УДК 159.942.5-053.6:316.356.2
DOI https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2026-2-1

СІМЕЙНА ЗГУРТОВАНІСТЬ ТА АДАПТИВНІСТЬ У СТРУКТУРІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ ТРИВОЖНОСТІ МОЛОДІ

Асєєва Юлія Олександрівна,
доктор психологічних наук, професор,
академік Національної академії наук вищої освіти України,
завідувач кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки
Одеського національного економічного університету
ORCID ID: 0000-0003-3086-3993
Scopus Author ID: 57221817817
ResearcherID: AAH-2650-2021

Власова Ольга Вячеславівна,
здобувач другого (магістерського) рівня спеціальності С4 «Психологія»
Одеського національного економічного університету
ORCID ID: 0009-0009-6222-9031

У статті представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження сімейної згуртованості й адаптивності як психологічних чинників тривожності молоді. Актуальність проблеми зумовлена зростанням психоемоційного напруження серед молодих людей в умовах соціальної нестабільності та війни, а також необхідністю виявлення сімейних ресурсів збереження психічного здоров'я. Метою дослідження було визначити особливості сімейної згуртованості й адаптивності молоді та встановити характер їхніх взаємозв'язків із тривожністю, стресом і депресивними проявами. У дослідженні взяли участь 54 особи віком від 18 до 25 років, які навчаються у закладах вищої освіти України. Для діагностики сімейного функціонування застосовано Шкалу сімейної адаптації та згуртованості FACES-III Д. Х. Олсона, Дж. Портнера та Й. Лаві; тривожність і депресивні прояви визначали за Госпітальною шкалою тривоги і депресії HADS, рівень стресу – за відповідною психодіагностичною методикою. Для статистичної обробки використано описову статистику та коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Встановлено, що середній рівень тривожності відповідав субклінічному, а у 66,67% респондентів показники тривоги перевищували нормативний рівень. У структурі сімейної згуртованості переважали зв'язаний і розділений типи, у структурі адаптивності – структурований і гнучкий. Виявлено статистично значущі зворотні зв'язки сімейної згуртованості з тривожністю (r_s=-0,41), стресом (r_s=-0,44) і депресивними проявами (r_s =-0,48), а також сімейної адаптивності з тривожністю (r_s =-0,46), стресом (r_s =-0,53) і депресивними проявами (r_s =-0,35). Найтісніший зв'язок установлено між сімейною адаптивністю та рівнем стресу. Результати дають підстави розглядати емоційну близькість, взаємну підтримку та гнучкість сімейної системи як ресурси психологічного благополуччя молоді. Отримані дані можуть бути використані у програмах психологічної профілактики та підтримки молодих людей із підвищеним рівнем тривожності.

Ключові слова: *сім'я, сімейна згуртованість, сімейна адаптивність, тривога, депресія, молодь, сімейне функціонування, стрес, психологічне благополуччя.*

Asieieva Yuliia, Vlasova Olha. Family cohesion and adaptability in the structure of psychological factors of anxiety in young adults

The article presents the findings of a theoretical and empirical investigation of family cohesion and adaptability as psychological factors associated with anxiety among young adults. The relevance of the study is determined by the increasing level of psycho-emotional strain experienced by young people amid social instability and war, as well as by the need to identify family resources that contribute to the preservation of mental health. The study aimed to examine the characteristics of family cohesion and adaptability among young adults and to determine the nature of their associations with anxiety, stress, and depressive symptoms. The sample comprised 54 individuals aged 18–25 who were enrolled in higher education institutions in Ukraine. Family functioning was assessed using the Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales III (FACES-III), developed by D. H. Olson, J. Portner,

© Асєєва Ю. О., Власова О. В., 2026
Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу CC BY 4.0

and Y. Lavee. Anxiety and depressive symptoms were measured using the Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS), while stress levels were assessed using a dedicated psychodiagnostic measure. Descriptive statistics and Spearman's rank correlation coefficient were employed for statistical analysis. The findings demonstrated that the mean anxiety score corresponded to the subclinical range, while 66.67% of respondents exhibited anxiety scores exceeding the normative threshold. Connected and separated family types predominated within the cohesion dimension, whereas structured and flexible types were most prevalent within the adaptability dimension. Statistically significant inverse associations were identified between family cohesion and anxiety (r_s=-0,41), stress (r_s =-0,44), and depressive symptoms (r_s =-0,48), as well as between family adaptability and anxiety (r_s=-0,46), stress (r_s =-0,53), and depressive symptoms (r_s =-0,35). The strongest association was found between family adaptability and stress levels. These findings provide grounds for considering emotional closeness, mutual support, and the flexibility of the family system as important resources for the psychological well-being of young adults. The results may be applied in psychological prevention and support programmes designed for young people with elevated anxiety levels.

