

## ЦІННІСНІ ФАКТОРИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЧЛЕНІВ ПРОТЕСТАНТСЬКИХ СПІЛЬНОТ: ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

**Шпак Денис Олександрович,**

кандидат історичних наук, доцент,

доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти

Миколаївського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти

<https://orcid.org/0000-0003-0545-6560>

Researcher ID: KFB-7894-2024

У статті представлено результати факторного аналізу ціннісно-сислової сфери групи респондентів протестантського віросповідання та групи респондентів з атеїстичним світоглядом. Обидві групи брали участь в експериментальному дослідженні ціннісної детермінації психологічного здоров'я особистості в умовах війни в Україні. Дослідження проводилося в період з квітня 2024 р. по січень 2025 р. і охопило 512 респондентів. До складу вибірки ввійшли представники різних протестантських церков України (264 особи) та респонденти, які дотримуються атеїстичного світогляду (248 осіб). На основі факторного аналізу ціннісно-сислової сфери респондентів визначено провідні психологічні механізми ціннісної детермінації психологічного здоров'я релігійної особистості протестантського віросповідання. Факторний аналіз забезпечив можливість конкретизації універсальних психологічних механізмів збереження здоров'я через групування цінностей, специфічних для протестантів та атеїстів, розкриваючи специфіку їхнього впливу на психологічне здоров'я. Реалізоване експериментальне дослідження дає змогу констатувати правильність заявлених концептуальних ідей, а саме: 1) психологічне здоров'я особистості дійсно має ціннісну детермінацію; 2) у членів протестантських спільнот, які інтеріоризують християнські цінності, формується унікальний стиль життя, ставлення до себе та світосприйняття, що визначають особливу конфігурацію та ступінь сформованості психічного здоров'я; 3) умови війни, позбавляючи людину звичних матеріальних благ та безпеки, дають можливість релігійній людині актуалізувати цінності тієї конфесії, до якої вона належить, що у складній життєвій ситуації виступають надійною опорою для збереження оптимального психоемоційного стану та психологічного здоров'я.

**Ключові слова:** психологічне здоров'я, релігійна особистість, цінності, ціннісні орієнтації, ціннісно-сислова сфера особистості.

### **Shpak Denys. Value factors for maintaining psychological health of members of Protestant communities: based on the results of an empirical study**

*In this article the author presents the results of a factor analysis of the value-semantic sphere of a group of respondents from Protestant churches and a group of respondents with an atheistic worldview. Both groups participated in an experimental study of the value determination of the psychological health of an individual in the conditions of war in Ukraine. The study was conducted from April 2024 to January 2025 and covered 512 people. The sample included believers from various Protestant churches of Ukraine (264 people) and respondents (248 people) who adhere to an atheistic worldview. Based on a factor analysis of the value-semantic sphere of respondents, the leading psychological mechanisms of the value determination of the psychological health of a religious individual of the Protestant faith were identified. Factor analysis provided the opportunity to specify universal psychological mechanisms for maintaining health through grouping values specific to Protestants and atheists, revealing the specifics of their impact on psychological health. The implemented experimental study allows us to state the truth of the previously expressed conceptual ideas, namely: 1) the psychological health of an individual really has a value determination; 2) Protestant communities' members, who internalize Christian values, develop a unique lifestyle, attitude towards themselves, and worldview that determine a special configuration and degree of mental health development; 3) a conditions of war deprive a person of the usual material goods and security, but they help a religious person to*

*actualize the values of the denomination to which he belongs, which in a difficult life situation act as a reliable support for maintaining optimal psycho-emotional state and psychological health.*

**Key words:** *psychological health, values, value orientations, value-meaning sphere of personality.*

**Постановка проблеми.** У сучасних українських реаліях у новому світлі постає проблематика ціннісної детермінації психологічного здоров'я особистості. Ціннісно-смілова сфера людини сьогодні зазнає суттєвих змін, що відбиваються в нормах і стратегіях поведінки, на психічному стані, настрої тощо. Погіршення якості життя населення країни, відсутність відчуття безпеки та інші потужні психогенні чинники, обумовлені повномасштабною війною, випробовують емоційну стійкість і навички емоційної саморегуляції українців, видозмінюють провідні ціннісні пріоритети. А це, зі свого боку, обумовлює необхідність глибокого вивчення механізмів, що визначають психологічне благополуччя людини.

