МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

МЕДВІДЬ Інна Василівна

УДК 159.947:159.923:378(043.3)

ОСОБЛИВОСТІ ПРИЙНЯТТЯ ПРОФЕСІЙНИХ РІШЕНЬ ПСИХОЛОГОМ У СТРЕСОВИХ СИТУАЦІЯХ

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

АВТОРЕФЕРАТ
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук



Київ – 2026

Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Українському державному університеті імені Михайла Драгоманова.

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор
ПОМИТКІНА Любов Віталіївна,
Національний університет «Київський авіаційний інститут»,
професор кафедри авіаційної психології та управління людським фактором.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Чернобровкін Володимир Миколайович,
Національний університет «Києво-Могилянська академія»,
професор кафедри психології та педагогіки;

доктор психологічних наук, професор
Шевченко Наталія Федорівна,
Запорізький національний університет,
професор кафедри психології.

Захист відбудеться «27» листопада 2026 р. о 13.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 в Українському державному університеті імені Михайла Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова 9.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Українського державного університету імені Михайла Драгоманова (Україна, Київ 01601, м. Київ вул. Пирогова 9).

Автореферат розісланий «26» жовтня 2026 року.

Вчений секретар
спеціалізованої
вченої ради Л.В.Долинська

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність і доцільність дослідження. Актуальність дослідження зумовлена невідповідністю між реальними вимогами психологічної практики та наявним рівнем підготовки фахівців до прийняття рішень в умовах невизначеності, часового тиску та інтенсивного емоційного навантаження. В умовах повномасштабного збройного конфлікту в Україні ця невідповідність набуває особливої гостроти: значна частина практикуючих психологів водночас є фахівцями, що надають психологічну допомогу, і особами, які самі зазнають впливу тривалого стресу.

Проблематика прийняття рішень є однією з ключових у сучасній психологічній науці. Парадигма її вивчення зазнала суттєвої еволюції – від нормативних моделей раціонального вибору до дескриптивних підходів, що відображають реальні когнітивні обмеження особистості в умовах невизначеності, і далі до інтегративних концепцій, що враховують когнітивний, емоційний, вольовий та соціально-контекстуальний виміри цього процесу. Особливої актуальності набуває вивчення прийняття рішень в умовах стресу: сучасні дослідження акцентують на ролі метакогнітивної усвідомленості, толерантності до невизначеності і стресостійкості як ключових предикторів якості рішень у стресогенних ситуаціях.

У вітчизняному науковому дискурсі сформовано вагомий теоретико-прикладний фундамент із суміжних проблем. Досліджено психологію особистісних рішень (Л. В. Помиткіна), особливості прийняття рішень у педагогічній та консультативній практиці (І. С. Булах; В. В. Волошина; В. М. Чернобровкін), організаційно-управлінський контекст прийняття рішень (Г. О. Горбань; О. І. Кушлик-Дивульська та Б. Р. Кушлик; І. Р. Петровська), філософсько-психологічні аспекти вибору (В. А. Омельчук та ін.; С. Черевичний), емоційно-когнітивні чинники прийняття рішень (Л. В. Долинська; Н. Ф. Шевченко) та механізми управлінських рішень у складних ситуаціях (З. Я. Ковальчук і Р. Я. Колісник).

У зарубіжних дослідженнях проблематика прийняття рішень особистістю розглядається у кількох взаємодоповнюваних традиціях. Класичні нормативні моделі раціонального вибору (Г. Саймон) поступово трансформувалися у дескриптивні підходи, що враховують реальні когнітивні обмеження людини (Д. Канеман та ін.), і в концепцію екологічної раціональності (Ґ. Ґіґеренцер, С. Ґайссмайєр). Окрему традицію становить вивчення професійного клінічного мислення і когнітивних помилок у діагностичних рішеннях (П. Кроскеррі; М. Дамі; Г. Бошуїзен, Г. Шмідт), а також толерантності до невизначеності як ключового психологічного ресурсу прийняття рішень в умовах обмеженої інформації (С. Батнер; П. Хан, Б. Кляйн, Н. Арора; М. Гіллен та ін.). Розвиток професійної ідентичності та супервізійна підтримка фахівців висвітлені у дослідженнях К. Шуберт та ін., Ф. Треде, Р. Маклін, Д. Бріджес і К. Воткінс, тоді як проблематика вигорання і резилієнсу практикуючих фахівців розкрита у роботах К. Маслак, М. Лейтер, Ч. Фіглі і С. Саутвік та ін. Водночас ці дослідження здебільшого зосереджені на суміжних професіях – медицині,

соціальній роботі, консультуванні – без системного перенесення результатів на специфіку діяльності психолога-практика в умовах воєнного стресу.

У вітчизняній науці накопичено значний досвід дослідження психологічних аспектів підготовки фахівців-психологів. Теоретичні засади формування професійної компетентності психолога розроблено у працях О. В. Скрипченка, Л. В. Долинської та їхніх колег; психолого-педагогічні умови розвитку рефлексивності та готовності до консультативної практики – у роботах І. С. Булах, В. В. Волошиної; особливості прийняття рішень у педагогічній та консультативній діяльності – В. М. Чернобровкіна; психологію особистісного вибору і прийняття рішень у професійному контексті – Л. В. Помиткіної. Окремо досліджувалися чинники ефективності фахової підготовки (В. В. Волошина; Н. Ф. Шевченко) і роль супервізії як організаційно-освітнього ресурсу (З. Я. Ковальчук і Р. Я. Колісник). Водночас цілеспрямована підготовка психологів до прийняття рішень саме у стресових ситуаціях – з урахуванням типологічних профілів слухачів, предикторної ролі стресостійкості й диференційованих траєкторій навчання – залишалася поза увагою вітчизняних дослідників, що і становить ключову наукову прогалину, яку заповнює дане дослідження.

Водночас залишається недостатньо дослідженою проблема прийняття рішень психологом-практиком у стресових умовах – з урахуванням специфіки психологічної практики, феномену подвійної вразливості фахівця, типологічних відмінностей між психологами з різним рівнем стресостійкості та конкретного українського воєнного контексту. Бракує також теоретично обґрунтованих і емпірично верифікованих діагностичних інструментів та освітніх програм, орієнтованих на розвиток компетентності прийняття рішень психологами у стресових ситуаціях виявлення яких сприятиме підвищенню ефективності підготовки практичних психологів. Це й зумовлює наукову значущість, практичну цінність та актуальність дисертаційного дослідження **«Особливості прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях».**

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Дисертаційне дослідження виконано згідно з планом наукової діяльності факультету психології Українського державного університету імені Михайла Драгоманова за напрямком «Теорія та технологія навчання та виховання в системі народної освіти». Тему дисертації затверджена Вченою радою Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (протокол № 7 від 23.02. 2012 року).

Об'єктом дослідження є процес прийняття професійних рішень психологом.

Предметом дослідження є особливості прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях.

Мета дослідження: здійснити теоретико-емпіричне дослідження психологічних особливостей процесу прийняття професійних рішень психологом та чинників, що їх визначають; розробити й апробувати програму підвищення ефективності прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях.

Відповідно до мети дослідження визначено **такі завдання:**

1. Здійснити теоретико-методологічний аналіз феномену прийняття професійних рішень особистістю дорослого віку, систематизувати чинники вибору стилів рішень і розкрити вплив стресових ситуацій на цей процес та визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях.

2. Емпірично вивчити психологічні особливості та чинники ефективності прийняття професійних рішень психологами у стресових ситуаціях і розробити типологію профілів слухачів курсів підвіщення кваліфікації.

3. Обгрунтувати інтегративну модель оптимізації процесу прийняття рішень психологом у стресових ситуаціях.

4. Розробити й апробувати програму підвищення ефективності прийняття рішень психологом у стресових ситуаціях та обґрунтувати методичні рекомендації для різних категорій стейкхолдерів.

Гіпотеза дослідження: ефективність прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях визначається рівнем розвитку компетентності прийняття рішень як системної інтеграції когнітивного, емоційно-регулятивного, мотиваційно-вольового та соціально-професійного компонентів, провідну роль серед яких відіграє стресостійкість як здатність зберігати емоційну стабільність та функціональність мислення; при цьому цілеспрямована психологічна підготовка, що поєднує розвиток зазначених компонентів у єдиній диференційованій програмі відповідно до типологічного профілю слухача, забезпечить статистично значуще та стійке підвищення ефективності прийняття рішень психологом у стресових ситуаціях.