Key words: *family, family cohesion, family adaptability, anxiety, depression, young adults, family functioning, stress, psychological well-being.*

Вступ

Проблема збереження психічного здоров'я молоді належить до пріоритетних напрямів сучасної психологічної науки та практики. Молодий вік є періодом інтенсивного особистісного й професійного становлення, набуття соціальної самостійності, формування життєвих перспектив, побудови близьких стосунків і поступового відокремлення від батьківської сім'ї. Поєднання значної кількості нормативних завдань розвитку з недостатньою усталеністю механізмів емоційної саморегуляції може посилювати чутливість молодої людини до невизначеності, оцінювання, міжособистісних конфліктів та інших стресогенних впливів [9; 18]. За таких умов тривожність може набувати стійкого характеру та негативно позначатися на психологічному благополуччі, навчальній і професійній діяльності, соціальній адаптації та якості міжособистісних взаємин.

Тривожність розглядається як складний багатовимірний психологічний феномен, пов'язаний із переживанням занепокоєння, невизначеності, внутрішньої напруги та очікування несприятливого розвитку подій. Помірна тривога виконує адаптивну функцію, мобілізуючи ресурси особистості та сприяючи підготовці до потенційної небезпеки. Водночас надмірна інтенсивність і тривалість тривожних переживань можуть порушувати когнітивне функціонування, ускладнювати прийняття рішень, знижувати впевненість у собі та перешкоджати продуктивній взаємодії із соціальним середовищем [10; 12; 15].

У дослідженнях психологічних чинників тривожності молоді наголошується, що її формування не може бути пояснене впливом лише одного чинника, оскільки воно визначається складною взаємодією індивідуально-психологічних властивостей, особливостей соціального середовища, актуального стресового навантаження та попереднього досвіду особистості [2; 3; 4; 5].

Особливої актуальності дослідження тривожності молоді набуває в умовах тривалої суспільної нестабільності та повномасштабної війни. Загроза життю і здоров'ю, повітряні тривоги, вимушене переміщення, розлука з близькими, переживання втрат, економічні труднощі та невизначеність майбутнього створюють постійне психоемоційне навантаження. За таких обставин у молодих людей можуть посилюватися тривожно-депресивні прояви, відчуття безпорадності, емоційне виснаження та труднощі психологічної адаптації [3; 5; 6; 7]. Сучасні дослідження також засвідчують, що здатність молоді протистояти тривалому стресу значною мірою залежить від наявності доступних ресурсів психологічного відновлення, серед яких важливе місце посідають соціальна підтримка, довірливі взаємини та відчуття належності до стабільного міжособистісного середовища [1; 2; 4].

Одним із провідних середовищ формування емоційного благополуччя особистості є сім'я. Вона виступає не лише первинним інститутом соціалізації, а й системою тривалих емоційних зв'язків, у межах якої людина засвоює моделі спілкування, способи вираження емоцій,

стратегії реагування на труднощі та уявлення про безпеку, довіру і підтримку. Ранній досвід взаємодії з близькими дорослими впливає на формування внутрішніх моделей себе та інших людей, а також на здатність особистості звертатися по допомогу, встановлювати емоційну близькість і конструктивно долати стресові ситуації [14; 16]. Значення сімейної системи не втрачається і в молодому віці: навіть за умов розширення автономії та соціальних контактів характер взаємодії з батьківською сім'єю може залишатися важливим джерелом психологічної підтримки або, навпаки, додаткового емоційного напруження.

У системному підході сім'я розглядається як цілісне утворення, у якому зміни стану або поведінки одного члена позначаються на функціонуванні всієї системи. Внутрішньосімейні межі, ролі, правила, способи комунікації, рівень емоційної близькості та здатність змінювати усталені моделі взаємодії визначають можливості родини адаптуватися до нормативних і кризових подій [16; 20]. Відтак для розуміння психологічних передумов тривожності молоді важливо враховувати не лише окремі особливості батьківського ставлення, а й інтегральні характеристики функціонування сімейної системи.