У контексті розширення сфери вивчення психологічного здоров'я звернення до ціннісних аспектів релігійної особистості відкриває нові перспективи для дослідження. Релігійність та духовність, як складові ціннісної системи особистості, впливають на спосіб її життя, мислення, визначення життєвих пріоритетів і поведінку. Ціннісні переконання можуть відігравати роль стабілізуючого чинника у збереженні психологічного здоров'я, забезпечуючи підтримку в складних життєвих обставинах. Вони впливають на психологічне благополуччя через формування стійкого світогляду, підвищення рівня стресостійкості та визначення способів впорядкування життєвих пріоритетів.

Спираючись на результати досліджень А. Агорастоса, К. Деміралає і Ч. Хубера (2012), які засвідчили, що релігійність дає змогу подолати депресію, думки про самогубство й навіть алкогольну та наркотичну залежність [1]; дослідження М. Маккалоу, Дж. Полла, Т. Сміта (2003), результати якого виявили, що релігійність тісно пов'язана з низькою вираженістю симптомів депресії [2]; а також дані С. Кім, Дж. Лі, Х. Лі, Е. Маруї, Дж. Фітпатрік (2009), за якими релігійним корейцям притаманні кращі показники загального здоров'я та менша схильність до депресії

[3], ми висунули кілька теоретичних припущень щодо ціннісної детермінації психологічного здоров'я членів протестантських спільнот в умовах війни в Україні. *По-перше*, особистісні цінності, сформовані в царині протестантської етики, забезпечують задоволеність життям і стабільність психологічного здоров'я віруючої людини, зокрема його гедонічний, психологічний і соціальний аспекти, навіть в умовах війни; *по-друге*, можна припустити, що типова конфігурація ціннісних орієнтацій, сформованих у рамках протестантського віросповідання, виступає важливою детермінантою психологічного здоров'я релігійної особистості; *по-третє*, показники сформованості копінг-стратегій, життєстійкості, адаптивності, позитивної афективності, найімовірніше, будуть вищими серед членів протестантських спільнот, ніж серед осіб, які дотримуються атеїстичного світогляду.

Для реалізації емпіричного дослідження ціннісної детермінації психологічного здоров'я членів протестантських спільнот було сформовано вибірку, обсяг якої становить 512 респондентів віком від 25 до 65 років. Обсяг вибірки дослідження дозволив максимально охопити різні соціально-демографічні групи та забезпечити репрезентативність даних і можливість їх узагальнення на більш широку популяцію. До складу вибірки ввійшли представники різних протестантських церков України (264 особи) та респонденти (248 осіб), які дотримуються атеїстичного світогляду.

Емпіричне дослідження було проведено в період з квітня 2024 р. по січень 2025 р. з використанням квазіекспериментального плану, що базувався на розподілі респондентів на дві групи за критерієм наявності в них релігійного світогляду, сформованого в рамках прихильності до протестантського віросповідання. Відповідно до виділених груп у рамках реалізації емпіричного дослідження було використано квазіекспериментальний план для двох нееквівалентних груп. Аналогом незалежної змінної у вибраному квазіек-

спериментальному плані виступала наявність або відсутність протестантського релігійного світогляду. Відсутність цього світогляду ототожнювалася з атеїстичним світоглядом респондентів. Залежними змінними стали рівень сформованості ефективних та адаптивних копінг-стратегій, рівень диспозиційної схильності до переживання емоцій позитивного / негативного спектра, поведінкова регуляція, комунікативний потенціал, нормативність поведінки, відсутність саморуйнівних схильностей, рівень сформованості життєстійкості, довіра до світу, людей і до самого себе, дотримання норм людського співжиття та гуманістичних цінностей. Перераховані психологічні параметри, що виступили в ролі залежних змінних, діагностувалися за допомогою такого психодіагностичного інструментарію: 1) шкали базових переконань (World Assumption Scale – WAS) R. Janoff-Bulman у перекладі Г. Чайки; 2) методики «Самооцінка психічних станів» Г. Айзенка; 3) опитувальника «Стабільність психологічного здоров'я – коротка форма» («The Mental Health Continuum – Short Form») (К. Кіз) (адаптація Е. Носенко, А. Четверик-Бурчак); 4) багаторівневого особистісного опитувальника «Адаптивність» (БОО – 200); 5) опитувальника «Самооцінка життєстійкості» M. Vorweg; 6) методики «Копінг-поведінка у стресових ситуаціях» S. Norman, D. Endler, D. James, M. Parker в адаптації Т. Крюкової; 7) методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокіча.

