

УДК 81'23:81'373.612.2:159.942-057.36

DOI <https://doi.org/10.32782/2522-4077-2026-217-21>

ПСИХОЛІНГВІСТИЧНИЙ ВИМІР ВОЄННОЇ МЕТАФОРИ: ВІД МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ДО СТРАТЕГІЙ САМОРЕГУЛЯЦІЇ

PSYCHOLINGUISTIC DIMENSION OF WAR METAPHOR: FROM PSYCHOLOGICAL DEFENSE MECHANISMS TO SELF-REGULATION STRATEGIES

Ільченко О. А.,

orcid.org/0000-0002-5467-8883

кандидат філологічних наук, доцент,
завідувач кафедри філології, перекладу та стратегічних комунікацій
Національної академії Національної гвардії України

Онищук К. І.,

orcid.org/0009-0005-7108-4218

ад'юнкт кафедри психології та педагогіки
Національної академії Національної гвардії України

Стаття присвячена психолінгвістичному виміру воєнної метафори як інструменту психологічного захисту та саморегуляції особистості в умовах збройного конфлікту. Автори аналізують, як повномасштабна війна проти України трансформувала мовний ландшафт, перетворивши метафору з художнього тропу на когнітивний механізм адаптації. Теоретичне підґрунтя дослідження спирається на когнітивну лінгвістику (Дж. Лакофф, М. Джонсон) і психоаналітичну традицію (А. Фрейд), що пояснюють метафору як спосіб структурування реальності та механізми захисту психіки. У статті показано, що воєнна метафора виконує функцію «когнітивного щита», дозволяючи військовослужбовцям дистанціюватися від травматичних подій, знижувати рівень тривоги та мобілізувати внутрішні ресурси. Емпірична частина ґрунтується на анкетуванні військовослужбовців Національної гвардії України (n=40), що дало змогу виявити специфіку мовних моделей у колективній свідомості. Результати засвідчили домінування стратегій усвідомленої присутності (42,5%), цілепокладання і планування (22,5%), когнітивної переоцінки (17,5%) та соціальної підтримки (15%). Виявлено, що дегуманізуючі номінації ворога («орки», «м'ясо», «добриво для української землі») поєднують механізми інтелектуалізації, проєкції та раціоналізації, знімаючи внутрішній конфлікт у здійсненні насильства. Метафори саморегуляції («стиснута пружина», «автопілот», «стати на підзарядку») відображають прагнення військових керувати власним психофізіологічним станом. Порівняльний аналіз медійного дискурсу та мовлення військових показав розбіжності між героїзуючими моделями («Війна – це шлях», «Війна – це боротьба за життя») та прагматичними моделями фронту («Війна – це робота»). Практичне значення дослідження полягає у можливості використання метафоричного моделювання як інструменту профілактики вторинної травматизації та підтримки ментального здоров'я особового складу. Робота пропонує новий підхід до аналізу мовних практик у бойових умовах, поєднуючи когнітивно-лінгвістичний та психологічний аспекти, що відкриває перспективи для подальших міждисциплінарних досліджень.

Ключові слова: воєнна метафора, психолінгвістика, психологічний захист, саморегуляція, когнітивні стратегії, дегуманізація.

The article explores the psycholinguistic dimension of war metaphor as a tool of psychological defense and self-regulation in the context of armed conflict. The authors argue that Russia's full-scale invasion of Ukraine has radically transformed the national linguistic landscape, turning metaphor from a stylistic trope into a fundamental



cognitive mechanism of adaptation. The theoretical framework combines cognitive linguistics (G. Lakoff, M. Johnson) and psychoanalytic tradition (A. Freud), which conceptualize metaphor as a way of structuring reality and defense mechanisms as unconscious strategies of coping with trauma. War metaphor functions as a “cognitive shield”, enabling servicemen to distance themselves from traumatic experiences, reduce anxiety, and mobilize inner resources. The empirical part is based on a survey of National Guard of Ukraine servicemen (n=40), which revealed specific linguistic models in collective consciousness. The findings demonstrate the dominance of strategies of mindful presence (42.5%), goal-setting and planning (22.5%), cognitive reappraisal (17.5%), and social support (15%). Dehumanizing nominations of the enemy (“*orcs*,” “*meat*,” “*fertilizer for Ukrainian soil*”) combine mechanisms of intellectualization, projection, and rationalization, thus reducing inner conflict in performing violent actions. Self-regulation metaphors (“*compressed spring*,” “*autopilot*,” “*recharging*”) reflect the soldiers’ attempts to manage their psychophysiological states. Comparative analysis of media discourse and military speech highlights the contrast between heroic models (“War is a path,” “War is a struggle for life”) and pragmatic frontline models (“War is work”). The practical value of the study lies in the possibility of applying metaphorical modeling as a tool for preventing secondary traumatization and maintaining mental health of defense forces personnel. The article offers a novel interdisciplinary approach to analyzing linguistic practices under combat conditions, integrating cognitive-linguistic and psychological perspectives, and opening new avenues for further research in psycholinguistics, military psychology, and communication studies.