Теоретичною основою вивчення таких характеристик є циркулярної модель подружніх і сімейних систем Д. Олсона, Д. Спренкла та К. Расселла. У межах цієї моделі центральними параметрами сімейного функціонування визначено згуртованість та адаптивність. Сімейна згуртованість відображає ступінь емоційного зв'язку між членами родини, співвідношення близькості й автономії, характер спільної діяльності та взаємної підтримки. Сімейна адаптивність характеризує здатність родини змінювати структуру влади, розподіл ролей, правила й способи взаємодії відповідно до вікових, ситуаційних і кризових викликів [21; 22]. Для психодіагностичного оцінювання зазначених параметрів було розроблено Шкалу сімейної адаптації та згуртованості FACES-III, яка дає змогу визначити особливості емоційної близькості та гнучкості сімейної системи [22].

З позицій циркулярної моделі психологічно сприятливим є не максимально високий, а збалансований рівень сімейної згуртованості та адаптивності. Недостатня згуртованість може проявлятися в емоційній дистанційованості, дефіциті підтримки та слабкому відчутті належності до родини. Надмірна згуртованість, навпаки, може обмежувати особистісну автономію, ускладнювати процес психологічного відокремлення та посилювати залежність від сімейного схвалення. Аналогічно недостатня адаптивність пов'язується з ригідністю правил і ролей, тоді як її надмірний рівень може виявлятися в хаотичності, нестабільності та непередбачуваності сімейного функціонування. Саме збалансованість близькості й автономії, стабільності та гнучкості створює умови, за яких родина здатна підтримувати своїх членів і водночас сприяти розвитку їхньої самостійності [21; 22].

Результати наукових досліджень підтверджують значущість сімейного середовища у формуванні емоційного стану дітей, підлітків і молодих людей. Метааналітичне дослідження Б. Маклеода, Дж. Вуда та Дж. Вайса засвідчило наявність зв'язку між тривожністю та такими особливостями батьківської поведінки, як надмірний контроль, обмеження автономії й недостатність емоційного прийняття [19]. У систематичному огляді М. Яп та співавторів до чинників, пов'язаних із підвищеним ризиком тривожних і депресивних проявів у молодих людей, віднесено сімейні конфлікти, дефіцит тепла, психологічний контроль, надмірну опіку та непослідовність виховних впливів [23]. У сучасних українських дослідженнях також підкреслюється, що емоційне відчуження, порушення батьківсько-дитячої взаємодії та несприятлива психологічна атмосфера родини можуть посилювати тривожні переживання, тоді як підтримка, прийняття та конструктивна комунікація виконують захисну функцію [8; 13].

Разом із тим значна частина наукових праць зосереджена на аналізі окремих стилів батьківського ставлення або на дослідженні тривожності дітей і підлітків. Менш представленими залишаються емпіричні дослідження, у яких сімейна згуртованість та адаптивність розглядаються як системні характеристики родини, пов'язані з тривожністю осіб молодого

віку. Потребує подальшого уточнення, яким чином емоційна близькість між членами сім'ї, взаємна підтримка, гнучкість ролей і здатність родини перебудовувати взаємодію відповідно до складних життєвих обставин співвідносяться з інтенсивністю тривожних проявів у молоді. Особливо важливим це питання є в умовах війни, коли сімейна система одночасно зазнає значного навантаження і залишається одним із головних ресурсів психологічної стабілізації особистості.

Отже, теоретичний аналіз дає підстави розглядати сімейну згуртованість та адаптивність як важливі компоненти системи психологічних чинників тривожності молоді. Збалансованість емоційної близькості й автономії, сталість підтримувальних взаємин та здатність сім'ї гнучко реагувати на зміни можуть бути пов'язані зі зниженням психоемоційного напруження і посиленням адаптаційних ресурсів молодої людини. Водночас емоційна дистанційованість, ригідність або хаотичність сімейної системи можуть створювати додаткові передумови для переживання невизначеності та тривоги.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично визначити особливості сімейної згуртованості й адаптивності молоді, а також встановити характер їхніх взаємозв'язків із рівнем тривожності.