Методологічну основу дослідження становлять принципи системності, особистісної детермінованості, діяльнісної зумовленості та контекстуальної залежності психічних явищ, що у своїй сукупності уможливлюють комплексне вивчення компетентності прийняття рішень психологом у стресових ситуаціях як багатовимірного, внутрішньо диференційованого утворення. Застосування зазначених принципів дозволяє розглядати досліджуваний феномен у нерозривному зв'язку когнітивної сфери особистості, її емоційно-регулятивних ресурсів, мотиваційно-вольової спрямованості та соціально-професійного середовища (Л. В. Помиткіна; В. М. Чернобровкін; І. С. Булах, В. В. Волошина). У такій оптиці компетентність прийняття рішень трактується не як фіксована особистісна властивість, а як функціональна психологічна система, що виявляється у здатності фахівця підтримувати продуктивність мислення, регулювати емоційні реакції та зберігати етичну відповідальність у ситуаціях невизначеності й часового дефіциту, і є піддатною до формування засобами цілеспрямованої освітньої програми (А. Бандура; Д. Майхенбаум; Дж. Гіббс).

У психології стресу дослідження спирається на: трансакційну модель стресу і копінгу, що концептуалізує стрес як результат когнітивної оцінки ситуації як такої, що перевищує наявні ресурси особистості (Р. Лазарус, С. Фолкман); диференціацію еустресу та дистресу як концептуальну основу для розуміння оптимального рівня активації при прийнятті рішень (Г. Сельє; Р. Єркс, Дж. Додсон); когнітивно-поведінковий підхід як методологічну рамку, що

інтегрує когнітивний, афективний і поведінковий виміри прийняття рішень (А. Бек, Д. Кларк; Д. Майхенбаум).

Також дослідження спирається на концепції емоційної регуляції особистості (Дж. Гросс), метакогнітивної усвідомленості (А. Грант), толерантності до невизначеності (М. Гелатт; Р. Карлетон і колеги; Дж. Хазаї; Г. Чуйко та ін.,) стадіальної моделі розвитку професійної компетентності (С. Дрейфус і колеги; А. Еріксон і Р. Пул), та на вітчизняні дослідження психології особистісних рішень (Л. Помиткіна), прийняття рішень у консультативній та педагогічній практиці (І. Булах, В. Чернобровкін та ін.; В. Волошина) процесуально змістових особливостей професійної підготовки психологів (О.Бондаренко, В.Волошина, Н.Шевченко).

Методи дослідження:

загальнонаукові теоретичні методи: аналіз, синтез, порівняння, класифікація, систематизація та узагальнення сучасної наукової літератури з когнітивної психології, психології стресу, педагогічної психології і психології прийняття рішень. Ці методи використовувалися для формування теоретико-методологічної бази дослідження, побудови чотирикомпонентної моделі компетентності прийняття рішень у стресових ситуаціях та розмежування суміжних конструктів – «прийняття рішень», «професійне судження» і «клінічне мислення» у діяльності психолога .

– *емпіричні методи:* спостереження, опитування, констатувальний та формувальні експерименти. Для дослідження психологічних особливостей прийняття рішень психологом у стресових ситуаціях застосовано батарею з 11 психодіагностичних методик: шкала толерантності до невизначеності (IUS-12), шкала когнітивної гнучкості (CFS), шкала рефлексивності та саморозуміння (SRIS), шкала труднощів емоційної регуляції (DERS-PS), шкала стресостійкості Коннора–Девідсона (CD-RISC-25), шкала депресії, тривоги та стресу (DASS-21), опитувальник копінг-стратегій (Brief COPE), модифікований опитувальник стилів прийняття рішень (MDMQ-PS), шкала професійної самоефективності (GSE-PS), опитувальник професійної мотивації (AMS-PS), шкала рефлексивності (SRIS). Для оцінки ефективності прийняття рішень застосовано авторські стандартизовані кейси-сценарії з експертною оцінкою відповідей за шістьма критеріями (ICC = 0.87). Якісні методи: напівструктуровані індивідуальні інтерв'ю (n = 8) та фокус-групові дискусії (n = 3, загалом 18 учасників) після формувального втручання для аналізу суб'єктивного досвіду учасників, виявлення механізмів трансформації навичок і збору пропозицій щодо вдосконалення програми; тематичний аналіз у NVivo 15 (Fleiss's Kappa = 0.54).

– *методи статистичної обробки даних:* описова статистика, перевірка нормальності розподілів (критерій Колмогорова–Смирнова, Q-Q графіки), кореляційний аналіз Пірсона, t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок, U-критерій Манна–Уїтні, однофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA) з post-hoc тестами Tukey HSD, множинний регресійний аналіз (покроковий метод – stepwise) для побудови прогностичних моделей ефективності прийняття рішень. Для оцінки ефективності формувальної програми застосовано змішаний дисперсійний аналіз (Mixed ANOVA) з поправкою Гріндхауса–Гайссера.

Величину ефекту оцінено через Cohen's d і частковий ета-квадрат (η^2p). Статистичну обробку здійснено у Jamovi (v. 2.2.5) , якісний аналіз – у NVivo 15.

Експериментальна база дослідження. Дослідження реалізовувалося у три послідовні етапи.

На підготовчому етапі (вересень – грудень 2016 р.) з метою попередньої оцінки актуальності проблематики проведено пілотажне опитування (n = 413) психологів-слухачів курсів підвищення кваліфікації на базі п'яти закладів вищої освіти України, що організовували курси підвищення кваліфікації для психологів-практиків: Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, Західноукраїнського національного університету, Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка та Одеського національного університету імені І. І. Мечникова.

Констатувальний етап (листопад 2018 – травень 2020 р.) охопив 287 психологів-слухачів курсів підвищення кваліфікації зі спеціальностей «Психологія», «Клінічна психологія та психологічна реабілітація», «Практична психологія» і «Психологічне консультування та психотерапія» на базі шести закладів вищої освіти різних регіонів України: Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, Західноукраїнського національного університету, Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, Одеського національного університету імені І. І. Мечникова та Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Усі учасники мали практичний досвід роботи психологом від 6 місяців до 20 і більше років, що забезпечує прямий зв'язок між досліджуваними змінними і реальною практикою прийняття рішень. Географічна та організаційна варіативність вибірки підвищує генералізованість отриманих результатів.

Формувальний експеримент проводився з психологами-слухачами КПК на базі Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького; у грудні 2023 р. проведено підтверджувальний пілотаж, що засвідчив поглиблення структурних дефіцитів підготовки в умовах повномасштабного збройного конфлікту. Інтенсивна фаза тривала 15 тижнів (жовтень–грудень 2024 р.), підтримувальна – 8 тижнів (січень–лютий 2025 р.). До експериментальної групи увійшли 26 осіб, до контрольної – 24 слухачі. Атриція склала 0%. З етичних міркувань після завершення дослідження усім учасникам контрольної групи надано безкоштовний доступ до матеріалів і записів занять програми.

Наукова новизна та теоретичне значення одержаних результатів полягає у тому, що:

вперше:

- визначено поняття «прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях» як інтегративний процес стратегії дії, що

здійснюється в умовах невизначеності часового дефіциту та емоційного навантаження і детермінується взаємодією когнітивних схем емоційно-регулятивних ресурсів вольових механізмів і соціально – контекстних чинників;

- побудовано оригінальну чотирьохкомпонентну інтегративну модель компетентності прийняття професійних рішень у стресових ситуаціях, що поєднує когнітивний, емоційно-регулятивний, мотиваційно-вольовий та соціально-професійний компоненти компетентності і може використовуватися як концептуальна основа для проєктування змісту програм курсів підвищення кваліфікації зі спеціальності «Психологія»;
- *емпірично виявлено* психологічні особливості прояву структурних компонентів авторської моделі компетентності прийняття рішень у стресових ситуаціях, незалежні предиктори ефективності прийняття рішень (стресостійкість, професійна самоефективність, когнітивна гнучкість та толерантність до невизначеності);
- типологізовано та описано профілі компетентностей прийняття рішень («Вразлива компетентність», «Функціональна адаптованість», «Резилієнтна майстерність»), що визначають диференційовані пріоритети підготовки;
- обгрунтовано інтегративну модель та програму оптимізації процесу прийняття рішень психологами у стресових ситуаціях.
- *підтверджено* провідну прогностичну роль стресостійкості як найсильнішого предиктора ефективності прийняття професійних рішень психологом, що перевершує внесок когнітивних показників і мотивації; регресійна модель пояснює 47% дисперсії ефективності рішень і може слугувати діагностичною основою для індивідуалізації траєкторій підготовки у системі курсів підвищення кваліфікації;
- *створено:* інтегративну модель оптимізації процесу прийняття рішень психологом у стресових ситуаціях, що системно поєднує когнітивний, емоційно-регулятивний, мотиваційно-вольовий та соціально-професійний компоненти компетентності і може використовуватися як концептуальна основа для проєктування змісту програм курсів підвищення кавліфікації зі спеціальності «Психологія»;
- *Удосконалено операціоналізацію феномену* прийняття рішень через чітке розмежування конструктів «прийняття рішень», «професійне судження» та «клінічне мислення» як якісно різних психологічних процесів у діяльності психолога.