**Мета статті** – представити результати факторного аналізу ціннісно-сислової сфери групи респондентів із протестантським та групи з атеїстичним світоглядом, що взяли участь в експериментальному дослідженні ціннісної детермінації психологічного здоров'я особистості в умовах війни, на основі якого визначено провідні психологічні механізми ціннісної детермінації психологічного здоров'я релігійної особистості протестантського віросповідання.

**Результати дослідження.** Аналіз отриманих емпіричних даних підтвердив тезу про те, що цінності протестантського й атеїстичного світоглядів принципово відрізняються. При цьому особистісні цінності, які переважають у рамках про-

тестантського світогляду, здійснюють виражений позитивний вплив на стан психологічного здоров'я. Цінності, що переважають у рамках атеїстичного світогляду, навпаки, не сприяють збереженню психологічного здоров'я. Було також виявлено низку значущих ефектів впливу конкретних особистісних цінностей і базових ціннісних переконань на стабільність психологічного здоров'я. За отриманими результатами можна сформулювати важливу психологічну закономірність: змістовне наповнення ціннісної сфери членів протестантських спільнот виступає значущим чинником оптимального стану психологічного здоров'я не тільки в мирний час, але й в умовах війни.

Отримання численних різноспрямованих зв'язків ціннісних орієнтацій і психологічного здоров'я зумовило виділення цілого масиву складових ціннісної детермінації психологічного здоров'я членів протестантських спільнот. Тому на цьому етапі потрібно впорядкувати всі ті численні цінності, які характеризуються потужними ефектами впливу на психологічне здоров'я. Для цього було використано факторний аналіз, який дає змогу працювати з багатовимірними феноменами, приводячи значну сукупність психологічних змінних до логічно обґрунтованого невеликого числа незалежних один від одного факторів. Таким чином, останній етап опрацювання результатів експерименту полягав у проведенні факторного аналізу цінностей контрольної та експериментальної груп із метою розкриття ціннісних чинників збереження психологічного здоров'я релігійної особистості. Завдяки групуванню найбільш виражених цінностей контрольної та експериментальної груп у факторні одиниці було конкретизовано універсальні психологічні механізми впливу особистісних цінностей релігійних і нерелігійних особистостей на збереження психологічного здоров'я.

Для проведення факторного аналізу було використано емпіричний матеріал, сформований на основі проведеного констатувального дослідження. Зокрема, це стосувалося найбільш значущих особистісних цінностей, визначених шляхом побудови профілів респондентів, які є членами протестантських спільнот (N = 248 (гр. В)

і респондентів, які дотримуються атеїстичного світогляду ( $N = 264$  (гр. А). Для кожної з груп було відібрано відповідний набір цінностей, вплив яких на психологічне здоров'я було емпірично доведено на попередніх етапах шляхом застосування компаративного (U-критерій Манна – Уїтні) та кореляційного (r-Пірсона) аналізів. Так, наприклад, у групі В для аналізу було використано 23 цінності: доброзичливість оточення, духовний розвиток, свобода, здоров'я, творчість, родина та близькі стосунки, соціальна відповідальність, альтруїзм. Ці цінності виявилися найбільш сформованими у цій вибірці та мали виражені кореляційні зв'язки з показниками психологічного здоров'я. Для створення факторної моделі ціннісно-сислової сфери респондентів з гр. А було використано 21 цінність: кар'єра, матеріальний добробут, свобода та незалежність, дружба, освіта, впевненість у собі, раціоналізм, щасливе сімейне життя, широта поглядів.

Факторний аналіз у кожній групі здійснювався методом головних компонент із подальшим обертанням методом Varimax із нормалізацією Кайзера. Такий підхід дав змогу ефективно зменшити кількість початкових змінних і згрупувати цінності в сукупні незалежні фактори, що характеризували ключові психологічні механізми впливу цінностей на здоров'я. Спираючись на отримані матриці факторних навантажень (*не входять до матеріалу статті*), до кожного підсумкового фактора додали по декілька цінностей, які мали найбільші позитивні факторні навантаження. Загальний рівень поясненої дисперсії вказує на достатню достовірність виділених факторів у кожній вибірці: у групі В пояснена сукупна дисперсія становила 56 %, тоді як у групі А – 59 %. Це дає змогу констатувати, що виділені фактори є достатньо репрезентативними для характеристики впливу особистісних цінностей на психологічне здоров'я.