Матеріали та метод

У дослідженні взяли участь 54 здобувачі закладів вищої освіти України віком 18–25 років (M=20,9): 35 жінок і 19 чоловіків. Участь була добровільною й анонімною, із дотриманням принципів інформованої згоди та конфіденційності. Сімейну згуртованість і адаптивність визначали за методикою FACES-III [21], розробленою в межах циркулярної моделі сімейних систем [22]; тривожність і депресивні прояви – за шкалою HADS [24], рівень стресу – за тестом В. Ю. Щербатих [11]. Дані опрацьовували методами описової статистики та кореляційного аналізу Спірмена (r_s) у програмі SPSS Statistics; рівні значущості – $p \leq 0,05$ і $p \leq 0,01$.

Результати

На першому етапі було проаналізовано рівень тривожності молоді, після чого визначено типи сімейної згуртованості й адаптивності. Завершальним етапом стало встановлення взаємозв'язків між показниками тривожності та характеристиками сімейного функціонування.

Середній показник тривожності у досліджуваній вибірці становив 8,94±3,72 бала, що відповідає субклінічному рівню (рис. 1).

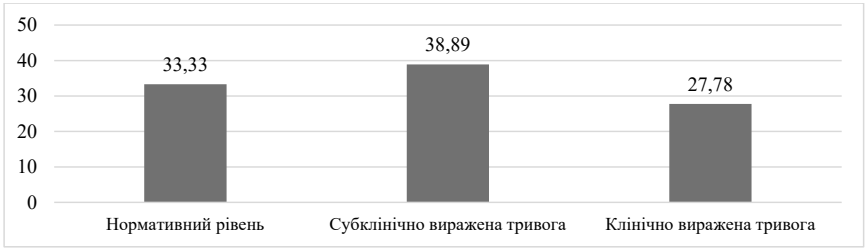


Рис. 1. Розподіл респондентів за рівнем тривожності

Нормативний рівень тривожності виявлено лише у третини учасників дослідження. Найчисельнішою була група респондентів із субклінічно вираженою тривогою – 38,89%. Клінічно виражені тривожні прояви зафіксовано у 27,78% досліджуваних. Отже, у 66,67% молодих людей показники тривожності перевищували нормативний рівень, що свідчить про значне поширення психоемоційного напруження у досліджуваній вибірці.

Наступним етапом було визначення особливостей сімейної згуртованості за методикою FACES-III (рис. 2).

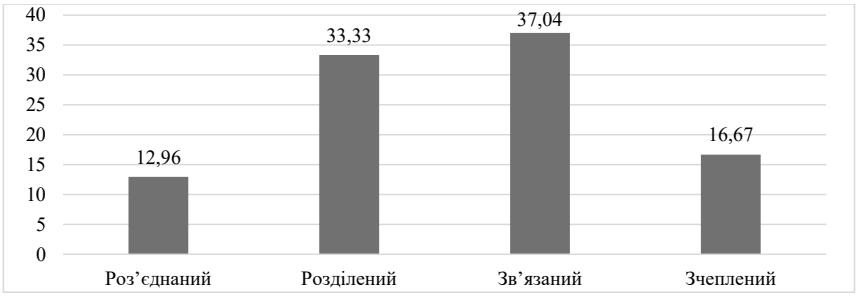


Рис. 2. Розподіл респондентів за типами сімейної згуртованості

Найбільш поширеним виявився зв'язаний тип сімейної згуртованості – 37,04%, який характеризується емоційною близькістю між членами родини зі збереженням їхньої особистісної автономії. Розділений тип встановлено у 33,33% респондентів. Отже, збалансовані типи сімейної згуртованості загалом виявлено у 70,37% досліджуваних.

Водночас у 16,67% респондентів зафіксовано зчеплений тип, якому властиві надмірна емоційна залученість і недостатня автономність членів сім'ї. Роз'єднаний тип, що характеризується емоційною дистанційованістю та дефіцитом взаємної підтримки, виявлено у 12,96% молодих людей. Таким чином, у вибірці переважали збалансовані форми сімейної згуртованості, хоча майже третина респондентів сприймала сімейну взаємодію як недостатньо або надмірно близьку.

Результати дослідження сімейної адаптивності представлено в рис. 3.