- *набула подальшого розвитку:*
- знання про психологічні особливості прийняття професійних рішень та теоретико-методологічна база педагогічної психології в частині обґрунтування психолого-педагогічних умов розвитку компетентності прийняття рішень психологів у стресових ситуаціях; зокрема, концептуалізовано цю компетентність як динамічну, піддатну до цілеспрямованого формування систему;
- теоретичне обґрунтування ролі супервізії, симуляційного навчання і рефлексивних практик як ключових психолого-педагогічних умов розвитку компетентності психолога до прийняття рішень у стресогенних ситуаціях у системі неперервної професійної освіти.

Практичне значення одержаних результатів полягає у розробці, науковому обґрунтуванні та успішній апробації програми психологічної підготовки психологів-слухачів КПК щодо підвищення ефективності прийняття рішень у стресових ситуаціях. Програма ґрунтується на трипрофільній диференційованій архітектурі та інтеграції когнітивного, емоційно-регулятивного, мотиваційно-вольового й соціально-професійного компонентів компетентності прийняття рішень, що дозволяє цілісно і адресно впливати на здатність психолога-практика ефективно функціонувати в умовах стресу та невизначеності.

Матеріали дослідження можуть бути використані організаторами і кураторами КПК при проєктуванні програм підвищення кваліфікації психологів, розробниками освітніх стандартів, керівниками психологічних служб, супервізорами і психологами-практиками. Програма включає симуляційні кейси зростаючої складності, структуровані алгоритми прийняття рішень (WRAP, premortem-аналіз, дерево рішень), техніки саморегуляції і рефлексивні блоки за моделлю Г. Гіббса і може бути реалізована у змішаному або дистанційному форматі, що забезпечує її практичну придатність для КПК різних регіонів України в умовах воєнного часу.

Розроблений психодіагностичний інструментарій валідизованих методик і авторські кейси-сценарії можуть застосовуватися для вхідного скринінгу профілю слухача, моніторингу динаміки компетентності прийняття рішень і оцінки ефективності навчальних втручань у системі КПК. Сформульовані методичні рекомендації для чотирьох категорій стейкхолдерів (психологи-практики, організатори КПК, керівники психологічних служб, розробники програм і науковці) слугують практичним підґрунтям для системного розвитку компетентності прийняття рішень у стресових ситуаціях на індивідуальному, організаційному та системному рівнях. Програма може бути масштабована та інтегрована як тренінговий модуль у КПК за спеціальністю «Психологія» у закладах вищої освіти різних регіонів України.

Результати дослідження впроваджено у освітній процес Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана

Хмельницького (довідка №01-15/410 від 02 березня 2026 року), Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини (довідка № 347/02 від 17 березня 2026 року), Західноукраїнського національного університету (довідка №126-29/19 від 30 березня 2026 року), Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (довідка № 502/26.04-33 від 28 квітня 2026 року), Одеського національного університету імені І. І. Мечникова (довідка №394 від 6 травня 2026 року) та Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна (довідка № 26/86-36-37 від 01 травня 2026 року).

Надійність і вірогідність результатів дослідження забезпечувалися концептуальною узгодженістю теоретико-методологічних засад із метою та завданнями дослідження. Репрезентативність вибірки досягалася географічною та організаційною варіативністю бази дослідження. Застосування багатоіндикаторної психодіагностики триразових вимірювань та поєднання кількісних і якісних методів забезпечило конвергентну валідність отриманих даних. Програма психологічної підготовки апробована у природному освітньому середовищі із залученням контрольної групи (атриція 0%), що підвищує екологічну достовірність висновків. Статистична вірогідність результатів підтверджена застосуванням параметричних і непараметричних методів. Узгодженість емпіричних результатів із теоретичною моделлю та підтвердження стійкості ефектів на відстроченому вимірюванні свідчать про достовірність одержаних висновків.

Апробація та впровадження результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження доповідалися на засіданнях кафедри психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького. Матеріали наукової роботи обговорено та отримали схвалення на науково-практичних конференціях: Міжнародній весняній школі «Spring School 2025», 8-й міжнародній науково-практичній конференції «Information and Innovation Technologies in the XXI Century» Models of Organizing the Educational Process and Methods of Teaching Professional Disciplines in EU Universities, (Сілезька академія, м.Катовіце, Польща 2025), IV всеукраїнській науково- практичній конференції «Глобальний світ і Україна: сучасні виклики та пошук відповідей» (Харків 2025); Вчеукраїнська конференція «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки» (Тернопіль, 2025); XI регіональній науково-практичній конференції «Людина і світ» (Запоріжжя, 2025) та «Освіта сьогодення: життєтворчість як основа національного відродження та єдності» (Запоріжжя, 2024).

Публікації. Основні результати дослідження висвітлено в 24 публікаціях, із яких: 16 статей надруковано у наукових фахових виданнях України категорії «Б» та зарубіжних журналах (у тому числі 1 стаття у виданні, що індексується в міжнародній наукометричній базі Scopus), 5 – у збірниках матеріалів конференцій, 1 – у зарубіжній колективній монографії, 1- у вітчізняній колективній монографії.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного розділу, висновків, списку використаної

літератури (загалом 153 найменування, з них 121 – іноземною мовою) та додатків. Робота містить 35 таблиць та 7 рисунків. Загальний обсяг дисертації становить 209 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ

Вступна частина містить обґрунтування актуальності обраної теми та доцільності проведеного дослідження, формулювання мети, завдань, об'єкта, предмета й методів наукового пошуку, визначення його методологічних і теоретичних засад та гіпотези дослідження. Також вона розкриває наукову новизну отриманих результатів, їх теоретичне та практичне значення, висвітлює зв'язок роботи з науковими програмами й темами, містить відомості про апробацію, впровадження результатів і їх відображення у публікаціях.

У першому розділі «**Теоретико-методологічні засади феномену прийняття рішень психологом у стресових ситуаціях**» – побудовано інтегративну теоретичну рамку дослідження шляхом критичного синтезу когнітивної психології, психології стресу і когнітивно-поведінкового підходу (А. Бек, Д. Кларк). Встановлено, що наявні концепції прийняття рішень утворюють дві хвилі наукової думки: нормативні моделі раціонального вибору (Г. Саймон) описують ідеальний процес, але не реальну поведінку; дескриптивні підходи (Д. Канеман, А. Тверські) фіксують когнітивні упередження та евристики, водночас концепція екологічної раціональності (Ґ. Ґіґеренцер, С. Ґайссмайєр) і афективний підхід (А. Дамасіо; Дж. Лернер, Д. Льовенстейн) доповнюють їх урахуванням емоційних і контекстуальних чинників. Виявлений теоретичний розрив – відсутність моделі, що одночасно враховує когнітивні упередження, емоційну регуляцію і соціально-професійний контекст у специфіці діяльності психолога-практика – обґрунтовує необхідність авторської інтегративної концепції.

На основі теоретичного аналізу (Л. В. Помиткіна; В. М. Чернобровкін; І. С. Булах, В. В. Волошина) проведено концептуальне розмежування між трьома термінами, що системно змішуються в літературі: «прийняття рішень» (вибір між альтернативами в умовах невизначеності), «професійне судження» (оцінка ситуації на основі експертного знання) та «клінічне мислення» (діагностично-інтерпретаційний процес; П. Кроскеррі, М. Дамі). Це розмежування є методологічно принциповим: без нього неможлива операціоналізація змінних емпіричного дослідження.

На основі аналізу досліджень когнітивних порушень під стресом (А. Арнстен; П. Кроскеррі; Г. Бошуїзен, Г. Шмідт) концептуалізовано системну «тріаду когнітивної дезорганізації» під впливом стресу – взаємопосилювальну взаємодію когнітивної ригідності, викривлення сприйняття та порушення робочої пам'яті. Цей механізм пояснює, чому навіть досвідчений фахівець в умовах хронічного стресу може деградувати до імпульсивних або уникаючих стратегій вибору (Р. Лазарус, С. Фолкман). Теоретично обґрунтовано, що стресостійкість функціонує не як фіксована риса, а як динамічний регулятор, що

визначає рівень активації, за якого зберігається когнітивна ефективність (закон Єркса–Додсона; С. Саутвік та ін.; К. Коннор, Дж. Девідсон).

На основі аналізу вітчизняних і зарубіжних досліджень (В. В. Волошина; Н. Ф. Шевченко; Ч. Фіглі; К. Маслак, М. Лейтер) ідентифіковано феномен «подвійної вразливості» психологів-практиків в умовах воєнного часу: вони одночасно є суб'єктами хронічного стресу і фахівцями, зобов'язаними надавати психологічну допомогу іншим. Доведено (З. Я. Ковальчук, Р. Я. Колісник; К. Ватків; К. Бернард, Р. Ґудієр), що цей стан накладається на дефіцит практичного досвіду і обмежений доступ до супервізії, створюючи кумулятивний ризик дисфункційного прийняття рішень під тиском.

