я стаю дратівливим(-ою) через своє фінансове становище.*

1 - Ніколи

7 - Завжди

1

2

3

4

5

6

7

7. Я відчуваю фізичне напруження або неспокій через свою фінансову ситуацію.*

1 - Ніколи

7 - Завжди

1

2

3

4

5

6

7