Key words: war metaphor, psycholinguistics, psychological defense, self-regulation, cognitive strategies, dehumanization.

Постановка проблеми. Повномасштабна збройна агресія проти України радикально трансформувала національний мовний ландшафт, перетворивши воєнну метафору з художнього тропу на фундаментальний когнітивний інструмент адаптації людини до екстремальних умов. У ситуаціях зіткнення з психотравмівними та загрозливими подіями психіка особистості потребує специфічних фільтрів, здатних знизити рівень тривоги та зберегти внутрішню рівновагу. Психолінгвістичний вимір цієї проблеми полягає в тому, що мова не лише фіксує травматичний досвід, а й виступає активним регулятором емоційного стану через процеси метафоризації.

Воєнна метафора у цьому контексті виконує функцію психологічного захисту, дозволяючи суб’єкту комунікації трансформувати або частково викривити сприйняття неприйнятної реальності, уникаючи прямого емоційного шоку. Для військовослужбовців, чия діяльність пов’язана з безпосереднім ризиком, мовна метафоризація стає частиною стратегії саморегуляції, допомагаючи структурувати хаос війни, дистанціюватися від страху або, навпаки, мобілізувати внутрішні ресурси.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю вивчення того, як метафоричні моделі, зафіксовані в українському медіапросторі та в живому мовленні комбатантів, корелюють із несвідомими способами регуляції емоцій (запереченням, проєкцією, раціоналізацією). Розуміння цих механізмів дасть змогу не лише описати динаміку мовної системи в умовах війни, а й розробити ефективніші методи психологічного супроводу особового складу Сил оборони, спираючись на їхні мовні установки та когнітивні карти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій Теоретичним підґрунтям вивчення воєнної метафори в межах когнітивної лінгвістики є праці Дж. Лакоффа та М. Джонсона, які довели, що метафора – це не просто мовне явище, а спосіб мислення та структурування реальності [1]. У медійному дискурсі воєнна метафорика аналізується як інструмент формування ідеології та мовної політики [2], а також як засіб реалізації стратегій і тактик комунікації [3].

Динаміку мовної системи України в умовах повномасштабного вторгнення ґрунтовно досліджено у колективній монографії за редакцією Б. Ажнюка, де акцентовано на трансформаціях лексико-семантичного рівня під впливом війни [4]. О. Ільченко проаналізувала оцінку імплікатуру медіаметафори [5], розробила словник метафоричних моделей війни [6] та розкрила інтерпретаційний потенціал медійної метафори у співавторстві з іншими дослідниками [7].

Психологічний аспект проблеми, зокрема функціонування захисних механізмів особистості в умовах стресу, висвітлено в роботах Ю. Максименко та Н. Кемель, які довели взаємозв’язок

між типами захисту та життєстійкістю людини [8]. Питання ролі самообману та несвідомих трансформацій реальності для адаптації до стресових ситуацій досліджено О. Косьянковою та Ю. Муляр [9]. Особливої ваги у контексті цього дослідження набувають праці Д. Угліка, присвячені психологічним стратегіям саморегуляції військовослужбовців безпосередньо в умовах бойових дій [10].

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні й емпіричному дослідженні психолінгвістичного потенціалу воєнної метафори як маркеру психологічного захисту особистості й інструменту її емоційної саморегуляції в умовах збройного конфлікту (на матеріалі сучасного українського медіадискурсу та результатів анкетування військовослужбовців Національної гвардії України (НГУ)).

