



◆ Том 21 ◆ № 1 ◆ 2026 ◆ 124-131

◆ ISSN 2617-6858

◆ E-ISSN 2617-6866

◆ Сайт журналу: <https://nuou-visnyk.com.ua/uk>

◆ УДК 159.923:316.346.2

◆ DOI: 10.33099/2617-6858-26-21-1-122-128

Гендерні детермінанти психологічного благополуччя психологів ДСНС

Микола Фомич*

Кандидат психологічних наук, доцент
Національний університет цивільного захисту України
18000, вул. Онопрієнка, 8, м. Черкаси, Україна
<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

Ліна Перелигіна

Доктор біологічних наук, професор
Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна
61022, майдан Свободи, 4, м. Харків, Україна
<https://orcid.org/0000-0001-5019-7671>

◆ **Анотація.** В умовах воєнного стану психологи Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС) зазнають підвищеного професійного стресу, перебіг і наслідки якого суттєво модифікуються гендерно зумовленими моделями емоційної регуляції, професійної соціалізації та очікувань щодо ролей і витривалості. Гендерні детермінанти впливають на доступ до ресурсів підтримки, способи переживання кумулятивної травматизації та ризики емоційного виснаження, що безпосередньо позначається на професійній стійкості й ефективності психологічної допомоги. Мета дослідження полягала у теоретичному обґрунтуванні та систематизації гендерних чинників психологічного благополуччя психологів ДСНС, а також аналізі механізмів їх впливу на професійне функціонування фахівців в умовах воєнного стану. У дослідженні застосовано теоретичний аналіз і узагальнення наукових джерел та порівняльно-аналітичний метод для зіставлення підходів до вивчення гендерних аспектів благополуччя в допомагаючих професіях. Також використано структурно-функціональний аналіз і інтегративний підхід, що поєднав евдемонічну концепцію благополуччя, модель професійних вимог і ресурсів та теорію збереження ресурсів. Обґрунтовано, що психологічне благополуччя психологів ДСНС є динамічним, багатовимірним процесом, який формується у взаємодії індивідуально-особистісних, професійно-діяльнісних і соціокультурних чинників. Показано, що гендер виступає не прямим каузальним чинником, а контекстуальним модератором взаємозв'язку між професійними вимогами, ресурсами та психологічними наслідками діяльності. Запропоновано концептуальну модель, у межах якої гендерні детермінанти реалізуються на індивідуально-особистісному, професійно-діяльнісному та соціокультурному рівнях, визначаючи специфіку емоційної регуляції, характер емоційної праці та доступність соціальної підтримки. Практична цінність дослідження полягає у можливості використання отриманих теоретичних положень як методологічного підґрунтя для розробки диференційованих, гендерно чутливих програм психологічного супроводу та профілактики професійного виснаження психологів ДСНС. Результати можуть бути застосовані у системі психологічного забезпечення, підготовці та підвищенні кваліфікації психологів, а також у подальших емпіричних дослідженнях проблем професійного благополуччя суб'єктів екстремальної діяльності

◆ **Ключові слова:** психічне здоров'я; травматичний досвід; емоційна регуляція; екстремальні умови діяльності; професійні вимоги; психологічні ресурси

Приклад цитування:

Fomych, M., & Perelygina, L. (2026). Gender determinants of psychological well-being among psychologists of the State Emergency Service. *The Bulletin of National Defence University of Ukraine*, 21(1), 122-128. doi: 10.33099/2617-6858-26-21-1-122-128.

Історія статті: Отримано: 22.07.2025; Доопрацьовано: 09.12.2025; Прийнято: 27.01.2026; Опубліковано: 17.02.2026



Copyright © The Author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License 4.0 (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