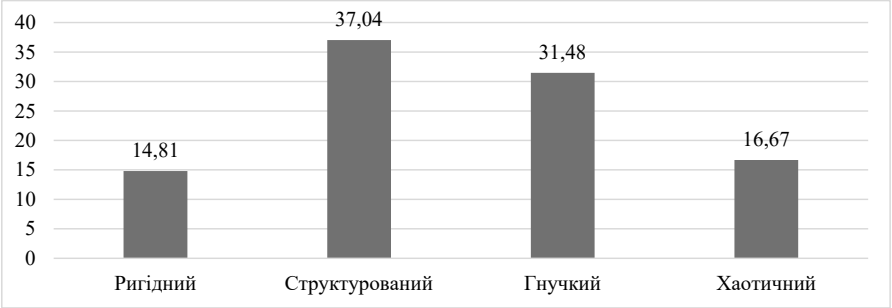


Рис. 3. Розподіл респондентів за типами сімейної адаптивності

У структурі сімейної адаптивності переважав структурований тип, виявлений у 37,04% респондентів. Гнучкий тип встановлено у 31,48% учасників. Зазначені типи належать до збалансованих форм функціонування сімейної системи та загалом охоплювали 68,52% вибірки. Крайні типи сімейної адаптивності виявлено у 31,48% респондентів: ригідний – у 14,81%, хаотичний – у 16,67%. Ригідність може ускладнювати перебудову сімейних ролей і правил відповідно до нових обставин, тоді як хаотичність пов'язана з нестабільністю сімейної організації та непослідовністю взаємодії. Отримані результати свідчать, що більшість досліджуваних сімей здатні поєднувати стабільність із достатньою готовністю до змін.

Для визначення характеру взаємозв'язків між тривожністю та параметрами сімейного функціонування було проведено кореляційний аналіз Спірмена (табл. 1).

Проведений кореляційний аналіз засвідчив наявність статистично значущих обернених взаємозв'язків між показниками сімейного функціонування та проявами психоемоційного неблагополуччя молоді. Сімейна згуртованість була зворотно пов'язана з тривожністю (r_s=-0,41; $p \leq 0,01$), рівнем стресу (r_s=-0,44; $p \leq 0,01$) і депресивними проявами (r_s=-0,48; $p \leq 0,01$). За абсолютною величиною отримані коефіцієнти відповідають взаємозв'язкам помірної сили. Це свідчить, що вищі показники емоційної близькості, взаємної підтримки

Таблиця 1

Взаємозв'язки сімейної згуртованості та адаптивності з показниками психоемоційного стану молоді

Показники сімейного функціонування	Тривожність HADS	Стрес	Депресія HADS
Сімейна згуртованість	-0,41**	-0,44**	-0,48**
Сімейна адаптивність	-0,46**	-0,53**	-0,35*

Примітка: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$.

та залученості членів родини статистично пов'язані з меншою вираженістю тривожних, стресових і депресивних проявів.

Сімейна адаптивність також продемонструвала статистично значущі зворотні зв'язки з усіма досліджуваними показниками психоемоційного стану. Її взаємозв'язок із тривожністю становив r_s=-0,46 при $p \leq 0,01$, що вказує на помірну зворотню залежність: вища здатність сімейної системи змінювати ролі, правила та способи взаємодії відповідно до актуальних обставин супроводжувалася нижчою вираженістю тривожних проявів у молоді.

Найбільш тісний взаємозв'язок установлено між сімейною адаптивністю та рівнем стресу (r_s=-0,53; $p \leq 0,01$). Отриманий коефіцієнт указує, що гнучкість сімейної системи найбільш виразно пов'язана зі здатністю молодої людини витримувати актуальне психоемоційне навантаження. Водночас зв'язок сімейної адаптивності з депресивними проявами був слабшим, хоча й статистично значущим (r_s=-0,35; $p \leq 0,05$).

Порівняння коефіцієнтів показало, що сімейна адаптивність дещо тісніше пов'язана з тривожністю, ніж сімейна згуртованість: r_s=-0,46 проти r_s=-0,41. Це дає підстави припустити, що в умовах соціальної нестабільності та тривалого стресу особливого значення для емоційного стану молоді набуває не лише близькість між членами родини, а й здатність сім'ї своєчасно перебудовувати взаємодію відповідно до нових життєвих вимог.

Водночас найвиразніший зв'язок сімейної згуртованості виявлено з депресивними проявами, тоді як сімейної адаптивності – зі стресом. Така конфігурація може свідчити про відмінність психологічних функцій досліджуваних характеристик: емоційна близькість і підтримка більшою мірою пов'язані з емоційним благополуччям, а гнучкість сімейної системи – зі здатністю долати актуальне стресове навантаження.