Поставлена мета передбачає вирішення таких завдань:

1) узагальнити теоретико-методологічні підходи до вивчення воєнної метафори в сучасній психолінгвістиці та визначити ієрархію мовленнєвих маркерів психологічного захисту особистості в бойових умовах;

2) визначити специфіку функціонування воєнної метафори як «когнітивного щита», що забезпечує дистанціювання особистості від психотравмивних подій і трансформацію травматичного досвіду;

3) здійснити порівняльний аналіз метафоричних моделей війни в українському медіадискурсі й у колективній свідомості військовослужбовців НГУ, виявивши якісний зв'язок між мовним вибором і стратегіями емоційної саморегуляції;

4) обґрунтувати адаптивний потенціал метафоричного моделювання як інструменту профілактики вторинної травматизації та збереження ментального здоров'я особового складу Сил оборони.

Методи дослідження. Для досягнення поставленої мети та розв'язання визначених завдань використано комплексний методологічний підхід, що ґрунтується на поєднанні загальнонаукових і спеціальних психолінгвістичних методів: метод теоретичного аналізу та синтезу – для опрацювання наукової літератури з вивчення захисних механізмів психіки і когнітивної лінгвістики, що дало змогу сформулювати концепцію метафори як «когнітивного щита»; метод дискурс-аналізу – застосовано до сучасних українських медіатекстів для виокремлення домінантних метафоричних моделей війни, що транслюються в масову свідомість; метод лінгвістичного спостереження й опису – використано у роботі з лексикографічними джерелами (зокрема словником О. Ільченко [6]) для систематизації воєнних метафор за сферами-джерелами; метод анкетування (соціопсихолінгвістичний метод) – проведено для збору емпіричного матеріалу серед військовослужбовців НГУ з метою виявлення їхніх індивідуальних метафоричних асоціацій; метод кількісного та якісного аналізу (інтерпретаційний метод) – застосовано для обробки результатів опитування, що дало змогу встановити якісні співвідношення між вибором відповідних мовних моделей та активацією конкретних стратегій саморегуляції та захисних механізмів психіки.

Виклад основного матеріалу.

Теоретичні засади дослідження: метафора як когнітивний щит. Психологічні захисні механізми у сучасній науці аналізують як систему несвідомих способів регуляції емоційного стану, що активізуються у ситуаціях зіткнення людини з психотравмивними, загрозливими або внутрішньо неприйнятними обставинами. Основною функцією таких механізмів є зниження рівня тривоги та збереження відносної психічної рівноваги шляхом певної трансформації або часткового викривлення сприйняття реальності [8; 9].

Класичні уявлення про види психологічного захисту сформувалися у психоаналітичній традиції; зокрема А. Фрейд описала низку базових механізмів, серед яких витіснення, заперечення, проєкція, раціоналізація й інші. В умовах воєнних дій ці механізми можуть стати фундаментом життєстійкості військовослужбовця. Особливого значення набуває ієрархічна організація

захистів за рівнем їхньої адаптивності. Якщо деструктивні захисти (наприклад, повне заперечення реальності) ускладнюють виконання бойових завдань, то «зрілі» механізми, такі як раціоналізація та сублімація, дають змогу особистості адаптуватися до хронічного стресу.

Психолінгвістичний аспект захисту виявляється у вербалізації досвіду. Метафора у цьому процесі виконує роль «когнітивного щита». Замість прямого найменування травматичної події (смерть, поранення, страх), суб'єкт використовує метафоричні замітники, що виконують функцію «безпечного контейнера» для емоцій. Наприклад, використання іронічних або технічних метафор дає змогу перевести подію з площини екзистенційного жаху в площину професійної рутини.

Метафорична модель не просто описує війну, а створює відповідну «оцінну імплікатуру», яка програмує сприйняття реальності [5]. Для військовослужбовця метафора стає засобом дистанціювання: називаючи ворога «сміттям» або «цілями» (механізм проєкції та дегуманізації), або описуючи обстріл як «дискотеку» (механізм іронізації), боєць зменшує інтенсивність емоційної напруги, не вступаючи у прямий конфлікт із неприйнятним змістом смерті.

Важливим елементом саморегуляції є також використання метафор для внутрішньої стабілізації через механізм самонавіювання. Команди, наприклад, «стати на підзарядку» або самоопис через образ «стиснутої пружини» (що фіксується в анкетуванні) свідчать про свідоме або напівсвідоме використання мовних образів для управління власним ресурсом. Комунікація у межах «свого» підрозділу через специфічний метафоричний код виконує функцію повернення в захищений простір, де «свої» розуміють метафору без додаткових пояснень [10].

Емпіричне дослідження воєнної метафори: порівняльний аналіз масової свідомості та колективної свідомості військовослужбовців.