*Автор-кореспондент

◆ Вступ

Умови воєнного стану в Україні суттєво трансформували професійну діяльність фахівців цивільного захисту, істотно ускладнивши виконання службових обов'язків. Постійні загрози життю, масові руйнування інфраструктури, значні людські втрати та тривала ситуація невизначеності зумовлюють різке зростання психологічного навантаження на всіх учасників рятувальних дій, зокрема й на психологів Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС). Психологи ДСНС залучаються до ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій, у межах чого виконують функції психологічного супроводу аварійно-рятувальних робіт, надають екстрену психологічну допомогу постраждалому населенню та здійснюють підтримку особового складу. Реалізація цих завдань відбувається в умовах високої інтенсивності професійної діяльності, емоційного перенавантаження та регулярного контакту з травматичним досвідом, що, як підкреслено L. Piankivska (2022), істотно підвищує ризики для психічного стану самих фахівців. У такій ситуації психологи ДСНС опиняються в умовах подвійної уразливості: з одного боку, вони виступають суб'єктами психологічної допомоги, а з іншого – самі перебувають під впливом потужних психотравмуючих чинників надзвичайних ситуацій, що істотно підвищує ризики емоційного виснаження, вторинного травматичного стресу та професійної деформації. Дослідження I.V. Ponomarenko (2024) показало, що в умовах тривалих криз психологічне благополуччя фахівців допомагаючих та екстремальних професій перестає бути стабільною індивідуальною характеристикою й набуває процесуального, динамічного характеру, відображаючи баланс між зростаючими професійними вимогами та доступними ресурсами відновлення. Водночас H. Varina & S. Shevchenko (2024) зазначали, що саме гендерно зумовлені моделі професійної соціалізації, емоційної регуляції та використання ресурсів істотно модифікують цей баланс, визначаючи індивідуальні траєкторії збереження або виснаження психологічного благополуччя в екстремальних умовах діяльності. Особливої актуальності набуває гендерний вимір психологічного благополуччя психологів ДСНС, оскільки гендерні ролі та професійні очікування впливають на способи переживання стресу, когнітивну інтерпретацію небезпеки, характер емоційної праці, готовність визнавати власну вразливість і звертатися за психологічною допомогою. A. Alexeeva (2020) виявлено, що чоловіки й жінки в системі цивільного захисту не стільки відрізняються рівнем психологічного напруження, скільки способами його регуляції: чоловіки частіше використовують стратегії емоційного стримування та дистанціювання, тоді як жінки більшою мірою залучають соціальні та емоційні ресурси, водночас залишаючись уразливішими до кумулятивного емоційного виснаження.

У праці O.V. Zavorodnia & M.V. Shepelova (2025) психологічне благополуччя розглядалося як інтегральний показник позитивного функціонування особистості,

що охоплює смислові, емоційні, соціальні та професійні виміри життєдіяльності. Для психологів ДСНС у воєнний період цей феномен набуває особливої значущості, оскільки він опосередковує не лише збереження психічного здоров'я фахівця, а й якість наданої психологічної допомоги. У цьому контексті гендерні детермінанти виступають системними регуляторами доступу до ресурсів благополуччя, модифікуючи реалізацію таких його компонентів, як професійна автономність, самоефективність, смислова залученість і здатність до саморегуляції, як підкресливали R. Fida *et al.* (2023). Вагоме місце у поясненні гендерної специфіки психологічного благополуччя займають ресурсні та організаційно-психологічні підходи, у межах яких професійне виснаження інтерпретується як наслідок дисбалансу між інтенсивністю вимог і доступністю ресурсів. За умов воєнного стану цей дисбаланс ускладнюється гендерно диференційованими організаційними очікуваннями, нормами професійної поведінки та неформальними вимогами до «витривалості», що по-різному впливають на чоловіків і жінок. V. Bosniuk *et al.* (2025) підкреслено, що ефективність ресурсно-орієнтованих програм психологічної підтримки значною мірою залежить від урахування гендерно зумовлених моделей переживання напруження та звернення за допомогою.

Таким чином, узагальнення сучасних наукових підходів дозволило стверджувати, що психологічне благополуччя психологів ДСНС формується в полі складної взаємодії професійних вимог, ресурсів і соціокультурних норм, серед яких гендер відіграє роль ключового модератора професійної стійкості та вразливості. Водночас проблема гендерних детермінант психологічного благополуччя саме психологів ДСНС в умовах воєнного стану залишається недостатньо концептуалізованою, що зумовлює актуальність і наукову доцільність цього дослідження. Метою дослідження був концептуальний аналіз і систематизація гендерно зумовлених чинників психологічного благополуччя психологів ДСНС, а також виявлення шляхів їх впливу на ефективність професійної діяльності в умовах воєнного стану. Відповідно до мети поставлено наступні завдання: теоретично проаналізувати сучасні підходи до вивчення психологічного благополуччя фахівців екстремального профілю з позицій гендерного підходу; концептуалізувати гендерні детермінанти психологічного благополуччя психологів ДСНС на індивідуально-особистісному, професійно-діяльнісному та соціокультурному рівнях; обґрунтувати ресурсні та організаційні механізми підтримання психологічного благополуччя психологів ДСНС з урахуванням гендерних особливостей в умовах воєнного стану.

