

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ ХАРКІВСЬКИЙ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ В.Н.КАРАЗИНА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПРИКЛАДНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

на тему: «Екзистенційні аспекти екологічної тривоги в контексті
суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці»

Студентки 2 курсу групи ПС-61 другого
(магістерського) рівня вищої освіти
освітньо-професійної програми «Психологія»
за спеціальністю 053 – ПСИХОЛОГІЯ

Логвіненко І.М.

Керівник доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри прикладної психології

Кряж І.В.

Чотирьохрівнева шкала оцінювання _____

Кількість балів: _____

Члени комісії _____

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

(підпис) (прізвище та ініціали)

м. Харків – 2025 рік

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТЬ «ЕКОЛОГІЧНА ТРИВОГА», «ЕКЗИСТЕНЦІЙНА ТРИВОГА» ТА «СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ».	7
1.1. Визначення та огляд поняття екологічної тривоги особистості.	7
1.1.1 Поняття тривоги особистості.	7
1.1.2. Тривожність у підлітковому віці та невизначеність майбутнього.	7
1.1.3. Поняття: екологічна стурбованість, екологічне занепокоєння, екологічна та кліматична тривога, екологічний стрес.	9
1.1.4. Екологічна свідомість та її роль у формуванні екологічного світогляду.	13
1.2. Теоретичний аналіз феномену екзистенційної тривоги у підлітковому віці.	14
1.2.1. Визначення екзистенційної тривоги у підлітків.	14
1.2.2. Екзистенційна тривожність та благополуччя підлітків.	16
1.2.3. Екзистенційна тривога в контексті екологічних змін.	18
1.3. Поняття та сутність суб'єктивного благополуччя особистості.	20
1.3.1. Суб'єктивне благополуччя особистості.	20
1.3.2. Особливості суб'єктивного благополуччя в підлітковому віці.	23
1.3.3. Вплив природного середовища на суб'єктивне благополуччя.	25
1.3.4. Зв'язок між задоволеністю життям і суб'єктивним благополуччям.	26
1.4. Взаємозв'язок ключових понять.	28
Висновки до першого розділу.	29
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ, ОПИС ВИБІРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.	30
2.1. Мета, завдання та гіпотези емпіричного дослідження.	30
2.2. Опис та характеристика вибірки.	30

2.3. Організація дослідження.	31
2.4. Методи емпіричного дослідження.	32
Висновки до другого розділу.	38
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕКЗИСТЕНЦІЙНИХ АСПЕКТІВ ЕКОЛОГІЧНОЇ ТРИВОГИ В КОНТЕКСТІ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СТАРШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.	40
3.1. Описова статистика та психометричні властивості шкал дослідження	40
3.1.1. Описова статистика шкал дослідження	40
3.1.2. Перевірка внутрішньої узгодженості та надійності шкал	42
3.2. Аналіз можливого впливу позиційного ефекту та статі на досліджувані показники.	44
3.3. Аналіз зв'язку між показниками тривоги та суб'єктивного благополуччя.	49
3.4. Аналіз показників тривоги як предикторів суб'єктивного благополуччя.	55
3.5. Аналіз медіаційних механізмів впливу тривоги на суб'єктивне благополуччя.	58
Висновки до третього розділу.	66
ВИСНОВКИ	69
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	71
АНОТАЦІЯ	81
ABSTRACT	82
ДОДАТКИ	83

ВСТУП

Актуальність. Сучасне людство зіткнулося з глобальними екологічними викликами (зміна клімату, забруднення довкілля, втрата біорізноманіття та ін.). Ці процеси становлять не лише пряму загрозу фізичному виживанню людства, а й породжують значний психологічний дистрес, особливо серед молодого покоління, яке усвідомлює незворотність та довготривалий характер цих наслідків. Дедалі частіше фіксується феномен екологічної тривоги, що визначається як хронічний страх екологічної катастрофи та пов'язане з ним відчуття безсилля перед масштабами екологічної кризи. Екологічна тривога виходить за межі звичайного адаптивного страху і набуває рис екзистенційного переживання, яке зачіпає фундаментальні аспекти людського буття: відчуття безпеки, передбачуваності майбутнього, сенсу життя. Особливо вразливою до впливу екологічної тривоги є старші підлітки, оскільки цей віковий період характеризується інтенсивним формуванням ідентичності, ціннісних орієнтацій, світогляду. Усвідомлення глобальної екологічної загрози може порушувати процеси ідентифікації, провокувати кризу сенсу та негативно впливати на різні аспекти суб'єктивного благополуччя підлітків, такі як задоволеність життям, емоційна стабільність та відчуття психологічної стійкості.

Постановка проблеми. Попри зростаючий інтерес до екологічної психології, екзистенційні виміри екологічної тривоги, особливо в контексті суб'єктивного благополуччя підлітків, залишаються недостатньо дослідженими, особливо в українському науковому просторі. Не зважаючи на значну кількість наукових праць, недостатньо досліджено, як переживання стосовно невизначеності майбутнього, втрати зв'язку з природою, усвідомлення власної вразливості перед екологічними загрозами пов'язані з різними компонентами суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці.

Мета: вивчити екзистенційні аспекти екологічної тривоги в контексті суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці.

Об'єкт дослідження: чинники суб'єктивного благополуччя.

Предмет дослідження: внесок різних видів тривоги у суб'єктивне благополуччя.

Завдання дослідження:

1. Провести теоретичний аналіз наукової літератури щодо питань екзистенційної та екологічної тривоги, суб'єктивного благополуччя у підлітковому віці.
2. Проаналізувати можливий вплив позиційного ефекту та статі на досліджувані показники.
3. Проаналізувати зв'язки між показниками тривоги та суб'єктивного благополуччя.
4. Проаналізувати показники тривоги як предиктори суб'єктивного благополуччя.
5. Провести медіаційний аналіз для визначення можливих медіаторів між екологічною тривогою та суб'єктивним благополуччям.

Гіпотези дослідження:

1. Існує зв'язок між екологічною тривогою та відчуттям суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці.
2. Зв'язок між екологічною тривогою та суб'єктивним благополуччям є опосередкованим.
3. Екзистенційна тривога є медіатором між екологічною тривогою та суб'єктивним благополуччям.

Методи:

1. Для вимірювання частоти, з якою людина переживає позитивні та негативні емоції за певний період часу використана Шкала позитивних та негативних переживань (SPANE) (Олефір, В., Боснюк, В., & Малофейкіна, К., 2021).
2. Для визначення рівня задоволеності життям використано Шкалу задоволеності життям Е. Дінера (Олефір В., Боснюк В., 2024).
3. Для вимірювання еко-тривоги, як чотирьох типів психологічних відповідей на сучасну екологічну кризу: афективні симптоми, румінація, поведінкові симптоми, тривога щодо власного впливу використано Шкалу еко-тривоги (HEAS-UA) (Кряж І.В., Баранов В.О., 2025)
4. Для оцінки критичних сфер екзистенціальної тривоги — Опитувальник екзистенціальної тривоги (EAQ-C) (Карл Ф. Вімс, 2004).

5. Для виявлення та вимірювання симптомів тривоги — Шкала тривоги Бека (BAI) (Український інститут когнітивно-поведінкової терапії, 2012).

Методи статистичної обробки даних:

Описова статистика: обчислення середніх значень, стандартних відхилень, визначення нормального розподілу.

Кореляційний аналіз: використано коефіцієнт кореляції Спірмена для виявлення статистичних зв'язків між досліджуваними змінними.

Регресійний аналіз: для визначення внеску незалежних змінних на залежну змінну.

Медіаційний аналіз: для дослідження потенційних опосередковуючих механізмів, через які екзистенційні аспекти екологічної тривоги можуть впливати на суб'єктивне благополуччя.

Для статистичного аналізу використане програмне середовище JASP.

Вибірка досліджуваних: у дослідженні взяли участь 2 групи (по 30 осіб) учнів 10-11 класів комунального закладу "Харківський лицей № 66 Харківської міської ради" та комунального закладу "Харківський лицей № 12 Харківської міської ради", віком 15-18 років.

Наукова новизна дослідження: в українському психологічному контексті здійснено комплексне дослідження екзистенційних аспектів екологічної тривоги у старшому підлітковому віці. Розширено розуміння психологічної природи екологічної тривоги шляхом виокремлення та аналізу її екзистенційних компонентів. Емпірично встановлено характер впливу екзистенційних аспектів екологічної тривоги на різні компоненти суб'єктивного благополуччя.

Практична значущість цього дослідження полягає у можливості використання його результатів та висновків у практичній роботі психологів та соціальних педагогів, а також у виховній діяльності вчителів, які працюють зі старшими підлітками.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТЬ «ЕКЗИСТЕНЦІЙНА ТРИВОГА», «ЕКОЛОГІЧНА ТРИВОГА» ТА «СУБ'ЄКТИВНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ»

1.1. Визначення та огляд поняття екологічної тривоги особистості

1.1.1 Поняття тривоги особистості

Тривога є емоційним станом, що виникає в ситуаціях сприйнятої невизначеної загрози або очікування небажаних подій, відображаючи недостатню готовність індивіда до змін у середовищі [27]. Такий стан на думку Гринечко А. ускладнюється неможливістю чітко визначити характер небезпеки чи передбачити час її настання. Він супроводжується гнітючим відчуттям неминучості, коли людина усвідомлює власну неспроможність уникнути загрози, навіть якщо вона пов'язана з конкретним об'єктом [4]. Р. Мей трактував тривогу не як патологічний стан, а як природну реакцію людини на розширення власних можливостей та необхідність прийняття рішень у ситуаціях невизначеності. На його думку, тривога виникає там, де особистість стикається з вимогою переосмислення власної свободи, відповідальності та цінностей [5, с. 25]. Він розрізняв нормальну тривогу, що стимулює розвиток, і невротичну, яка є надмірною та деструктивною. [5]. В свою чергу З. Фройд, аналізуючи феномен тривоги, виділив кілька її типів. По-перше, "об'єктивну" (виправдану) тривожність — адекватну емоційну реакцію на реальну небезпеку, та "сигнальну" (тривожність очікування) — внутрішній попереджувальний сигнал про наближення потенційної небезпеки. Він також розрізняв мобілізуючу тривожність, що активізує людину (іноді до агресивності чи підвищеного апетиту), та демобілізуючу, яка проявляється заціпенінням і апатією при хронічному занепокоєнні. За формою прояву Фройд поділяв тривогу на відкриту (зовнішньо помітну) й приховану (латентну, непомітну для оточення) [4].

1.1.2. Тривожність у підлітковому віці та невизначеність майбутнього

За Еріком Еріксоном, старший підлітковий вік (12-18 років) відповідає п'ятій стадії психосоціального розвитку, а саме періоду, коли особистість активно шукає власне "Я", формує самооцінку та визначає свої життєві цілі. Е. Еріксон приділяв велику увагу підлітковому і юнацькому віку, вважаючи їх центральними у

формуванні психологічного і соціального благополуччя людини [4]. На думку Краєвої О. А., головним здобутком цього етапу є формування готовності до самовизначення в житті, а також набуття власної ідентичності. Це дає людині можливість ухвалювати важливі рішення та окреслювати свої майбутні життєві орієнтири [9]. Титаренко Т.М. підкреслює, що вибір у підлітковому віці значною мірою визначає подальший життєвий шлях індивіда, його самореалізацію, а також майбутні успіхи та невдачі. У підлітковому віці тривожність часто проявляється як невпевненість у собі та нестабільна самооцінка. Через постійний страх перед невідомим підлітки рідко виявляють ініціативу [32].

Тривожність у підлітковому віці, за Ч. Спілбергером, поділяється на ситуативну (реактивну) та особистісну (хронічну) і оцінюється за частотою та інтенсивністю тривожних станів [17, с. 58]. Дж. Келлі пов'язував тривожність із почуттям незахищеності та неможливістю передбачити майбутнє. У підлітків вона виникає через труднощі в задоволенні провідних вікових потреб, які в цей період гіпертрофуються. Це призводить до частих і інтенсивних переживань, спричинених стресом, нестабільності психічного стану, безпорадності. Тобто тривожність виступає деструктивним фактором, що впливає на психіку та поведінку, сприяючи психологічним труднощам і розладам [38]. Тривожність проявляється у формі напруги, нервозності, невпевненості, труднощів у прийнятті рішень, перебільшення значущості подій та відчуття безсилля. На оптимальному рівні вона має захисну функцію, допомагаючи реагувати на реальні загрози але її надмірність ускладнює адаптацію та поведінку підлітків [46].

У сучасному суспільстві невизначеність природного, соціального та техногенного характеру спричиняє тривогу як типовий емоційно-психологічний стан, що є провідною екзистенційною характеристикою, особливо у підлітків, у яких вона загострюється через формування ідентичності та пошук власного «Я». Тривога може домінувати викликаючи дезорієнтацію, неадаптивну поведінку, страхи та екзистенційні сумніви. Інтенсивність тривожності залежить від самооцінки, рівня домагань, копінг-стратегій та досвіду. За даними О. Стуліки та П. Неделька, підлітки з підвищеним рівнем страхів чутливі до невизначеності,

найчастіше відчуваючи страхи втрати близьких, смерті та порушення планів на майбутнє. Однією з форм тривожності є екологічна тривога, пов'язана з відчуттям неконтрольованості та загрозовості майбутнього, що посилюється глобальними викликами, зокрема екологічними катастрофами та воєнними конфліктами, впливаючи на сприйняття реальності та соціальну взаємодію [32].

Проблема тривожності на думку Федосюк А., Подкоритової Л. особливо загострюється під час війни, яка створює складне емоційне середовище для підлітків. Загроза життю, втрата близьких, вимушене переселення, руйнація звичного середовища та невизначеність майбутнього значно підвищують рівень тривожності, проявляючись на когнітивному, емоційному та поведінковому рівнях, що може призводити до дезадаптації та порушень міжособистісної взаємодії, проблем із фізичним здоров'ям та розвитку тривалих психоемоційних розладів [34]. Актуальні емпіричні дослідження Goto R., Pinchuk I., Kolodezhny O. проведені в 2024 засвідчують суттєве погіршення психічного стану українських підлітків унаслідок повномасштабного військового вторгнення. Зафіксовано зростання рівня депресивних симптомів, тривожності та ПТСР. Встановлено, що воєнний травматичний досвід не лише погіршує психічний стан, а й підвищує вразливість до інших стресогенних чинників, зокрема екологічної тривожності, створюючи нашарування генералізованої тривоги та еко-тривоги, посилюючи її психоемоційні прояви [56].

1.1.3. Поняття: екологічна стурбованість, екологічне занепокоєння, екологічна та кліматична тривога, екологічний стрес.

Сучасна екологічна та кліматична криза, що проявляється у глобальному потеплінні, кліматичній нестабільності та втраті біорізноманіття [85], призводить до деградації екосистем та ландшафтів, зникнення видів. Ці процеси викликають «екологічне горе» — глибокий смуток, пов'язаний із втратою знайомого природного середовища та культурно значущих місць, а також породжують почуття невизначеності щодо майбутнього й порушення особистісної ідентичності. Як наслідок, емоційні реакції — екологічна стурбованість, занепокоєння та тривога — стають адекватною психологічною відповіддю на усвідомлення глобальних

екологічних загроз. Екологічні загрози спричиняють стрес, що провокує екологічну стурбованість — особисте емоційне ставлення та занепокоєння екологічними проблемами. На думку Кряж І.В. відсутність такої стурбованості свідчить про невизнання важливості екологічних проблем, ігнорування їх або заперечення [12]. Екологічна стурбованість охоплює емоційну (тривога, занепокоєння, страх), когнітивну (усвідомлення причин і наслідків) та поведінкову (готовність до проекологічних дій) складові, відображаючи природну реакцію на екологічні втрати та цінність довкілля, неможливості залишатися байдужим до його руйнування. В свою чергу екологічне занепокоєння є більш вираженим емоційним станом, що проявляється через тривогу, страх, розчарування чи гнів, відображаючи глибокий зв'язок особистості з природою. За У. Шульцем, екологічні переживання формуються на перетині трьох груп мотивів: орієнтації на власне благополуччя (еґоцентричні мотиви); турботи про інших людей (альтруїстичні мотиви); ціннісного ставлення до природи як самостійної цінності (біосферні мотиви) [81]. Останнє є найсильнішим предиктором проекологічних установок. Дослідження І. Фриче підтверджують, що усвідомлення загрози існуванню може активізувати проекологічні дії, що сприяють підвищенню суб'єктивного благополуччя [79].

Якщо екологічне занепокоєння відображає загальну емоційну чутливість до проблем довкілля, то екологічна тривога (eco-anxiety) має більш глибокий і специфічний зміст. К. Клейтон визначає екологічну тривогу як систематичний емоційний стан, пов'язаний із прогнозуванням екологічних ризиків і відчуттям невпевненості щодо наслідків деградації довкілля для власного життя та майбутніх поколінь [46]. Вона включає почуття провини, суму, безсилля чи обурення, які мають чіткий екологічний контекст і виникають через усвідомлення крихкості природного балансу [45]. На думку П. Вашковіча, еко-тривога має дві ключові екзистенційні характеристики: по-перше, вона трансформує естетичне сприйняття природи; по-друге, впливає на суб'єктивне формування значення й сенсу [85]. Таким чином, вона здатна породжувати глибокі екзистенційні тривоги, пов'язані з ідентичністю, сенсом життя, свободою та відчуттям ізоляції. Дослідники (Passmore, Н.А., Lutz, Р. К., & Howell, А.) підкреслюють, що це природна емоційна відповідь

на глобальні загрози, яка потребує адаптивних стратегій подолання [71]. Зокрема, D. Guthrie трактує еко-тривогу як різновид екзистенційної тривоги, що виникає через усвідомлення загрози смерті, втрати сенсу життя та неминучості глобальних змін. Автор наголошує, що конструктивне подолання цієї тривоги можливе лише через прийняття факту смерті та змін, що відкриває шлях до осмисленої екологічної дії [57].

Екотривога — це емоційна реакція на екологічну кризу, яка негативно впливає на психічне здоров'я, самоідентифікацію та соціальну активність підлітків, через їхню високу емпатійність і активне формування світогляду. В умовах воєнної нестабільності в Україні екологічні загрози посилюють стреси знижують психологічне благополуччя. Феномен екотривоги та її зв'язок із суб'єктивним благополуччям інтенсивно досліджується як зарубіжними, так і вітчизняними вченими. Серед них варто відзначити С. Клейтон, та К. Хікман, які розглядали екологічну тривогу як складне емоційне явище, що виникає у відповідь на усвідомлення масштабних змін у довкіллі та потенційних ризиків екологічних катастроф. Вона формується не лише як страх перед майбутніми подіями, але і як системна реакція на відчуття вразливості, невизначеності та зниження контролю над середовищем. Сучасні дослідження підтверджують її зростання серед молоді у світі, особливо серед підлітків [46, 58]. Серед основних чинників екотривоги виділяють: інформованість про кліматичні зміни та інші загрози [70], усвідомлення масштабів проблем і власного безсилля [82], страх за своє майбутнє та близьких [47], відсутність підтримки у відкритому обговоренні екологічних переживань [48]. Крім того, дослідження, проведені у Європі та США, демонструють, що рівень екологічної тривоги значною мірою залежить від рівня доступу до екологічної освіти та інформації в засобах масової інформації [68].

Однією з причин, чому тривожна людина сприймає навколишнє середовище як загрозове, полягає в неможливості чітко визначити джерело небезпеки, що створює відчуття ворожості середовища. Людина почувається некомфортно, оскільки загроза може надійти "звідусіль", як казав Ролло Мей [5]. Сучасні виклики: зміна клімату, пандемія COVID-19 та російсько-українська війна,

особливо впливають на молодь у вразливий період їхнього розвитку. Так, дослідження Ласс-Хеннеманн у Німеччині за участю 3998 учнів середніх шкіл виявило, що стрес, пов'язаний із пандемією та кліматичними змінами має суттєвий вплив на психічне здоров'я підлітків. А саме корелює з підвищеним рівнем депресії, тривожності та погіршенням якості життя, пов'язаної зі здоров'ям, а стрес від війни додатково підвищує рівень тривожності [62]. Отже ще одним стресовим чинником є кліматична криза, яка становить екзистенційну загрозу для існування людства. Усвідомлення її масштабів посилює екологічну тривогу [57]. Так, дослідження А. Бехта та Дж. Шпітцера показало, що помірний рівень тривоги може мотивувати до проекологічних дій, тоді як надмірний — спричиняти бездіяльність та "параліч" дій. [43]. Метааналіз 25 досліджень Gago T. та ін. в 2024 році виявив негативний зв'язок між рівнем кліматичної тривоги та психологічним благополуччям ($r = -0.296$), особливо у людей з високою екологічною ідентичністю [53]. Таким чином, кліматична тривога (climate anxiety), як реакція на зміни клімату, може стимулювати екологічну поведінку, але за надмірного прояву шкодить психіці, викликаючи психологічні розлади. Важливо зазначити, що екотривога супроводжується занепокоєнням щодо можливої глобальної катастрофи, за яку людина відчуває часткову відповідальність. Однак дослідження показують, що спроби мотивувати проекологічні дії через негативні емоції (страх, провину), зазвичай неефективні [85]. На думку Кряж І.В. та Шульц В.П. екозберігаюча поведінка формується завдяки таким аспектам екологічної стурбованості, як визнання цінності та прав усіх живих істот, а також усвідомлення людиною своєї єдності з природою, що пов'язано з біоцентричним світоглядом [12; 80]. Дослідження також показують, що копінг-стратегії у відповідь на глобальні зміни впливають на екологічну самоефективність і психологічне благополуччя підлітків. Є емпіричні підтвердження того, що екстремальні екологічні умови можуть сприяти реалізації особистісного потенціалу та посилювати ціннісно-сміслові аспекти відносин зі світом [12]. Кряж І.В. наголошує, що саме суб'єктивне відчуття близькості з природою є важливим чинником психологічного здоров'я [13]. Дослідження Passmore Н.А. та ін. показують, що екотривога знижує суб'єктивне

благополуччя, але стимулює проекологічну поведінку, щоденні її коливання впливають на самопочуття та мотивацію до дій: у дні підвищеної екоотривоги люди частіше повідомляли про більший негативний вплив і проекологічну поведінку [72]. Кряж І.В. довела, що якщо врахувати, що суб'єктивне благополуччя є показником якості життя, то будь-яке занепокоєння, зокрема екологічне, неминуче негативно позначається на благополуччі особистості [14].