Результати факторного аналізу становлять собою факторну модель ціннісно-сислової сфери респондентів, оскільки вони відображають структуру та ієрархію цінностей, які утворюють сукупні фактори. Ці фактори виступають узагальненими смисловими одиницями, що інтегрують найбільш значущі цінності та виявляють

ключові напрямки впливу ціннісних орієнтацій на психологічне здоров'я. Таким чином, факторна модель дає можливість зрозуміти, як організовані цінності у смисловій сфері респондентів різних світоглядних груп. Проаналізуємо більш детально отримані факторні моделі.

Результати факторного аналізу цінностей респондентів з гр. В дали змогу виділити десять сукупних факторів, які відображають ключові складові ціннісної смислової сфери цієї вибірки (рис. 1). Так, фактор «духовність» об'єднує такі первинні цінності, як вихованість і духовний розвиток, із найвищим факторним навантаженням на вихованість (0,693). Цей фактор «відповідає» за змістовне наповнення цінностей, пов'язаних із спрямованістю на моральний і духовний розвиток особистості. Сукупний ціннісний фактор «воля» охоплює цінність терпимості (0,669) і твердої волі (0,613), демонструючи зорієнтованість на розвиток вольових якостей, що лежать в основі внутрішньої стійкості та здатності взаємодіяти з іншими. Фактор «здоров'я» стосується цінностей, що визначають спрямованість особистості на збереження фізичного та психологічного здоров'я: цінність «здоров'я» (0,651) та цінність «фізичне і психологічне здоров'я» (0,440).

Фактор «саморегуляція» представлений самоконтролем (0,736) і свободою (0,502), що вказує на пріоритетність для респондентів із числа протестантських спільнот самостійного прийняття рішень та управління власною поведінкою. Фактор «самовдосконалення» стосується краси природи і мистецтва (0,651) та розвитку (0,633), підкреслює прагнення до зростання через пізнання та сприйняття краси. Фактор «гуманізм» має найвищі факторні навантаження на турботливість (0,801), альтруїзм і допомогу іншим (0,671), що відображає пріоритет співчуття та прагнення до допомоги. Фактор «Божественне заступництво» об'єднує такі базові ціннісні переконання, як доброзичливість оточення (0,733) та везіння (0,472), уособлюючи віру в зовнішню підтримку та доброзичливість світу.

Фактор «екзистенційний оптимізм» представлений базовим переконанням у контрольованості світу (0,597) та цін-



<i>Сукупний фактор</i>	<i>•Складові фактора із числа цінностей і базових ціннісних переконань (факторне навантаження)</i>
1. Духовність	•вихованість (0,693) •духовний розвиток (0,486)
2. Воля	•терпимість (0,669) •тверда воля (0,613)
3. Здоров'я	•здоров'я (0,651) •фізичне та психологічне здоров'я (0,440)
4. Саморегуляція	•самоконтроль (0,736) •свобода (0,502)
5. Самовдосконалення	•краса природи і мистецтва (0,651) •розвиток (0,633)
6. Гуманізм	•турботливість (0,801) •альтруїзм та допомога іншим (0,671)
7. Божественне заступництво	•доброзичливість оточення (0,733) •везіння (0,472)
8. Екзистенційний оптимізм	•контрольованість світу (0,597) •життєрадісність (0,521)
9. Відповідальність перед близькими	•соціальна відповідальність (0,750) •родина та близькі стосунки (0,478)
10. Екзистенційна відповідальність	•відповідальність (0,734) •щастя інших (0,318)

**Рис. 1. Графічне представлення результатів факторного аналізу найбільш значущих особистісних цінностей серед респондентів з гр. В**

ністю життєрадісності (0,521), відображаючи впевненість у впорядкованості навколишнього середовища та пов'язаного із цим усвідомленням оптимізму. Фактор «відповідальність перед близькими» передбачає такі цінності, як соціальна відповідальність (0,750), а також родина та близькі стосунки (0,478), що вказує на орієнтацію респондентів на побудову відповідальних стосунків з близькими людьми. Останній фактор – «екзистенційна відповідальність» – синтезує відповідальність (0,734) і щастя інших (0,318), вказуючи на наявне в цих респондентів переживання особистої відповідальності за оптимальне функціонування людства загалом. Потрібно підкреслити, що описана факторна модель притаманна людям із протестантським світоглядом і лежить в основі оптимального рівня психологічного здоров'я.