◆ Матеріали та методи

Робота мала теоретико-аналітичну спрямованість і зосереджувалася на впорядкуванні та концептуальному аналізі гендерно зумовлених чинників психологічного

благополуччя психологів ДСНС у контексті воєнного стану. Обраний дизайн дослідження зумовлений складністю та багатовимірністю досліджуваного феномену, а також необхідністю інтеграції різнорівневих теоретичних підходів до аналізу психологічного благополуччя в екстремальних умовах професійної діяльності. Методологічною основою слугували міждисциплінарні положення сучасної психології благополуччя, екстремальної та кризової психології, психології професійної діяльності, а також гендерної психології. Психологічне благополуччя розглядалося як динамічний, процесуальний і багатовимірний феномен, що формується у взаємодії індивідуально-особистісних, професійно-діяльнісних і соціокультурних чинників та опосередковується гендерно зумовленими моделями професійної соціалізації, саморегуляції та використання ресурсів. Матеріалами дослідження стали наукові публікації, присвячені психологічному й професійному благополуччю, якості професійного життя, емоційному вигоранню, вторинній травматизації та гендерним аспектам функціонування фахівців допомагаючих і екстремальних професій, зокрема А.В. Bakker & Е. Demerouti (2007), В.Н. Stamm (2010) та N.V. Volynets (2020). Особливу увагу приділено працям, що репрезентують евдемонічний підхід до психологічного благополуччя, зокрема концепції С.Д. Ryff (1989), відповідно до якої благополуччя визначається як інтеграція смислових, емоційних і соціальних вимірів позитивного функціонування особистості. Також у дослідженні використано теоретичні положення моделі професійних вимог і ресурсів (Job Demands-Resources model), що дозволило інтерпретувати професійне благополуччя як результат динамічної взаємодії між інтенсивністю професійних навантажень та доступністю ресурсів підтримки. До джерельної бази також увійшла теорія збереження ресурсів S.E. Hobfoll (1989), у межах якої психологічне благополуччя розглядається як процес втрати, мобілізації та відновлення особистісних і соціальних ресурсів у відповідь на тривалі стресові впливи. Додатковим концептуальним підґрунтям слугувала модель професійної якості життя (ProQOL), що охоплює як позитивні, так і негативні наслідки професійної діяльності у сфері допомоги. Для реалізації поставленої мети застосовано комплекс теоретичних методів, відповідних завданням і характеру дослідження. Використано метод теоретичного аналізу та порівняльно-аналітичний підхід для осмислення сучасних концепцій психологічного благополуччя, професійної якості життя й гендерних детермінант діяльності в екстремальних умовах. Структурно-функціональний аналіз, а також методи узагальнення й концептуалізації застосовано для виокремлення рівнів реалізації гендерних чинників і формування авторського бачення психологічного благополуччя психологів ДСНС.

◆ Результати та обговорення

Проведене теоретичне дослідження засвідчило, що проблематика психологічного благополуччя в сучасній