Екологічна тривога у підлітків тісно пов'язана з екологічним стресом, який, за Р. Лазарусом і С. Фолкманом, є реакцією на зміни в довкіллі, що порушують звичний спосіб життя та загрожують особистим цінностям і життєвим сенсам. Якщо людина відчуває належність до природи й має позитивний досвід взаємодії з нею, навіть уявна загроза довкіллю може стати для неї сильним стресором [63]. Екоотривога у підлітків (Ojala M.) асоціюється з низкою негативних психологічних проявів: депресія, тривожні й obsесивно-компульсивні розлади, емоційне виснаження, соматичні симптоми, почуття провини та сорому. Водночас, вона має позитивний потенціал, сприяючи підвищенню екологічної свідомості, мотивації до дій, формуванню емпатії та відповідальності тобто сприяє екологічно відповідальній поведінці [69].

1.1.4. Екологічна свідомість та її роль у формуванні екологічного світогляду

Турбота про природу, пошук сенсу буття та усвідомлення місця людини у світі є ключовими аспектами людського існування [86]. Концепція сталого розвитку, затверджена на Конференції ООН 1992 року, підкреслює необхідність трансформації свідомості для узгодження способу життя з природними законами біосфери, де екологічна безпека є критерієм суспільного прогресу. Матеріалістичний підхід, базований на вченні І.П. Павлова про вищу нервову діяльність, стверджує, що поведінка людини визначається умовами середовища [20]. Цей принцип ліг в основу досліджень С.Д. Максименка, І.В. Кряж та Ю.М. Швалба, які вивчали екологічну свідомість, цінності та проблеми екологізації життєвого простору [20;14;39]. Автори довели, що ставлення людини до природи визначає якість життя, поєднуючи природні й культурні чинники. Природа виступає внутрішнім ресурсом, пов'язаним із свободою, розвитком та самореалізацією а

екологічна безпека є умовою особистісного саморозвитку [11]. За Скребцем В.А., екологічна свідомість ґрунтується на цілісному світогляді, інтегруючи природне, техногенне й соціальне середовища. Вона передбачає усвідомлення ролі людини в системі біосфери, здатність до рефлексії та екологічного саморегулювання. Складається з трьох компонентів: екологічного досвіду (уявлення, сприймання, центром якого є екологічне мислення), екологічного ставлення (потреби, мотиви, цінності, що формують екологічне розуміння) та екологічної поведінки (стратегії взаємодії з природою) [30]. Синтез цих елементів формує цілісне сприйняття екологічних проблем, сприяє екологічно відповідальній поведінці та орієнтації на природоохоронну діяльність.

Екологічна свідомість, на думку Набочук О.Ю., передбачає глибоке усвідомлення стану довкілля та взаємин між людьми, що забезпечує гармонійне функціонування системи «людина— природа». Її формування реалізується через діяльнісний підхід, який сприяє відходу від антропоцентризму та споживацьких установок, орієнтуючи на екологічно відповідальну поведінку [22]. Формування екологічного світогляду детерміновано впливом низки чинників на його ключові структурні компоненти: когнітивний, емоційний та поведінковий. До визначальних факторів належать культура, освіта, традиції, особистий досвід, потреби та соціальне середовище індивіда [11;22].

1.2. Теоретичний аналіз феномену екзистенційної тривоги у підлітковому віці.

1.2.1. Визначення екзистенційної тривоги у підлітків

Підлітковий вік — період інтенсивних фізіологічних, когнітивних, емоційних і соціальних трансформацій та кризових переживань, що визначає траєкторію особистісного розвитку та психологічного благополуччя. Саме в цей період молодь є однією з найуразливіших соціальних груп щодо збереження здоров'я та забезпечення психологічного добробуту [8]. На цьому етапі відбувається інтенсивне становлення самосвідомості, ідентичності та основ світоглядної системи особистості. Характерними емоційними труднощами підлітків стають: підвищений рівень тривожності; схильність до депресивних станів; прояви агресивності та імпульсивності; відчуття самотності та соціальної ізольованості; нестійкість

самооцінки; ідентифікаційні кризи (труднощі з прийняттям власного "Я" та визначенням своєї ролі у світі). Період підліткового віку характеризується активним формуванням ідентичності, моральних орієнтирів та пошуком власного місця в суспільстві тому загострюються екзистенційні переживання, пов'язані зі свободою вибору, відповідальністю, смертю та сенсом життя. На думку І. Ялома саме екзистенційна тривога є фундаментальною частиною людського буття і в юності набуває особливої інтенсивності [88].

Екзистенційна тривога (Existential Anxiety) — унікальний для людини стан глибокого неспокою, пов'язаний із фундаментальними питаннями буття. Екзистенційна тривога, за Р. Меєм, відрізняється від невротичної як реакція на загрозу цінностям, існуванню чи самореалізації, викликаючи неспокій через страх смерті, хвороби, війни, природних катаклізмів чи потребу в сенсі буття [5]. І. Ялом виділяє чотири джерела екзистенційної тривоги: смерть, свобода, ізоляція, безсенсовність, протиставляючи її невротичній, що уникає глибинної напруги [88, с.41]. У свою чергу, П. Тіллх виділяв тривогу долі й смерті, порожнечі й безглуздості, провини й засудження. Пилявська С. В. визначає екзистенційну тривогу як інтенсивне емоційне переживання, що спричинене усвідомленням сенсу життя, свободи вибору, відповідальністю, ізоляцією та смертністю. Таким чином, страх і тривога є невід'ємними складовими життя [4]. У логотерапії В. Франкла тривога розглядається як прояв конфлікту між пошуком значущості та усвідомленням обмежень людського існування. Вона може посилюватися, коли людина переживає втрату орієнтирів або втрачає відчуття життєвої перспективи. [4]. У підлітковому віці ці переживання загострюються через розвиток абстрактного мислення (Ж. Піаже, Дж. Флавелл) і кризи ідентичності (Е. Еріксон), що посилює пошук сенсу життя. Формування ідентичності є безперервним процесом, однак саме в підлітковому віці він набуває найбільшої інтенсивності [35; 9, с. 312]. На основі аналізу джерел виокремлено ключові аспекти екзистенційної тривоги:

1. Пошук сенсу та ідентичності: підлітки стикаються з питаннями, що пов'язані зі становленням ідентичності, усвідомленням власної унікальності.
2. Усвідомлення свободи, відповідальності та необхідності вибору породжує

суперечливі емоції: від почуття контролю до тривоги, спричиненої невизначеністю та відповідальністю за наслідки власних дій.

3. Переживання самотності та соціальної ізоляції: дистанціювання від батьків, труднощі у стосунках з однолітками та відчуття нерозуміння з боку оточення.

4. Страх перед смертю та скінченністю: усвідомлення смертності викликає тривогу, але стимулює роздуми про цінності та цілісність життя і часові межі.

5. Невизначеність майбутнього: тривожність щодо життєвих орієнтирів і можливих помилок у виборі професійного чи життєвого шляху.

1.2.2. Екзистенційна тривожність та благополуччя підлітків

Старший підлітковий вік є критичним періодом психосоціального розвитку особистості, який характеризується високою емоційною лабільністю, інтенсивними когнітивними та екзистенційними трансформаціями, а також активним пошуком стійкої самоідентичності й життєвих орієнтирів. Типовими труднощами старшого підліткового віку є підвищена тривожність, нестабільність самооцінки та ідентифікаційні кризи. З погляду Р. Мея, така тривога не є патологічним станом а є природною реакцією людини на розширення власних можливостей та необхідність прийняття рішень у ситуаціях невизначеності. На його думку, тривога виникає там, де особистість стикається з вимогою переосмислення власної свободи, відповідальності та цінностей [5]. Усвідомлення підлітками нових можливостей та обмежень, розуміння власної смертності й неминучості кінця буття, а також необхідність ухвалення важливих життєвих рішень часто провокують розвиток екзистенційної тривоги. [42]. Так психологічні дослідження вказують на те, що значна частина українських підлітків на сьогодні демонструє такі негативні психологічні характеристики: життєва безпорадність (відсутність віри у власні сили та здатності впливати на своє життя); соціальний нігілізм (знецінення суспільних норм та цінностей); пасивність (відсутність ініціативи та активності); відчуженість від дорослих (зниження довіри та взаєморозуміння з батьками та іншими дорослими); зневіра та байдужість (втрата надії та інтересу до оточуючого світу) [9, с. 310]. За Л. М. Яворською, стан психологічного благополуччя виникає не за відсутності екзистенційних тривог, а саме в процесі активного, свідомого й

відповідального пошуку відповідей на фундаментальні екзистенційні теми, такі як "смерть, свобода, ізоляція, самототожність та щастя" [40]. С. Л. Берман та ін. підтвердили, що екзистенційна тривожність є поширеною серед підлітків, має теоретично послідовну факторну структуру та корелює з різними психологічними симптомами і проблемами ідентичності [42]. О. Максим підкреслює, що екзистенційні страхи є невід'ємною частиною людської природи. Проте, їхнє домінування, що супроводжується тривалим напруженням, призводить до хронічного стресу, виснаження енергетичних ресурсів, погіршення працездатності та негативного впливу на когнітивні й емоційні процеси [19, с. 36-37]. Автор стверджує, що повноцінний розвиток і самореалізація можливі лише за умов свободи вибору, звільненої від зовнішніх і внутрішніх страхів. Тому надзвичайно важливим є психологічний комфорт, зумовлений здатністю до відновлення емоційного благополуччя. Це особливо актуально для старшого підліткового віку, який вважається кризовим для емоційної сфери. Екзистенційні страхи можуть спричиняти тимчасову дезадаптацію, оскільки підлітки усвідомлюють себе на новому рівні та планують майбутнє. Негативні емоції в цьому віці здатні суттєво впливати на навчальну та комунікативну діяльність, а також можуть стати причиною тривалої соціальної дезадаптації [19, с. 36-37]. Дослідження О. Максим виявило, що підлітки найчастіше відзначають когнітивні та соматичні прояви страхів. Соматичні прояви домінують у сфері серцево-судинної системи, тоді як когнітивні страхи зосереджені на соціальних стосунках та статусі в групі (страх бути відторгнутим чи осміяним або вигнаним з групи) [19, с. 41].

Переживання екзистенційних страхів має значущий вплив на психологічне благополуччя особистості. Під психологічним благополуччям, як зазначає Н. Каргіна, розуміється стан та особливості внутрішнього світу людини, які визначають її суб'єктивне переживання благополучності, а також поведінку, що є результатом і проявом цього стану [7]. Таким чином, екзистенційні тривоги можуть суттєво впливати на самоусвідомлення, емоційну рівновагу та адаптивність особистості, знижуючи рівень її життєвої задоволеності та емоційного комфорту. Серед видатних представників екзистенційної психології, що досліджували

психологічне благополуччя, можна виділити Л. Бінсвангера, Дж. Б'юдженталя, В. Франкла, Р. Мея, Е. Фромма, І. Ялома. Їхня екзистенціальна концепція пов'язує благополуччя (або щастя) з "екзистенціальною сповненістю", що відображає ступінь самоосмислення життя, внутрішню згоду та саморозуміння. В основі цієї концепції лежить теза про постійний екзистенційний пошук, усвідомлення внутрішньої свободи та відповідальності, здатність людини до саморозвитку, наявність сенсу життя, екзистенційної сповненості, відчуття власної психологічної цілісності та задоволеності життям, які разом впливають на психологічне благополуччя особи [7]. На думку В. Франкла негативні уявлення про майбутнє можуть спричинити глибинну екзистенціальну травму, що негативно впливає на психологічне благополуччя. Він наголошував, що людина постійно робить вибір, який впливає на її розвиток, здоров'я та благополуччя. Е. Фромм, у свою чергу, стверджував, що наявність вибору є визначальним чинником психологічного благополуччя. Для досягнення внутрішнього комфорту та благополуччя індивід повинен навчитися відповідати на екзистенційні виклики, усвідомлювати відповідальність за власні рішення та знаходити внутрішні ресурси для подолання труднощів та зберігати віру в себе й власні можливості [35; 36].

1.2.3. Екзистенційна тривога в контексті екологічних змін

Екологічна тривога є екзистенційним переживанням, оскільки зачіпає фундаментальні питання людського існування. Вона проявляється як тривале відчуття занепокоєння через погіршення стану навколишнього середовища, втрату біорізноманіття та руйнування екосистем, що ослаблює відчуття цілісності, життєвої безперервності, зв'язку з природою та сенсу життя. Посилення екологічних криз спричиняє страх смерті, власної вразливості, зникнення людства та втрату автономії, а індивідуальне переживання тривоги посилює відчуття ізоляції й самотності [71]. Погіршення стану навколишнього середовища руйнує відчуття життєвої безперервності та зв'язку з природою, внаслідок чого підлітки стикаються з комплексом екзистенційних викликів: страх за майбутнє – глибока тривога через потенційні катастрофічні наслідки та сумніви в можливості повноцінного життя [71]; почуття втрати та екологічної скорботи (eco-grief) –

смуток, ностальгія за втраченою гармонією та безпорадність через руйнування екосистем; екзистенційна провина та відповідальність – загострене відчуття особистої відповідальності за майбутнє планети, що супроводжується внутрішнім конфліктом і відчуттям безсилля; втрата сенсу та мети – втрата віри в традиційні цінності «прогресу» та розчарування в соціально-економічних системах; пошук нового сенсу та ідентичності – активне залучення до екологічних рухів, перехід до сталого способу життя, пошук духовного змісту у взаємодії з природою та переосмислення власної ролі у світі; відчуття безсилля та фрустрації – гнів і розчарування через недостатню суспільну реакцію та масштаб проблеми.

З метою вивчення екзистенційної тривоги в умовах сучасних екологічних та соціальних викликів А. Широких та А. Шевчук дослідили психологічні особливості підвищеної тривожності у підлітковому віці. Враховуючи соціально-політичну ситуацію в Україні, зокрема зміну соціальних та побутових умов життя внаслідок військової агресії РФ. Їхнє дослідження показало підвищення рівня тривожності у підлітків, що, за висновками авторів, вимагає розвитку поведінкової стійкості, самоконтролю та навичок саморегуляції у цієї вікової групи. Підвищена тривожність є складним психологічним явищем, що негативно впливає на формування особистості та поведінку підлітків. [38]. Подібну тенденцію виявив і С. Weems у своєму дослідженні 2021 року. Він зазначає, що підлітки, які пережили травматичні події, зокрема природні катастрофи, демонструють підвищений рівень екзистенційної тривожності. Так, серед підлітків, які пережили урагани «Катріна» та «Густав», було зафіксовано кореляцію екзистенційних занепокоєнь із симптомами ПТСР та депресії. Дослідження підтвердили, що чим вищий рівень травматичного стресу, тим сильнішим є зв'язок між екзистенційною тривою та погіршенням психічного стану. Таким чином, загроза життю посилює значущість екзистенційних питань, роблячи їх більш психологічно навантаженими. Підтверджено, що ступінь впливу стихійних лих модерує взаємозв'язок між компонентами екзистенційної тривоги та проявами психічного благополуччя. А підлітки, які зіткнулися зі смертю більш стурбовані питаннями сенсу життя ніж ті, хто не переживав подібних проблем [86]. В свою чергу Léger-Goodes T. та

співавтори зосередилися на впливі кліматичних змін на екзистенційну тривогу. Їхнє дослідження підтвердило, що усвідомлення екологічної кризи викликає в молоді афективні реакції (безнадійність, тривогу, смуток, гнів і страх), що негативно впливає на їхнє психічне здоров'я. Підлітки, усвідомлюючи проблему зміни клімату, демонструють екотривожність та використовують різні стратегії її подолання — від дезадаптивних, як-от заперечення проблеми, до адаптивних, серед яких особливе значення має конструктивна надія як форма позитивного копінгу [64].

Отже екзистенційна тривога — це стан глибокого внутрішнього дискомфорту, зумовлений рефлексією про сенс життя та власне існування, що негативно впливає на психологічне благополуччя. У підлітків вона є невід'ємною частиною дорослішання, виникаючи під впливом вікових змін та глобальних загроз. Своєчасне розпізнавання цієї тривоги сприяє самопізнанню, формуванню відповідальної особистості та зміцненню психічного здоров'я. Глобальна екологічна криза суттєво посилює екзистенційні переживання підлітків, актуалізуючи страх майбутнього, екологічну скорботу, кризу сенсу та потребу в надії, що підкреслює важливість психологічної підтримки, формування екологічної свідомості та розвитку життєстійкості підлітків [73; 58; 68].

1.3. Поняття та сутність суб'єктивного благополуччя особистості

1.3.1. Суб'єктивне благополуччя особистості

У науковій літературі поняття «психологічне благополуччя» (psychological well-being) було введено в обіг у межах позитивної психології для дослідження оптимального функціонування людини, а Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначає його як стан, у якому людина здатна реалізовувати власний потенціал, ефективно справлятися з життєвими стресами, продуктивно працювати та робити внесок у життя спільноти [2]. Психологічне благополуччя охоплює як суб'єктивні, так і об'єктивні показники оптимального функціонування особистості [25]. Вивчення суб'єктивного благополуччя має глибокі історичні корені, що сягають античної філософії, де воно асоціювалося зі щастям і благом як кінцевою метою людського існування [1]. У сучасному науковому дискурсі суб'єктивне благополуччя визначається як індивідуальна оцінка власного життя, що

використовується для самооцінкових вимірювань [25]. Цей конструкт є важливим критерієм психологічного здоров'я, оскільки включає відчуття щастя, задоволеності життям та емоційну рівновагу [28]. О.А. Лукасевич розглядає суб'єктивне благополуччя як динамічне соціально-психологічне утворення, що формується внаслідок інтеграції когнітивних та емоційних процесів і характеризується емоційно-оцінним ставленням власного життя. У межах гуманістичної психології підкреслюється вплив таких факторів, як темперамент, адаптаційні механізми та спрямованість на досягнення цілей, на формування суб'єктивного благополуччя [18].

Проблема благополуччя стала актуальною в психології в середині минулого століття і залишається в центрі уваги як вітчизняних (І. Горбаль, Н. Каргіна, А. Курова, О. Лукасевич, Т. Скрипаченко, Т. Титаренко, Б. Пахоль, Л. Сердюк) так і зарубіжних (D. Kahneman, E. Diener, S. Lyubomirsky, M. Seligman та ін.) дослідників. Вчені, такі як Е. Фромм, А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Дінер, К. Ріфф, Ш. Шварц та І. Семків, вивчали вплив ціннісних орієнтацій та особистісних рис на формування суб'єктивного благополуччя. Феномен суб'єктивного благополуччя також описується в роботах таких учених, як М. Аргайл, Н. Бредбурн, А. Кемпбелл, П. Конверс. Суб'єктивне благополуччя розглядається як цілісне особистісне утворення, що характеризується динамічністю розвитку та виконує функцію мотиваційного регулятора поведінки й активності людини [29]; соціально-психологічне утворення, що структурно складається з когнітивного та афективного компонента [28]; інтегральна когнітивно-емоційна оцінка індивідом рівня задоволеності якістю власного життя загалом та окремими його сферами [3; 8]. Сучасне розуміння суб'єктивного благополуччя ґрунтується на двох основних теоретичних підходах. Гедоністичний (Е. Дінер, Н. Бредбурн, С. Любомирські, Л. Березовська, Kahneman D., Schwartz S.): фокусується на задоволеності життям, відсутності негативних емоцій та наявності позитивних [61;65;51;81;2]. Евдемоністичний (Ryff, Samman, Ryan, Е. Фромм): підкреслює важливість самореалізації, автономії, цілеспрямованості, сенсу життя та особистісного зростання [76;79;36]. За Швалб Ю. М., суб'єктивне благополуччя є оцінним

ставленням індивіда до умов власного існування, детермінованим структурою його потреб, а ступінь їх задоволення виступає ключовим емпіричним індикатором рівня благополуччя [39]. Суб'єктивне благополуччя в сучасних наукових дослідженнях розглядається як багатовимірний конструкт, що охоплює когнітивні, емоційні та мотиваційно-ціннісні аспекти. Е. Дінер виділяє три ключові складові: задоволеність життям, позитивні та негативні емоції, зазначаючи, що вищий рівень позитивних емоцій і нижчий рівень негативних корелюють із сильнішим відчуттям щастя [50]. К. Проктор з соавторами доповнює цю модель, включаючи загальне задоволення життям, щастя та оптимізм [74]. У вітчизняних дослідженнях (О. Абрамюк, А. Липецька) суб'єктивне благополуччя описується через три сфери: когнітивну (оцінка життя), емоційну (афект) та ціннісно-мотиваційну (евдемонія) [1]. Л.М. Куліков трактує суб'єктивне благополуччя як інтегративне переживання, що поєднує когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти тоді як К. Ріфф пропонує багатофакторну модель із шести вимірів: позитивна самооцінка, особистісний розвиток, життєві цілі, позитивні стосунки, комунікативні якості та самодетермінація, наголошуючи на ролі осмислення негативного досвіду як чинника зростання. [76]. Ідеї евдемонії підкреслює також Е. Фромм, зазначаючи, що оптимальне благополуччя досягається через розрізнення миттєвих бажань і глибинних потреб, пов'язаних із розвитком [36]. Дослідження І.К. Галінї підтверджують, що внутрішньоособистісні чинники (задоволеність окремими сферами життя, емоційний стан, рівень депресії та стресу) мають більш значущий і тривалий вплив на суб'єктивне благополуччя, ніж зовнішні події чи соціодемографічні характеристики [54]. Таким чином, суб'єктивне благополуччя є комплексним психологічним утворенням, що інтегрує емоційно-когнітивні та ціннісно-мотиваційні виміри. Когнітивний аспект виявляється в цілісному сприйнятті світу та усвідомленні життєвих обставин, емоційний — у переживаннях, які відображають ефективність функціонування особистості, а дисгармонія в цих сферах спричиняє емоційний дискомфорт [76]. Суб'єктивне благополуччя корелює з такими внутрішніми факторами, як статус ідентичності, емоційна регуляція, особисті цілі, ціннісні орієнтації, копінг-стратегії,

саморегуляція, зрілість, а також осмислення мети, минулого й сьогодення. До зовнішніх факторів належать соціальна підтримка, освіта та здоров'я. Також чинники впливу на суб'єктивне благополуччя поділяються на індивідуальні, стосункові та суспільні (контекстуальні). До індивідуальних належать риси характеру (екстраверсія, емоційна стабільність), генетична схильність, самооцінка, фізичне здоров'я, а також наявність особистих цілей і цінностей, що надають життю сенсу та сприяють відчуттю благополуччя [83]. Стосункові чинники охоплюють якість взаємин і рівень соціальної підтримки, тоді як суспільні включають умови життя, стан довкілля та культурні норми. Дослідження засвідчують, що високий рівень задоволеності життям корелює з глибшим осмисленням існування, при цьому вік не є визначальним фактором [21].