Факторний аналіз цінностей респондентів, які дотримуються атеїстичного світо-

гляду, дав змогу виділити кілька сукупних факторів, кожен із яких об'єднує по декілька цінностей або базових ціннісних переконань (рис. 2). Перший фактор було названо «прогресивність», і він містить такі ціннісні складові, як широта поглядів із факторним навантаженням 0,494 і здоров'я із навантаженням 0,444. Цей фактор характеризує спрямованість респондентів на софістичний підхід під час оцінки тих чи інших явищ, у тому числі на природу та джерела здоров'я. Софістичний підхід полягає у тому, що істина відносна і може змінюватися залежно від контексту, внаслідок чого формується скептичне ставлення до абсолютних істин і традиційних моральних норм. Фактор «задоволення» представлений такими цінностями, як «впевненість у собі» (0,731) та «розваги» (0,548). Цим респондентам притаманне прагнення до внутрішнього комфорту та насолоди життям. Третій фактор

отримав назву «егоїстичне кохання» і стосується цінності кохання (0,698) та амбітності (0,331), що свідчить про орієнтацію на власні індивідуальні потреби у близьких стосунках. Фактор «визнання оточенням» об'єднує цінність матеріальної забезпеченості життя (0,722) та цінність суспільного визнання (0,679). Він відображає ціннісну значущість статусу та соціального схвалення для цих респондентів. Зі свого боку, фактор «пріоритет інтелекту» характеризується високими значеннями для таких цінностей, як освіта та самоосвіта (0,826), а також раціоналізм (0,621), що свідчить про спрямованість до суто інтелектуального сприйняття оточуючої дійсності, яка може не корелювати з морально-етич-

ними нормами й емоційною включеністю людини.

Такий фактор, як «повнота життя», стосується цінності дружби та соціальних зв'язків (0,683), а також цінності активного та діяльного життя (0,439). Він відображає прагнення до різноманіття та пригод шляхом соціальної активності й налагодження множини міжособистісних контактів. Фактор «автономія» – це «незалежність» (0,789) і «матеріальний добробут» (0,661). Зазначені цінності тісно пов'язані між собою, виступаючи умовами досягнення повної автономії людини від інших людей.

Фактор «самоствердження» охоплює такі аспекти, як образ «Я» (0,693) та

Сукупний фактор	• <u>Складові фактора із числа цінностей і базових ціннісних переконань (факторне навантаження)</u>
1. Прогресивність	• широта поглядів (0,494) • здоров'я (0,444)
2. Задоволення	• впевненість у собі (0,731) • розваги (0,548)
3. Егоїстичне кохання	• кохання (0,698) • амбітність (0,331)
4. Визнання оточенням	• матеріальна забезпеченість життя (0,722) • суспільне визнання (0,679)
5. Пріоритет інтелекту	• освіта та самоосвіта (0,826) • раціоналізм (0,621)
6. Повнота життя	• дружба та соціальні зв'язки (0,683) • активне та діяльне життя (0,439)
7. Автономія	• незалежність (0,789) • матеріальний добробут (0,661)
8. Самоствердження	• образ «Я» (0,693) • наявність хороших та вірних друзів (0,548)
9. Сім'я	• щасливе сімейне життя (0,787)
10. Кар'єрне зростання	• кар'єра та професійна реалізація (0,706) • тверда воля (0,493) • продуктивне життя (0,453)

**Рис. 2. Графічне представлення результатів факторного аналізу найбільш значущих особистісних цінностей серед респондентів гр. А**

наявність хороших і вірних друзів (0,548). Реалізація перерахованих цінностей у межах цього фактора дає змогу людині з атеїстичним світоглядом самоствердитись у власних очах. Фактор «сім'я» сконцентрований на цінності щасливого сімейного життя (0,787), що виступає універсальною цінністю для більшості людей, незалежно від її світогляду (за рідкісним винятком). Варто зауважити, що в основі прагнення до створення сім'ї можуть лежати егоїстичні мотиви. Останній фактор було названо «кар'єрне зростання». Його змістовне наповнення складають такі цінності, як кар'єра та професійна реалізація (0,706), тверда воля (0,493), а також продуктивне життя (0,453). Він демонструє спрямованість респондентів на досягнення професійних цілей та ефективну діяльність у житті. Останній фактор за своєю ціннісною спрямованістю цілком узгоджується з іншими факторами в ціннісно-смісловій сфері людей з атеїстичним світоглядом.