Порівняльний аналіз масової свідомості, що транслюється через медіа, та колективної свідомості професійної групи військовослужбовців НГУ виявляє суттєві розбіжності у функціональному призначенні воєнної метафори. Аналіз медіаматеріалів, зафіксованих зокрема у словнику О. Ільченко [6], свідчить, що в масовій свідомості війна моделюється переважно через концептуальні метафори «ВІЙНА – ЦЕ ПРАЦЯ / РОБОТА», «ВІЙНА – ЦЕ БОРОТЬБА ЗА ЖИТТЯ» та «ВІЙНА – ЦЕ ШЛЯХ» [4]. Ці моделі спрямовані на героїзацію подій і суспільну мобілізацію цивільного населення. Натомість результати анкетування військовослужбовців НГУ (2026 р., n=40) демонструють прагматичну трансформацію цих моделей у площину безпосередніх захисних механізмів колективної свідомості.

Одним із найяскравіших виявів механізмів проєкції та дегуманізації є специфічне метафоричне позначення ворога. Порівняльний аналіз свідчить: якщо у масовій свідомості (медійному просторі) переважають терміни «агресор», «окупант», «загарбник» [5; 6], то в колективній свідомості гвардійців домінують номінації, що повністю позбавляють противника людських рис.

Когнітивне наповнення цього образу було досліджено за допомогою Блоку 2 анкети («Асоціативний експеримент»). Результати засвідчили, що 89,7% отриманих асоціацій на стимул «Ворог» мають виключно негативне емоційне забарвлення. Така тотальна негативізація асоціативного поля підтверджує повну відсутність емпатії до супротивника, що вбачається необхідною умовою формування психологічного захисту в умовах бойових дій. Узагальнену структуру цих сенсів представлено на рис. 1.

Вербалізація цих сенсів безпосередньо у мовленні була зафіксована у Блоці 5 («Рефлексія»), де респонденти вказували конкретні назви, які вони використовують на позначення ворога. Згідно з анкетами, військовослужбовці НГУ використовують дегуманізуючі номінації. Найчастотнішими лексемами-маркерами є: «орки» (42,5%), «ворог» (37,5%), «рашисти» (35%), «окупанти» (32,5%), «кацани» (25%), «м'ясо» (10%) (рис. 2).

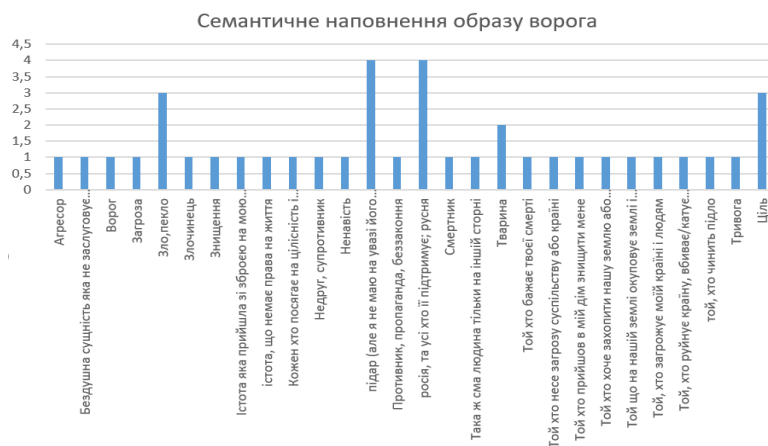


Рис. 1. Семантичне наповнення образу ворога в асоціативному полі військовослужбовців НГУ