психологічній науці посідає особливе місце у зв'язку з трансформацією уявлень про професійну ефективність, психічне здоров'я та стійкість фахівців, діяльність яких здійснюється в умовах підвищеної небезпеки. В умовах воєнного стану ця проблематика набуває особливої актуальності щодо психологів ДСНС, які перебувають у ситуації подвійного навантаження – як суб'єкти професійної допомоги та як учасники спільного травматичного досвіду. Психологічне благополуччя дедалі частіше трактується не як статична характеристика або сума позитивних станів, а як складний багатовимірний процес, що формується у взаємодії індивідуальних ресурсів, вимог середовища та соціокультурного контексту (Hupalovska, 2010). Одним із найбільш впливових теоретичних підходів є евдемоністична концепція психологічного благополуччя, запропонована С.Д. Ryff (1989), у межах якої благополуччя трактується як реалізація особистісного потенціалу та включає такі компоненти, як автономія, цілеспрямованість, позитивні взаємини, особистісний розвиток, самоприйняття та контроль над середовищем. Для фахівців екстремального профілю ця модель є методологічно значущою, оскільки дозволяє вийти за межі вузького розуміння благополуччя як відсутності симптомів виснаження або дистресу. Разом із тим у контексті тривалого стресу, кумулятивної травматизації та емоційної праці дедалі більшої ваги набуває ресурсно-орієнтований підхід, представлений у теорії збереження ресурсів S.E. Hobfoll (1989). Згідно з цим підходом, стрес виникає внаслідок втрати, загрози втрати або недостатнього відновлення значущих ресурсів, а психологічне благополуччя розглядається як динамічний баланс між процесами мобілізації та виснаження ресурсів. У професійній діяльності психологів ДСНС такими ресурсами виступають емоційна стабільність, професійна ідентичність, відчуття сенсу діяльності, соціальна підтримка, а також організаційні умови служби. Навіть за високого рівня компасійної задоволеності психологи ДСНС залишаються вразливими до емоційного вигорання та вторинного травматичного стресу, особливо під тривалим контактом із травматичним досвідом (Stamm, 2010). Короткостроково ефективні стратегії емоційного дистанціювання чи деперсоналізації знижують інтенсивність переживань, проте при тривалому застосуванні сприяють професійній деформації та зниженню якості психологічної допомоги. Гендерно зумовлені моделі професійної соціалізації модулюють реалізацію цих ресурсів: орієнтація на контроль і стриманість підвищує суб'єктивне відчуття керованості, але зменшує готовність визнати власні обмеження й звернутися за підтримкою; орієнтація на емоційну відкритість та міжособистісну взаємодію підвищує доступ до соціальних ресурсів, проте збільшує ризик емоційного виснаження.

Дисбаланс між «вкладеними зусиллями» та «отриманою винагородою», а також напруження у «психологічному полі часу життя» – оцінці минулого, теперішнього та майбутнього, зокрема професійного – виступають

додатковими предикторами зниження суб'єктивної стабільності та відчуття керованості (Volynets, 2020). Це особливо актуально для психологів ДСНС, чия діяльність у воєнний період пов'язана з хронічною невизначеністю та відтермінованістю винагород у широкому сенсі – від відновлення та безпеки до прогнозованості результатів роботи. За таких умов класична логіка «вимоги – ресурси» ускладнюється тривалим дефіцитом часу на відновлення та соціальним тиском на безперервну професійну залученість, створюючи хронічний фон напруження навіть при наявності внутрішніх ресурсів. На думку N.V. Volynets (2020), окрім індивідуальних ресурсів, ключовою ланкою регуляції психологічного благополуччя є організаційний контекст: задоволеність змістом роботи та досягненнями, організаційна культура взаємин, стосунки з керівництвом і колегами, умови праці та управлінські практики, які можуть як підтримувати ресурсність, так і посилювати відчуття виснаження. Для психологів ДСНС це означає, що професійна стійкість залежить не лише від індивідуальної підготовки, а й від організаційних режимів служби та доступності системних механізмів відновлення. Крім того, стать і вік у взаємодії зі стажем служби та службовим статусом модифікують компоненти благополуччя – самоефективність, гармонію, компетентність, мотивацію, розвиток і досягнення – і, відповідно, структуру переживання благополуччя в професійних спільнотах із високою нормативністю та ризиконавантаженням. На професійно-діяльничому рівні гендерні детермінанти корегують взаємозв'язок між інтенсивністю емоційної праці, кумулятивною травматизацією та ресурсами професійного функціонування. Суттєвим доповненням до зазначених підходів є сучасні гендерно чутливі інтерпретації психологічного благополуччя, зокрема G. Goren *et al.* (2025) та С. Palomino-Suárez & M.E. Aparicio García (2025). У межах таких підходів гендер розглядається не як формальний соціально-демографічний показник, а як

соціокультурно зумовлений чинник, що визначає допустимі способи переживання стресу, регуляції емоцій, звернення за допомогою та реалізації професійної ролі. Для фахівців цивільного захисту це має особливе значення, оскільки професійне середовище ДСНС традиційно характеризується високими очікуваннями витривалості, самоконтролю та емоційної стриманості. Таким чином, аналіз сучасних теоретичних підходів дозволив ствердити, що психологічне благополуччя психологів ДСНС доцільно розглядати як процесуальний, контекстуально чутливий феномен, який формується на перетині індивідуальних, професійних і соціокультурних чинників та зазнає істотних трансформацій в умовах воєнного стану.