Суб'єктивне благополуччя (Subjective Well-Being) — це динамічна когнітивно-емоційна оцінка якості життя, що відображає ставлення людини до себе, соціального оточення та майбутнього. Воно формується в процесі соціально-психологічної взаємодії під впливом індивідуальних особливостей, цінностей, психоемоційного стану, копінг-стратегій, виконуючи функцію внутрішнього регулятора адаптації, підтримки емоційної рівноваги та визначення життєвих орієнтирів та сприяє гармонійному розвитку [15].

1.3.2. Особливості суб'єктивного благополуччя в підлітковому віці

Підлітковий вік, за визначенням ВООЗ та ООН, охоплює період від 10 до 19 років і є критичним етапом розвитку, що розпочинається зі статевого дозрівання та завершується прийняттям дорослих соціальних ролей. Він супроводжується інтенсивними фізіологічними змінами, зокрема в мозку та нервовій системі, які істотно впливають на когнітивні процеси, емоційне функціонування, мотивацію та соціальні взаємодії. Саме через це підлітковий вік вважається одним із найбільш вразливих періодів щодо збереження фізичного здоров'я та психологічного благополуччя, особливо в умовах соціально-економічної нестабільності й високого рівня невизначеності [8]. У цей період часто виникають внутрішні суперечності, що призводять до психологічного дискомфорту та напруги [38], а за Е. Еріксоном — до конфлікту між внутрішніми установками та вимогами суспільства, що визначає

розвиток ідентичності [52]. Сучасні соціальні зміни, високий рівень тривожності, депресії та стресу мають негативний вплив на емоційне здоров'я й добробут підлітків [37; 8]. Так життя в умовах соціально-економічної кризи може зумовлювати втрату сенсу, духовне збідніння та переорієнтацію цінностей, що особливо загострює внутрішні суперечності [33]. Низький рівень суб'єктивного благополуччя в цьому віці впливає на подальші поведінкові моделі, сприяючи апатії, інфантилізації та дегуманізації мислення [73]. Саме цей період відзначається активним особистісним розвитком, зацікавленістю життям та пошуком сенсу, що створює умови для переживання психологічного благополуччя. На думку дослідників (С. Ryff, R. Ryan, E. Deci, А. Курова, І. Горбаль), суб'єктивне благополуччя виступає активним внутрішнім механізмом регуляції, який підтримує емоційний баланс, сприяє адаптації, формує ефективні життєві стратегії та забезпечує гармонійний розвиток особистості [76; 75; 49; 15; 3]. Підлітковий та юнацький вік є сенситивним періодом щодо формування суб'єктивного благополуччя. У цей час відбуваються ключові процеси психосоціального дозрівання – сепарація від батьків, самостановлення, самовизначення, вибудовування життєвих стратегій. Рівень суб'єктивного благополуччя, сформований на цьому етапі, значною мірою детермінує психологічну стійкість, адаптивність та загальну успішність функціонування особистості в дорослому віці. Набуті в цей час досвід і фактори розвитку закладають основу для успішного функціонування в дорослому житті [37]. Саме емоційний компонент суб'єктивного благополуччя, як зазначає Морган А., особливо важливий в цьому віці, оскільки позитивний емоційний стан сприяє формуванню впевненої, щасливої та здорової особистості. Водночас невизначеність ускладнює досягнення суб'єктивного благополуччя, підвищуючи ризики емоційної нестабільності. Життєздатність та якість життя підлітка значною мірою визначаються його здатністю сприймати невизначеність як ресурс для розвитку, а не як загрозу [8]. Вирішальну роль у цьому відіграють психологічні ресурси — внутрішні та зовнішні чинники, що сприяють адаптації, формуванню ефективних копінг-стратегій, підвищенню впевненості у власних силах та збереженню психічного здоров'я. Саме вони допомагають

трансформувати сприйняття стресових ситуацій і знижують їх негативний вплив на психіку [7].

1.3.3. Вплив природного середовища на суб'єктивне благополуччя

Суб'єктивне благополуччя є ключовим показником психологічного здоров'я, цінним ресурсом для подолання життєвих труднощів та ефективної самореалізації. В екопсихології здоров'я людини розглядається через її взаємодію з природою, що інтегрує зовнішні та внутрішні аспекти добробуту та формує екологічну ідентичність [46; 59]. Доведено, що регулярне перебування на природі знижує показники стресу, покращує увагу, психічне здоров'я та творчі здібності, впливаючи на емоційний і когнітивний рівні [89]. Саме суб'єктивна близькість до природи є чинником психологічного благополуччя [66; 67]. Дослідження свідчать, що взаємодія з природою має позитивний вплив, зокрема сприяє покращенню настрою, когнітивних здібностей та загального стану здоров'я. Природні ландшафти – сприяють релаксації, знижують рівень стресу, покращують концентрацію та емоційне благополуччя. Суб'єктивне відчуття єдності з природним середовищем виступає значущим предиктором екологічно орієнтованих установок і поведінкових практик, які можуть виявляти позитивну кореляцію із показниками суб'єктивного благополуччя [44].

Зв'язок із природою є важливим предиктором проекологічної поведінки та психологічного благополуччя, охоплюючи його евдемоністичний (самореалізація) і гедоністичний (задоволення) аспекти [49]. Такі переживання регулюють життєдіяльність та підтримують особистісний ресурс самодетермінації [11]. Так дослідження Р. Martyn та Е. Bruyer виявили негативний зв'язок між відчуттям близькості до природи та когнітивною і соматичною тривогою, показавши, що взаємодія з природою може знижувати нерегульовану тривогу [66]. Також J. M. Zelenski та E. K. Nisbet у своїх дослідженнях підтвердили позитивний зв'язок близькості з природою з проявами психологічного благополуччя, зокрема, з особистісним зростанням, автономією та цілями в житті [89]. На думку Кряж І.В. саме суб'єктивний зв'язок з природою є психологічним фактором, який підтримує самодетермінацію та перешкоджає порушенням здорової поведінки [11]. За

результатами дослідження Baklien, B., Marthoenis, M. & Thurston, M. було встановлено, що взаємодія з природним середовищем має важливе значення для формування та підтримки суб'єктивного благополуччя. Так перебування на природі сприяє підвищенню уваги до сенсорних деталей (колір листя або акустичне середовище), викликає емоції радості, тепла й вдячності, сприяє відчуттю спокою та розслаблення, а також формує глибший емоційний зв'язок із навколишнім світом і власним «Я». Доведено, що перебування в природному оточенні підвищує чутливість до навколишнього світу (інтеграція елементів пейзажу у внутрішні відчуття та негайні тілесні реакції на природні форми та сили). Природа також стимулює процеси рефлексії сприяючи усвідомленню життєвих цінностей і сенсів. Таким чином, результати досліджень підтверджують, що перебування на природі є суттєвим чинником підвищення рівня суб'єктивного благополуччя. [41].

1.3.4. Зв'язок між задоволеністю життям і суб'єктивним благополуччям.

За Швалб Ю. М., суб'єктивний добробут особистості становить основу розвитку гуманістично орієнтованого суспільства, яке визнає людину найвищою цінністю, і водночас є концептуальним підґрунтям позитивної психології, що фокусується на щасті, задоволенні життям, оптимізмі та вірі у власні можливості [39]. У межах гедоністичної парадигми (N. Bradburn, E. Diener) суб'єктивне благополуччя пов'язується з переважанням позитивних емоцій, задоволеністю життям, орієнтацією на сьогодення й позитивне минуле, соціально-психологічною адаптацією та емоційним інтелектом. Евдемоністичний підхід (C. Ryff, A.S. Waterman) акцентує на реалізації потенціалу, орієнтації на майбутні цілі, позитивному ставленні до минулого та здатності прогнозувати наслідки поведінки [61; 33; 40; 75; 77]. За P.G. Zimbardo та A. Gonzales, психологічне благополуччя проявляється в емоційному комфорті та задоволеності життям і залежить від зовнішніх (біологічних, соціальних, матеріальних), особистісних (темперамент, риси характеру), міжособистісних (якість взаємодії) та суб'єктивних (позитивний афект, життєва задоволеність) чинників. На думку Кряж І. В. саме задоволеність життям є ключовим показником психологічного здоров'я [13]. У дослідженнях вона

розглядається як тотожність щастя (В. Зацепін), когнітивна складова щастя (М. Argyle, М. Seligman), частина суб'єктивного (Р. Шаміонов, П. Яничев, Е. Diener) або психологічного благополуччя (А. Созонтов, П. Фесенко, N. Bradburn). Загалом задоволеність життям визначається як інтерес до життя, цілеспрямованість, узгодженість між бажаним і досягнутим, позитивна самооцінка та настроїв [2]. Воно є поліфакторним конструктом, що відображає суб'єктивне емоційне ставлення індивіда до власного життя, забезпечує внутрішній комфорт, духовний розвиток та задоволеність його якістю, слугуючи основою суб'єктивного переживання щастя.

Задоволеність життям є ключовою складовою суб'єктивного благополуччя поряд з емоційним балансом і відсутністю дистресу [31]. Вона залежить від задоволення вітальних, соціальних та ідеальних (пов'язаних із пізнанням світу та власного місця в ньому) потреб, що відповідає ієрархії А. Маслоу та сприяє самоактуалізації [15], причому підвищення суб'єктивної вітальності посилює відчуття благополуччя [16]. За О. Олефіром, задоволеність життям — це когнітивна оцінка власного життя та досягнень порівняно з очікуваннями, яка формує активну позицію, спрямовану на самореалізацію, віру у власну ефективність та контроль над обставинами [23]. Вона ґрунтується на загальній оцінці задоволеності життям, а не лише окремих його аспектів [84]. Дослідження показують, що задоволеність життям відносно стабільна з часом, тоді як суб'єктивне благополуччя є більш динамічним і реагує на миттєві емоційні зміни [78]. О. В. Князева встановила зв'язок задоволеності життям з екстраверсією, впевненістю в собі, відповідальністю та відчуттям внутрішнього контролю. Автором доведено, що особи з високим рівнем задоволеності життям більш оптимістичні [3]. Результати дослідження Gilman R., Huebner E. вказують на те, що високий рівень задоволеності життям асоціюється з психологічним здоров'ям. Так жоден з підлітків з високим рівнем задоволеності не мав клінічних симптомів психологічних порушень, тоді як середньої задоволеності — 7%, а з низької — 42% [55]. За даними М. Joshanloo, між афективним компонентом та когнітивним компонентом суб'єктивного благополуччя існує двосторонній причинно-наслідковий зв'язок. Позитивний афект є предиктором зростання задоволеності життям у майбутньому,

тоді як негативний афект асоційований із її зниженням. Вищий рівень задоволеності життям сприяє зростанню позитивних емоцій та частковому зменшенню негативного афекту [60].

1.4. Взаємозв'язок ключових понять.

Екзистенційна та екологічна тривога тісно пов'язані з суб'єктивним благополуччям, впливаючи на психологічний стан особистості. Екзистенційна тривога є формою внутрішньої напруги, яка супроводжує процес становлення особистості. Вона стимулює пошук сенсу та саморозвиток, особливо актуалізуючись у підлітковому віці. Екологічна тривога розглядається як один із проявів екзистенційної тривоги, оскільки безпосередньо стосується питань майбутнього планети. Вона пов'язана з усвідомленням глобальних екологічних криз і дедалі частіше виявляється у підлітків, істотно впливаючи на їхнє суб'єктивне благополуччя. Її вплив залежить від сили зв'язку з природою: чим він вищий, тим більша ймовірність збереження психологічного благополуччя. Так, дослідження М. Ояли показують, що екологічна тривога може бути сумісною з суб'єктивним благополуччям, якщо вона інтегрується в систему життєвих сенсів та супроводжується емоціями надії, довіри й гніву як реакції на екологічну несправедливість [68]. Водночас усвідомлення кліматичних загроз викликає у підлітків почуття безпорадності, тривогу, хронічний стрес і депресивні симптоми, послаблюючи психологічну стійкість і сприяє зниженню задоволеності життям. Згідно з теорією активації норми Ш. Шварца, занепокоєння виникає особливо гостро коли під загрозою опиняються значущі цінності [81]. Це, у свою чергу, негативно позначається на таких ключових компонентах благополуччя, як загальна задоволеність життям, емоційна стабільність та психологічна стійкість. поведінці та переосмисленню цінностей у підлітків.

Висновки до першого розділу

У рамках теоретичного аналізу визначено основні поняття, що є ключовими для подальшого дослідження: «екологічна тривога», «екзистенційна тривога» та «суб'єктивне благополуччя». Ми виявили глибокий і багатогранний взаємозв'язок між ними.

1. Екологічна тривога (Eco-Anxiety) – це реакція на глобальні екологічні загрози та занепокоєння за майбутнє планети та людства, яка інтегрує елементи екзистенційних страхів перед невизначеністю, втратою та неминучими змінами. На відміну від загальної, вона має чіткий зовнішній об'єкт – стан довкілля, проявляючись у хронічному занепокоєнні, безсонні, дратівливості чи панічних реакціях. Зростання екотривоги у підлітків може позначатися на суб'єктивному благополуччі, зокрема на рівні задоволеності життям, емоційній стабільності та здатності до психологічного саморегулювання. Водночас розвиток психологічних ресурсів і активне залучення до екологічно спрямованої діяльності здатні пом'якшувати негативний вплив, трансформуючи її в конструктивну мотивацію та сприяючи збереженню й навіть підвищенню рівня суб'єктивного благополуччя.

2. Екзистенційна тривога (Existential Anxiety) - це глибинне, універсальне переживання, що виникає внаслідок усвідомлення людиною фундаментальних аспектів буття. Вона є не патологією, а невід'ємною частиною людського існування та може мотивувати людину до пошуку сенсу, самореалізації та створення цінностей. Хоча може призводити до відчуття безпорадності, апатії або нігілізму, якщо не знаходить конструктивного вирішення.

3. Суб'єктивне благополуччя (Subjective Well-Being) – це інтегральний показник якості життя, що включає когнітивний та афективний компоненти. Воно залежить від зовнішніх обставин та внутрішніх психологічних ресурсів, які забезпечують адаптацію та трансформацію тривожності у конструктивний досвід.

4. Виявлено, що екзистенційна тривога підвищує чутливість до глобальних загроз, які, втілюючись у формі екологічної тривоги, поглиблюють екзистенційні переживання підлітків. Ці процеси безпосередньо впливають на рівень їхнього суб'єктивного благополуччя, знижуючи рівень щастя, задоволеності та загального оптимізму. Таким чином, теоретичний аналіз підтверджує важливість комплексного підходу до вивчення екзистенційної та екологічної тривоги у контексті суб'єктивного благополуччя підлітків у умовах сучасних соціально-екологічних викликів.

РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ, ОПИС ВИБІРКИ ТА МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ.

2.1. Мета, завдання та гіпотези емпіричного дослідження.

Метою нашого емпіричного дослідження було вивчити екзистенційні аспекти екологічної тривоги в контексті суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці. Для досягнення цієї мети було поставлено такі завдання:

1. Проаналізувати можливий вплив позиційного ефекту та статі на досліджувані показники.
2. Проаналізувати зв'язки між показниками тривоги та суб'єктивного благополуччя.
3. Проаналізувати показники тривоги як предиктори суб'єктивного благополуччя.
4. Провести медіаційний аналіз для визначення можливих медіаторів між екологічною тривогою та суб'єктивним благополуччям.

Гіпотези дослідження:

1. Існує зв'язок між екологічною тривогою та відчуттям суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці.
2. Зв'язок між екологічною тривогою та суб'єктивним благополуччям є опосередкованим.
3. Екзистенційна тривога є медіатором між екологічною тривогою та суб'єктивним благополуччям.

2.2. Опис та характеристика вибірки.

У межах даного емпіричного дослідження було сформовано дві дослідницькі групи, по 30 осіб у кожній. Учасниками стали учні 10–11 класів комунального закладу «Харківський ліцей № 66 Харківської міської ради» та комунального закладу «Харківський ліцей № 12 Харківської міської ради». Загальна кількість респондентів становила 60 осіб.

Вибірка є цілеспрямованою та охоплює підлітків вікової категорії від 15 до 18 років, що відповідає критеріям старшого шкільного віку згідно з віковою періодизацією (Е. Еріксон, 1968). Гендерна структура вибірки представлена наступним чином: 26 осіб чоловічої статі (43,3 %) та 34 особи жіночої статі (56,7 %). У кожній з груп налічувалося по 17 осіб жіночої статі та 13 осіб чоловічої статі.

Вибірка є збалансованою за основними демографічними показниками, що забезпечує достатню репрезентативність отриманих результатів у межах цільової популяції. Залучення респондентів до дослідження здійснювалося виключно на добровільних засадах. Перед початком дослідження від кожного учасника було отримано письмову інформовану згоду на участь та обробку отриманих даних. Дослідження проведено з повним дотриманням етичних принципів психологічних досліджень, що гарантує конфіденційність та анонімність наданої інформації.

2.3. Організація дослідження.

Емпіричне дослідження проводилося у три послідовні етапи, кожен з яких виконував визначену методологічну функцію.

Перший етап включав теоретико-методологічну підготовку до проведення дослідження. На цьому етапі було сформульовано мету, завдання та гіпотезу дослідження, визначено вибірку респондентів, розроблено загальну програму, а також здійснено підбір валідного психодіагностичного інструментарію. Вибір методик зумовлювався необхідністю комплексного вивчення екзистенційних аспектів екологічної тривоги у взаємозв'язку з суб'єктивним благополуччям старших підлітків.

Другий етап передбачав організацію та проведення емпіричного дослідження. Збір даних здійснювався у форматі онлайн-опитування за допомогою електронної Google-форми. 1 група: <https://docs.google.com/forms/d/1Ef-76oukP0yxq1EPQJPVwjAp1gVRJ1oWvxUIQi7mq1A/edit#settings> (учні 10-А, 11-А класів — методики: позитивні, негативні переживання, задоволеність життям, екологічна тривога, екзистенційна тривога, тривога Бека).

2 група: https://docs.google.com/forms/d/1i6DEFgt_CnnBf2H5amfYRrH154LfmhWslAdi90oBv2I/edit (учні 10-Б, 11-Б класів — методики: позитивні, негативні переживання, задоволеність життям, екзистенційна тривога, екологічна тривога, тривога Бека).

На початку анкети було наведено опис дослідження, зазначено його добровільний характер, а також надано текст інформованої згоди, з якою учасники мали ознайомитися та дати підтвердження згоди на участь. До кожного

психодіагностичного інструмента додавалися чіткі інструкції щодо виконання завдань. Отримані результати було перенесено в таблицю для подальшої обробки. Третій етап передбачав опис, аналіз і узагальнення отриманих результатів, використання методів математичної обробки даних, а також перевірку гіпотези, сформульованої на початку дослідження. Статистичний аналіз проводився за допомогою програми JASP, що дозволило здійснити перевірку нормальності розподілу, обчислення дескриптивної статистики, а також кореляційний, регресійний та медіаційний аналіз отриманих показників. На підставі отриманих результатів було здійснено інтерпретацію даних та формулювання висновків щодо поставлених у дослідженні завдань.

2.4. Методи емпіричного дослідження.

З метою вивчення екзистенційних аспектів екологічної тривоги в контексті суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці для проведення нашого емпіричного дослідження ми використали наступні методики:

1. Шкала позитивних та негативних переживань (SPANE).
2. Шкала задоволеності життям Е. Дінера.
3. Шкала еко-тривоги (HEAS-UA).
4. Опитувальник екзистенціальної тривоги (EAQ-C).
5. Шкала тривоги Бека (BAI).

1. Шкала позитивних і негативних переживань (SPANE) (адаптована українська версія Олефір, В., Боснюк, В., & Малофейкіна, К., 2021).