Порівняльний аналіз систем підготовки психологів (Г. О. Горбань; О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська та ін.; М. Боґо; Н. Кеслоу та ін.) виявив зони пріоритетного розвитку: обсяг практичної підготовки в українських магістерських програмах і програмах підвищення кваліфікації становить менше третини від стандарту провідних університетів (360–450 годин проти 1500 і більше годин), виявлено критичний дефіцит доступу до систематичної супервізії (18.12% психологів-слухачів КПК мають регулярний доступ при значно вищій потребі), а спеціалізовані модулі з прийняття рішень у стресових ситуаціях фактично відсутні у більшості програм. Ці структурні прогалини підсилюють індивідуальну вразливість фахівців і є самостійним чинником зниження якості професійних рішень.

На основі синтезу теоретичних концепцій (Л. В. Помиткіна; В. М. Чернобровкін; Д. Канеман; Р. Лазарус, С. Фолкман; А. Бандура) прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях визначено як інтегративний процес вибору стратегії дії, що здійснюється в умовах невизначеності, часового дефіциту та емоційного навантаження і детермінується взаємодією когнітивних схем, емоційно-регулятивних ресурсів, вольових механізмів і соціально-контекстуальних чинників. Основною характеристикою цього процесу визначено компетентність прийняття рішень — інтегративну характеристику особистості, що виявляється у здатності зберігати продуктивність мислення, емоційну стабільність і етичну відповідальність в умовах невизначеності та часового дефіциту. Основними показниками цієї компетентності визначено: когнітивну гнучкість і толерантність до невизначеності (С. Батнер; М. Гіллен та ін.), емоційну регуляцію і стресостійкість (К. Коннор, Дж. Девідсон; Дж. Ґросс), професійну самоефективність і внутрішню мотивацію (А. Бандура), адаптивні копінг-стратегії й доступ до професійної супервізії (К. Ватків; К. Бернард, Р. Ґудієр).

За результатами теоретичного аналізу наукових праць вітчизняних і зарубіжних дослідників (І. С. Булах; Л. В. Помиткіна; В. М. Чернобровкін; та ін.; А. Бандура; К. Дрейфус; Д. Канеман; Р. Лазарус, С. Фолкман;) побудовано оригінальну чотирикомпонентну інтегративну модель компетентності прийняття рішень у стресових ситуаціях, що системно поєднує когнітивний (когнітивна гнучкість, толерантність до невизначеності, рефлексивність), емоційно-регулятивний (емоційна регуляція, стресостійкість), мотиваційно-вольовий (професійна самоефективність, внутрішня мотивація) та соціально-

професійний (копінг-стратегії, доступ до супервізії, стилі прийняття рішень) компоненти. Ця модель слугує концептуальним фундаментом для розробки комплексного діагностичного інструментарію та програми психологічної підготовки психологів-слухачів курсів підвищення кваліфікації.

У другому розділі «**Емпіричне дослідження психологічних особливостей процесу прийняття рішень психологами у стресових ситуаціях**» – здійснено комплексне діагностичне дослідження на вибірці 287 психологів-слухачів курсів підвищення кваліфікації шести закладів вищої освіти різних регіонів України, верифіковано чотирикомпонентну модель компетентності прийняття рішень і встановлено предикторну структуру ефективності прийняття рішень у стресових ситуаціях.

Методологічно розділ побудовано на квазіекспериментальному підході з домінуванням кількісної парадигми, доповненої якісним аналізом стандартизованих кейсів. Цільова змінна – ефективність прийняття рішень – операціоналізована через експертну оцінку письмових відповідей на сім стресових сценаріїв за шістьма критеріями: адекватність діагностики проблеми, дотримання етичних принципів, генерування альтернатив, обґрунтованість вибору стратегії, реалістичність плану та рефлексія впливу стресу. Така операціоналізація принципово відрізняється від самозвітних методик: вона фіксує не декларовану, а реальну якість фахових рішень.

Діагностика когнітивного компонента виявила, що найпоширенішим дефіцитом є низька толерантність до невизначеності: близько третини слухачів демонстрували недостатню здатність до конструктивного функціонування в умовах неповної інформації та непередбачуваності. У поєднанні зі зниженою когнітивною гнучкістю це формує ригідний стиль мислення, особливо небезпечний у кризових консультативних ситуаціях. Водночас показники рефлексивності виявилися відносно збереженими, що інтерпретовано як ресурс, на який можна спиратися у програмі підготовки.

Аналіз емоційно-регулятивного компонента виявив найсерйознішу системну проблему: кореляція між психологічним дистресом і труднощами емоційної регуляції утворює «порочне коло взаємопідсилення», у якому стрес руйнує регуляторні механізми, а їх відсутність, своєю чергою, підвищує вразливість до стресу. Важливим є те, що лише 18.12% вибірки мають доступ до систематичної супервізії – інституційного ресурсу, який нормативно має розривати це коло.

Мотиваційно-вольовий компонент виявив внутрішньо суперечливий профіль: помірно висока внутрішня мотивація до професії поєднується з тим, що значна частка слухачів переважно використовує дезадаптивні стилі прийняття рішень – уникнення та прокрастинацію. Це свідчить про розрив між мотиваційним наміром і поведінковим репертуаром у стресових умовах.

Регресійний аналіз ідентифікував чотири незалежні предиктори ефективності прийняття рішень, які сукупно пояснюють 47% дисперсії: стресостійкість ($\beta = 0.19$, найсильніший внесок), професійна самоефективність ($\beta = 0.18$), когнітивна гнучкість ($\beta = 0.16$) і толерантність до невизначеності

(β = 0.14). Теоретично значущим є факт, що показники психологічного дистресу не увійшли до фінальної моделі попри сильні кореляції з ефективністю: встановлено повний медіаційний ефект стресостійкості, тобто дистрес впливає на якість рішень виключно через її знижений рівень, а не безпосередньо. Це переорієнтовує вектор інтервенції: не усунення дистресу як такого, а цільовий розвиток стресостійкості як системоутворювального предиктора.

Методом тертильного групування за рівнем стресостійкості типологізовано вибірку за трьома профілями компетентності прийняття рішень, кожен з яких характеризується специфічними особливостями, що визначають диференційовані пріоритети підготовки. Профіль «Вразлива компетентність» (24.7%) поєднує низьку стресостійкість, дезадаптивні стилі рішень і дефіцит самоефективності при збереженій мотивації, демонструє схильність до уникнення складних рішень та імпульсивності під тиском, що вимагає інтенсивної підготовки з акцентом на емоційну регуляцію. Профіль «Функціональна адаптованість» (56.4%) демонструє помірну стресостійкість, збалансований репертуар стилів і середню ефективність рішень, ситуативно залежну від рівня стресу, що потребує розвитку когнітивної гнучкості й толерантності до невизначеності. Профіль «Резилієнтна майстерність» (18.9%) характеризується високою стресостійкістю, адаптивним стилем рішень і стабільною якістю рішень незалежно від інтенсивності тиску, що дозволяє залучати цих слухачів як менторів для представників інших профілів. Ця типологія є не описовою класифікацією, а операційним інструментом із чіткими діагностичними критеріями: вона визначає диференційовані траєкторії підготовки для кожної групи у наступному розділі.

Результати розділу емпірично верифікують теоретичну рамку Розділу 1 і формують доказову базу для побудови програми психологічної підготовки: виявлені зони дефіциту, встановлена предикторна ієрархія і типологія поведінкових профілів безпосередньо транслюються у логіку, пріоритети й диференційовані стратегії формувального втручання, описаного в третьому розділі.

У третьому розділі «**Оптимізація процесу прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях**» – представлено інтегративну модель оптимізації процесу прийняття рішень, описано структуру і зміст розробленої програми психологічної підготовки, здійснено аналіз ефективності формувального втручання та сформульовано систему методичних рекомендацій. З урахуванням визначених особливостей прийняття рішень для кожного з трьох профілів розроблено диференційовану програму психологічної підготовки психологів-слухачів КПК (60 академічних годин базової програми, 7 модулів, 15 тижнів інтенсивної фази), що передбачає адаптацію змісту, методів та інтенсивності втручання відповідно до профілю конкретної групи.

Інтегративна модель (рис.1), побудована за висхідною логікою від досліджуваного феномену в основі до результату на вершині, синтезує емпіричні результати другого розділу у цілісну концептуальну рамку з кількома взаємопов'язаними аспектами. Структурний аспект розкриває чотири

компоненти компетентності прийняття рішень та їхні предикторні ваги: стресостійкість (β = 0.19) – у межах емоційно-регулятивного компонента; самоефективність (β =0.18) – мотиваційно-вольового; когнітивна гнучкість (β = 0.16) і толерантність до невизначеності (β = 0.14) – когнітивного. Механістичний аспект описує чотири психологічні механізми трансформації: рефлексія → інтеріоризація → ідентифікація → самореалізація, що відповідають трьом темпоральним фазам – усвідомленню, активному розвитку і консолідації. Медіаційний аспект формалізує встановлений у другому розділі факт: стрес впливає на ефективність рішень не безпосередньо, а виключно через зниження стресостійкості, яка виступає центральним медіатором системи. Сукупно модель пояснює 47% дисперсії ефективності прийняття рішень ($R^2 = 0.47$).