На основі здійсненого теоретичного аналізу та узагальнення сучасних наукових підходів у межах даного дослідження було розроблено авторський концепт психологічного благополуччя психологів ДСНС, який ґрунтується на його розумінні як гендерно опосередкованої багаторівневої динамічної системи. Запропонований концепт дозволяє подолати редукціоністські підходи до благополуччя та відобразити складну взаємодію між професійними вимогами, ресурсами та психологічними наслідками діяльності в умовах воєнного стану. Центральним положенням концепту є уявлення про психологічне благополуччя як нестійкий баланс між професійною ефективністю та ризиками психологічного виснаження. В умовах тривалої небезпеки, високої інтенсивності емоційної праці та кумулятивної травматизації цей баланс не може розглядатися як стабільний стан, а постає як динамічний процес постійного відновлення, компенсації та адаптації. Гендер у цій системі виконує роль модератора, який визначає доступні стратегії регуляції, інтерпретації професійного досвіду та використання ресурсів. У межах розробленого концепту було систематизовано гендерні детермінанти психологічного благополуччя на трьох взаємопов'язаних рівнях (Рис. 1).

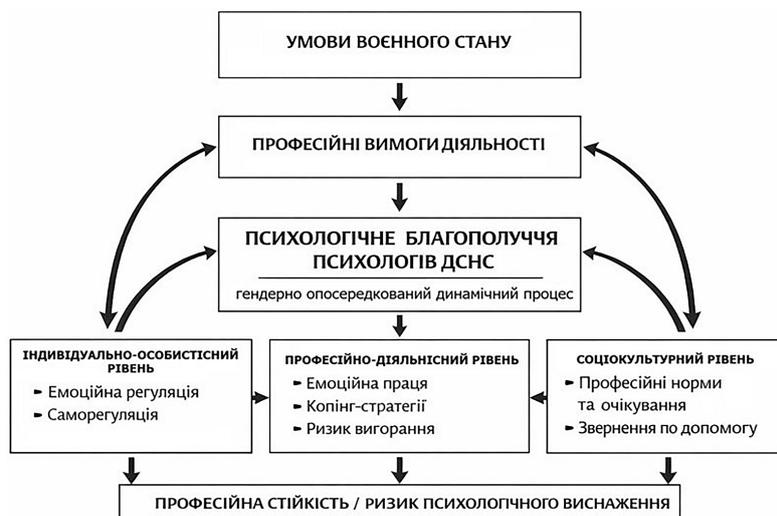


Рисунок 1. Структурна модель психологічного благополуччя психологів ДСНС в умовах воєнного стану

Джерело: розроблено авторами

Рисунок 1 продемонстрував модель впливу умов воєнного стану та професійних вимог на психологічне благополуччя психологів ДСНС із врахуванням трьох рівнів цього впливу: індивідуально-особистісного, професійно-діяльнісного та соціокультурного. На індивідуально-особистісному рівні гендерні відмінності проявляються через особливості емоційної регуляції, саморегуляційних стратегій та ставлення до психологічної вразливості. Зокрема, внутрішні заборони на прояв слабкості або емоційної втоми можуть ускладнювати своєчасне відновлення ресурсів і сприяти накопиченню напруження. На професійно-діяльнісному рівні гендерні детермінанти пов'язані зі специфікою виконання емоційної праці, вибором копінг-стратегій та ризиками розвитку емоційного вигорання і вторинного травматичного стресу. Вразливість психологів ДСНС у цьому контексті зумовлюється необхідністю тривалого перебування в контакті з травматичними переживаннями інших осіб за одночасної обмеженості власних ресурсів відновлення. На соціокультурному рівні гендерні детермінанти опосередковуються нормами професійної поведінки, очікуваннями щодо витривалості та допустимості звернення за психологічною допомогою в службовому середовищі. Саме на цьому рівні формується соціальний контекст, який або підтримує психологічне благополуччя фахівців, або посилює їхню вразливість шляхом стигматизації потреби у підтримці. Окреме місце в концепті посідають організаційні умови професійної діяльності, зокрема режими служби, ступінь нормованості діяльності, управлінські практики та доступність відновлювальних ресурсів. Встановлено, що ефективність мобілізації цих ресурсів значною мірою залежить від гендерно зумовлених моделей професійної соціалізації, які виступають системними модераторами взаємодії між професійними вимогами та психологічними наслідками діяльності. Таким чином, психологічне благополуччя психологів ДСНС є гендерно опосередкованою багаторівневою динамічною системою, що формується внаслідок взаємодії професійних вимог, ресурсів та психологічних наслідків діяльності і визначає професійну стійкість та ефективність роботи фахівців.