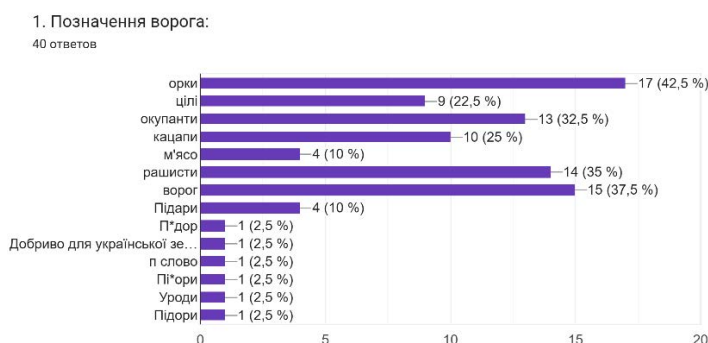


Рис. 2. Частотний розподіл лексем-маркерів дегуманізації

Така лінгвістична дегуманізація в межах професійної групи виконує роль психологічного фільтра: через зміну номінації реальний «інший» перетворюється на «об'єкт», знищення якого сприймається психікою як технічна або санітарна дія. Нейтрально-технічне позначення «цілі» є маркером інтелектуалізації – ворог описується технічним терміном без емоційного забарвлення, людина «зникає» як особистість і перетворюється на об'єкт бойового завдання. Позначення «орки» переводить людину в категорію нелюдської істоти, що знімає внутрішній конфлікт у здійсненні насильства за допомогою проєкції. Лексеми «м'ясо», «добриво для української землі» поєднують одразу два механізми: раціоналізацію – смерть ворога трансформується в категорії корисності («добриво»); та проєкцію – побоювання військового отримати подібне визначення своєї власної ролі.

Механізм раціоналізації й іронія чітко розмежовують «патетику» медіа та «прагматику» фронту. Якщо медіа оперують категоріями «героїчне протистояння» чи «незламна фортеця» [6; 7], то в колективній свідомості комбатантів панує професійна рутинізація. Зокрема, у межах Блоку 2 («Асоціативний експеримент») на стимул «Вихід на позиції» переважна більшість респондентів 46,4% надала відповіді, що маркують цю подію як «роботу», «завдання» або «бойове розпорядження». Третина (33,3%) опитаних використовує емоційно забарвлені лексеми «випробування» чи «страх» (див. рис. 3). Така когнітивна модель дає змогу «вимкнути» страх, переводячи екзистенційну загрозу в площину технічного алгоритму дій.

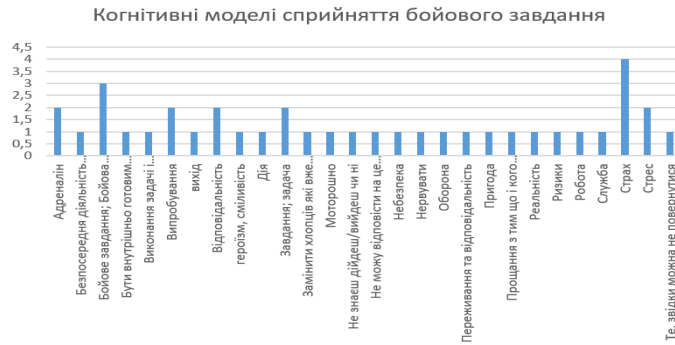


Рис. 3. Когнітивні моделі сприйняття бойового завдання: трансформація екзистенційної загрози у професійну рутину

Найбільшу групу лексичних маркерів у сприйнятті бойового завдання об’єднує інтелектуалізація («задача», «бойове завдання», «бойова робота», «виконання задачі», «робота», «діяльність кожного військовослужбовця», «служба», «оборона», «діяльність»). Можлива загроза переводиться у площину професійно-технічного опису – «вихід на позиції» стає просто робочою функцією. Емоційний зміст повністю витісняється операційним. Сублімація представлена відповідями: «адреналін», «героїзм», «сміливість», «випробування», «реальність». Такі відповіді дають змогу констатувати трансформацію страху та напруження у позитивний ресурс або виклик.

Натомість вербалізація концепту «ЗАГИБЕЛЬ» виявляє низький рівень дистанціювання: більшість респондентів описують смерть через фізичні («біль») або емоційно забарвлені категорії – «втрата», «кінець шляху», «погано» (див. рис. 4).



Рис. 4. Вербалізація концепту «ЗАГИБЕЛЬ» у свідомості військовослужбовців

Показовими маркерами заперечення як захисного механізму психіки виступають лексеми: «не страшно», «продовження життя», «кінець чогось і початок». Спостерігається пряме заперечення загрози загибелі та трансформації смерті у щось аксіологічно нейтральне або навіть позитивне, що мінімізує її остаточність.

Аналіз відповідей військовослужбовців НГУ на питання про способи опанування ситуації засвідчив домінування стратегії усвідомленої присутності: 42,5% респондентів обрали варіант «концентруюсь на моменті та відкидаю все зайве», що відповідає принципу mindfulness – свідомого утримання уваги на поточному моменті без оцінювання минулого чи майбутнього.

Друге місце за частотою посіла стратегія цілепокладання і планування – 22,5% респондентів зазначили, що «попри все йдуть до мети». Це свідчить про свідоме структурування дій як спосіб повернення відчуття контролю й агентності в умовах хаосу.