З урахуванням визначених особливостей прийняття рішень для профілів «Вразлива компетентність», «Функціональна адаптованість» та «Резилієнтна майстерність» розроблено диференційовану програму психологічної підготовки з трьома траєкторіями: інтенсивне формування (для першого профілю, 75 годин), розвиток та закріплення навичок (для другого, 60 годин), менторська підтримка інших (для третього, 45 годин).

Програма психологічної підготовки розроблена за діалектичним принципом: теоретичні конструкти когнітивно-поведінкового підходу трансформуються у психолого-педагогічні методи через призму конкретних дефіцитів, виявлених на констатувальному етапі. Програма розрахована на 60 академічних годин (7 модулів, 30 занять, змішаний формат) протягом 15-тижневої інтенсивної фази з подальшою 8-тижневою підтримувальною фазою. Розподіл змісту модулів безпосередньо відображає предикторну ієрархію: пріоритетну увагу приділено розвитку стресостійкості як найсильнішого предиктора, решта — когнітивній гнучкості, самоефективності через mastery experiences за Bandura (1997), толерантності до невизначеності та адаптивним стилям прийняття рішень (WRAP, premortem-аналіз, дерево рішень див.стор.14).

Формувальний експеримент реалізовано за квазіекспериментальним дизайном з контрольною групою та триразовим вимірюванням (рис. 2): T1 – передтестування, T2 – відразу після завершення інтенсивної фази (15 тижнів, жовтень–грудень 2024 р.), T3 – відстрочене тестування через 8 тижнів після завершення підтримувальної фази (січень–лютий 2025 р.). Експериментальну групу (n = 26) і контрольну (n = 24) сформовано зі слухачів профілів «Вразлива компетентність» і «Функціональна адаптованість»; слухачів курсів підвищення кваліфікації профілю «Резилієнтна майстерність» до формувальної вибірки не включено через ефект стелі. Обидві групи були еквівалентними за всіма базовими показниками на етапі T1 ($p > 0 .05$).

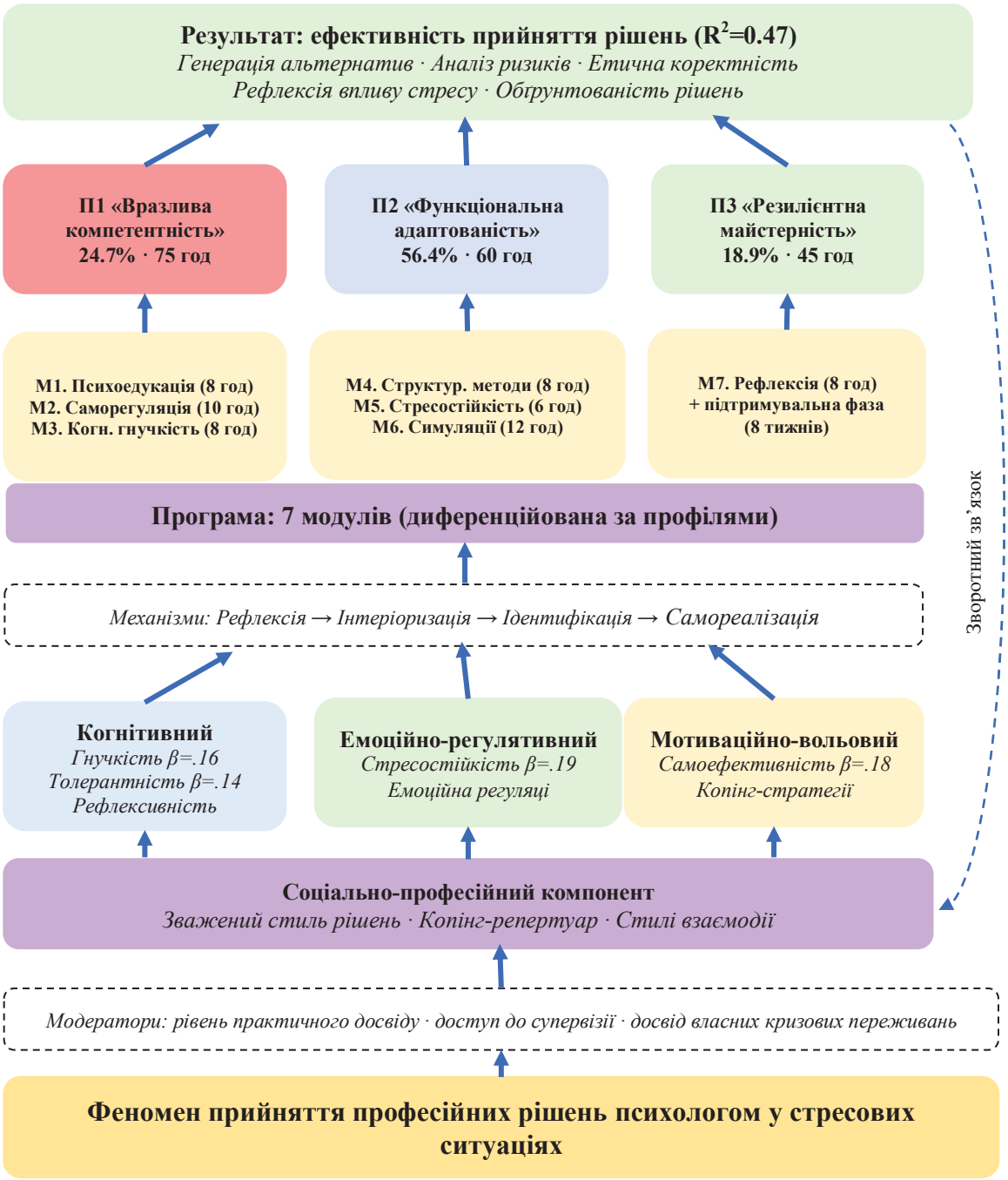


Рис. 1. Інтегративна модель оптимізації процесу прийняття рішень психологами у стресових ситуаціях



Рис. 2. Схема формувального експерименту з контрольною групою

Динаміка змін підтверджена змішаним дисперсійним аналізом (Mixed ANOVA): значущі взаємодії «група × час» зафіксовано для всіх чотирьох компонентів компетентності з великими розмірами ефектів — когнітивного (Cohen's d = 1.24), емоційно-регулятивного (d = 1.08), мотиваційно-вольового (d = 1.02) та соціально-професійного (d = 1.31). У контрольній групі зафіксовано лише малі ефекти. Частка учасників експериментальної групи з високим рівнем компетентності зросла з 3.8% до 19.2–23.1% у різних компонентах; частка з низьким рівнем скоротилася з 19.2–30.8% до 3.8–11.5%. Відстрочене тестування T3 підтвердило стійкість результатів: збережено 88–92% досягнутих приростів. Найвищу стійкість продемонстрував соціально-професійний компонент (91%), що інтерпретується як свідчення інтеграції навичок у практичну діяльність. Якісний аналіз транскриптів фокус-групових дискусій (n = 18) та індивідуальних інтерв'ю (n = 8) виявив п'ять ключових тем, зокрема критичну роль рефлексії у подоланні автоматичних дисфункційних реакцій на стрес (63% учасників) і специфічну складність засвоєння емоційно-регулятивних технік порівняно з когнітивними стратегіями (71%), що вказує на напрям удосконалення програми.