Для оцінки емоційного компонента суб'єктивного благополуччя було використано «Шкалу позитивних і негативних переживань» (SPANE) в україномовній адаптації, здійсненій В. Олефіром, В. Боснюком та К. Малофейкіною [24]. Дана шкала є валідованим інструментом, розробленим Е. Дінером та його колегами (Diener et al., 1958), який дозволяє оцінити спектр як позитивних, так і негативних афективних станів на основі частоти їх переживання у повсякденному житті. Шкала SPANE містить 12 пунктів (ДОДАТОК А), що поділяються на дві субшкали: SPANE-P (Positive) — шість тверджень, які відображають позитивні переживання (наприклад, «позитивно», «добре»,

«приємно»); SPANE-N (Negative) — шість тверджень, що стосуються негативних емоцій (наприклад, «негативно», «погано», «неприємно»). Респондентам пропонується оцінити, як часто вони відчували кожне з зазначених емоційних станів протягом останніх чотирьох тижнів. Для цього використовується п'ятибальна шкала Лікерта: 1 бал – дуже рідко або ніколи; 2 бали – рідко; 3 бали – іноді; 4 бали – часто; 5 балів – дуже часто або завжди.

Шкала розрахована на рефлексію особистого досвіду упродовж відносно короткого, але репрезентативного періоду (чотири тижні), що забезпечує більшу точність відповідей, ніж загальна самооцінка емоційного стану. Однією з переваг SPANE є концептуальна чіткість і економічність, що дозволяє швидко отримати інформацію про емоційне благополуччя без втрати змістовної глибини. На відміну від інших афективних шкал, зокрема PANAS, SPANE не обмежується лише високоемоційними емоційними станами, а включає широкий діапазон емоцій різного рівня активації, що дає змогу краще відобразити емоційний фон особистості. Ще однією важливою особливістю SPANE є фокус не на інтенсивності, а на частоті емоційного досвіду, що дозволяє вловити сталість або ситуативність позитивних та негативних афектів у житті респондента. Це сприяє більш точному виявленню загальної тенденції до афективного реагування. За результатами відповідей обчислюється окремий бал за шкалами SPANE-P і SPANE-N, а також інтегральний індекс афективного балансу (SPANE-B) шляхом віднімання суми негативних балів від позитивних ($SPANE-B = SPANE-P - SPANE-N$) він відображає загальний емоційний баланс особистості [24].

2. Шкала задоволеності життям Е.Дінера (SWLS) (адаптована українська версія Олефір, В., Боснюк, В., & Малофейкіна, К., 2021).

Для вимірювання когнітивного компонента суб'єктивного благополуччя було застосовано Шкалу задоволеності життям (Satisfaction with Life Scale — SWLS), розроблену Е. Дінером, Р. Еммонсом, Р. Ларсеном та Ш. Гріффіном у 1985 році. У дослідженні використано україномовну адаптацію методики, здійснену В. Олефіром, В. Боснюком та К. Малофейкіною [23]. Шкала складається з п'яти тверджень (ДОДАТОК А), які спрямовані на оцінку загального рівня задоволеності

життям без прив'язки до окремих його сфер. Такий підхід дозволяє респондентам інтерпретувати запитання згідно з власною системою цінностей, забезпечуючи високий ступінь суб'єктивності та індивідуальності у відповідях. У даному дослідженні респонденти оцінювали ступінь своєї згоди з кожним твердженням за п'ятибальною шкалою Лікерта, де: 1 бал – повністю не згоден; 2 бали – не згоден; 3 бали – частково згоден; 4 бали – згоден; 5 балів – повністю згоден. (Примітка: в оригінальному варіанті SWLS використовується семибальна шкала; перехід до п'ятибальної шкали пов'язаний з адаптацією методики до загального формату дослідження та особливостей вибірки). Перші три твердження шкали спрямовані на оцінку поточного рівня задоволеності життям і позитивної самооцінки (наприклад: «Переважно моє життя близьке до мого ідеалу», «Обставини мого життя винятково сприятливі», «Я задоволений/-на своїм життям»). Четверте і п'яте твердження більше стосуються оцінки життєвого шляху в ретроспективі («У мене в житті є те, що мені дійсно необхідне», «Якби я міг/могла прожити своє життя заново, я б залишив/-ла все без змін»). Загальний бал шкали утворюється шляхом підсумовування відповідей на всі п'ять пунктів. Вищі значення відповідають вищому рівню задоволеності життям. Шкала методики охоплює діапазон від 5 до 35 балів: 35 балів свідчать про максимально високу задоволеність життям, тоді як 5 балів — про глибоке незадоволення. Значення в 20 балів розглядається як нейтральна точка, що розмежовує негативні й позитивні оцінки.

До переваг SWLS належить: лаконічність; висока внутрішня узгодженість (за даними адаптації: α Кронбаха ≥ 0.85); широке використання в міжнародних дослідженнях. Шкала SWLS є одним з найбільш валідних і надійних інструментів для вимірювання суб'єктивної задоволеності життям у загальній та молодіжній вибірках [23].

3. Шкала екологічної тривоги Т.Хогг (HEAS) (адаптована українськомовна версія (HEAS-UA) Кряж І.В., Баранов В.О., 2025)

Для вивчення рівня екологічної тривоги та її психологічних проявів було використано Шкалу екологічної тривоги (HEAS — Hogg Eco-Anxiety Scale) в україномовній адаптації І. В. Кряж та В. О. Баранова [10]. Методика ґрунтується на

концептуалізації еко-тривоги як комплексу психологічних реакцій на загострення глобальної екологічної кризи, зокрема зміну клімату, втрату біорізноманіття, забруднення навколишнього середовища тощо.

HEAS-UA оцінює чотири взаємопов'язані виміри еко-тривоги:

1. Афективні симптоми (емоційні прояви, такі як страх, смуток, розгубленість);
2. Румінація (нав'язливі думки) — постійне ментальне зосередження на екологічних загрозах, що супроводжується тривожними роздумами;
3. Поведінкові симптоми — зміни у повсякденній поведінці, зумовлені еко-тривою (наприклад, уникнення новин, порушення сну, надмірне планування);
4. Тривога щодо власного впливу — переживання стосовно особистого внеску у загострення екологічної ситуації.

Шкала складається з 13 тверджень (ДОДАТОК А), які описують різні психологічні стани та реакції, що виникають у контексті усвідомлення екологічних загроз. Респондентам пропонується оцінити, наскільки часто вони переживали ці стани протягом останніх двох тижнів у зв'язку з роздумами про кліматичні зміни, деградацію довкілля або інші екологічні проблеми. Для відповідей використовується 4-бальна шкала частоти: 0 балів — зовсім не відчував(-ла); 1 бал — було декілька днів; 2 бали — біля половини днів; 3 бали — майже кожного дня. Сумарні бали за відповідними групами тверджень дозволяють отримати як загальний рівень екологічної тривоги, так і значення по кожній з чотирьох субшкал. Особливістю HEAS є її мультикомпонентна структура, що забезпечує диференційований підхід до оцінювання різних типів емоційно-поведінкових реакцій на екологічну загрозу. Такий підхід дозволяє виявити не лише загальну еко-тривожність, але й вразливі сфери, в яких респондент найсильніше переживає вплив екологічної кризи [10].

4. Опитувальник екзистенціальної тривоги (EAQ-C)

Для вивчення рівня та особливостей екзистенціальної тривоги було використано Опитувальник екзистенціальної тривоги (Existential Anxiety Questionnaire — EAQ), створений Т. В. Хардтом і Д. Шмідке у 2003 році. В 2004

році Weems, С. F. та співавтори продовжили роботу над інструментом, здійснивши його подальшу психометричну перевірку, уточнення факторної структури та адаптацію для використання в дослідженнях дитячої та підліткової тривожності. Завдяки їх дослідженням EAQ було вдосконалено, а його надійність і валідність підтверджено на вибірках молоді, що забезпечило ширше застосування опитувальника у сучасних психологічних дослідженнях. Даний інструмент розроблено з метою діагностики індивідуальних переживань, пов'язаних з фундаментальними екзистенційними темами — зокрема страхом смерті, почуттям провини, втратою сенсу життя, ціннісною дезорієнтацією та внутрішньою суперечністю. Використовується у дослідженнях, зокрема, для оцінювання екзистенційних аспектів тривожності під час серйозних життєвих стресів [87]. В даному дослідженні застосовано україномовну адаптацію опитувальника (EAQ-C), яка була виконана авторами у межах магістерського дослідження. Адаптація здійснювалася відповідно до загальноприйнятої процедури подвійного перекладу: спочатку було здійснено прямий переклад з англійської мови, після чого — зворотний переклад, результати якого були узгоджені з експертами-психологами з урахуванням культурного та семантичного контексту. Після цього здійснено експертне редагування та апробацію на вибірці респондентів підліткового віку: 142 респонденти віком 14-18 років, учнів 10-11 класів комунального закладу "Харківський ліцей № 66 Харківської міської ради" та комунального закладу "Харківський ліцей № 12 Харківської міської ради", комунального закладу "Харківський ліцей № 23 Харківської міської ради". Це дозволило уточнити формулювання окремих пунктів, а саме 1, 3, 5, 6, 11, 13, що виявилось оптимальною факторною моделлю.

Опитувальник EAQ-C складається з 13 тверджень (ДОДАТОК А), на які респонденти відповідають за трибальною шкалою: 1 бал — зовсім ні; 2 бали — трохи; 3 бали — дуже. Твердження поділяються на прямі (наприклад, «Я часто думаю про старіння і смерть») та зворотні («Мене не хвилює те, що зі мною буде»). Для обчислення загального та шкальних балів зворотні пункти інвертуються

У ході апробації опитувальника на експериментальній вибірці українських підлітків було підтверджено прийнятну внутрішню узгодженість шкал: де омега 0,77, альфа Кронбаха 0,75, що свідчить про надійність інструменту. EAQ-C є концептуально та структурно придатним для використання в дослідженнях підліткової аудиторії, оскільки дозволяє виявити змістовні характеристики екзистенційного занепокоєння у формі тривожних роздумів, афективних переживань та морально-ціннісних дилем.

5. Шкала тривоги Бека (Beck Anxiety Inventory, BAI)

Шкала тривоги Бека (BAI) є стандартизованим психодіагностичним інструментом, розробленим американським психіатром Аароном Т. Беком і його колегами у 1988 році. Адаптована Українським інститут когнітивно-поведінкової терапії (УІКПТ) в 2012 році [6]. Методика призначена для вимірювання рівня вираженості тривожних симптомів, зокрема в осіб підліткового та дорослого віку. Широко застосовується у клінічній психології, психіатрії, медичній практиці та психологічних дослідженнях. BAI дозволяє кількісно оцінити тяжкість тривожних проявів, охоплюючи як соматичні симптоми (наприклад, серцебиття, задуха, тремтіння), так і когнітивно-емоційні компоненти тривоги (почуття страху, занепокоєння, напруга, панічні настрої). Однією з ключових переваг методики є її здатність розрізняти тривожні й депресивні симптоми, що є особливо важливим для диференційної діагностики.

Опитувальник складається з 21 пункту (ДОДАТОК А), кожен з яких описує типовий симптом тривоги. Респондент оцінює ступінь вираженості кожного симптому, керуючись своїм досвідом за останній тиждень, за 4-бальною шкалою: 0 балів – зовсім не турбує; 1 бал – злегка турбує; 2 бали – турбує помірно; 3 бали – турбує дуже сильно. Максимальна кількість балів за всіма пунктами — 63. Загальний показник дає змогу оцінити інтенсивність тривожного стану.

BAI виконує низку важливих функцій:

1. Оцінка загального рівня тривожності: інструмент дозволяє кількісно визначити, наскільки інтенсивно особа переживає симптоми тривожного спектра.

2. Психодіагностика тривожних розладів: методика є корисною для виявлення таких порушень, як генералізований тривожний розлад, панічні атаки, соматоформні порушення тощо.

Методика має високі показники надійності та валідності. За результатами досліджень, внутрішня узгодженість ВАІ становить α Кронбаха 0.86, що свідчить про добру гомогенність шкали.

У дослідженні було застосовано такі статистичні методи:

Описова статистика: обчислення середніх значень, стандартних відхилень, визначення нормального розподілу.

Кореляційний аналіз — для виявлення статистично значущих зв'язків між досліджуваними змінними використано коефіцієнт кореляції Спірмена.

Регресійний аналіз — здійснено лінійний регресійний аналіз з метою оцінки внеску незалежних змінних у варіативність залежної змінної.

Медіаційний аналіз — використано для вивчення можливих посередницьких механізмів, через які екзистенційні аспекти екологічної тривоги можуть впливати на суб'єктивне благополуччя.

Висновки до другого розділу.

1. Чітке формулювання мети, об'єкта, предмета та завдань дослідження сприяло побудові системного підходу до вивчення екзистенційних аспектів екологічної тривоги в контексті суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці.

2. У дослідженні взяли участь 2 групи (по 30 осіб) учнів 10-11 класів комунального закладу "Харківський ліцей № 66 Харківської міської ради" та комунального закладу "Харківський ліцей № 12 Харківської міської ради", віком 15-18 років.

3. Емпіричне дослідження проводилося у три послідовні етапи, кожен з яких виконував визначену методологічну функцію.

4. У дослідженні було використано методичний інструментарій, що охоплює стандартизовані методики, серед яких — опитувальники: Шкала позитивних та негативних переживань (SPANE), Шкала задоволеності життям Е. Дінера, Шкала

еко-тривоги (HEAS-UA), Опитувальник екзистенціальної тривоги (EAQ), Шкала тривоги Бека (BAI). В даному дослідженні застосовано україномовну адаптацію опитувальника (EAQ-C), яка була виконана авторами у межах магістерського дослідження. Використання статистичних методів обробки даних, таких як кореляційний аналіз Спірмена, регресійний та медіаційний аналіз, дозволяє виявити наявність та силу зв'язків між екологічною тривою та суб'єктивним благополуччям, оцінити внесок окремих предикторів у загальний рівень благополуччя, а також проаналізувати механізми їхнього впливу. Це забезпечує глибше розуміння психологічних процесів, що лежать в основі взаємозв'язку між тривожністю щодо екологічного майбутнього та індивідуальним сприйняттям якості життя.

РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕКЗИСТЕНЦІЙНИХ АСПЕКТІВ ЕКОЛОГІЧНОЇ ТРИВОГИ В КОНТЕКСТІ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СТАРШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІСІ.

3.1. Описова статистика та психометричні властивості шкал дослідження

3.1.1. Описова статистика шкал дослідження

З метою первинного аналізу отриманих емпіричних даних було проаналізовано описову статистику показників за основними змінними: Позитивні переживання, Негативні переживання, Задоволеність життям, Екотривога (Афективні симптоми, Румінація, Поведінкові симптоми, Тривога щодо власного впливу), Екзистенційна тривога та Тривога Бека (Таблиця 3.1). Усі змінні мають по 60 валідних спостережень, відсутність пропущених значень засвідчує цілісність вибірки та дозволяє здійснювати подальшу математико-статистичну обробку без коригувань.

Таблиця 3.1.

Описова статистика основних змінних дослідження

Назва показника	Змінні								
	Позитивні переживання	Негативні переживання	Задоволеність життям	Афективні симптоми	Румінація	Поведінкові симптоми	Тривога щодо власного впливу.	Екзистенційна тривога	Тривога Бека
Середні значення	3.747	2.450	3.607	2.031	2.137	1.647	1.938	1.947	0.540
Стандартне відхилення	0.655	0.771	0.840	0.285	0.320	0.257	0.267	0.356	0.389
Коефіцієнт варіації	0.175	0.315	0.233	0.141	0.150	0.156	0.138	0.183	0.721
Показник Шапіро-Уїлка	0.945	0.973	0.965	0.961	0.975	0.989	0.980	0.979	0.946
p для Ш.-У.	0.009	0.198	0.085	0.055	0.255	0.875	0.431	0.382	0.010

Середні значення показують, що найбільш вираженими у вибірці шкалами суб'єктивного благополуччя є Позитивні переживання (3.75) та Задоволеність

життям (3.61), що може свідчити про високий рівень позитивного емоційного фону та сформовану екологічну свідомість серед учасників та загалом позитивне суб'єктивне самосприйняття учасників. Водночас показник Негативних переживань (2.45) є помітно нижчим, що може вказувати на помірний рівень емоційної напруги. Показники Екзистенційної тривоги (1.95) та Екотривоги (Поведінкові симптоми – 1,65, Тривога щодо власного впливу – 1,94, Афективні симптоми – 2,03, Румінація – 2,14) мають помірні середні значення, що узгоджується з гіпотезою про латентний характер переживання глобальних екзистенційних загроз у молодіжному середовищі та може свідчити про низький рівень екотривоги серед опитаних. Значення за шкалою Тривоги Бека (0.54) є найнижчими, однак супроводжуються відносно високою варіативністю (коефіцієнт варіації – 0.721), що може вказувати на значну міжіндивідуальну відмінність у соматичних реакціях та може відображати менш усвідомлений тілесний компонент переживання тривоги.

Стандартне відхилення від 0.26 до 0.84 — тобто варіація даних помірна, без надмірних коливань. Найбільша дисперсія — у шкалах Задоволеність життям 0.84 та Негативні переживання (0.77), що свідчить про різномірність емоційного стану учасників. Найменша — в Поведінкових симптомах (0.26) та Тривозі щодо власного впливу (0,27) тобто респонденти мають схожий рівень емоційних проявів. Коефіцієнт варіації показує відносне розсіювання, що може вказувати на високу неоднорідність вибірки. Найвища варіативність, підтверджена високими коефіцієнтами варіації, спостерігається у шкалі Тривоги Бека (0.721). Такий значний розкид даних при низьких середніх значеннях може свідчити про неоднорідність переживань тривоги на тілесному рівні та різну глибину залученості до екологічних проблем. Це може бути пов'язано з індивідуальними відмінностями, такими як чутливість до екологічних криз чи фізіологічні реакції на тривогу, а також із зовнішніми факторами, такими як соціальний контекст чи життєвий досвід.

Аналіз нормальності розподілу за критерієм Шапіро-Уїлка показав, що більшість змінних відповідають нормальному розподілу ($p > 0.05$), окрім показників: Позитивних переживань – 0.009, Тривоги Бека – 0.010, які мають

статистично значущі відхилення від нормальності.

Можна припустити, що вибірка характеризується середнім рівнем психологічного благополуччя, про що свідчать найвищі середні значення Позитивного переживання (3.75) та Задоволеності життям (3.61) і низька вираженість клінічних симптомів (Тривога Бека – 0.54). Також показник Позитивних переживань має вищий середній бал, ніж Негативних, що може свідчити про загалом більш позитивний емоційний стан вибірки.

Q-Q графіки (рис. 3.1, Додаток Б) візуально підтверджують результати тесту Шапіро-Уїлка, представлені в таблиці дескриптивної статистики, які показали, що більшість змінних мають розподіл, близький до нормального, окрім змінних: Позитивні переживання, Тривога Бека, що мають p -значення < 0.05 . Аналіз Q-Q графіків (рис. 3.1) підтвердив результати тесту, що для більшості змінних (включно з Негативним переживанням, Румінацією, Поведінковими симптомами) точки даних щільно слідує теоретичній прямій, тобто точки на графіках розташовані уздовж діагоналі, що вказує на наближеність до нормального розподілу. Незначні відхилення спостерігаються в крайніх значеннях (кінці розподілу) для змінних Позитивних переживань та частково Тривоги Бека, що узгоджується з результатами Шапіро-Уїлка.

3.1.2. Перевірка внутрішньої узгодженості та надійності шкал

Для оцінки якості вимірювальних інструментів, що використовувалися в дослідженні, було проведено аналіз внутрішньої узгодженості (надійності) шкал. Основними показниками виступали коефіцієнт омега Макдональда (ω) та коефіцієнт альфа Кронбаха (α).

1. Шкала позитивних і негативних переживань (SPANE).

а) Позитивні переживання: високі значення коефіцієнтів $\omega = 0.846$ (довірчий інтервал [0.785, 0.906]) та $\alpha = 0.841$ (довірчий інтервал [0.759, 0.922]), що свідчить про відмінну надійність шкали. Позитивна та достатньо висока середня міжпунктова кореляція (0.466) підтверджує високу внутрішню узгодженість, тобто пункти шкали послідовно вимірюють один і той же конструкт.

б) Негативні переживання: значення коефіцієнтів $\omega = 0.791$ (довірчий інтервал

[0.709, 0.873]) та $\alpha = 0.789$ (довірчий інтервал [0.698, 0.880]) є високими, що вказує на хорошу надійність і послідовне вимірювання одного конструкта. Середня міжпунктова кореляція (0.399) знаходиться в оптимальному діапазоні.

2. Шкала задоволеності життям Е.Дінера (SWLS): значення коефіцієнтів $\omega = 0.773$ (довірчий інтервал [0.682, 0.865]) та $\alpha = 0.775$ (довірчий інтервал [0.679, 0.871]) є достатньо високими для послідовного вимірювання конструкта. Середня міжпунктова кореляція (0.436) свідчить про адекватний зв'язок між пунктами. Надійність можна оцінити як достатньо хорошу.

3. Шкала екологічної тривоги Т.Хогг (HEAS-UA) (4 шкали: Афективні симптоми, Румінація, Поведінкові симптоми, Тривога щодо власного впливу).

а) Афективні симптоми: внутрішня узгодженість шкали є високою ($\omega = 0.836$, $\alpha = 0.831$). Це свідчить про те, що шкала є надійною для вимірювання відповідного конструкта. Усі чотири пункти мають прийнятну або високу кореляцію з рештою шкали (від 0.561 до 0.753) і є цінними для загальної надійності, оскільки виключення будь-якого з них призводить до зниження загальної надійності α та ω .