Факторний аналіз ціннісно-сміслові сфери респондентів із протестантським та атеїстичним світоглядом дав змогу виявити дві принципово різні факторні моделі ціннісно-сміслові сфери, що притаманні цим категоріям осіб. Вони визначають провідні психологічні механізми ціннісної детермінації психологічного здоров'я цих груп учасників експериментального дослідження. Цінності протестантів, згруповані у десять факторів, досить яскраво відображають їхню трансцендентальну та гуманістичну спрямованість. Водночас цінності респондентів з атеїстичним світоглядом засвідчують їхню схильність до егоцентричних прагнень, а також надмірну прив'язаність до матеріальних благ і соціального статусу.

Фактори ціннісно-сміслові сфери протестантів сприяють збереженню та покращенню психологічного здоров'я завдяки їхній спрямованості на трансцендентальне, що передбачає орієнтацію на вищі духовні ідеали та прагнення до самореалізації відповідно до цінностей, які виходять далеко за межі матеріального світу. Духовність, як ключовий фактор, відіграє роль стабілізуючого елемента, що дає змогу протестантам знайти сенс у складних життєвих ситуаціях, осмислювати труднощі через

призму вищого задуму або божественного плану. Ця орієнтація на духовний вимір створює відчуття екзистенційного спокою, зменшуючи вплив стресових чинників. Подібну функцію виконує і фактор божественного заступництва, що забезпечує відчуття підтримки та безпеки через віру в надприродну допомогу, що має конкретний вираз (доброзичливість світу та везіння).

Гуманістична спрямованість цінностей протестантів, зокрема такі фактори, як екзистенційний оптимізм і відповідальність перед близькими, формує механізми емоційної підтримки шляхом розвитку альтруїзму, співчуття та соціальної відповідальності. Екзистенційна відповідальність сприяє відчуттю внутрішнього контролю, коли особистість виступає активним суб'єктом життєтворчості, якому притаманні довільність, свобода та суб'єктність. Протестанти сприймають себе як активного творця власного життя, орієнтуючись водночас на морально-етичні принципи, що суттєво зменшує ризик деструктивної поведінки. Фактор саморегуляції, підкріплений волею та орієнтацією на самовдосконалення, створює умови для адаптації до стресу й ефективного вирішення життєвих завдань, стимулюючи розвиток навичок самоконтролю та емоційної стійкості. Змістова наповненість ціннісно-сміслові сфери протестантів сприяє формуванню багатого смислового простору, який виступає автономною системою координат для конструктивного пояснення будь-яких життєвих подій, амортизуючи навіть психотравматичний життєвий досвід. Таке пояснення цілком узгоджується як з отриманими нами результатами, так і з даними досліджень М. Маккалоу, Дж. Полла, Т. Сміта [4], А. Абдель-Халека і Д. Лестера [5], С. Далміди, К. Ділоріо, Дж. Ладермана, М. Макдоннелла [6], Є. Степури [7], О. Войтюк [8] та інших науковців.

Що ж стосується ціннісно-сміслові сфери респондентів з атеїстичним світоглядом, то вона зорієнтована переважно на матеріальні блага, добробут, соціальний статус і визнання. Навіть позитивні на перший погляд факторні одиниці, як, наприклад, прогресивність, автономія та інтелектуальний розвиток, у кінцевому підсумку відображають певну матеріаліс-

тичність та фіксації на власних потребах, що плекається в рамках такого світогляду. Така орієнтація, хоча й може сприяти короткочасному підвищенню рівня задоволеності життям, часто призводить до нестійкості психологічного здоров'я у довгостроковій перспективі. Так, наприклад, фактор задоволення, який стосується впевненості в собі й орієнтації на розваги, створює залежність від зовнішніх джерел емоційного підкріплення, що обмежує здатність особистості адаптуватися до змінних життєвих обставин. Егоїстичне кохання, яке поєднує прагнення до інтимності з власними амбіціями, фактично відображає спрямованість на егоїстичне задоволення власних потреб у взаєминах із близькою людиною, що може провокувати конфлікти та деструкцію інтимного міжособистісного спілкування, знижуючи здатність таких людей до глибоких та автентичних зв'язків.