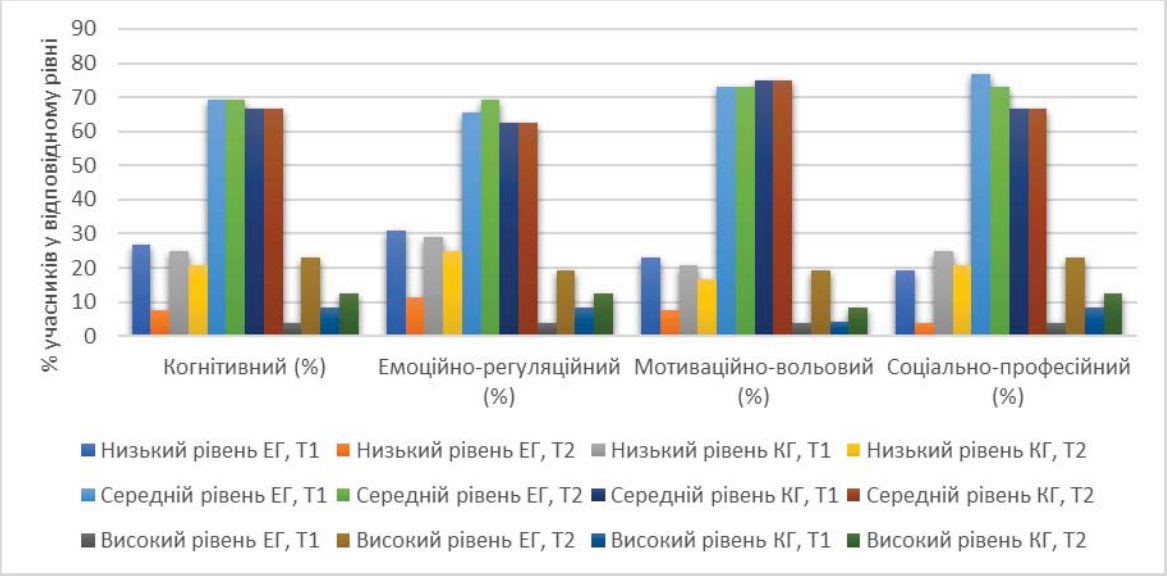


Рис. 3. Розподіл учасників експериментальної та контрольної груп за рівнями компетентності прийняття рішень на етапах передтестування (Т1) та післятестування (Т2)

На основі отриманих результатів розроблено диференційовану систему методичних рекомендацій для чотирьох категорій стейкхолдерів. Організаторам і кураторам КПК – інтеграція спеціалізованого модуля з обов'язковою систематичною супервізією та симуляційним навчанням, вхідний скринінг профілю слухача. Психологам-практикам – щоденна практика саморегуляції, щотижнева рефлексія за моделлю Gibbs (1988) і участь у peer-супервізійних групах. Керівникам психологічних служб – створення психологічно безпечного простору для супервізії, балансування підтримки та виклику, раннє виявлення ознак вигорання персоналу. Розробникам програм і науковцям — стандартизація вимог до КПК і використання техніки «думання вголос» (thinking aloud) для моделювання ефективних стратегій рішень під тиском. Для слухачів профілю «Вразлива компетентність» рекомендовано посилену підтримку через індивідуальну супервізію й інтенсивний тренінг стресостійкості (75 годин). Слухачам профілю «Функціональна адаптованість» показано акцент на розвиток когнітивної гнучкості через аналіз складних кейсів і групову рефлексивну практику в межах базової програми (60 годин). Представникам профілю «Резилієнтна майстерність» рекомендовано залучення до менторської підтримки інших слухачів і роботу зі складними професійними випадками, що дозволяє використати їхній потенціал для підвищення ефективності загальної системи підготовки.

ВИСНОВКИ

У дисертаційному дослідженні здійснено комплексний теоретико-емпіричний аналіз психологічних особливостей прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях. Актуальність дослідження зумовлена гострою потребою системи підвищення кваліфікації психологів-практиків у науково обґрунтованих підходах до розвитку компетентності прийняття рішень в умовах невизначеності, часового тиску та емоційного навантаження – особливо в контексті повномасштабного збройного конфлікту в Україні, що кардинально загострив запит на психологічно стійкого і рефлексивного практика. Отримані результати дозволяють сформулювати такі висновки.

1. Грунтовний теоретико-методологічний аналіз феномену прийняття рішень особистістю дорослого віку у стресових ситуаціях показав, що еволюція наукових підходів – від нормативних моделей раціонального вибору через теорію подвійного процесу і концепцію екологічної раціональності до афективного підходу – засвідчує потребу в інтегративній рамці, що враховує когнітивні, емоційні, поведінково-вольові та контекстуальні виміри. Методологічним ядром, що забезпечує операціоналізацію конструктів і зв'язок між теоретичним аналізом та практичним втручанням, обрано когнітивно-поведінковий підхід у поєднанні з концепцією психології особистісних рішень Л. В. Помиткіної. Розмежовано суміжні поняття «прийняття рішень», «професійне судження» і «клінічне мислення» у діяльності психолога, що забезпечило чітку операціоналізацію базових конструктів.

2. Виявлено механізми впливу стресу на когнітивні та емоційно-вольові процеси під час прийняття рішень. Концептуалізовано *системну тріаду когнітивної дезорганізації* – взаємопосилювальну конфігурацію когнітивної ригідності, викривлення сприйняття і порушення робочої пам'яті, де взаємна блокада компонентів є якісно відмінним станом від простої суми трьох дефіцитів. Ідентифіковано п'ять типових конфігурацій системних порушень прийняття рішень під стресом: «параліч аналізу», «імпульсивне закриття», «песимістична спіраль», «ригідне виснаження» і «катастрофічне тунельне бачення». Встановлено, що стрес трансформує емоційно-вольову сферу від адаптивної регуляції до дезорганізації: емоційне перенасичення, паралізуюча амбівалентність, імпульсивність або прокрастинація рішень є типовими проявами цієї трансформації, що можуть повністю блокувати функціонування навіть за наявності достатніх знань.

3. Систематизовано чинники трьох рівнів, що визначають індивідуальні відмінності у вразливості до стресових порушень прийняття рішень. На *індивідуально-психологічному рівні* виявлено сім взаємопов'язаних чинників – когнітивна гнучкість, толерантність до невизначеності, метакогнітивна усвідомленість, емоційна регуляція та емоційний інтелект, стресостійкість, самоефективність і адаптивні копінг-стратегії, – що утворюють мультиплікативну систему, де дефіцит одного компоненту підвищує вразливість на інших рівнях. На *організаційно-освітньому рівні* виявлено структурні обмеження програм КПК: відсутність спеціалізованих модулів з прийняття

рішень у кризових ситуаціях, епізодичне застосування симуляційних методів і домінування лекційно-семінарського формату. Аналіз шести наявних міжнародних програм (SIT, NDM, MBSR, симуляційне навчання, рефлексивна практика, когнітивно-поведінкова супервізія) виявив три системні прогалини: відсутність інтегрованого підходу, адаптації для КПК і врахування українського соціокультурного контексту. На *соціокультурному рівні* феномен «подвійної вразливості» – поєднання власної травматизації фахівців зі структурними дефіцитами підготовки – формує специфічний профіль ризику.

4. Розроблено і застосовано комплексний психодіагностичний інструментарій для операціоналізації чотирьох компонентів компетентності прийняття рішень: когнітивного (IUS-12, CFS, SRIS), емоційно-регулятивного (CD-RISC-25, DERS-PS, DASS-21), мотиваційно-вольового (GSE-PS, Brief COPE, AMS-PS) і соціально-професійного (MDMQ-PS). Цільовою змінною виступила ефективність рішень у стресових кейсах-сценаріях. Констатувальне дослідження засвідчило переважно помірний рівень розвитку компонентів із вираженою варіативністю: 31.7% слухачів перебувають у зоні низьких показників ефективності рішень, найбільш вразливими критеріями є генерація альтернатив (38.0% низьких) і рефлексія впливу стресу (37.3%). Регресійний аналіз ідентифікував чотири незалежні предиктори, що пояснюють 47% дисперсії ефективності рішень ($R^2 = 0.47$, $F(4,280) = 62.18$, $p < 0.001$): стресостійкість ($\beta = 0.19$), самоефективність ($\beta = 0.18$), когнітивна гнучкість ($\beta = 0.16$) і толерантність до невизначеності ($\beta = 0.14$). Встановлено, що вплив дистресу на ефективність рішень повністю опосередкований стресостійкістю.

5. Виявлено три типологічні профілі психологів-слухачів КПК за особливостями прийняття рішень у стресових ситуаціях. *«Вразлива компетентність»* – низька стресостійкість, критичний рівень дистресу, домінування прокрастинуючого і уникаючого стилів, ефективність рішень нижче прийнятного порогу. *«Функціональна адаптованість»* – нормативна компетентність, достатня для супервізованої практики, але вразлива до кумулятивних стресорів. *«Резилієнтна майстерність»* – інтегрована компетентність з ефективним функціонуванням попри наявність стресу. Розроблено операційні діагностичні критерії профілів за 11 показниками, демографічний аналіз профілів і параметри переходу між ними. Диференційований аналіз підтвердив три ключові гіпотези: практичний досвід і доступ до супервізії є захисними чинниками, а досвід власних кризових переживань без достатніх ресурсів стресостійкості підвищує ризик низької ефективності рішень.

6. Розроблено, впроваджено та апробовано програму психологічної підготовки психологів-слухачів КПК щодо підвищення ефективності прийняття рішень у стресових ситуаціях, яка побудована на трипрофільній диференційованій архітектурі і охоплює сім модулів: психоедукація і самодіагностика, саморегуляція та емоційна регуляція, когнітивна гнучкість і толерантність до невизначеності, структуровані методи прийняття рішень, стресостійкість і відновлення, симуляції стресових ситуацій, рефлексія і самопіклування, з подальшою 8-тижневою підтримувальною фазою.