4. Яка фраза найкраще описує Ваш процес «перезавантаження» під час відпочинку?
40 ответов

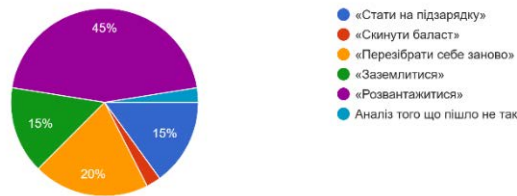


Рис. 7. Метафоричні моделі відновлення внутрішнього ресурсу як засіб запобігання емоційному вигоранню

Окремим блоком виступає «чорний гумор», який у колективній свідомості гвардійців убагацьється зрілим захистом, на відміну від офіційного медіадискурсу. Його використання вважають доречним 92,5% опитаних, див. рис. 8. Вислови військовослужбовців НГУ, наприклад, «шашля, який точить дерево» або «бути з тобою, братанчик» є засобами сублимації агресії. Гумор дає змогу «розрядити обстановку», перетворюючи загрозу на об’єкт жарту.

1. Чи використовуєте Ви специфічний гумор («чорний гумор») у спілкуванні з побратимами?
40 ответов

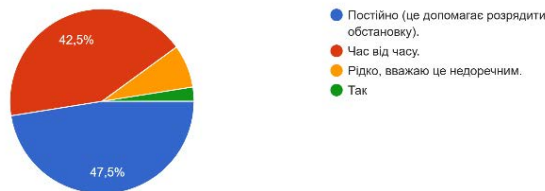


Рис. 8. Використання «чорного гумору» як мовного маркера стресостійкості у професійному дискурсі

Метафора «родина / бойова сім'я» стосовно підрозділу (46,1%), див. рис. 9, виступає компенсаторним механізмом. У масовій свідомості підрозділ – це «військова одиниця», тоді як у колективній – це «безпечний контейнер», де спільний метафоричний код дає змогу спілкуватися без пояснень («свої зрозуміють»), що посилює групову згуртованість [8].

4. Мій підрозділ – це...
40 ответов

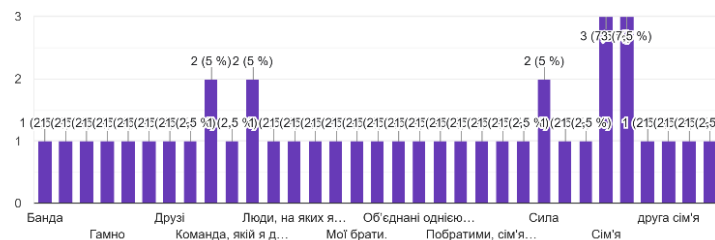


Рис. 9. Структура вербальних асоціацій на стимул «Мій підрозділ» як індикатора колективного самосприйняття

Висновки. У результаті проведеного психолінгвістичного дослідження воєнної метафори як когнітивного інструменту адаптації військовослужбовців НГУ зроблено такі висновки:

1. Теоретично обґрунтовано, що воєнна метафора в умовах збройного конфлікту трансформується у фундаментальний «когнітивний щит». Він відображає функціонування несвідомих захисних механізмів, дозволяючи особистості дистанціюватися від психотравмивних подій шляхом їхнього перекодування у професійні або рутинні смислові категорії. Це мінімізує прямий вплив екзистенційного жаху на психіку комбатанта.

2. Емпірично встановлено, що ключовим механізмом захисту в колективній свідомості гвардійців є дегуманізація об'єкта загрози. Використання відповідних метафоричних номінацій дає змогу знизити емоційний поріг сприйняття противника. Переважна більшість негативних асоціацій у межах асоціативного експерименту підтверджує блокування емпатії, що перетворює бойове зіткнення на процес технічної ліквідації шкідливого об'єкта, запобігаючи емоційному вигоранню.

3. Аналіз вибору стратегій саморегуляції військовослужбовців НГУ свідчить про переважання адаптивних копінг-стратегій: усвідомленої присутності та цілепокладання, що відображає функціонально доцільну психологічну відповідь на умови хронічного та бойового стресу. Стратегії когнітивної переоцінки та соціальної підтримки доповнюють цю картину, демонструючи здатність респондентів до переосмислення травматичного досвіду та ресурсного використання групової згуртованості.