Результати дослідження щодо впливу гендерних чинників підтверджують і розширюють дані попередніх робіт, підкреслюючи їх значення для професійної стійкості та ефективності психологів ДСНС. А.В. Bakker & E. Demerouti (2007) підкреслювали, що психологічне благополуччя психологів ДСНС у період воєнного стану має процесуальний, динамічний і багатовимірний характер та формується у складній взаємодії індивідуально-особистісних, професійно-діяльнісних і соціокультурних детермінант. За оцінками В.Н. Stamm (2010), воєнний контекст зумовлює істотне зростання професійних вимог, пов'язаних із кумулятивною травматизацією, високою інтенсивністю емоційної праці та дефіцитом ресурсів відновлення, що безпосередньо впливає на рівень психологічного благополуччя. Результати дослідження D. Gómez-Baya *et al.* (2018) також

підтвердили, що в умовах тривалих криз благополуччя перестає бути стабільною характеристикою і набуває рис нестійкого балансу між професійною ефективністю та зростаючим психологічним виснаженням. Важливим емпіричним підтвердженням багаторівневої природи благополуччя у фахівців сектору безпеки та оборони є публікація N.V. Volynets (2019), присвячена особистісному благополуччю персоналу Державної прикордонної служби України, у якій благополуччя операціоналізовано як цілісне суб'єктивне рефлексивне переживання позитивності та значущості власного «Я-існування» в цілому, а також через призму життєздійснення у професійній діяльності та організаційному середовищі. Запропонована фокусовано-холістична модель із трьома фокусами (особистісним, професійним та організаційним) є методологічно співзвучною з тезою про багатовимірність психологічного благополуччя і водночас уточнює роль організаційного контексту як самостійного виміру у підтриманні або виснаженні ресурсів. Емпіричні дані M.V. Horenko & K.P. Radzivil (2023) додатково підтвердили, що воєнний контекст формує потужний психологічний тиск навіть на осіб, які лише готуються до професійної діяльності в галузі психології, що свідчить про системний характер деструктивного впливу війни на благополуччя фахівців допомагаючих професій на різних етапах професійного становлення. Багатофакторну природу психологічного благополуччя підкреслили і M.I. Marushchak *et al.* (2025), які розглядали його як центральну ланку особистісного потенціалу, що визначається поєднанням зовнішніх, особистісних, міжособистісних і суб'єктивно-особистісних чинників. У цьому процесі особливого значення набувають гендерні детермінанти, які виконують роль системних регуляторів і визначають, яким чином професійні навантаження трансформуються у психологічні наслідки – збереження благополуччя, розвиток виснаження або формування професійної деформації. Такий висновок узгоджується з результатами R.K. Purvanova & J.P. Muros (2010). Виявлено, що гендерні відмінності у сфері допомагаючих професій проявляються не стільки в рівнях стресу чи вигорання, скільки у способах його переживання, копінг-стратегіях і ставленні до психологічної допомоги. На індивідуально-особистісному рівні гендерні детермінанти проявляються через особливості емоційної регуляції, характер саморегуляційних стратегій, рівень емпатійної залученості та способи переживання професійної відповідальності (Cilar Budler, 2025). У контексті евиденційного підходу ключового значення для психологів ДСНС набувають професійна автономність, відчуття самоефективності та життєва цілеспрямованість, які забезпечують збереження професійної ідентичності та смислової залученості в умовах небезпеки й невизначеності. На думку T.V. Danylchenko (2021), професійний вимір благополуччя може бути конкретизований показниками професійної компетентності та самореалізованості, професійно-організаційної мотивації, професійного розвитку й досягнень; при цьому сама структура

переживання благополуччя відрізняється у різних професійних спільнотах залежно від специфіки діяльності та її психологічної «ваги» у життєдіяльності особистості. Така типологічна диференціація є важливою і для розуміння психологів ДСНС як окремої професійної групи в межах екстремального профілю.