б) Румінація: $\omega = 0.863$, $\alpha = 0.847$, що відповідає дуже хорошій надійності шкали. Показник середньої міжпитальної кореляції (0.661) вказує на тісні та збалансовані зв'язки між пунктами, що підтверджує їх спрямованість на вимірювання єдиного конструкта — схильності до румінативного мислення. Кореляція кожного пункту із загальним балом знаходиться у межах 0.678–0.753, що вказує на достатню дискримінативність та відсутність «слабких» пунктів.

в) Поведінкові симптоми: отримані значення свідчать про помірний рівень надійності інструменту ($\omega=0.639$, $\alpha=0.638$). Середня міжпитальна кореляція (0.378) вказує на помірну узгодженість пунктів, що свідчить про те, що кожен із них лише частково відображає спільний поведінковий конструкт. Індивідуальний аналіз пунктів показав, що вилучення будь-якого з них не покращує значення α чи ω . Кореляція кожного пункту розташовується в межах 0.423–0.480, що відповідає достатньому, але не високому рівню дискримінативності.

г) Тривога щодо власного впливу: значення $\alpha = 0.711$ свідчить про достатню внутрішню узгодженість шкали. Жоден пункт не погіршує узгодженість шкали, а

видалення будь-якого з них не підвищує α . Значення кореляцій пунктів із загальним балом (0.46–0.68) є прийнятними, що свідчить про спільну спрямованість тверджень на вимірювання одного конструкта — показника Тривоги щодо власного впливу.

4. Опитувальник екзистенційної тривоги (EAQ-C): коефіцієнт $\omega = 0.701$ (довірчий інтервал [0.592, 0.809]), коефіцієнт $\alpha = 0.729$ (довірчий інтервал [0.618, 0.840]). Ці значення знаходяться на нижній межі прийнятної надійності, що може бути пов'язано з порівняно низькою середньою міжпунктовою кореляцією (0.177). Це вказує на те, що надійність шкали є прийнятною, але є найнижчою серед усіх використаних інструментів.

5. Шкала тривоги Бека (BAI): високі значення коефіцієнтів $\omega = 0.869$ (довірчий інтервал [0.821, 0.917]) та $\alpha = 0.864$ (довірчий інтервал [0.816, 0.911]) свідчать про високу внутрішню узгодженість і надійність шкали. Шкала послідовно вимірює конструкт тривоги. Середня міжпунктова кореляція (0.229) знаходиться в хорошому діапазоні, що є додатковим підтвердженням надійності та якості шкали. Немає жодного проблемного пункту, який потребував би вилучення чи переформулювання.

3.2. Аналіз можливого впливу позиційного ефекту та статі на досліджувані показники.

У рамках проведеного дослідження, одним з завдань було з'ясувати, чи має місце позиційний ефект, пов'язаний з порядком пред'явлення методик. Позиційний ефект, який також може бути трактований як вплив фактора "група", міг би проявитися у статистично значущих відмінностях за залежними змінними між групою 1 та групою 2.

1) Група 1 (учні 10-А, 11-А класів): методики пред'являлися у порядку: Позитивні переживання, Негативні переживання, Задоволеність життям, Екологічна тривога, Екзистенційна тривога, Тривога Бека.

2) Група 2 (учні 10-Б, 11-Б класів): методики пред'являлися у порядку: Позитивні переживання, Негативні переживання, Задоволеність життям, Екзистенційна тривога, Екологічна тривога, Тривога Бека.

Основними цілями аналізу були: а) визначення впливу позиційного ефекту: чи впливає порядок пред'явлення методик на результати досліджуваних змінних; б) визначення впливу статі: чи існують статистично значущі відмінності між показниками хлопців та дівчат за всіма досліджуваними шкалами; в) визначення впливу взаємодії "група×стать": чи залежить вплив статі від приналежності респондента до певної групи (порядку методик). Було застосовано двофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA), який дозволив оцінити вплив групи, статі та їхньої взаємодії на залежні змінні: Позитивні переживання, Негативні переживання, Задоволеність життям, Екотривога (підшкали: Афективні симптоми, Румінація, Поведінкові симптоми, Тривога щодо власного впливу), Екзистенційна тривога та Тривога Бека. Аналіз впливу статі дозволив перевірити, чи існують статистично значущі відмінності в рівнях досліджуваних психологічних показників між юнаками та дівчатами. Цей аналіз особливо важливий, оскільки попередні дослідження вказують на потенційні гендерні відмінності у переживанні тривожних станів та психологічного благополуччя. Результати двофакторного дисперсійного аналізу представлені в Таблиці 3.2 і дозволяють зробити такі висновки:

1. Вплив позиційного ефекту: група не має статистично значущого основного впливу на жоден із дев'яти досліджуваних показників ($p > 0.05$ у всіх випадках). Таким чином, позиційний ефект не призводить до загальних змін у середніх рівнях психологічних показників.

2. Вплив статі: стать є важливим чинником і статистично впливає на більшість досліджуваних показників. Цей вплив переважно пов'язаний із негативною емоційною сферою: Афективні симптоми ($F = 16.188$, $p < 0.001$); Тривога Бека ($F = 11.670$, $p = 0.001$); Екзистенційна тривога ($F = 7.811$, $p = 0.007$); Негативні переживання ($F = 6.663$, $p = 0.012$); Поведінкові симптоми ($F = 4.595$, $p = 0.036$). Дівчата демонструють статистично значуще вищі рівні за шкалами Негативних переживань, Афективних симптомів, Тривоги Бека, Екзистенційної тривоги та Поведінкових симптомів порівняно з хлопцями. Середні значення за підгрупами для значущих ефектів наведено в Таблиці 3.3.

Таблиця 3.2.

Вплив статі та групи на психологічні показники

Залежна Змінна	Рез-ти теста Левена (F,p)	Вплив групи (F,p)	Вплив статі (F,p)	Взаємодія (стать × група) (F,p)	Ключовий висновок
1. Позитивні переживання	1.290 0.287	0.483 0.490	0.088 0.768	0.035 0.851	Немає значущих ефектів
2. Негативні переживання	1.772 0.163	0.571 0.453	6.663 0.012	0.128 0.722	Значущий вплив статі (Дівчата > Хлопці)
3. Задоволеність життям	0.796 0.501	1.162 0.286	0.667 0.418	1.162 0.286	Немає значущих ефектів
4. Екотривога: Афективні симптоми	1.186 0.324	2.408 0.126	16.188<0.001	0.043 0.837	Значущий вплив статі (Дівчата > Хлопці)
5. Екотривога: Румінації	1.313 0.279	0.281 0.598	1.937 0.170	2.171 0.146	Немає значущих ефектів
6. Екотривога: Поведінкові симптоми	2.720 0.053 (Граничне)	0.307 0.582	4.595 0.036	2.720 0.104	Значущий вплив статі (Дівчата > Хлопці)
7. Екотривога: Тривога щодо власного впливу	4.222 0.009 (Порушено)	0.118 0.732	8.023 0.006	6.655 0.013	Значуща Взаємодія
8. Екзистенційна тривога	2.720 0.053 (Граничне)	0.068 0.796	7.811 0.007	0.664 0.419	Значущий вплив статі (Дівчата > Хлопці)
9. Тривога Бека	0.912 0.441	2.144 0.149	11.670 0.001	0.756 0.388	Значущий вплив статі (Дівчата > Хлопці)

Таблиця 3.3.

Середні значення за підгрупами для значущих ефектів

Залежна змінна	Група	Дівчата (f)	Хлопці (m)
Афективні симптоми	1	1.059	0.365
	2	1.279	0.654
Тривога Бека	1	0.569	0.333
	2	0.784	0.388
Екзистенційна тривога	1	1.911	1.475
	2	1.844	1.605
Тривога щодо власного впливу	1	0.981	0.154
	2	0.627	0.590

3. Аналіз взаємодії: для показників Негативні переживання, Тривога Бека, Екзистенційна тривога та Афективні симптоми взаємодія була статистично незначущою ($p > 0.05$), що вказує на консистентність гендерних відмінностей

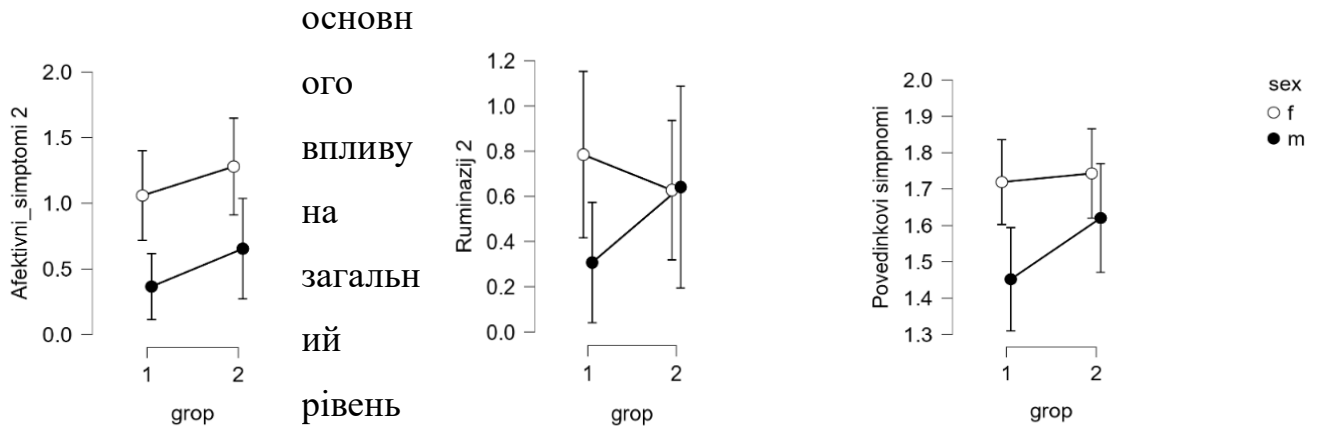
незалежно від приналежності до групи. Post hoc аналіз виявив, що дівчата групи 2 (середнє = 0.784) мають значно вищий рівень показника Тривоги Бека порівняно з хлопцями групи 1 ($p = 0.006$) та хлопцями групи 2 ($p = 0.019$). Виявлено статистично значущу взаємодію між статтю та групою для показника Тривога щодо власного впливу ($F = 6.655$, $p = 0.013$). Єдина значуща відмінність ($p = 0.002$) спостерігається між дівчатами групи 1 (середнє = 0.981) та хлопцями групи 1 (середнє = 0.154). Таким чином, ефект статі залежить від групи, а гендерні відмінності є значущими лише у групі 1. Для показників Румінації, Позитивних переживань та Задоволеності життям жоден із факторів (стать, група) та їхня взаємодія не чинять статистично значущого впливу ($p > 0.05$). Отже позиційний ефект є незначущим, тоді як гендерні відмінності домінують у варіативності показників, пов'язаних із тривогою та негативними переживаннями (Тривога Бека, Афективних симптомів та Негативних переживань), з вищою вираженістю серед дівчат. Аналіз однозначно вказує, що гендерний фактор є основним джерелом варіації для показників внутрішнього дистресу та тривожності. Дівчата в цій вибірці мають значуще вищий рівень клінічної та екзистенційної тривоги та негативних поведінкових симптомів порівняно з хлопцями. Водночас Позитивне переживання та Задоволеність життям є однаковими для обох статей. Значуща взаємодія для показника Тривоги щодо власного впливу свідчить про залежність гендерних відмінностей від позиційного фактора.

Візуальний аналіз графіків середніх значень (Рис. 3.2.) підтверджує результати двофакторного дисперсійного аналізу, а саме значущий вплив статі на негативні стани та відсутність значущого основного впливу групи і їхньої взаємодії. Графіки візуально підтверджують, що:

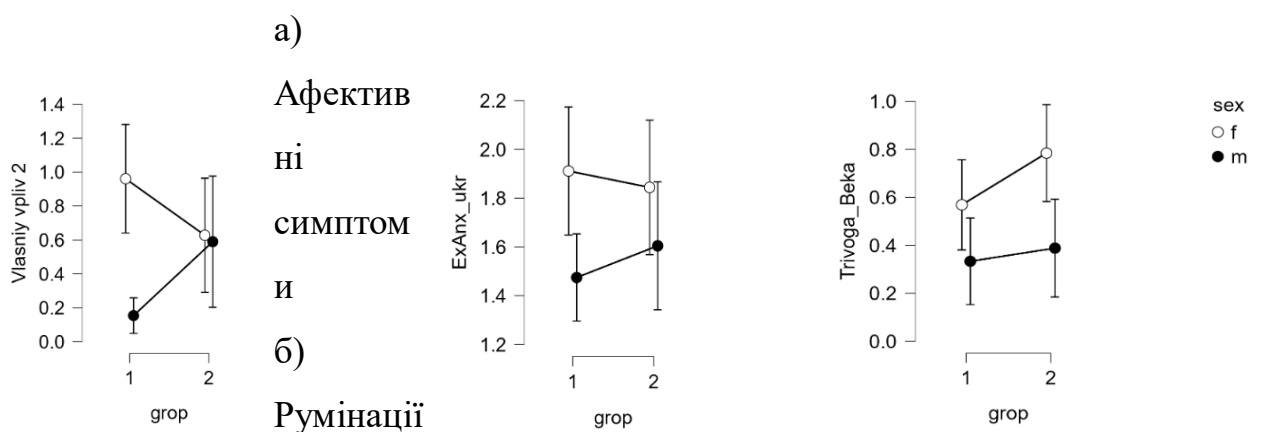
1. Для більшості показників, пов'язаних з негативною емоційною сферою, спостерігається чітке графічне розділення за статтю. Так графіки візуально підтверджують, що дівчата демонструють вищі рівні тривоги та негативних переживань (Афективні симптоми, Тривога Бека, Екзистенційна тривога, Негативні переживання) у порівнянні з хлопцями, незалежно від групи.

2. На всіх графіках (Рис. 3.2.) спостерігається, що середні значення для групи

1 та групи 2 не демонструють послідовної суттєвої зміни по відношенню до загального рівня показника. Для показників Позитивні переживання, Негативні переживання, Задоволеність життям, Афективні симптоми та Тривога Бека лінії є відносно горизонтальними або демонструють невеликі, нерівномірні коливання. Це візуально підтверджує, що приналежність до групи 1 чи групи 2 не має вираженого



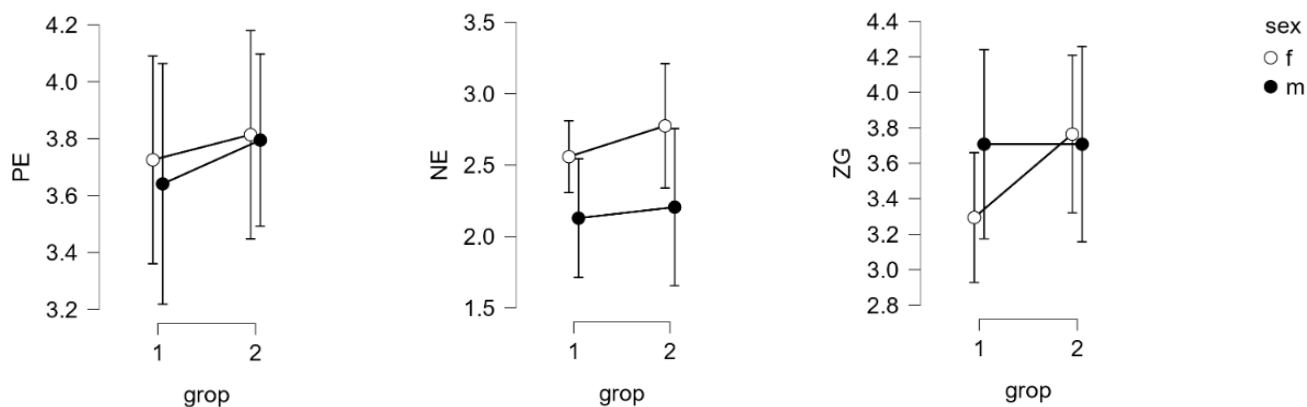
досліджуваних змінних.



а) Афективні симптоми
б) Румінації

в) Поведінкові симптоми

г) Тривога щодо власного впливу



впливу д) Екзистенційна тривога е) Тривога Бека

є) Позитивні переживання ж) Негативні переживання з) Задоволеність життям
 Рис. 3.2. Графіки середніх значень досліджуваних психологічних показників з довірчими інтервалами, розбитих за статтю та позиційним ефектом.

3. Аналіз виявив значущий ефект взаємодії «стать×група» ($p < 0.05$), що підтверджує гіпотезу про позиційний ефект. Цей патерн характеризується вираженими гендерними відмінностями у групі 1, за відсутності таких відмінностей у групі 2. При цьому, показники дівчат у групі 1 були статистично нижчими, ніж у дівчат групи 2. Графік показника Тривоги щодо власного впливу візуально ілюструє наявність взаємодії між статтю та групою. Група 1: спостерігається велика різниця між дівчатами (високе значення) та хлопцями (низьке значення). Група 2: лінії середніх значень дівчат і хлопців зближуються, що

вказує на зменшення гендерної відмінності. Позиційний ефект виявився у тому, що після відповідей на запитання екзистенційного змісту рівень екологічної тривоги дівчат щодо власного впливу став співмірним із показниками хлопців та виявився нижчим, ніж у дівчат, для яких вимірювання екоотривоги проводилося до відповідей на екзистенційні питання.

4. Виявлені показники без виражених відмінностей, так для показників Румінації, Позитивні переживання та Задоволеність життям, лінії дівчат і хлопців розташовані близько та мають паралельний напрямок, що візуально підтверджує відсутність значущого впливу як статі, так і групи.

Статистичний аналіз переконливо свідчить, що стать є ключовим фактором, що диференціює рівень негативних переживань та різних типів тривоги у старшому підлітковому віці. Тобто гендерний фактор є основним предиктором відмінностей у сприйнятті екологічної тривоги (особливо у формі Поведінкових симптомів) та загальної тривоги (Тривога Бека), при цьому дівчата послідовно демонструють вищі рівні негативних показників.

3.3. Аналіз зв'язків між показниками тривоги та суб'єктивного благополуччя.

Для виявлення статистичних взаємозв'язків між досліджуваними змінними суб'єктивного благополуччя (СБ) та різними аспектами тривоги було проведено кореляційний аналіз з використанням непараметричного коефіцієнта кореляції Спірмена. Аналіз здійснився з метою перевірки гіпотез щодо зв'язку між компонентами суб'єктивного благополуччя (Позитивні переживання, Негативні переживання, Задоволеність життям) та екзистенційними і екологічними аспектами тривоги (Екоотривога (Афективні симптоми, Румінація, Поведінкові симптоми, Тривога щодо власного впливу), Екзистенційна тривога, Тривога Бека). На основі даних, представлених у Таблиці 3.4. було виявлено низку статистично значущих взаємозв'язків між досліджуваними змінними.

Таблиця 3.4.

Результати кореляційного аналізу взаємозв'язків показників СБ з показниками тривоги

	Показники Суб'єктивного благополуччя
--	--------------------------------------

Показники тривоги	Позитивні переживання	Негативні переживання	Задоволеність життям
Екотривога: Афективні симптоми	$r=-0.288, p=0.026$	$r=0.651, p<0.001$	$r=-0.351, p=0.006$
Екотривога: Румінація	$r=-0.014, p=0.917$	$r=0.261, p=0.044$	$r=-0.160, p=0.222$
Екотривога: Поведінкові симптоми	$r=-0.406, p=0.001$	$r=0.399, p=0.002$	$r=-0.657, p<0.001$
Екотривога: Тривога щодо власного впливу	$r=-0.135, p=0.304$	$r=0.302, p=0.019$	$r=0.433, p<0.001$
Тривога Бека	$r=-0.327, p=0.011$	$r=0.603, p<0.001$	$r=-0.349, p=0.006$
Екзистенційна тривога (адапована)	$r=-0.275, p=0.033$	$r=0.418, p<0.001$	$r=-0.513, p<0.001$
(Взаємозв'язок СБ: Негативні переживання з Позитивними переживаннями)	$r=-0.519, p<0.001$	—	$r=-0.398, p=0.002$ (Негативні переживання з Задоволеністю життя)

* Примітка: - r коефіцієнт кореляції Спірмена; значущі кореляції при $p < 0.05$.

1. Зв'язки між компонентами суб'єктивного благополуччя.

Виявлено значущі кореляційні зв'язки між усіма трьома компонентами суб'єктивного благополуччя (Позитивні та Негативні переживання, Задоволеність життям), що підтверджує їхню взаємозалежність у структурі благополуччя. Позитивні та Негативні переживання очікувано демонструють середній обернений зв'язок ($r = -0.519, p < 0.001$). Це підтверджує, що ці емоційні стани є протилежними полюсами, де зростання одного супроводжується зниженням іншого.

Задоволеність життям має значущий прямий зв'язок із Позитивними переживаннями ($r = 0.591, p < 0.001$) та середній обернений зв'язок із Негативними переживаннями ($r = -0.398, p < 0.002$). Це вказує на те, що чим вищий рівень позитивних емоцій, тим вища задоволеність життям, а вищий рівень негативних емоцій пов'язаний із нижчою задоволеністю. Чим вища задоволеність життям, тим нижчий рівень негативних переживань. Отже показник Позитивні переживання є сильнішим предиктором Задоволеності життям, ніж показник Негативні переживання, що відповідає гедоністичній концепції благополуччя. Як і очікувалося, компоненти суб'єктивного благополуччя демонструють значущі кореляційні зв'язки між собою.

2. Зв'язки суб'єктивного благополуччя з тривогою.

а) Зв'язки між показниками тривоги та негативними переживаннями.