Отримані результати не доводять причинного впливу сімейної згуртованості або адаптивності на психоемоційний стан молоді. Вони вказують на статистично значущу спільну варіативність показників: сприятливіші характеристики сімейного функціонування пов'язані з нижчою вираженістю тривожності, стресу та депресивних проявів.

Висновки

Проведене дослідження підтвердило значущість сімейної згуртованості та адаптивності у структурі психологічних чинників емоційного благополуччя молоді. Встановлено, що середній показник тривожності у вибірці відповідав субклінічному рівню, а у 66,67% респондентів зафіксовано субклінічно або клінічно виражені тривожні прояви, що свідчить про поширеність психоемоційного напруження серед молодих людей та актуальність вивчення сімейних ресурсів його подолання.

У структурі сімейної згуртованості переважали збалансовані типи: зв'язаний тип виявлено у 37,04% респондентів, розділений – у 33,33%. Загалом збалансовані типи згуртованості були характерними для 70,37% вибірки. У структурі сімейної адаптивності домінували структурований – 37,04% і гнучкий – 31,48% типи, які сукупно охоплювали 68,52% досліджуваних. Вод-

ночас майже третина респондентів характеризувала функціонування своєї сім'ї як надмірно дистанційоване або зчеплене, ригідне чи хаотичне, що може ускладнювати задоволення потреб молодої людини в емоційній підтримці, автономії та передбачуваності сімейної взаємодії.

Кореляційний аналіз виявив статистично значущі зворотні зв'язки сімейної згуртованості з тривожністю (r_s=-0,41; p≤0,01), стресом (r_s=-0,44; p≤0,01) та депресивними проявами (r_s=-0,48; p≤0,01). Сімейна адаптивність також була обернено пов'язана з тривожністю (r_s=-0,46; p≤0,01), стресом (r_s=- 0,53; p≤0,01) і депресивними проявами (r_s=-0,35; p≤0,05). Отже, вищі показники емоційної близькості, взаємної підтримки та гнучкості сімейної системи поєднувалися з нижчою вираженістю психоемоційного неблагополуччя молоді.

Найбільш тісний зв'язок сімейної згуртованості встановлено з депресивними проявами, тоді як сімейної адаптивності – з рівнем стресу, що дає підстави розглядати згуртованість як ресурс емоційної підтримки й психологічної залученості, а адаптивність, як ресурс пристосування сім'ї та її членів до мінливих і стресогенних життєвих обставин. У контексті тривожності дещо вагомішим виявився зв'язок із сімейною адаптивністю, що підкреслює значення гнучкості сімейних ролей, правил і способів взаємодії для психологічної стабільності молодої людини.

Практичне значення отриманих результатів полягає в доцільності врахування характеристик сімейної системи під час психологічної діагностики, профілактики та корекції тривожних проявів у молоді. Психологічна допомога має бути спрямована не лише на розвиток індивідуальних навичок емоційної саморегуляції, а й на посилення конструктивної сімейної комунікації, взаємної підтримки, поваги до автономії та здатності родини гнучко реагувати на зміни.

Водночас кореляційний характер дослідження не дає підстав стверджувати про причинно-наслідковий вплив сімейної згуртованості й адаптивності на тривожність молоді. Перспективи подальших досліджень полягають у розширенні вибірки, порівнянні показників тривожності в групах із різними типами сімейного функціонування та визначенні ролі соціальної підтримки, копінг-стратегій і стресостійкості у взаємозв'язку між сімейними характеристиками та психоемоційним станом молодих людей.

Література:

1. Асєєва Ю. О., Дідух М. Л., Донченко Н. Є. Психічна резильєнтність молоді в період війни: від симптомів тривожно-депресивних розладів до моделей психологічного відновлення. *Наукові перспективи*. 2025. № 11(65). С. 1960–1975. DOI: https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11(65)-1960-1975

2. Асєєва Ю. О., Ковальська Н. А., Нікіфорова П. П. Соціальна підтримка та копінг-ресурси в регуляції тривожності молоді. *Ментальне здоров'я.* 2026. № 1. С. 3–8. DOI: https://doi.org/10.32782/3041-2005/2026-1.1

3. Асєєва Ю. О., Христофорова В. С. Теоретичні основи дослідження тривожно-панічних розладів і дереалізації в умовах воєнних дій. *Габітус*. 2025. Вип. 75. Т. 2. С. 217–222. DOI: https://doi.org/10.32782/hbts.75.2.38