◆ Висновки

Проведене теоретико-аналітичне дослідження дало змогу концептуально поглибити розуміння психологічного благополуччя психологів ДСНС як складного, багатовимірного та динамічного феномену, що формується в умовах воєнного стану під впливом поєднання індивідуально-особистісних, професійно-діяльнісних і соціокультурних чинників. Аргументовано, що воєнний контекст істотно трансформує умови професійної діяльності психологів ДСНС, підсилюючи інтенсивність емоційної праці, рівень відповідальності та кумулятивну травматизацію. За таких умов навіть високий рівень професійної мотивації, компасійної задоволеності та смислової залученості не є достатньою гарантією збереження психологічного благополуччя за відсутності системного відновлення ресурсів. Ключовим теоретичним результатом дослідження було обґрунтування ролі гендерних детермінант як системних модераторів психологічного благополуччя психологів ДСНС. Гендер у запропонованій концептуальній моделі не розглядався як прямий каузальний чинник благополуччя, проте визначає способи переживання професійного напруження, характер емоційної регуляції та саморегуляційних стратегій, готовність звертатися за психологічною допомогою, а також доступність соціальних і внутрішніх ресурсів. Показано, що гендерно зумовлені моделі професійної соціалізації опосередковують вибір копінг-стратегій і зумовлюють відмінності у траєкторіях збереження або виснаження ресурсного потенціалу в

умовах тривалих стресогенних впливів. Концептуально виокремлено три взаємопов'язані рівні реалізації гендерних детермінант психологічного благополуччя. На індивідуально-особистісному рівні благополуччя підтримується професійною автономністю, самоефективністю та смисловою визначеністю діяльності, однак їх реалізація може обмежуватися соціально схваленими нормами стриманості, надвідповідальності чи підвищеної емоційної залученості. На професійно-діяльнісному рівні концептуально обґрунтовано вразливість психологів ДСНС до розвитку емоційного вигорання та вторинного травматичного стресу за умов тривалого контакту з травматичним досвідом і дефіциту часу на відновлення; при цьому короткостроково ефективні захисні стратегії емоційного дистанціювання можуть у перспективі підсилювати ризики професійної деформації та зниження якості психологічної допомоги. На соціокультурному рівні вирішальне значення мають норми й очікування щодо допустимості вразливості, відкритого обговорення психологічних труднощів і звернення за підтримкою, які прямо впливають на доступність соціальної підтримки та якості професійної взаємодії у групах. Отримані узагальнення відкривають перспективи подальших досліджень із розробки ресурсно-орієнтованих і гендерно чутливих програм підтримки психологів ДСНС для системного відновлення ресурсів, розвитку саморегуляції та оптимізації організаційних умов служби.

◆ Подяки

Немає.

◆ Фінансування

Немає.

◆ Конфлікт інтересів

Немає.

◆ Джерела

- [1] Alexeeva, A. (2020). Social-communicative competence as a factor of professional success of the individual: Gender aspect. *Psychological Prospects Journal*, 35, 8-23. doi: 10.29038/2227-1376-2020-35-8-23.
- [2] Bakker, A.B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309-328. doi: 10.1108/02683940710733115.
- [3] Bosniuk, V., Olefir, V., & Ponomarenko, I. (2025). The role of personality characteristics in assessing the occupational well-being of employees of the State Emergency Service of Ukraine. *Problems of Extreme and Crisis Psychology*, 1(9), 5-17. doi: 10.52363/dcpp-2025.1.
- [4] Cilar Budler, L. (2025). Well-being unveiled: A concept analysis of mental, psychological, and subjective well-being. *Health Science Reports*, 8, article number e71149. doi: 10.1002/hsr2.71149.
- [5] Danylchenko, T.V. (2021). Psychological factors of personal well-being among psychologists working in penitentiary institutions and pre-trial detention centers. *Scientific Notes of V.I. Vernadsky Taurida National University. Series: Psychology*, 32(71(5)), 57-63. doi: 10.32838/2709-3093/2021.5/10.
- [6] Fida, R., Watson, D., Ghezzi, V., Barbaranelli, C., Ronchetti, M., & Di Tecco, C. (2023). Is gender an antecedent to workplace stressors? A systematic review and an empirical study using a person-centred approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(8), article number 5541. doi: 10.3390/ijerph20085541.
- [7] Gómez-Baya, D., Lucia-Casademunt, A.M., & Salinas-Pérez, J.A. (2018). Gender differences in psychological well-being and health problems among European health professionals: Analysis of psychological basic needs and job satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(7), article number 1474. doi: 10.3390/ijerph15071474.