Виявлено, що показник Негативних переживань, як афективний компонент СБ, має сильні та прямі зв'язки з усіма формами тривоги, що свідчить про його високу коморбідність. Найсильніший прямий зв'язок виявлено з показником Афективні симптоми екоотривоги ($r = 0.651$, $p < 0.001$). Це вказує на те, що емоційні реакції на екологічні проблеми безпосередньо посилюють загальний рівень негативних емоцій. Також виявлено сильні прямі зв'язки з показником соматичної тривоги (Тривоги Бека) ($r = 0.603$, $p < 0.001$) та помірні зі змінною Екзистенційною тривогою ($r=0.418$, $p=0.001$). Це очікувано, оскільки ці показники відображають афективну складову тривоги.

Показник Тривога щодо власного впливу ($r = 0.302$, $p = 0.019$) демонструє слабкий, але статистично значущий зв'язок зі змінною Негативні переживання. Це може свідчити про те, що чим більше людина сфокусована на власному впливі на навколишнє середовище чи контролі в контексті тривоги, тим вищим є її рівень негативних емоцій (можливо, через гіпервідповідальність або гіперконтроль).

З Поведінковими симптомами виявлено помірний прямий, але значущий зв'язок ($r = 0.399$, $p = 0.002$). Це підтверджує, що зовнішні, поведінкові прояви тривоги безпосередньо супроводжуються та посилюються внутрішнім негативним емоційним станом. Іншими словами, чим більше людина демонструє поведінкових проявів тривоги, тим більше негативних емоцій вона відчуває.

З показником Румінація виявлений слабкий, але значущий прямий зв'язок ($r = 0.261$, $p = 0.044$). Оскільки румінація є когнітивним процесом, її значущий прямий зв'язок із показником Негативні переживання підтверджує, що когнітивні стилі реагування (такі як схильність до циклічних негативних роздумів) підтримують і поглиблюють негативний емоційний фон.

б) Зв'язки між показниками тривоги та задоволеністю життям.

Аналіз кореляційних зв'язків між різними формами тривоги та задоволеністю життям, як когнітивним компонентом СБ, виявив переважно обернені (негативні), а також один унікальний прямий зв'язок. Задоволеність життям найбільш суттєво

знижується під впливом поведінкових та загальних переживань тривоги.

Сильні обернені зв'язки. Найсильніший обернений зв'язок зафіксовано з Екотривогою а саме показником Поведінкові симптоми ($r = -0.657$, $p < 0.001$). Це свідчить про те, що чим більше людина виявляє поведінкових реакцій, пов'язаних із тривогою (наприклад, уникання, зміни у звичках), тим нижчою є її загальна когнітивна оцінка власного життя. Поведінкові прояви тривоги є головною перешкодою для відчуття задоволення життям. Сильний обернений зв'язок також виявлено з показником Екзистенційна тривога ($r = -0.513$, $p < 0.001$). Це підкреслює, що глибокі переживання, пов'язані з невизначеністю майбутнього та сенсом, значно погіршують загальну задоволеність.

Помірні обернені зв'язки. Різні афективні та загальні показники тривоги також значуще, хоча й менш інтенсивно, знижують задоволеність життям. Так змінні: Афективні симптоми ($r = -0.351$, $p = 0.006$); Тривога Бека ($r = -0.349$, $p = 0.006$) демонструють помірні негативні кореляції із задоволеністю життям. Ці дані підтверджують, що вищий рівень переживання тривоги (як екологічної, так і загальної) призводить до більш негативної, менш задоволеної когнітивної оцінки свого життя.

Унікальний прямий зв'язок. Єдиний показник тривоги, що демонструє позитивний зв'язок із задоволеністю життям, є Тривога щодо власного впливу ($r = 0.433$, $p < 0.001$). Цей помірний прямий зв'язок є ключовим, він свідчить, що суб'єктивне відчуття власної здатності впливати на проблему (навіть якщо ця здатність викликає певну тривогу чи напругу) позитивно асоціюється з вищою задоволеністю життям. Сприйняття власної компетентності або контролю (навіть у контексті екологічної загрози) може діяти як протективний ресурс, який підтримує когнітивну оцінку життя.

Незначущий зв'язок. Показник Румінація демонструє статистично незначущий зв'язок із показником Задоволеність життям ($r = -0.160$, $p = 0.222$). На відміну від негативних переживань, які румінація посилювала на емоційному рівні, цей когнітивний стиль не має значущого впливу на довгострокову когнітивну оцінку життя.

в) Зв'язки між показниками тривоги та позитивними переживаннями.

Позитивні переживання мають слабкі та помірні обернені зв'язки з більшістю показників тривоги. Найсильніший негативний зв'язок спостерігається зі змінною Поведінкові симптоми ($r = -0.406$, $p < 0.001$), що вказує про те, що чим більш виражені поведінкові прояви тривоги, тим нижча здатність відчувати радість і задоволення. Також значущі обернені зв'язки виявлено з показниками Афективні симптоми ($r = -0.288$, $p = 0.026$), Тривога Бека ($r = -0.327$, $p = 0.011$) та Екзистенційною тривоگوю ($r = -0.275$, $p = 0.033$).

Незначущий зв'язок виявлено зі змінною Румінація ($r = -0.014$, $p = 0.917$), що свідчить про їхню відносну незалежність від рівня позитивного афекту. Помірний прямий зв'язок між показниками Власний вплив та Позитивні переживання ($r = -0.135$, $p = 0.304$). Вище суб'єктивне відчуття контролю позитивно асоціюється з переживанням позитивних емоцій. Виявлено, що показник Негативні переживання має сильні та прямі зв'язки з усіма формами тривоги, що свідчить про його високу коморбідність з показниками: Тривога Бека; з Афективні симптоми екотривоги; Екзистенційна тривога. На противагу, змінні Задоволеність життям та Позитивні переживання демонструють значущі обернені зв'язки з усіма компонентами тривоги, підтверджуючи, що зростання тривоги знижує суб'єктивне благополуччя.

3. Зв'язки між різними видами тривоги та її компонентами.

Аналіз кореляцій усередині блоку показників тривоги виявив високу внутрішню узгодженість та значну коморбідність між різними формами та компонентами тривоги. Це свідчить про те, що тривога, незалежно від її джерела (екологічна, екзистенційна, загальна), проявляється як цілісний, взаємопов'язаний конструкт.

а) Зв'язки загальної та афективної тривоги. Показник Тривога Бека демонструє сильні прямі зв'язки з усіма компонентами екотривоги, особливо зі змінною Афективні симптоми ($r = 0.837$, $p < 0.001$). Це є очікуваним і підтверджує, що афективні симптоми є центральним, якщо не домінантним, складником загального рівня тривоги.

Екзистенційна тривога також має сильні прямі зв'язки з показниками Тривога

Бека ($r = 0.607$, $p < 0.001$) та Афективні симптоми ($r = 0.559$, $p < 0.001$), це вказує на те, що переживання, пов'язані з екзистенційною темою, тісно інтегровані в загальний афективний та тривожний фон особистості. Екзистенційна тривога також сильно пов'язана зі змінною Поведінкові симптоми ($r = 0.581$, $p < 0.001$). Це підкреслює, що глибокі екзистенційні переживання не лише викликають негативні емоції, а й знаходять вираження у поведінкових реакціях (наприклад, униканні).

б) Зв'язки між когнітивними та поведінковими компонентами. Показник Румінація (когнітивний компонент) має помірні прямі зв'язки з показниками Афективні симптоми ($r = 0.401$, $p < 0.001$) та Поведінкові симптоми ($r = 0.315$, $p = 0.014$). Це доводить, що схильність до нав'язливих негативних роздумів є важливою ланкою, яка сполучає емоційні та зовнішні поведінкові прояви тривоги.

в) Роль власного впливу в структурі тривоги. Показник Тривоги щодо власного впливу (суб'єктивний контроль) демонструє прямі та статистично значущі кореляційні зв'язки з усіма ключовими компонентами тривоги, що підкреслює його центральну роль у мережевій моделі тривожних розладів.

В свою чергу показник Румінації має найсильніший зв'язок ($r = 0.616$, $p < 0.001$) тобто високий рівень суб'єктивного контролю асоціюється з інтенсивними румінаціями. Це може бути ознакою гіперконтролю, тобто спроби за допомогою постійних, нав'язливих роздумів (румінацій) відновити відчуття контролю над ситуацією, яка сприймається як загрозна. Змінні Афективні ($r = 0.450$, $p < 0.001$) та Поведінкові симптоми ($r = 0.451$, $p < 0.001$) мають помірні, але стійкі кореляції. Такі зв'язки свідчать про тісне переплетення когнітивних стратегій контролю з емоційними та моторними проявами тривоги. Отримані дані підтверджують мережеву структуру тривоги, у якій компоненти функціонують як взаємопов'язані вузли. Особливе значення мають румінації та відчуття власного впливу, що виступають мостом між афективною сферою та зовнішніми (поведінковими) проявами, забезпечуючи інтеграцію тривожного досвіду.

Проведений кореляційний аналіз за коефіцієнтом Спірмена дозволив встановити низку статистично значущих зв'язків між екологічною тривогою та компонентами суб'єктивного благополуччя. Ці результати підтверджують загальну

гіпотезу про те, що зростання рівня тривоги негативно корелює із суб'єктивним благополуччям, особливо знижуючи рівень задоволеності життям та посилюючи негативні переживання. Тобто, суб'єктивне благополуччя обернено корелює з усіма формами тривоги, окрім специфічного фактору Тривога щодо власного впливу.

3.4. Аналіз показників тривоги як предикторів суб'єктивного благополуччя.

Для визначення внеску незалежних змінних (екологічної тривоги, екзистенційної тривоги та тривоги Бека) на залежні змінні (задоволеність життям, позитивні та негативні переживання) було проведено три окремі лінійні регресійні аналізи. Припущення лінійної регресії (нормальність залишків, гомоскедастичність) були перевірені та дотримані.

1. Вплив незалежних змінних на задоволеність життям. Перша регресійна модель була побудована для прогнозування рівня задоволеності життям (Таблиця 3.5.).

Таблиця 3.5.

Результати лінійного регресійного аналізу для Задоволеності життям

Змінні	Нестандартизований коефіцієнт B	Стандартна похибка	Стандартизований коефіцієнт β	t	p
(Константа)	4.917	0.318	-	15.482	<0.001
Поведінкові симптоми	-0.525	0.134	-0.473	-3.925	<0.001
Екзистенційна тривога (адаптована)	-0.469	0.208	-0.271	-2.248	0.028

Резюме моделі: $R^2 = 0.423$, Adjusted $R^2 = 0.423$; $F(2,57) = 22,632$, $p < 0.001$

Примітка: Залежна змінна: Задоволеність життям, Змінні: Тривога Бека, Афективні симптоми, Румінації, Тривога щодо власного впливу не були включені до фінальної моделі. Залежною змінною виступила Задоволеність життям, а незалежними: Екологічна тривога (Афективні симптоми, Румінація, Поведінкові симптоми, Тривога щодо власного впливу), Екзистенційна тривога та Тривога Бека. Статистично значущим негативним предиктором задоволеності життям виявився показник Поведінкові симптоми ($F = 37.581$; $t = -6.130$, $p < 0.001$). Коефіцієнт детермінації $R^2 = 0.393$ означає, що Поведінкові симптоми самостійно пояснюють 39.3% дисперсії задоволеності життям. Стандартизований коефіцієнт $\beta = -0.627$ свідчить про сильний обернений вплив, тобто зі зростанням інтенсивності показника Поведінкові симптоми тривоги, рівень задоволеності життям суттєво знижується. З

додаванням показника Екзистенційна тривога збільшилася пояснювальна сила моделі до $R^2 = 0.443$, тобто обидві змінні спільно пояснюють 44.3% дисперсії задоволеності життя. Показник Поведінкові симптоми залишається статистично значущим негативним предиктором ($t = -3.925$, $p < 0.001$) із $\beta = -0.473$, підтвержуючи, що зовнішні прояви тривоги мають найбільш руйнівний вплив на когнітивну оцінку життя. Екзистенційна тривога також виявилася статистично значущим негативним предиктором ($t = -2.248$, $p = 0.028$) із $\beta = -0.271$ та робить додатковий внесок у прогнозування задоволеності життям, що свідчить про важливість глибинних екзистенційних переживань як незалежного фактора зниження якості життя. Змінні тривога Бека, Афективні симптоми, Румінації, Тривога щодо власного впливу не були включені до фінальної моделі, оскільки вони не продемонстрували додаткового значущого внеску у прогнозування Задоволеності життя після включення Поведінкових симптомів та Екзистенційної тривоги.

2. Вплив незалежних змінних на Позитивні переживання. Друга модель була спрямована на вивчення внеску незалежних змінних у прогнозування рівня показника Позитивні переживання (Таблиця 3.6.). Поведінкові симптоми виявилися статистично значущим негативним предиктором позитивних переживань ($t = -4.023$, $p < 0.001$). Коефіцієнт детермінації $R^2 = 0.218$ означає, що змінна Поведінкові симптоми пояснює 21.8% дисперсії позитивних переживань. Стандартизований коефіцієнт $\beta = -0.467$ свідчить про помірний обернений вплив, тобто чим більше виражені поведінкові прояви тривоги, тим нижча інтенсивність позитивних переживань. Тобто змінна Поведінкові симптоми тривоги виступає головною перешкодою на шляху до переживання позитивних емоцій. Інші показники тривоги не внесли додаткового унікального внеску в прогнозування позитивних переживань після врахування змінної Поведінкові симптоми.

Таблиця 3.6.

Результати лінійного регресійного аналізу для Позитивних переживань

Змінні	Нестандарт. коефіцієнт B	Стандартна похибка	Стандартизований коефіцієнт β	t	p
(Константа)	4.131	0.122	-	33.949	<0.001

Поведінкові симптоми	-0.404	0.101	-0.467	-4.023	<0.001
----------------------	--------	-------	--------	--------	--------

Резюме моделі: $R^2 = 0.218$, $Adjusted R^2 = 0.218$; $F(1,58) = 16,183$, $p < 0.001$

Примітка: Залежна змінна: Позитивні переживання, Змінні: Екзистенційна тривога, Тривога Бека, Афективні симптоми, Румінації, Тривога щодо власного впливу не були включені до фінальної моделі.

3. Вплив незалежних змінних на негативні переживання. Третя регресійна модель досліджувала вплив тривоги на рівень негативних емоцій (Таблиця 3.7.).

Таблиця 3.7.

Результати лінійного регресійного аналізу для Негативних переживань

Змінні	Нестандарт. коефіцієнт B	Стандартна похибка	Стандартизований коефіцієнт β	t	p
(Константа)	1.799	0.119	-	15.136	<0.001
Афективні симптоми	0.737	0.105	0.676	6.992	<0.001

Резюме моделі: $R^2 = 0.457$, $Adjusted R^2 = 0.448$; $F(1,58) = 48,888$, $p < 0.001$

Примітка: **Примітка:** Залежна змінна: Негативні переживання, Змінні: Екзистенційна тривога, Тривога Бека, Румінації, поведінкові симптоми, Тривога щодо власного впливу не були включені до фінальної моделі.

Аналіз показав, що модель демонструє найвищий пояснювальний потенціал ($F = 48.888$, $p < 0.001$) серед трьох моделей, пояснюючи 45.7% дисперсії негативних переживань. Єдиним статистично значущим предиктором негативних переживань у цій моделі є змінна Афективні симптоми ($t = 6.992$, $p < 0.001$). Стандартизований коефіцієнт $\beta = 0.676$ свідчить про сильний прямий вплив тобто чим більш виражені афективні (емоційні) прояви тривоги, тим вищий рівень негативних переживань. Отже змінна Афективні симптоми є домінуючим предиктором негативних переживань, пояснюючи майже половину їхньої варіативності. Це узгоджується з даними кореляційного аналізу, де зв'язок між цими змінними був найсильнішим.

3.5. Аналіз медіаційних механізмів впливу тривоги на суб'єктивне благополуччя.

Для виявлення прихованих механізмів, через які компоненти тривоги впливають на суб'єктивне благополуччя (СБ), було проведено медіаційний аналіз на основі методології моделювання структурними рівняннями. Результати аналізу представлені у Таблиці 3.8. та на Рис. 3.3. (Додаток Б).

1. Медіаційна модель: Тривога щодо власного впливу → Екзистенційна тривога → Задоволеність життям. Була перевірена гіпотеза про те, що вплив показника Тривоги щодо власного впливу на задоволеність життям опосередковується екзистенційною тривогою (Таблиця 3.9).

Таблиця 3.9.

Результати медіаційного аналізу впливу тривоги щодо власного впливу на задоволеність життям через екзистенційну тривогу

Ефект	Оцінка	Ст. похибка	p-рівень	95% Довірчий інтервал	Висновок
Загальний ефект	-0.569	0.157	<0.001	[-0.895;-0.208]	Значущий негативний
Прямий ефект	-0.314	0.160	0.049	[-0.593;0.024]	Значущий (на межі) негативний
Непрямий ефект	-0.255	0.096	0.008	[-0.512;-0.099]	Значущий негативний

Аналіз шляхових коефіцієнтів:

Шлях а: Тривога щодо власного впливу → Екзистенційна тривога. Показник Тривога щодо власного впливу є значущим позитивним предиктором Екзистенційної тривоги (оцінка = 0.336, $p < 0.001$). Це означає, що посилення суб'єктивного відчуття тривоги щодо власного впливу призводить до зростання рівня екзистенційної тривоги.

Шлях б: Екзистенційна тривога → Задоволеність життям (при контролі тривоги щодо власного впливу): показник Екзистенційна тривога є сильним значущим негативним предиктором задоволеності життям (оцінка = -0.760, $p < 0.001$). Загальний ефект змінної Тривога щодо власного впливу на задоволеність життям є сильним і значущим негативним (оцінка = -0.569, $p < 0.001$). Непрямий ефект є статистично значущим (оцінка = -0.255, $p = 0.008$), оскільки 95% довірчий інтервал [-0.512; -0.099] не містить нуля. Екзистенційна тривога виступає значущим медіатором у зв'язку між тривогою щодо власного впливу та задоволеністю життям.

Механізм: Тривога щодо власного впливу → посилення Екзистенційної тривоги → зниження Задоволеності життям. Це підтверджує, що відчуття неможливості вплинути на глобальні проблеми (або, навпаки, гіпервідповідальність

за них, що викликає напругу) погіршує якість життя, оскільки воно каталізує глибинні екзистенційні переживання. Прямий ефект змінної Тривога щодо власного впливу на задоволеність життям залишається значущим (оцінка = -0.314, $p = 0.049$). Оскільки і прямий, і непрямий ефекти є значущими, встановлена часткова медіація.

2. Медіаційна модель: Тривога щодо власного впливу → Екзистенційна тривога → Позитивні переживання. Була перевірена гіпотеза про те, що вплив показника Власний вплив на позитивні переживання опосередковується екзистенційною тривоگو (Таблиця 3.10.).

Таблиця 3.10.

Результати медіаційного аналізу впливу тривоги щодо власного впливу на позитивні переживання через екзистенційну тривогу

Ефект	Оцінка	Ст. похибка	p-рівень	95% Довірчий інтервал	Висновок
Загальний ефект	-0.171	0.133	0.200	[-0.462;0.134]	Незначущий
Прямий ефект	-0.054	0.166	0.746	[-0.371;0.270]	Незначущий
Непрямий ефект	-0.117	0.070	0.093	[-0.297;0.003]	Незначущий

Аналіз шляхових коефіцієнтів:

Шлях а: Тривога щодо власного впливу → Екзистенційна тривога: показник Тривога щодо власного впливу є значущим позитивним предиктором екзистенційної тривоги (оцінка = 0.336, $p < 0.001$). Це підтверджує, що цей шлях є функціональним: посилення змінної Тривоги щодо власного впливу призводить до зростання екзистенційної тривоги.

Шлях b: Екзистенційна тривога → Позитивні переживання (при контролі тривоги щодо власного впливу): змінна Екзистенційна тривога є незначущим предиктором позитивних переживань (оцінка = -0.348, $p = 0.066$).

Загальний ефект тривоги щодо власного впливу на позитивні переживання є статистично незначущим (оцінка = -0.171, $p = 0.200$), непрямий ефект також є статистично незначущим ($p = 0.093$). Хоча 95% довірчий інтервал [-0.297; 0.003] знаходиться близько до нуля, він містить його верхню межу (0.003), а p-рівень (0.093) перевищує критичний рівень 0.05 тобто медіаційний ефект не підтверджено.

Це означає, що екзистенційна тривога не виступає значущим медіатором у зв'язку «Тривога щодо власного впливу → Позитивні переживання». Відсутність значущого медіаційного ефекту, ймовірно, пов'язана з тим, що загальний зв'язок між тривогою щодо власного впливу та позитивними переживаннями є слабким і незначущим (відповідно до кореляційної матриці $r = -0.135$, $p = 0.304$), а також тим, що Екзистенційна тривога сама по собі має лише слабкий, на межі значущості обернений зв'язок із позитивними переживаннями ($r = -0.229$, $p = 0.079$).

3. Медіаційна модель: Тривога щодо власного впливу → Екзистенційна тривога → Негативні переживання. Була перевірена гіпотеза про те, що вплив показника Власний вплив на негативні переживання опосередковується екзистенційною тривогою (Таблиця 3.11.).

Таблиця 3.11.

Результати медіаційного аналізу впливу тривоги щодо власного впливу на негативні переживання через екзистенційну тривогу

Ефект	Оцінка	Ст. похибка	p-рівень	95% Довірчий інтервал	Висновок
Загальний ефект	0.314	0.154	0.041	[0.014;0.628]	Значущий позитивний
Прямий ефект	0.127	0.163	0.436	[-0.163;0.475]	Незначущий
Непрямий ефект	0.187	0.086	0.030	[0.041;0.385]	Значущий позитивний

Аналіз шляхових коефіцієнтів:

Шлях а: Тривога щодо власного впливу → Екзистенційна тривога: показник Тривога щодо власного впливу є значущим позитивним предиктором екзистенційної тривоги (оцінка = 0.336, $p < 0.001$).