Фактори визнання оточенням і кар'єрного зростання, які є домінуючими в ціннісній сфері атеїстично налаштованих людей, посилюють залежність від соціальної оцінки та зовнішніх стандартів успіху, що може призводити до виникнення відчуття емоційної нестабільності в разі невідповідності цим стандартам. Подібним чином фактор автономії, хоч і сприяє незалежності, водночас може супроводжуватися емоційною ізоляцією, оскільки особистість часто обмежує себе в соціальній взаємодії шляхом демонстрації самодостатності.

Ціннісно-смилова структура людей з гр. А сфокусована на досягненні індивідуальних цілей і задоволенні матеріальних і соціальних потреб, що може обмежувати здатність особистості до виходу за межі власного «Я» та глибокого переживання сенсу життя. Водночас трансцендентальна та гуманістична спрямованість протестантів формує стійкі внутрішні механізми підтримки, які сприяють гармонійному розвитку особистості й забезпечують стабільність психологічного здоров'я. Ключовим психологічним механізмом підтримки психічного здоров'я у респондентів групи В є те, що притаманна їм гуманістична та трансцендентна ціннісна інтенція дає змогу подолати надмірну зосередженість на власній персоні та її індивідуаліс-

тичних потребах, ніби вийти за межі себе — до чогось вищого й екзистенційно значущого. Таке влаштування внутрішнього світу в кінцевому підсумку призводить до того, що психоемоційний дискомфорт, зумовлений життєвими негараздами, відчувається менш гостро або може залишитися непоміченим, що дає змогу зберегти внутрішню рівновагу та стабільність. Внутрішній світ невіруючої людини влаштований принципово по-іншому — його ціннісна інтенція спрямована на власне «Я» та його потреби, які перебувають у постійному фокусі уваги. Таке фокусування на собі, яке може бути названо егоцентризмом, зумовлює реакцію вираженого душевного страждання в тих випадках, коли в процесі життєдіяльності трапляються травматичні події, які порушують цілісність «Я» та фруструють потреби людини. Фіксуєчись тільки на собі, людина стає занадто чутливою до стану внутрішнього дискомфорту, і за принципом ланцюгової реакції внутрішній дискомфорт, спричинений життєвими негараздами, відчувається більш інтенсивно, порушуючи стабільність психологічного здоров'я.

**Висновки.** Таким чином, факторний аналіз забезпечив можливість конкретизації універсальних психологічних механізмів збереження здоров'я через групування цінностей, специфічних для протестантських та атеїстичних респондентів, розкриваючи специфіку їхнього впливу на психологічне здоров'я. Варто наголосити, що всі отримані результати експериментального дослідження були зафіксовані серед респондентів, які проживають в Україні, і таким чином усі виявлені ефекти впливу особистісних цінностей на стан психологічного здоров'я проявилися в умовах війни. Ця обставина є досить важливою для розуміння природи встановлених зв'язків, оскільки особистісні цінності в умовах соціальної нестабільності, небезпеки та постійного стресу проявляються більш активно та безпосередньо.

Реалізоване експериментальне дослідження дає можливість констатувати істинність висловлених раніше концептуальних ідей, а саме: 1) психологічне здоров'я особистості дійсно має ціннісну детермінацію, тобто залежить від конкретного змістовного наповнення цін-



нісно-сміслової сфери особистості. Психологічним механізмом такої детермінації є вибудовування індивідуальної системи координат та орієнтирів, що визначають поведінку й емоційні реакції індивіда, його світосприйняття, ставлення до інших і до себе. Перераховані сторони внутрішнього життя, ступінь їх гармонійності, врівноваженості, зрілості, ступінь наближення до реальності виступають важливими складовими психологічного здоров'я та визначають його гармонійність; 2) в основі протестантизму лежить ряд особливих цінностей, що виникли на основі протестантської інтерпретації новозавітного вчення. Тому у членів протестантських спільнот, які інтеріоризують ці цінності, формується унікальний стиль життя, ставлення до себе та світосприйняття, що визначають особливу конфігурацію та ступінь сфор-