7. Доведено ефективність і стійкість програми психологічної підготовки. Результати змішаного дисперсійного аналізу підтвердили статистично значущі ефекти взаємодії «група × час» для всіх чотирьох компонентів компетентності, що перевищує поріг великого ефекту. В ЕГ зафіксовано дуже великі ефекти для всіх компонентів у Т1→Т2; у КГ – лише малі ефекти, що відображають природне накопичення досвіду. Результати відстроченого тестування підтвердили стійкість змін. Якісний аналіз транскриптів фокус-груп і інтерв'ю виявив п'ять ключових тем суб'єктивних механізмів змін: роль практичного застосування, групової підтримки, індивідуалізації темпу засвоєння, рефлексії автоматичних патернів і труднощів інтеграції емоційно-регулятивних технік.

8. Сформульовано систему методичних рекомендацій для чотирьох категорій стейкхолдерів. Для *психологів-практиків*: щоденна практика саморегуляції, структурована рефлексія за моделлю Gibbs, участь у peer-супервізійних групах, профільна самодіагностика. Для *організаторів і кураторів КПК*: вхідний скринінг профілю слухача до початку курсів підвищення кваліфікації диференційоване комплектування підгруп, обов'язковий супервізійний компонент. Для *керівників психологічних служб*: щомісячна групова супервізія для персоналу, кризовий протокол самопідтримки, ротація складних випадків, раннє виявлення вигорання. Для *розробників програм і науковців*: стандартизація вимог до КПК, валідизація типологічних профілів на більших вибірках, лонгітюдне дослідження стійкості ефектів, адаптація діагностичного інструментарію для онлайн-формату.

Перспективи подальших досліджень вбачаються у лонгітюдному вивченні стійкості сформованої компетентності прийняття рішень у реальній практичній діяльності; валідизації типологічних профілів на більших і різноманітніших вибірках у різних регіонах і типах закладів; дослідженні ефективності peer-менторства як самостійного компоненту програми; адаптації діагностичного інструментарію для онлайн-формату; дослідженні механізмів переносу навичок з навчального контексту у реальну практику через аналіз якості рішень у реальних консультаціях під оцінкою супервізора. Актуальним є також дослідження ролі індивідуальних відмінностей – профілю стресостійкості, стилю прив'язаності, когнітивних здібностей – у ефективності різних компонентів програми для різних підгруп слухачів курсів підвищення кваліфікації.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті у наукових фахових виданнях України категорії «Б» та зарубіжних журналах

1. Солона, Ю., Шкраб'юк, В., Медвідь, І., Прокоф'єва, О., & Базика, Є. (2025). Нейробіологічні та психологічні чинники стресостійкості особистості. *Наукові перспективи, 10*(64). https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-10(64)-1693-1704

2. Mateiko, N., Ivantsev, L., Hasiuk, M., Krykun, L., Medvid, I., & Kashpur, Y. (2025). The role of constructive coping strategies in the psychological well-being of military personnel in extreme situations. *BRAIN: Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, 16*(3). https://doi.org/10.70594/brain/16.3/21

3. Ситнік, С., Резнікова, О., Медвідь, І., Свіденська, Г., Юдіна, Г. (2024). Особливості життєстійкості студентів майбутніх психологів у період воєнного стану в Україні. *Теоретичні і прикладні проблеми психології.* https://doi.org/10.33216/2219-2654-2024-65-3-2-56-68

4. Марциняк-Дорош, О., Шикула, О., Медвідь, І., Олійник, А. (2025). Психологічна допомога в методі терапії прийняття та відповідальності (ACT) постраждалим у надзвичайних ситуаціях. *Наукові інновації та передові технології, 11*(51). https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-11(51)-1639-1654

5. Любіна, Л. А., Марциняк-Дорош, О. М., Медвідь, І. В., Дунець, Л. М. (2025). Вплив дихальних технік у майндфулнес і терапії прийняття та відповідності (ACT) на прояви стресу й тривожності. *Перспективи та інновації науки, 11*(57). https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-11(57)

6. Марциняк-Дорош, О., Медвідь, І., Бігун, Н. І., Ковальова, О. (2024). Віртуальні терапевтичні платформи та їх вплив на управління стресом: аналіз когнітивно-поведінкової терапії, терапії прийняття та відповідальності та схематерапії через інтернет. *Перспективи та інновації науки, 11*(45). https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-11(45)

7. Медвідь І., Афанасьєва Н.; Білуха Т.; Мостова Т.; Теліков О. (2026). Психологічне консультування осіб із травматичним досвідом. Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи. Збірник наукових праць DOI: https://doi.org/10.33216/2219-2654-2026-69-1-66-8026-03-27

8. Медвідь І.В., Полілуєва І.В., Теліков О.В., ДжигунЛ.М., Запухляк О.З., (2026). Роль дихальних вправ у психологічній адаптації до стресових ситуацій. Наукові перспективи: журнал № 3(69) С.2984 DOI:https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-3(69)

9. Медвідь І.В. Типологія профілів психологічної готовності майбутніх психологів до прийняття рішень у стресових умовах: результати кластерного аналізу (2026). Науковий журнал з соціології та психології Габітус випуску № 83 С153-158. https://habitus.od.ua/archive

10. Любіна Л.А., Штурба В.В., Медвідь І.В., Березюк Д.І., Шевченко М.О., (2026). Вплив фізичної активності на стресостійкість: психологічний аспект. «Перспективи та інновації науки»: журнал No2(60)2026. С.3262-3274. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-4952-2026-2(60)-3262-3274

11. І.Остополець; К.Маннапова; І.Медвідь; С.Раджабова; І.Табачник. (2025) Рефлексивність як метапсихічна функція саморозвитку особистості. Теоретичні і прикладні проблеми психології та соціальної роботи, Вип. № 3(68) Т.2, С. 100-113. DOI: 10.33216/2219-2654-2025-68-3-2-100-113

12. Inna V. Medvid. (2025). Soft skills in the structure of a higher education applicant's professional competence. Monograph The University of Technology in Katowice Press DOI: 10.54264/M055

Праці, які засвідчують апробацію матеріалів

13. Медвідь, І. В. (2025). The role of constructive coping strategies in the psychological well-being of military personnel in extreme situations. *У Матеріалах V Міжнародної наукової конференції «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки»* (15 квітня 2025 р.). ТНТУ. http://elartu.tntu.edu.ua/handle/lib/48503

14. Медвідь, І. В. (2024). Трансформація особистості в процесі подолання життєвих криз в соціосфері сьогодення. *У Матеріалах Міжнародної науково-практичної конференції «Освіта сьогодення: життєтворчість як основа національного відродження та єдності»* (17 жовтня 2024 р., м. Запоріжжя).

15. Помиткіна, Л.В., Медвідь, І.В., (2026). Професійні рішення психолога в умовах стресу. Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень: збірник наукових праць. С 673 URI:https://eprints.mdpu.org.ua/id/eprint/15129

16. Медвідь, І.В. (2026). Теоретико - методологічні аспекти феномену прийняття рішень особистістю дорослого віку (у контексті дисертаційного дослідження) Науковий журнал «Advanced top technology»:наук. журн. No19. – Харків:СГНТМ«Новийкурс»,С.30-35 https://mega.nz/file/22Im1TLY#3RL94f6Hz7LC0kMNTUfhl8_eW2I0_WCGZEJ3iflkwZ8 DOI: 10.61718/athttps://eprints.mdpu.org.ua/id/eprint/15201

17. Медвідь, І.В., (2026). Типологія профілів психологічної готовності майбутніх психологів до прийняття рішень у стресових умовах: результати кластерного аналізу Журнал «Наукові інновації та передові технології» № 4(56) С. 2561-2573. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-4(56) https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-4(56)-2561-2572

18. Медвідь І.В., (2026). Стресові ситуації та їх вплив на психічні процеси під час прийняття професійних рішень психологом Міжнародна науково-практична конференція MODERN RESEARCH AND EDUCATION 2-4 травня 2026 року, С 400 - 410. м. Варшава, Польща https://naukainfo.com/archive DOI: https://doi.org/10.64828/conf-119-2026

19. Медвідь І.В., (2026). Теоретичний аналіз процесу прийняття рішень особистістю дорослого віку. Міжнародна науково-практична конференція «SCIENCE IN THE MODERN WORLD» 2026 року, С.161- 171 м. Барселона, Іспанія ISBN 978-617-8680-65-7 DOI: https://doi.org/10.64828/conf-120-2026 https://naukainfo.com/conference?id=120 https://naukainfo.com/archive

20. Medvid I.V.,(2026). Typology of Profiles of Psychological Readiness of Psychologists for Decision-Making in Stressful Conditions: Results of Cluster Analysis. International Journal of Human Research and Social Science Studies Crossref DOI: https://doi.org/10.55677/ijhrsss/18-2026-Vol03I05 |https://doi.org/10.55677/ijhrsss/18-2026-Vol03I05

21. Медвідь І.В., (2012). Сучасні психологічні підходи до класифікації копінг-стратегій у стресових ситуаціях. Людиномірність гармонізації культурно-освітнього простору особистості: методологія, експертиза та психолого-педагогічні репетиції: монографія: - Мелітополь: Видавничий будинок ММД, 2012.- С. 312-328

22. Медвідь І.В., Помиткін Д.Е., (2012). Теоретичний аналіз дослідження процесу прийняття управлінських рішень. Соціальна політика:концепції, технології, перспективи:Матеріали міжнародної науково-практичної конференції, 2012 р.-К.:Вид-воНПУ імені М.П.Драгоманова, С.14-17

23. Медвідь І.В., (2012). Психологічні детермінанти професійного стресу особистості в системі «людина-людина». International scientific Forum: sociology, psychology, pedagogy, management. – Issue 9 : Scientific papers. – Kyiv : NPU Dragomanov Publishing House, 2012.- С. 143-149.