4. Бондарчук О. І., Карамушка Л. М. Психологічне здоров'я особистості в умовах війни і повоєнний час (Україна–Польща–Ізраїль) для освітян та психологів: серія міжнародних вебінарів. *Вісник Національної академії педагогічних наук України.* 2023. Т. 5, № 1. С. 1–4. DOI: https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5134

5. Дмитрук З. А., Смирнова О. А. Психологічні чинники формування особистісної тривожності в молодіжному середовищі: результати теоретико-емпіричного дослідження. *Наукові інновації та передові технології*. 2026. №2(54). С. 2476–2487. DOI: https://doi.org/10.52058/2786-5274-2026-2(54)-2476-2487

6. Кузікова С. Б., Зливков В. Л., Лукомська С. О. Вікові особливості переживання травм війни: інтегративний підхід. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки».* 2022. № 2. С. 64–70. DOI: https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-2-9

7. Левковська Л. Б. Психологічні чинники виникнення тривожності у осіб юнацького віку. *Молодий вчений.* 2022. № 1(101). С. 57–60. DOI: https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-1-101-12

8. Присяжнюк Б. В. Сімейні фактори ризику та ресурси емоційного розвитку дітей підліткового віку. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія.* 2025. Т. 36(75). № 6. С. 79–83. DOI: https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.6/12

9. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія : навч. посіб. 3-тє вид., перероб. і допов. Київ : Академія, 2017. 366 с.

10. Саннікова А. О. Тривожність як стан і властивість особистості. Актуальні проблеми життєвого та професійного самоздійснення особистості : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції *«Психологія самоздійснення особистості: теорія, досвід, практика»* (Одеса, 19–20 травня 2023 р.) / відп. ред. О. П. Саннікова. Одеса : ФОП Бєлий А. Є., 2023. С. 58–65. URL: http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/17715/1/Sannikova.pdf

11. Тест на визначення рівня стресу за В. Ю. Щербатих. Психологічна служба Уманського національного університету садівництва. 2025. URL: https://www.udau.edu.ua/ua/departments/viddili/psixologichna-sluzhba-universitetu/prodiagnostujte-sebe/test-na-viznachennya-rivnya-stresu-za-v.-yu.-shherbatih.html

12. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монографія. Вінниця : Віндрук, 2018. 200 с.

13. Шевченко Н. Ф., Кучинова Н. М. Психологічні чинники прояву тривожності дитини в родинному просторі. *Наукові записки. Серія: Психологія.* 2024. Вип. 3(5). С. 79–86. DOI: https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-3-11.

14. Ainsworth M. D. S., Blehar M. C., Waters E., Wall S. Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation. Hillsdale, NJ : Lawrence Erlbaum Associates, 1978. 391 p.

15. Beck A. T., Emery G., Greenberg R. L. Anxiety Disorders and Phobias: A Cognitive Perspective. Cambridge, MA : Basic Books, 2005. 343 p.

16. Bowen M. Family Therapy in Clinical Practice. New York : Jason Aronson, 1978. 565 p.

17. Bowlby J. Attachment and Loss. Vol. 1: Attachment. 2nd ed. New York : Basic Books, 1982. 464 p.

18. Erikson E. H. Identity: Youth and Crisis. New York : W. W. Norton & Company, 1994. 336 p.

19. McLeod B. D., Wood J. J., Weisz J. R. Examining the association between parenting and childhood anxiety: a meta-analysis. *Clinical Psychology Review.* 2007. Vol. 27, № 2. P. 155–172. DOI: https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.09.002

20. Minuchin S. Families and Family Therapy. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1974. 268 p.

21. Olson D. H., Portner J., Lavee Y. FACES III: Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scales. St. Paul, MN : University of Minnesota, Family Social Science, 1985.

22. Olson D. H., Sprenkle D. H., Russell C. S. Circumplex Model of Marital and Family Systems: I. Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family Process.* 1979. Vol. 18, № 1. P. 3–28. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x

23. Yap M. B. H., Pilkington P. D., Ryan S. M., Jorm A. F. Parental factors associated with depression and anxiety in young people: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders.* 2014. Vol. 156. P. 8–23. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.11.007

24. Zigmond A. S., Snaith R. P. The Hospital Anxiety and Depression Scale. *Acta Psychiatrica Scandinavica.* 1983. Vol. 67, № 6. P. 361–370. DOI: https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1983.tb09716.x

Дата першого надходження статті до видання: 27.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 17.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 06.11.2026