Шлях б: Екзистенційна тривога → Негативні переживання (при контролі тривоги щодо власного впливу): змінна Екзистенційна тривога є значущим позитивним предиктором негативних переживань (оцінка = 0.557, $p = .015$).

Загальний ефект тривоги щодо власного впливу на негативні переживання є статистично значущим позитивним (оцінка = 0.314, $p = 0.041$), також статистично значущим є непрямий ефект (оцінка = 0.187, $p = 0.030$), оскільки 95% довірчий інтервал [0.041; 0.385] не містить нуля. Цей значущий непрямий ефект підтверджує,

що екзистенційна тривога виступає повним медіатором у зв'язку «Тривога щодо власного впливу → Негативні переживання». Тобто відчуття нездатності вплинути на екологічну ситуацію посилює екзистенційний страх перед буттям, який вже безпосередньо призводить до зростання негативних емоцій.

Механізм: Тривога щодо власного впливу → посилення Екзистенційної тривоги → зростання Негативних переживань. Прямий ефект тривоги щодо власного впливу на негативні переживання стає статистично незначущим ($p = 0.436$) після включення екзистенційної тривоги до моделі, що свідчить про повну медіацію.

4. Медіаційна модель: Афективні симптоми → Екзистенційна тривога → Негативні переживання. Була перевірена гіпотеза про те, що вплив екзистенційної тривоги на негативні переживання опосередковується показником Афективні симптоми (Таблиця 3.12.).

Таблиця 3.12.

Результати медіаційного аналізу впливу афективних симптомів на негативні переживання через екзистенційну тривогу.

Ефект	Оцінка	Ст. похибка	p-рівень	95% Довірчий інтервал	Висновок
Загальний ефект	0.628	0.188	<0.001	[0.259;0.997]	Значущий позитивний
Прямий ефект	0.012	0.185	0.950	[-0.351;0.374]	Незначущий
Непрямий ефект	0.616	0.155	<0.001	[0.312;0.920]	Значущий позитивний

Аналіз шляхових коефіцієнтів:

Шлях а: Екзистенційна тривога → Афективні симптоми: змінна Екзистенційна тривога є сильним значущим позитивним предиктором афективних симптомів (оцінка = 0.842, $p < 0.001$).

Шлях б: Афективні симптоми → Негативні переживання (при контролі екзистенційної тривоги): змінна Афективні симптоми є сильним значущим позитивним предиктором негативних переживань (оцінка = 0.732, $p < 0.001$).

Загальний ефект екзистенційної тривоги на негативні переживання є значущим позитивним (оцінка = 0.628, $p < 0.001$). Непрямий ефект є статистично

значущим (оцінка = 0.616, $p < 0.001$), оскільки 95% довірчий інтервал [0.312; 0.920] не містить нуля. Характер медіації проявляється в тому, що прямий ефект екзистенційної тривоги на негативні переживання стає статистично незначущим ($p = 0.950$) після включення змінної Афективні симптоми до моделі, встановлено повну медіацію. Це єдиний найсильніший медіаційний механізм, тобто екзистенційна тривога впливає на емоційний дистрес (негативні переживання) виключно через активацію афективних симптомів (тобто через емоційний відгук на екзистенційні загрози).

5. Медіаційна модель: Афективні симптоми → Екзистенційна тривога → Позитивні переживання. Була перевірена гіпотеза про те, що вплив екзистенційної тривоги на позитивні переживання опосередковується афективними симптомами (Таблиця 3.13.).

Таблиця 3.13.

Результати медіаційного аналізу впливу екзистенційної тривоги на Позитивні переживання через афективні симптоми.

Ефект	Оцінка	Ст. похибка	p-рівень	95% Довірчий інтервал	Висновок
Загальний ефект	-0.378	0.167	0.024	[-0.706;-0.051]	Значущий негативний
Прямий ефект	-0.152	0.198	0.443	[-0.541;0.237]	Незначущий
Непрямий ефект	-0.226	0.122	0.063	[-0.465;0.012]	Незначущий (на межі)

Аналіз шляхових коефіцієнтів:

Шлях а: Екзистенційна тривога → Афективні симптоми: змінна Екзистенційна тривога є сильним значущим позитивним предиктором афективних симптомів (оцінка = 0.842, $p < 0.001$).

Шлях б: Афективні симптоми → Позитивні переживання (при контролі екзистенційної тривоги): змінна Афективні симптоми є значущим негативним предиктором позитивних переживань (оцінка = -0.269, $p = 0.048$). Загальний ефект екзистенційної тривоги на позитивні переживання є статистично значущим негативним (оцінка = -0.378, $p = 0.024$). Статистично незначущим також є непрямий ефект ($p = 0.063$), хоча p-рівень близький до 0.05, він вищий за нього, а 95%

довірчий інтервал $[-0.465; 0.012]$ містить нуль, що виключає підтвердження значущості. Незважаючи на те, що прямий ефект екзистенційної тривоги на позитивні переживання є незначущим ($p = 0.443$), а загальний ефект значущий, медіаційний ефект не підтверджено через незначущість непрямого шляху. Таким чином, ця модель не дає чіткого статистичного підтвердження того, що афективні симптоми є формальним медіатором у цьому зв'язку.

6. Медіаційна модель: Афективні симптоми \rightarrow Екзистенційна тривога \rightarrow Задоволеність життям. Була перевірена гіпотеза про те, що вплив змінної Екзистенційна тривога на задоволеність життям опосередковується афективними симптомами (Таблиця 3.14.).

Таблиця 3.14.

Результати медіаційного аналізу впливу екзистенційної тривоги на задоволеність життям через афективні симптоми.

Ефект	Оцінка	Ст. похибка	p-рівень	95% Довірчий інтервал	Висновок
Загальний ефект	-0.936	0.188	<0.001	$[-1.304; -0.567]$	Значущий негативний
Прямий ефект	-0.756	0.227	<0.001	$[-1.201; -0.311]$	Значущий негативний
Непрямий ефект	-0.180	0.135	0.183	$[-0.444; 0.085]$	Незначущий

Аналіз шляхових коефіцієнтів:

Шлях а: Екзистенційна тривога \rightarrow Афективні симптоми: змінна Екзистенційна тривога є сильним значущим позитивним предиктором афективних симптомів (оцінка = 0.842, $p < 0.001$).

Шлях б: Афективні симптоми \rightarrow Задоволеність життям (при контролі екзистенційної тривоги): змінна Афективні симптоми є незначущим негативним предиктором задоволеності життям (оцінка = -0.213, $p = 0.170$). Отже загальний ефект екзистенційної тривоги на задоволеність життям є значущим негативним (оцінка = -0.936, $p < 0.001$). Непрямий ефект є статистично незначущим ($p = 0.183$), оскільки 95% довірчий інтервал $[-0.444; 0.085]$ містить нуль, тобто медіаційний ефект не підтверджено. Це означає, що екзистенційна тривога впливає на задоволеність життям переважно напряду, і цей зв'язок не опосередковується

афективними симптомами.

7. Медіаційна модель: Екзистенційна тривога → Афективні симптоми → Задоволеність життям. Була перевірена гіпотеза про те, що вплив афективних симптомів на задоволеність життям опосередковується екзистенційною тривогою (Таблиця 3.15.).

Таблиця 3.15.

Результати медіаційного аналізу впливу афективних симптомів на задоволеність життям через екзистенційну тривогу.

Ефект	Оцінка	Ст. похибка	p-рівень	95% Довірчий інтервал	Висновок
Загальний ефект	-0.513	0.138	<0.001	[-0.784;-0.242]	Значущий негативний
Прямий ефект	-0.213	0.156	0.170	[-0.518;0.092]	Незначущий
Непрямий ефект	-0.299	0.105	0.004	[-0.505;-0.093]	Значущий негативний

Аналіз шляхових коефіцієнтів:

Шлях а: Афективні симптоми → Екзистенційна тривога: змінна Афективні симптоми є значущим позитивним предиктором екзистенційної тривоги (оцінка = 0.396, $p < 0.001$), це свідчить, що емоційний дистрес посилює екзистенційні переживання.

Шлях б: Екзистенційна тривога → Задоволеність життям (при контролі афективних симптомів): змінна Екзистенційна тривога є сильним значущим негативним предиктором задоволеності життям (оцінка = -0.756, $p < 0.001$). Загальний ефект афективних симптомів на задоволеність життям є значущим негативним (оцінка = -0.513, $p < 0.001$), непрямий ефект є статистично значущим (оцінка = -0.299, $p = 0.004$), оскільки 95% довірчий інтервал [-0.505; -0.093] не містить нуля. Прямий ефект змінної Афективні симптоми на задоволеність життя стає статистично незначущим ($p = 0.170$) після включення екзистенційної тривоги до моделі, що свідчить про повну медіацію. Афективні симптоми знижують когнітивну оцінку життя (задоволеність життям) виключно через посилення екзистенційної тривоги. Тобто, емоційний дистрес опосередковано підриває відчуття сенсу та якості життя.

8. Медіаційна модель: Екзистенційна тривога → Румінація → Задоволеність життям. Була перевірена гіпотеза про те, що вплив змінної Румінація на задоволеність життям опосередковується екзистенційною тривогою (Таблиця 3.16.).

Таблиця 3.16.

Результати медіаційного аналізу впливу Румінації на Задоволеність життям через Екзистенційну тривогу.

Ефект	Оцінка	Ст. похибка	p-рівень	95% Довірчий інтервал	Висновок
Загальний ефект	-0.227	0.166	0.170	[-0.552;0.098]	Незначущий
Прямий ефект	-0.052	0.146	0.724	[-0.338;0.235]	Незначущий
Непрямий ефект	-0.175	0.094	0.062	[-0.359;0.009]	Незначущий (на межі)

Аналіз шляхових коефіцієнтів:

Шлях а: Румінація → Екзистенційна тривога: змінна Румінація є значущим позитивним предиктором екзистенційної тривоги (оцінка = 0.191, $p = 0.042$).

Шлях б: Екзистенційна тривога → Задоволеність життям (при контролі Румінація): змінна Екзистенційна тривога є сильним значущим негативним предиктором задоволеності життям (оцінка = -0.918, $p < 0.00$). Загальний ефект румінації на задоволеність життям є статистично незначущим ($p = 0.170$) також статистично незначущим є непрямий ефект ($p = 0.062$). Хоча p -рівень близький до 0.05, 95% довірчий інтервал [-0.359; 0.009] містить нуль, отже медіаційний ефект не підтверджено. Оскільки загальний ефект є незначущим, формальні умови медіації не виконуються, а змінна Румінація не виступає значущим медіатором у зв'язку зі зниженням задоволеності життя.

Медіаційний аналіз виявив три потужні механізми повної медіації, які вказують на каскадний характер впливу тривоги:

1. "Афективні симптоми → Задоволеність життям" де медіатором виступає екзистенційна тривога. Емоційний дистрес (афективні симптоми) посилює екзистенційну тривогу, яка виключно знижує задоволеність життям.
2. "Екзистенційна тривога → Негативні переживання", де медіатором виступають афективні симптоми. Екзистенційні переживання призводять до емоційного

дистресу виключно через активацію емоційної складової тривоги.

3. "Тривога щодо власного впливу → Негативні переживання", де медіатором виступає екзистенційна тривога. Напруга від усвідомлення безсилля чи гіпервідповідальності (тривога щодо власного впливу) призводить до емоційного дистресу виключно через посилення екзистенційної тривоги.

Екзистенційна тривога та афективні симптоми пояснюють як зовнішні прояви та когнітивні аспекти тривоги трансформуються у глибоке зниження суб'єктивного благополуччя. Їхній вплив є переважно послідовним та опосередкованим.

Висновки до третього розділу

На основі проведеного емпіричного дослідження було отримано ключові висновки, які підтверджують гіпотези роботи та розкривають механізми взаємозв'язку між екологічною тривоگوю та суб'єктивним благополуччям.

1. Фактор стать є єдиним значущим джерелом варіації для показників негативного спектра, зокрема змінні: тривога Бека ($p = 0.001$), поведінкові симптоми ($p = 0.003$), негативні переживання ($p = 0.012$) та екзистенційна тривога ($p = 0.029$). Виявлено тенденцію до більш високого рівня афективних симптомів та негативних переживань у дівчат порівняно з хлопцями, що узгоджується із загальними даними про їх більш виражену емоційну реактивність. Значущий ефект взаємодії «стать×група» ($p < 0.05$) підтверджує наявність позиційного ефекту для змінної тривога щодо власного впливу.

2. Проведений кореляційний та регресійний аналіз підтвердив гіпотезу 1 (Існує зв'язок між екологічною тривоگوю та відчуттям суб'єктивного благополуччя (СБ) у старшому підлітковому віці), а саме негативний вплив тривоги на суб'єктивне благополуччя. Встановлено значущі обернені кореляційні зв'язки, а саме, що екзистенційна тривога значуще негативно корелює із задоволеністю життям ($r = -0.513$, $p < 0.001$). Афективні та поведінкові симптоми, тривога щодо власного впливу та екзистенційна тривога значуще негативно пов'язані з задоволеністю життям та позитивними переживаннями і позитивно корелюють із негативними переживаннями.

3. Лінійний регресійний аналіз виявив унікальні предиктори для кожного

компонента суб'єктивного благополуччя. Так єдиним і найбільш потужним предиктором зростання негативних переживань є афективні симптоми екоотривоги ($\beta = 0.676$, $p < 0.001$), які пояснюють майже 45% дисперсії. Зниження задоволення життя значуще прогнозується поведінковими симптомами ($\beta = -0.473$) та екзистенційною тривогою ($\beta = -0.271$). В свою чергу зниження позитивних переживань є результатом впливу поведінкових симптомів ($\beta = -0.467$), що вказує на пряме пригнічення позитивних емоцій поведінковими стратегіями тривоги.

4. Медіаційний аналіз підтвердив гіпотезу 2 (Зв'язок між екологічною тривогою та СБ є опосередкованим) та гіпотезу 3 (Екзистенційна тривога є медіатором між екологічною тривогою та суб'єктивним благополуччям). Встановлено, що екзистенційна тривога є центральним медіатором, який обумовлює вплив екологічної тривоги на суб'єктивне благополуччя. Медіаційний аналіз підтвердив, що найбільш негативні наслідки тривоги для СБ реалізуються через послідовну активацію внутрішніх механізмів. Це доводиться двома ключовими ланками повної медіації: а) зростання дистресу тобто усвідомлення неефективності власних дій на негативні переживання є повністю опосередкованим екзистенційною тривогою; б) зниження задоволеності життям, вплив афективних симптомів екоотривоги на задоволеність життям є повністю опосередкованим екзистенційною тривогою. Виявлено каскадний механізм: Тривога щодо власного впливу → посилення Екзистенційної тривоги → активація Афективних симптомів → зростання Негативних переживань та зниження Задоволеності життям. Цим підтверджується, що екологічна тривога у старших підлітків не чинить переважно прямого впливу на їхнє суб'єктивне благополуччя, а реалізується через посилення екзистенційної тривоги. Саме екзистенційна тривога виступає ключовим психологічним механізмом, який трансформує зовнішні екологічні загрози у внутрішній дистрес, що критично знижує когнітивний та афективний компоненти суб'єктивного благополуччя.

ВИСНОВКИ

1. Досліджено сутність ключових понять та розкрито характер їхньої взаємодії.

Екологічна тривога має виражену екзистенційну природу, оскільки зачіпає фундаментальні аспекти буття старших підлітків, таких як безпека, майбутнє та сенс існування. В свою чергу екзистенційна тривога розглядається як унікальний для людини стан глибокого неспокою та виступає внутрішнім психологічним чинником, який підвищує чутливість індивіда до глобальних загроз, поглиблюючи екологічну тривогу. Суб'єктивне благополуччя (СБ) як інтегральний показник якості життя, що охоплює когнітивний (задоволеність життям) та афективний

(баланс позитивних/негативних емоцій) компоненти. Підвищений рівень екологічної та екзистенційної тривоги, як правило, асоціюється зі зниженням суб'єктивного благополуччя, оскільки вони підривають відчуття безпеки та майбутнього, що негативно впливає на задоволеність життям і зміщує афективний баланс у бік негативних емоцій.

2. У ході дослідження було виявлено, що дівчата демонструють вищий рівень негативних переживань, соматичних проявів тривоги та екзистенційної тривоги порівняно з хлопцями. Позиційний ефект, обумовлений порядком пред'явлення вимірювальних шкал, пов'язаний зі статтю підлітків та був значущим лише для відчуття тривоги щодо власного впливу на екологічну ситуацію. Після відповідей на запитання екзистенційного змісту рівень екологічної тривоги дівчат щодо власного впливу був співмірним із показниками хлопців та значущо нижчим, ніж у дівчат, для яких вимірювання екотривоги проводилося до відповідей на екзистенційні питання.

3. Було підтверджено гіпотезу про те, що існує зв'язок між екологічною тривогою та відчуттям суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці. Виявлено значущі обернені зв'язки між компонентами екзистенційної тривоги, афективних та поведінкових симптомів екотривоги та показниками СБ (позитивні переживання, задоволеність життям), що свідчить про їхній взаємозв'язок. Екзистенційна тривога демонструє значний обернений зв'язок із задоволеністю життям, підтверджуючи її деструктивний вплив на когнітивний компонент СБ. Усі показники тривоги значуще позитивно корелюють із негативними переживаннями, що свідчить про їхній прямий внесок у зростання дистресу.

4. Множинний лінійний регресійний аналіз ідентифікував унікальні предиктори для компонентів СБ. Найпотужнішим і єдиним значущим предиктором зростання негативних емоцій є афективні симптоми екотривоги. Зниження задоволеності життям значуще прогнозується поведінковими симптомами екотривоги та екзистенційною тривогою. В свою чергу зниження позитивних емоцій прогнозується поведінковими симптомами, що вказує на пригнічення почуття радості через стратегії уникання та нерішучості.

5. Медіаційний аналіз повністю підтвердив другу та третю гіпотези. Екзистенційна тривога є центральним та універсальним медіатором у ключових моделях, що впливають на СБ. Зокрема екзистенційна тривога повністю опосередковує вплив тривоги щодо власного впливу на негативні переживання та вплив афективних симптомів на задоволеність життям. Це означає, що відчуття нездатності вплинути на екологічну ситуацію посилює екзистенційний страх перед буттям, який вже безпосередньо призводить до зростання негативних емоцій та зниження задоволеності життям.