мованості психічного здоров'я. Інтеріоризовані особистістю протестантські цінності можуть мати численні ефекти впливу на психологічні характеристики особистісні, когнітивні, емоційні та мотиваційні складові її внутрішнього життя, що в підсумку забезпечують нервово-психічну стійкість до життєвих негараздів та труднощів, ефективну адаптацію до мінливих умов життя, безумовне прийняття будь-яких подій як невідповідних і корисних для духовного самовдосконалення; 3) умови війни, позбавляючи звичних матеріальних благ та безпеки, дають змогу релігійній людині актуалізувати цінності тієї конфесії, до якої вона належить, що у складній життєвій ситуації виступають надійною опорою для збереження оптимального психоемоційного стану та психологічного здоров'я.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Agorastos A., Huber C. G., Demiralay C. Influence of religious aspects and personal beliefs on psychological behavior: focus on anxiety disorders. *Psychology Research and Behavior Management*. 2014. P. 93–101. URL: <https://doi.org/10.2147/prbm.s43666> (date of access: 12.12.2023).
2. Smith T.B., McCullough M.E., Poll J. Religiousness and depression: Evidence for a main effect and the moderating influence of stressful life events. *Psychological Bulletin*. 2003. Vol. 129, no. 4. P. 614–636. URL: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.4.614> (date of access: 12.11.2023).
3. You K.S. et al. Spirituality, Depression, Living Alone, and Perceived Health Among Korean Older Adults in the Community. *Archives of Psychiatric Nursing*. 2009. Vol. 23, no. 4. P. 309–322. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2008.07.003> (date of access: 20.02.2024).
4. Smith T.B., McCullough M.E., Poll J. Religiousness and depression: Evidence for a main effect and the moderating influence of stressful life events. *Psychological Bulletin*. 2003. Vol. 129, no. 4. P. 614–636. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.4.614> (date of access: 12.11.2023).
5. Abdel-Khalek A.M., Lester D. Subjective well-being and religiosity: significant associations among college students from Egypt and the United Kingdom. *International Journal of Culture and Mental Health*. 2017. Vol. 11, no. 3. P. 332–337. <https://doi.org/10.1080/17542863.2017.1381132> (date of access: 14.02.2024).
6. Dalmida S.G., et al. Spiritual Well-Being, Depressive Symptoms, and Immune Status Among Women Living with HIV/AIDS. *Women & Health*. 2009. Vol. 49, no. 2–3. P. 119–143. <https://doi.org/10.1080/03630240902915036> (date of access: 19.03.2025).
7. Степура Є. Проблема зв'язку релігії та психологічного благополуччя особи. *Psychological journal*. 2019. № 1 (21). С. 233–249.
8. Войтюк О. Особливості впливу релігійності на психологічний стан прикордонників. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. № 1. С. 144–147.

#### REFERENCES:

1. Agorastos, A., Demiralay, C., Huber, C.G. (2014). Influence of religious aspects and personal beliefson psychological behavior: focus on anxiety disorders. *Psychology Research and Behavior Management*, 93–101. <https://doi.org/10.2147/prbm.s43666> [in English].
2. Smith, T.B., McCullough, M.E., & Poll, J. (2003a). Religiousness and depression: evidence for a main effect and the moderating influence of stressful life events. *Psychological Bulletin*, 129, 4, 614–636. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.4.614> [in English].

3. You, K.S. et al. (2009). Spirituality, Depression, Living Alone, and Perceived Health Among Korean Older Adults in the Community. *Archives of Psychiatric Nursing*, 23, 4, 309–322. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2008.07.003> [in English].
4. Smith, T.B., McCullough, M.E., & Poll, J. (2003b). Religiousness and depression: evidence for a main effect and the moderating influence of stressful life events. *Psychological Bulletin*, 129, 4, 614–636. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.4.614> [in English].
5. Abdel-Khalek, A.M., & Lester, D. (2018). Subjective well-being and religiosity: significant associations among college students from Egypt and the United Kingdom. *International Journal of Culture and Mental Health*, 11, 332–337. <https://doi.org/10.1080/17542863.2017.1381132> [in English].
6. Dalmida, S.G. et al. (2009). Spiritual Well-Being, Depressive Symptoms, and Immune Status Among Women Living with HIV/AIDS. *Women & Health*, 49, 2–3, 119–143. <https://doi.org/10.1080/03630240902915036> [in English].
7. Stepura, Ye. (2019). Problema zviazku religii ta psykholohichnoho blahopoluchchia osoby [The problem of the connection between religion and the psychological well-being of a person]. *Psychological journal*, 1 (21), 233–249 [in Ukrainian].
8. Voitiuk, O. (2022). Osoblyvosti vplyvu relihiinosti na psykholohichni stan prykordonnykiv [Peculiarities of the influence of religiosity on the psychological state of border guards]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Psykholohiia*, 1, 144–147 [in Ukrainian].