24. Медвідь І.В., (2012). Особливості прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях. Психологічні проблеми сучасності. Львів. – Т.2. – Львів, 2012.- С.82-89.

АНОТАЦІЇ

Медвідь І. В. Особливості прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях. – Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Київ, 2026.

Дисертацію присвячено теоретико-емпіричному дослідженню психологічних особливостей прийняття професійних рішень психологом у стресових ситуаціях. Розроблено чотирикомпонентну інтегративну модель компетентності прийняття рішень, що охоплює когнітивний, емоційно-регулятивний, мотиваційно-вольовий та соціально-професійний компоненти. На вибірці 287 психологів-слухачів курсів підвищення кваліфікації шести закладів вищої освіти України емпірично верифіковано структуру цієї компетентності та встановлено її провідний предиктор – стресостійкість. Виявлено три типологічні профілі психологів-практиків за особливостями прийняття рішень у стресових ситуаціях – «Вразлива компетентність», «Функціональна адаптованість» та «Резилієнтна майстерність» – з операційними діагностичними критеріями для кожного. Ідентифіковано феномен «подвійної вразливості» психологів-практиків в умовах воєнного часу та системний дефіцит супервізійного супроводу. Розроблено, апробовано та впроваджено диференційовану програму психологічної підготовки, ефективність якої підтверджено у формувальному

експерименті з великими розмірами ефектів та стійкістю результатів через 8 тижнів після завершення. Сформульовано систему методичних рекомендацій для чотирьох категорій стейкхолдерів: психологів-практиків, організаторів курсів підвищення кваліфікації, керівників психологічних служб і розробників освітніх програм.

Ключові слова: *прийняття рішень, стрес, стресостійкість, компетентність прийняття рішень, психолог-практик, типологічні профілі, когнітивна гнучкість, емоційна регуляція, програма психологічної підготовки, супервізія.*

Medvid I. V. Peculiarities of Professional Decision-Making by a Psychologist in Stressful Situations. – Qualification scientific work as a manuscript.

Dissertation for the degree of Doctor of Philosophy, Specialty 19.00.07 – Developmental and Pedagogical Psychology. – Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov, Kyiv, 2026.

The present dissertation examines a problem of sustained theoretical and practical significance: how practicing psychologists make professional decisions under conditions of stress, uncertainty, and time pressure, and how this competence can be purposefully cultivated within continuing professional development (CPD) systems. The urgency of this question has intensified markedly in the context of Ukraine's ongoing armed conflict, which has simultaneously generated unprecedented demand for psychological services and exposed practitioners to chronic occupational stress. The central research gap – the absence of an empirically grounded, operationally applicable model of decision-making competence oriented specifically toward the CPD context for practicing psychologists – motivates the present investigation.

The theoretical framework draws on cognitive psychology, stress psychology, and the cognitive-behavioral approach. A systematic review of existing paradigms – from normative rational-choice models (H. Simon) and dual-process theory (D. Kahneman, A. Tversky) through ecological rationality (G. Gigerenzer, S. Gaissmaier) to affective accounts of judgment (A. Damasio; J. Lerner, D. Loewenstein) – established that no current model integrates cognitive, emotional-regulatory, volitional, and socio-professional dimensions within the specific context of psychological practice under stress. Drawing on this synthesis together with the conceptual framework of L. V. Pomytkina's psychology of personal decision-making, an original four-component integrative model of decision-making competence was constructed, encompassing cognitive (cognitive flexibility, tolerance of uncertainty, reflectivity), emotional-regulatory (emotional regulation, stress resilience), motivational-volitional (professional self-efficacy, intrinsic motivation), and social-professional (coping strategies, access to supervision, decision-making styles) components. The model functions as a functional psychological system rather than a descriptive classification: each component is operationalised through validated psychodiagnostic instruments, inter-component relationships are theoretically specified, and stress resilience is designated as the system-forming variable mediating the influence of psychological distress on decision-making effectiveness.

The ascertaining study was conducted on a sample of 287 psychologists enrolled in CPD programs at six higher education institutions representing different regions of Ukraine. Decision-making effectiveness was assessed through expert evaluation of written responses to seven standardised stress scenarios across six criteria, capturing actual professional judgment quality rather than self-reported performance. Stepwise multiple regression identified four independent predictors accounting collectively for 47% of variance in decision-making effectiveness: stress resilience, professional self-efficacy, cognitive flexibility, and tolerance of uncertainty. A theoretically consequential finding is the full mediating role of stress resilience: psychological distress affects decision-making exclusively through its suppression of resilience, not through any direct pathway. This redirects the intervention logic from distress reduction as a primary goal toward targeted development of resilience as the central modifiable predictor.

Tertile grouping by stress resilience level, followed by multidimensional specification across all four components, yielded three practitioner profiles with operationally defined diagnostic criteria across 11 indicators: «Vulnerable Competence», characterised by low resilience, maladaptive decision styles, and self-efficacy deficits; «Functional Adaptedness», representing normative competence adequate for supervised practice yet vulnerable to cumulative stressors; and «Resilient Mastery», reflecting integrated competence with stable decision quality under pressure. Demographic analysis confirmed that practical experience and access to supervision are the two most significant differentiating factors across profiles. The phenomenon of «dual vulnerability» was identified and theoretically grounded: practitioners simultaneously bear traumatic stress and professional responsibility for supporting others, a condition compounded by a critical structural deficit – only 18.12% of the CPD sample have regular access to supervision, despite the demonstrated protective effect of supervision on decision-making effectiveness.

A differentiated program of psychological preparation for decision-making under stress was developed, piloted, and implemented within a CPD context. The program adopts a three-track architecture aligned with the identified profiles: an intensive formation track for Profile 1, a developmental track for Profile 2, and a peer-mentoring track for Profile 3. Seven thematically coherent modules – psychoeducation and self-diagnosis; self-regulation and emotional regulation; cognitive flexibility and tolerance of uncertainty; structured decision-making methods; stress resilience and recovery; stress simulations; reflection and self-care – were delivered across a 15-week intensive phase and an 8-week maintenance phase in a blended format, with individual supervision differentiated by profile.

Effectiveness was evaluated through a quasi-experimental design with a matched control group and three measurement points. Mixed ANOVA yielded statistically significant group-by-time interactions for all four competence components with large effect sizes: cognitive component, emotional-regulatory, motivational-volitional, and social-professional. Across all four competence components, the proportion of participants at the high level increased substantially from baseline to post-intervention, while the proportion at the low level decreased to a fraction of its initial value. Follow-up assessment confirmed the durability of gains: a substational

proportion of improvements were retained eight weeks after program completion, with the social-professional component showing highest retention. Thematic analysis of focus group and interview transcripts identified five mechanisms of change, including the critical role of reflective awareness in disrupting automatic stress-response patterns and the comparatively greater difficulty of integrating emotional-regulatory techniques relative to cognitive strategies.

A differentiated system of evidence-based recommendations was formulated for four stakeholder categories. Practicing psychologists are advised to maintain daily self-regulation practice, engage in weekly structured reflection using the Gibbs model, and participate in peer-supervision groups. CPD organizers are advised to conduct profile-based intake screening, implement a mandatory supervision component after each module, and maintain group sizes of 12–16 participants. Heads of psychological services are advised to institutionalise monthly group supervision, establish crisis self-support protocols for staff, and implement systematic early detection of burnout. Program developers and researchers are advised to standardise CPD requirements to include a mandatory decision-making module, validate the typological profiles on larger samples, and extend follow-up assessment to 6–12 months.

Keywords: *decision-making, stress, stress resilience, decision-making competence, practicing psychologist, typological profiles, cognitive flexibility, emotional regulation, supervision, psychological preparation programme*



Підписано до друку 25.10.2026 р. Формат 60x84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Times.
Зам. № 068.
Віддруковано з оригіналів.

Видавництво Українського державного університету
імені Михайла Драгоманова.
01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9
Свідоцтво про реєстрацію ДК 7896 від 25.07.2023.
(044) 239-30-26.