Таким чином, результати дослідження підтверджують гіпотези. Екологічна тривога у старших підлітків не чинить переважно прямого впливу на їхнє суб'єктивне благополуччя, а реалізується через посилення екзистенційної тривоги. Саме екзистенційна тривога виступає ключовим психологічним механізмом, який трансформує зовнішні екологічні загрози у внутрішній дистрес, що критично знижує когнітивний та афективний компоненти СБ. Результати підкреслюють необхідність психологічних інтервенцій, орієнтованих на екзистенційні аспекти, для пом'якшення екотривоги та підтримки СБ підлітків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абрамюк О. О., Липецька А. С. Концептуальна структура феномену “суб'єктивне благополуччя” та особливості його вимірювання. *Психологія: реальність і перспективи*, 2018. № 11. С. 10-17. URL: https://doi.org/10.35619/prap_rv.vi11.2
2. Березовська Л. Психологічне благополуччя та задоволеність життям: Емпіричний ракурс. *Вісник Національного університету оборони України*, 2020. Вип. 53(3), С. 24-32. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2019-53-3-24-32>
3. Горбаль І. С. Відчуття суб'єктивного благополуччя як передумова та втілення психологічного здоров'я особистості. *Науковий вісник Львівського державного*

- університету внутрішніх справ. Серія психологічна, 2012. Вип. 2 (2). С. 293-303. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvldu_2012_2\(2\)_35](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvldu_2012_2(2)_35)
4. Гринечко А. Особливості прояву тривожності як наслідок впливу психотравмуючих подій на розвиток особистості. *Проблеми гуманітарних наук. Серія Психологія*, 2017. № 41. С. 32–44. URL: <https://journals.dspu.in.ua/index.php/psychology/article/view/323/292>
5. Ємельяненко Г. Д., Райда К. Ю. Екзистенціальна психологія та філософія Ролло Мея в контексті гуманітарних досліджень буття у постіндустріальному та інформаційно-комп'ютерному світі. *Ideї*, 2019. № 1(13)-2(14). С. 25–35. URL: <https://doaj.org/article/475735f2d4c24d6e988d052b2afa0273>
6. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії. Шкала тривожності Бека (Beck Anxiety Inventory, BAI; українська адаптована версія) [Публікація PDF-формату [Шкала-Тривоги-Бека.pdf](#)]. Отримано з Українського інституту когнітивно-поведінкової терапії. URL: https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2017/11/%D0%A8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0-%D0%A2%D1%80%D0%B8%D0%B2%D0%BE%D0%B3%D0%B8-%D0%91%D0%B5%D0%BA%D0%B0.pdf?utm_source=chatgpt.com
7. Каргіна Н. Теоретичні аспекти психологічного благополуччя в екзистенційному розумінні. *Психологічні перспективи*, 2019. № 33. С. 127–138. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2019-33-127-138>
8. Коробка І. М. Суб'єктивне благополуччя: теоретичні інтерпретації, чинники й ресурси підтримання. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*, 2022. № 2. С. 85-93. DOI: 10.32999/ksu2312-3206/2022-2-12. URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/1275/1230>
9. Краєва О. А. Криза ідентичності підліткового віку та її роль у становленні зрілої особистості. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія: Психологія*. Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2013. Вип. 19. С. 310–314. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/19997>

10. Кряж І., Баранов В. Психометрична перевірка україномовної версії шкали еко-тривоги Т. Хогг (HEAS-UA). Інсайт: психологічні виміри суспільства, 2025. № 13. С. 117–141. DOI:<https://doi.org/10.32999/2663-970X/2025-13-6>
11. Кряж І. В. Екологічна складова в суб'єктивному образі «якості життя». Матеріали II Всеукраїнського психологічного конгресу, присвяченого 110 річниці від дня народження Г.С.Костюка (19–20 квітня 2010 року). Т. 1. Київ: ДП «Інформаційно-аналітичне агенство», 2010. С. 343–347.
12. Кряж І.В. Екологічна стурбованість як умова екологічно відповідальної поведінки / Кряж І.В., Баєва К.О. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*, Житомир, 2016. Том VII. Екологічна психологія. Випуск 41. С.180–190
13. Кряж І. В. Суб'єктивна близькість із природою як чинник психологічного здоров'я особистості. *Психологія і особистість*, 2016. №1 (9). С. 43-52. URL: <https://ekhnuir.karazin.ua/handle/123456789/13876>
14. Кряж І. В. Ціннісні параметри якості життя: екологічна складова. *Наукові студії із соціальної та політичної психології: зб. статей*. НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології; [редакційна рада: М.М.Слюсаревський (голова), В.Г.Кремень, С.Д.Максименко та ін.], Київ: Міленіум, 2011. Вип. 29 (32). С. 217-229.
15. Курова А. В. Задоволеність життям та суб'єктивне благополуччя особистості. *Вісник Одеського національного університету. Серія: «Психологія»*, 2015. Т. 20. Вип. 2(1). С. 98-104. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vonu_psi_2015_20_2\(1\)_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vonu_psi_2015_20_2(1)_13)
16. Левенець Н.В. «Суб'єктивне благополуччя» та «екзистенційна наповненість»: схожість та відмінності. Матеріали Норвезько-Української конференції, присвяченої діяльності Ф. Нансена в Україні у 1921–1922 роках, (Харків, 10–11 жовт. 2019 р.). Харків. нац. ун-т ім. В.Н. Каразіна; Посольство Норвегії в Україні. Харків: ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2019. [Електронний ресурс]. URL: <https://ekhnuir.karazin.ua/handle/123456789/15022> (дата звернення 15.06.2025)

17. Левковська Л. Психологічні чинники виникнення тривожності у осіб юнацького віку. *Молодий вчений*, 2022. № 3 (103). С. 238–242. URL: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/3123>
18. Лукасевич О. А. Суб'єктивне благополуччя як психологічний феномен. *Проблеми сучасної психології*, 2017. № 2. С. 109–114. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2017_2_21
19. Максим О., Рябовол Т. Екзистенційні страхи як показник порушень у когнітивній та особистісній сфері підлітків. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Серія: Психологія*, 2021. № 1(50). С. 36–42. DOI: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2021.1.6>.
20. Максименко С. Д. Загальна психологія: навч. посібник / 3-є вид., переробл. і доповн. К.: Центр учбової літератури, 2008. 272 с.
21. Мащак С., Кучвара Х. Особливості суб'єктивного благополуччя українців в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, 2023. №6. С. 156–168. URL: <http://psy-visnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/167>
22. Набочук О.Ю. Розвиток екологічної свідомості особистості: актуальність проблеми. *Проблеми сучасної психології*, 2013. Вип. 20. С. 449–463. URL: <https://ae.fl.kpi.ua/index.php/2227-6246/article/view/159769>
23. Олефір В., Боснюк В. Адаптація українськомовної версії шкали задоволеності життям Е. Дінера. *Наука і освіта*, 2024. № 2. С. 64–72. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-9>
24. Олефір В.О., Боснюк В.Ф., Малофейкіна К.О. Валідизація і вимірювальна інваріантність української версії шкали позитивних і негативних переживань (SPANES). *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, 2021. № 71. С. 34–42. DOI: <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2021-71-04>
25. Пахоль Б. Є. Суб'єктивне та психологічне благополуччя: сучасні і класичні підходи, моделі та чинники. *Український психологічний журнал*, 2017. № 1. С. 80–104. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ukpsj_2017_1_9

26. Пилявська С. В. Екзистенційна тривога в юнацькому віці: психологічний аспект. *Психологія і суспільство*, 2012. № 1. С. 131–136.
27. Психологічний словник / авт.-уклад.: В. В. Синявський, О.П.Сергеєнкова; за ред. Н.А. Побірченко. Київ: Наук. Світ, 2007. 274 с. URL: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O_Serhieienkova_IL.pdf
28. Семків І. І. Суб'єктивне благополуччя як психологічна винагорода за проявлену соціальну активність. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Психологічні науки*, 2012. Серія 12. Вип. 37. С. 234–237. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_012_2012_37_64.
29. Сердюк Л. З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том V: *Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія*, 2017. Вип. 17. С. 124–133. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/709129/1/Сердюк%201.pdf>
30. Скребець В. А. Екологічна психологія. Київ: Навч. пос., 2014. 456 с С. 3 – 27.
31. Скрипаченко Т.В. Психологічний аналіз феномену задоволеності життям. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць*, 2016. № 2 (10). С. 124–130. URL: <https://journalsofznu.zp.ua/index.php/psych/article/view/1072>
32. Стуліка, О., Неделько, П. Особливості переживання страху та тривожності в юнацькому віці в умовах невизначеності. *Молодий вчений*, 2022. № 12 (112). С. 203–207. URL: <https://molodyivchenyi.ua/index.php/journal/article/view/5630>
33. Титаренко Т.М. Індикатори психологічного здоров'я особистості. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*, 2016. № 9. С. 196–215.
34. Федосюк А., Подкоритова Л. Емпіричне дослідження особливостей прояву тривожності у підлітків під час війни. *Psychology Travelogs*, 2024. № 4. С. 191–199. URL: <https://pt.khmnu.edu.ua/index.php/pt/article/view/253>
35. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Книжк. клуб «Клуб Сімейн. Дозвілля», 2020. 160 с. 35 URL: https://chtyvo.org.ua/authors/Frankl_Viktor/Liudyna_v_poshukakh_spravzhnoho_sensu_Psykholoh_u_kontstabori/

36. Фромм Е. Бути чи мати? /пер.з нім.: О. Михайлова, А. Буряк. Київ: Укр. Письменник, 2010. 222 с. URL: https://hromadalib.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/12/fromm_2010_have.pdf
37. Халєєва, Г. Сучасні тенденції вивчення суб'єктивного благополуччя особистості в підлітковому та юнацькому віці. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*, 2019. №1(10). С. 103–106. DOI: [https://doi.org/10.17721/BSP.2019.1\(10\).26](https://doi.org/10.17721/BSP.2019.1(10).26)
38. Широких А., Шевчук А. Психологічні особливості підвищеної тривожності у підлітків. *Психологія: реальність і перспективи*. Збірник наукових праць РДГУ, 2023. №1(20). С.195-204. DOI: https://doi.org/10.35619/prap_rv.v1i20.326
39. Швалб Ю. М. Еколого-психологічні детермінанти суб'єктивного благополуччя особистості: монографія / Ю. М. Швалб, О. Л. Вернік, О. О. Вовчик- Блакитна , Т. М. Кирпенко, О. В. Павленко, О. В. Рудоміно Дусятська; за ред. Ю. М. Швалба. Київ – Львів: видавець Вікторія Кундельська, 2021. 234 с. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/728490/1/Shvalb_2021.pdf
40. Яворська Л. М. Фактори становлення психологічного благополуччя особистості / Л. М. Яворська, Г. С. Філоненко. *Наука і освіта*, 2014. №12. С. 216–220. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NiO_2014_12_44
41. Baklien B., Marthoenis M., & Thurston M. (2024). Existential well-being in nature: A cross-cultural and descriptive phenomenological approach. *Journal of Medical Humanities*. Vol. 45. P. 225–242. URL: <https://doi.org/10.1007/s10912-024-09846-0>
42. Berman S.L., Weems C.F., Stickle T.R. (2006). Existential Anxiety in Adolescents: Prevalence, Structure, Association with Psychological Symptoms and Identity Development. *Journal of Youth and Adolescence*. Vol. 35, No. 3. P. 285–292. URL: https://www.researchgate.net/publication/226805549_Existential_Anxiety_in_Adolescents_Prevalence_Structure_Association_with_Psychological_Symptoms_and_Identity_Development
43. Becht A., Spitzer J., Grapsas S., van de Wetering J., Poorthuis A., Smeekes A., Thomaes S. (2024). Feeling anxious and being engaged in a warming world: climate

- anxiety and adolescents' pro-environmental behavior. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. Vol. 65, No. 10. P. 1270–1282. DOI: <https://doi.org/10.1111/jcpp.14035>
44. Capaldi C. A., Dopko R. L., Zelenski J. (2014). M. The relationship between nature connectedness and happiness: a meta-analysis / C. A. Capaldi, R. L. Dopko, J. M. Zelenski. *Frontiers in Psychology*. Vol. 5. Article 976. 17 p. DOI: 10.3389/fpsyg.2014.00976.
45. Cianconi P., Hanife B., Grillo F., Betro S., Lesmana C.B.J., Janiri L. (2023). Eco-emotions and Psychoterratic Syndromes: Reshaping Mental Health Assessment Under Climate Change. *The Yale Journal of Biology and Medicine*. Vol. 96, No. 2. P. 211–226. DOI: <https://doi.org/10.59249/earx2427>
46. Clayton S., Manning C., Krygsmann K., Speiser M. (2017). Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance. Washington, DC: American Psychological Association and ecoAmerica. URL: <https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>
47. Corner A., Roberts O., Chiariello E., Dickinson K., Markowitz E. (2015). Psychological responses to climate change in the United Kingdom. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*. Vol. 6, № 6. P. 535–549.
48. Cunsolo A., & Neville R. Ellis. (2018). Ecological grief as a mental health response to climate change-related loss. *Nature Climate Change*. Vol. 8, No. 4. P. 275-281
49. Deci E. L. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: an introduction / Edward L. Deci, Richard M. Ryan. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 9. P. 1-11. URL: https://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2008_DeciRyan_JOHS.pdf
50. Diener E., Oishi S., Lucas R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*. Vol. 54. P. 403–425. DOI: <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
51. Diener E. (2009). The science of well-being : the collected works. *Series: Social Indicators Research Series*. № 37. P. 274.
52. Erikson E. H. (1968). Identity: Youth and Crisis. – New York: W. W. Norton & Company. 336 p.

53. Gago T., Sargisson R. J., Milfont T. L. (2024). A meta-analysis on the relationship between climate anxiety and wellbeing. *Journal of Environmental Psychology*. Vol. 89. – Article 102230. DOI: 10.1016/j.jenvp.2024.102230. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0272494424000021>
54. Galinha I.(2011). Cognitive, affective and contextual predictors of subjective wellbeing. I. Galinha, J. L. Pais-Ribeiro. *International Journal of Wellbeing*. № 2 (1). P. 34–53.
55. Gilman R., Huebner E. S. (2006). Characteristics of adolescents who report very high life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*. Vol. 35, No. 3. P. 293–301. DOI: [10.1007/s10964-006-9036-7](https://doi.org/10.1007/s10964-006-9036-7).
56. Goto R., Pinchuk I., Kolodezhny O. et al. (2024). Mental Health of Adolescents Exposed to the War in Ukraine. *JAMA Pediatrics*. Vol. 178, No. 5. P. 480–488. DOI: [10.1001/jamapediatrics.2024.0295](https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2024.0295)
57. Guthrie D. (2022). How I Learned to Stop Worrying and Love the Eco-Apocalypse: An Existential Approach to Accepting Eco-Anxiety. *Perspectives on Psychological Science*. . Vol. 17, No. 6. P. 1612–1625. DOI: [10.1177/17456916221093613](https://doi.org/10.1177/17456916221093613).
58. Hikman C., Marks E., Pihkala P. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. *The Lancet Planetary Health*. Vol. 5. No. 12. P. 863–873.
59. Hinds J. (2009). Investigating environmental identity, wellbeing and meaning / Joe Hinds, Paul Sparks. *Ecopsychology*. Vol. 1. № 4. P. 181-186.
60. Joshanloo M. (2023) Thirteen Years of Subjective Well-Being: Within-Person Association between Positive Affect, Negative Affect, and Life Satisfaction. *International Journal of Mental Health and Addiction*. Vol. 23. № 4. P. 2167-2179. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11469-023-01223-7>
61. Kahneman D., Diener E., & Schwarz N. (2003) Well-being: Foundations of hedonic psychology. New York: Russell Sage Foundation Press. Russell Sage Foundation. 593 p.
62. Lass-Hennemann J, Sopp MR, Ruf N, Equit M, Schäfer SK, Wirth BE, Michael T.(2024). Generation climate crisis, COVID-19, and Russia-Ukraine-War: global crises

- and mental health in adolescents. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. Jul; Vol. 33. № 7. P. 2203–2216. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37814081/>
63. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York. P. 1913–1915. URL: https://link.springer.com/referenceworkentry/10.1007/978-1-4419-1005-9_215
64. Léger-Goodes T., Malboeuf-Hurtubise C., Mastine T., Généreux M., Paradis P.-O., Camden C. (2022). Eco-anxiety in children: A scoping review of the mental health impacts of the awareness of climate change. *Frontiers in Psychology*. Vol. 13. Article 872544. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.872544>
65. Lyubomirsky S. (2008). *The how of happiness: A scientific approach to getting the life you want* / S. Lyubomirsky. – New York: Penguin Press. 366 p.
66. Martyn P. (2014). The relationship between nature relatedness and anxiety / Patricia Martyn, Eric Brymer. *Journal of Health Psychology*. Vol. 4. P. 34- 42.
67. Nisbet E. K. (2011). Happiness is in our nature: Exploring nature relatedness as a contributor to subjective well-being / Elizabeth K. Nisbet, John M. Zelenski, Steven A. Murphy. *Journal of Happiness Studies*. Vol. 12. No 2. P. 303-322.
68. Ojala M. (2012). Hope and climate change: The importance of hope for environmental engagement among young people. *Environmental Education Research*. Vol. 18. No. 5. P. 625–642.
69. Ojala M. (2013) Coping with Climate Change among Adolescents: Implications for Subjective Well-Being and Environmental Engagement. *Sustainability*. No. 5. P. 2191-2209.
70. Ojala M., Cunsolo A., Ogunbode C. A., Middleton J. (2021). Anxiety, worry, and grief in a time of environmental and climate crisis: A narrative review. *Annual Review of Environment and Resources*. Vol. 46, № 1. P. 35–58. DOI: [10.1146/annurev-environ-012220-022716](https://doi.org/10.1146/annurev-environ-012220-022716).
71. Passmore, H.A., Lutz, P. K., & Howell, A. J. (2022). Eco-Anxiety: A Cascade of Fundamental Existential Anxieties. *Journal of Constructivist Psychology*. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10720537.2022.2068706>

72. Passmore H. A., Lutz P. K., Howell A. J., Richardson M. (2023). Eco-anxiety in daily life: Relationships with well-being and pro-environmental behavior. *Current Research in Ecological and Social Psychology*. Vol. 4. Article ID: 100071. DOI: [Eco-anxiety in daily life: Relationships with well-being and pro-environmental behavior – DOAJ](#)
73. Patton G. C, Tollit M. M, Romaniuk H. et al. (2011). A prospective study of the effects of optimism on adolescent health risks. *Pediatrics*. №.127. P. 308–316
74. Proctor C. L., Linley P. A., & Maltby J. (2009). Youth life satisfaction measures: A review. *Journal of Positive Psychology*. No 4. P. 128–144
75. Ryan R. M. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being / R. M. Ryan, E. L. Deci. *Annual Review of Psychology*. № 52 (1). P. 141–166.
76. Ryff C. (2008). Know Thyself and Become what You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being / Carol D. Ryff, Burton H. Singer. *Journal of Happiness*. No 9. P. 13–39
77. Ryff C., & Keyes C. (1995). The structure of psychological wellbeing revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. № 69. P. 719–727. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
78. Ruggeri K., Garcia-Garzon E., Maguire Á. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries. *Health Qual Life Outcomes*. Vol. 18. P. 192. DOI:<https://doi.org/10.1186/s12955-020-01423-y>
79. Samman Emma. (2007). Psychological and Subjective Well-being: A Proposal for Internationally Comparable Indicators. *Oxford Development Studies, Taylor & Francis Journals*. Vol. 35(4). P. 459–486.
80. Schultz W.P. (2001). The structure of environmental concern: concern for self, other people and the biosphere. *Journal of Environmental Psychology*. Vol.21. N4. P.327-339.
81. Schwartz S. (2006). Basic human values: Theory, measurement, and applications. *Revue Francaise de Sociologie*. Vol.47. №4 C. 929–968. URL: https://www.researchgate.net/publication/286951722_Basic_human_values_Theory_measurement_and_applications

82. Stanley S. C., Gogg T. L., Leviston Z., Miller K. J. (2021). Toward a conceptualization of environmental anxiety: A systematic review of definitions, etiology, and psychological consequences. *Science of the Total Environment*. Vol. 777. Article № 146114.
83. Steel P., Schmidt J., Shultz J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*. Vol. 134. №. 1. P. 138–161. DOI: <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.134.1.138>
84. Tov W. (2018). Well-being concepts and components. Handbook of subjective well-being. P. 1–15. Salt Lake City, UT: Noba Scholar. URL: https://ink.library.smu.edu.sg/soss_research/2836
85. Vaškovic, P., & Vičanová, G. (2024). Anxiety. Hope and Meaning in Times of Ecological Crisis: An Existential-Phenomenological Perspective on Environmental Emotions. *Human Studies*. Vol. 47. No. 4. P. 771–791. DOI:[10.1007/s10746-024-09728-3](https://doi.org/10.1007/s10746-024-09728-3).
86. Weems C.F. (2021). Existential Anxiety and Traumatic Stress in Adolescents International Society for Traumatic Stress Studies. [Електронний ресурс]. URL: <https://istss.org/existential-anxiety-and-traumatic-stress-in-adolescents-carl-weems-phd/>
(дата зверення 23.05.2025)
87. Weems, C. F., Costa, N. M., Dehon, C., & Berman, S. L. (2004). Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical analysis. *Anxiety, Stress, & Coping*, 17, 383-399.
88. Yalom I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. – New York: Basic Books. 416 p.
89. Zelenski J. M. (2014). Happiness and feeling connected: The distinct role of nature relatedness / John M. Zelenski, Elizabeth K. Nisbet. *Environment and Behavior*. Vol. 46. No. 1. P. 3-23.

АНОТАЦІЯ

Логвіненко І.М. Екзистенційні аспекти екологічної тривоги в контексті

суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці: кваліфікаційна робота магістра / І.М. Логвіненко. Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2025. 90 с.

Кваліфікаційна робота присвячена дослідженню екзистенційних аспектів екологічної тривоги в контексті суб'єктивного благополуччя у старшому підлітковому віці. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та додатків, а також містить 16 таблиць, список використаних джерел, що включає 89 найменувань.

У першому розділі проведено теоретичний аналіз наукової літератури, на підставі якого визначено, розмежовано та систематизовано ключові поняття: «екологічна тривога», «екзистенційна тривога» та «суб'єктивне благополуччя». Другий розділ містить методологію дослідження, що включає план дослідження, характеристику вибірки та опис використаних психодіагностичних методик. Вибірка включала 60 учнів 10-11 класів комунального закладу "Харківський ліцей № 66 Харківської міської ради" та комунального закладу "Харківський ліцей № 12 Харківської міської ради", віком 15-18 років. Третій розділ містить аналіз та інтерпретацію емпіричних даних. Дослідження охоплювало: оцінку впливу соціально-демографічних чинників (стать та позиційний ефект) на досліджувані психологічні показники; виявлення кореляційних зв'язків між показниками тривожних станів та суб'єктивного благополуччя; аналіз медіаційних механізмів впливу різних видів тривоги на суб'єктивне благополуччя.

Ключові слова: екологічна тривога, екзистенційна тривога, суб'єктивне благополуччя, задоволеність життям, старший підлітковий вік, позиційний ефект.

ABSTRACT

Logvinenko I.M. Existential aspects of ecological anxiety in the context of subjective

well-being in late adolescence: master's thesis / I.M. Logvinenko. Kharkiv: V.N. Karazin
Kharkiv National University, 2025. 90 p.

The thesis is devoted to the study of existential aspects of ecological anxiety in the context of subjective well-being in late adolescence. The work consists of an introduction, three chapters, conclusions, and appendices, and also contains 16 tables and a list of 89 references.

The first chapter provides a theoretical analysis of scientific literature, on the basis of which the key concepts of “environmental anxiety,” “existential anxiety,” and “subjective well-being” are defined, differentiated, and systematized. The second chapter contains the research methodology, which includes the research plan, sample characteristics, and a description of the psychodiagnostic methods used. The sample included 60 students in grades 10-11 of the Kharkiv Lyceum No. 66 of the Kharkiv City Council and the Kharkiv Lyceum No. 12 of the Kharkiv City Council, aged 15-18. The third section contains an analysis and interpretation of empirical data. The study covered: assessment of the impact of socio-demographic factors (gender and positional effect) on the psychological indicators under study; identification of correlations between indicators of anxiety and subjective well-being; analysis of mediating mechanisms of the impact of different types of anxiety on subjective well-being.

Keywords: environmental anxiety, existential anxiety, subjective well-being, life satisfaction, older adolescence, positional effect.