4. Виявлено, що метафора є дієвим інструментом саморегуляції. Вибір специфічних метафоричних моделей свідчить про мобілізацію внутрішнього ресурсу та механізм дисоціації. Процес психологічного відновлення вербалізується через продуктивні метафори, що маркують перехід від пасивного очікування ресурсу до активної когнітивної переробки травматичного досвіду.

5. Доведено адаптивну роль «чорного гумору» як стратегії сублімації агресії та страху. На відміну від офіційного медіадискурсу з його патетичними образами, мовлення військовослужбовців тяжіє до раціоналізації небезпеки.

6. Підтверджено роль метафори «*родина / бойова сім'я*» як компенсаторного механізму, що створює «безпечний комунікативний контейнер». Це забезпечує високу групову ідентифікацію, де спільний метафоричний код дає змогу комбатантам інтегрувати бойовий досвід у колективну пам'ять, зміцнюючи психологічну стійкість підрозділу в умовах тривалого стресу.

Перспективи подальших розвідок вбачаємо у вивченні трансформації цих метафоричних моделей у процесі ресоціалізації ветеранів після закінчення бойових дій.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Lakoff G., Johnson M. *Metaphors We Live By*. Chicago : University of Chicago Press, 2003. 272 p.
2. Johnson E. WAR in the Media: Metaphors, Ideology, and the Formation of Language Policy. *Bilingual Research Journal*. 2005. Vol. 29, No. 3. P. 621–640. URL: https://www.researchgate.net/publication/233199038_WAR_in_the_Media_Metaphors_Ideology_and_the_Formation_of_Language_Policy (дата звернення: 24.03.2026).
3. Kondratenko N. V., Kiselova A. A., Zavalska L. V. Strategies and Tactics of Communication in Parliamentary Discourse. *Studies about Languages*. 2020. No. 36. P. 17–31. DOI: <http://dx.doi.org/10.5755/j01.sal.0.36.23401>.
4. Мова і війна : динаміка мовної системи і мовна політика: монографія / за ред. Б. М. Ажнюка. Київ: Видавничий дім Дмитра Бураго, 2024. 616 с. URL: <https://www.inmo.org.ua/departments/mnmu/publications/mova-i-viina-dynamika-movnoii-systemy-i-movna-polityka.html> (дата звернення: 24.03.2026).
5. Ільченко О. А. Оцінка імплікатура медіаметафори (на україномовному медіаматеріалі 2000–2022 рр.). *Innovative pathway for the development of modern philological sciences in Ukraine and EU countries : Scientific monograph*. Volume 2. Riga, Latvia : «Baltija Publishing», 2022. P. 139–153. DOI: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-196-1-28>.
6. Ільченко О. А. Метафорична модель війни в українському медіапросторі 2014–2023 рр.: Словник. Харків: Національна академія Національної гвардії України, 2024. 101 с.

7. Ilchenko O., Tkach P., Sinna L., Kadaner O., Overchuk O. Interpretation potential of mass media metaphor. *Amazonia Investiga*. 2021. Vol. 10. No 42. P. 56–68. DOI: <https://doi.org/10.34069/AI/2021.42.06.6>.

8. Максименко Ю. Б., Кемель Н. В. Особливості взаємозв'язку захисних механізмів і життєстійкості біженців. *Актуальні проблеми життєвого та професійного самоздійснення особистості: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. «Психологія самоздійснення особистості: теорія, досвід, практика» (Одеса, 19–20 трав. 2023 р.)* / відп. ред. О. П. Саннікова. Одеса: ФОП Бєлий А. Є., 2023. С. 84–91. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/17707/1/Maksymenko%2c%20Kemel.pdf> (дата звернення: 13.03.2026).

9. Косьянова О. Ю., Муляр Ю. Захисні механізми та самообман: взаємозв'язок та роль в адаптації до стресових ситуацій. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2025. № 2. С. 24–29. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.2.4>.

10. Углік Д. Психологічні стратегії саморегуляції військовослужбовців в умовах бойових дій. *Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика: матеріали ІХ Міжнар. наук.-практ. конф. (Харків, 19–20 берез. 2025 р.)* / за ред. О. І. Башкір, О. В. Попової. Харків, 2025. С. 412–416. URI: <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/d9b04a47-e04c-4be5-81fa-5e489c4c700c/content> (дата звернення: 13.03.2026).

Дата першого надходження статті до видання: 27.03.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 20.04.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 30.05.2026