- [8] Goren, G., Schwartz, D., Friger, M., Sergienko, R., Monsonego, A., Slonim-Nevo, V., Greenberg, D., Odes, S., & Sarid, O. (2025). Gender differences in coping strategies and life satisfaction following cognitive-behavioral and mindfulness-based intervention for Crohn's disease: A randomized controlled trial. *Journal of Clinical Medicine*, 14(5), article number 1569. doi: [10.3390/jcm14051569](https://doi.org/10.3390/jcm14051569).
- [9] Hobfoll, S.E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513-524. doi: [10.1037/0003-066X.44.3.513](https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513).
- [10] Horenko, M.V., & Radzivil, K.P. (2023). Psychological well-being of future psychologists in wartime conditions. *Habitus*, 56, 65-99. doi: [10.32782/2663-5208](https://doi.org/10.32782/2663-5208).
- [11] Hupalovska, V. (2010). [Gender determinants of women's subjective well-being: A theoretical analysis](#). *Socio-Humanitarian Problems of the Individual*, 4, 208-223.
- [12] Marushchak, M.I., Shustyk, R.P., Dida, H.A., Nevhadovska, P.M., & Myalyuk, O.P. (2025). Factors of psychological well-being of academic and teaching staff. *Health & Education*, 3, 318-327. doi: [10.32782/health-2025.3.37](https://doi.org/10.32782/health-2025.3.37).
- [13] Palomino-Suárez, C., & Aparicio García, M.E. (2025). Gender stereotypes and their impact on social sustainability: A contemporary view of Spain. *Social Sciences*, 14(5), article number 292. doi: [10.3390/socsci14050292](https://doi.org/10.3390/socsci14050292).
- [14] Piankivska, L. (2022). Social support of the individual in war conditions: Ukrainian and international experience. *Scientific Bulletin of Mukachevo State University. Series "Pedagogy and Psychology"*, 8(2), 76-84. doi: [10.52534/msu-p.8\(2\).2022.76-84](https://doi.org/10.52534/msu-p.8(2).2022.76-84).
- [15] Ponomarenko, I.V. (2024). [Psychological characteristics of occupational well-being of employees of the State Emergency Service of Ukraine](#) (Doctoral dissertation, National University of Civil Defence of Ukraine, Cherkasy, Ukraine).
- [16] Purvanova, R.K., & Muros, J.P. (2010). Gender differences in burnout: A meta-analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 77(2), 168-185. doi: [10.1016/j.jvb.2010.04.006](https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.04.006).
- [17] Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. doi: [10.1037/0022-3514.57.6.1069](https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069).
- [18] Stamm, B.H. (2010). *The concise ProQOL manual* (2nd ed.). Pocatello, ID: ProQOL.org.
- [19] Varina, H., & Shevchenko, S. (2024). Gender aspects of experiencing psychological well-being of the individual in conditions of transformation and social change. *Scientific Bulletin of the Vinnytsia Academy of Continuing Education. Series "Pedagogy. Psychology"*, 5, 42-48. doi: [10.32782/academ-ped.psyh-2024-1.06](https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2024-1.06).
- [20] Volynets, N.V. (2019). [Gender features of experiencing personal well-being in the professional activity environment](#). *Theory and Practice of Modern Psychology*, 1(1), 29-38.
- [21] Volynets, N.V. (2020). [Psychology of personal well-being of the personnel of the State Border Guard Service of Ukraine](#). (Doctoral dissertation, National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine named after Bohdan Khmelnytskyi, Khmelnytskyi, Ukraine).
- [22] Zavhorodnia, O.V., & Shepelova, M.V. (2025). Age and gender differences in subjective well-being under crisis conditions. *Habitus*, 71, 73-79. doi: [10.32782/2663-5208](https://doi.org/10.32782/2663-5208).

Gender determinants of psychological well-being among psychologists of the State Emergency Service of Ukraine

Mykola Fomych

PhD in Psychological Sciences, Associate Professor
National University of Civil Protection of Ukraine
18000, 8 Onopriienko Str., Cherkasy, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

Lina Perelygina

Doctor of Biological Sciences, Professor
Kharkiv National University named after V.N. Karazin
61022, 4 Svobody Sq., Kharkiv, Ukraine
<https://orcid.org/0000-0001-5019-7671>

◆ **Abstract.** In conditions of martial law, psychologists of the State Emergency Service of Ukraine (SES) experience increased professional stress, the course and consequences of which are significantly modified by gender-determined models of emotional regulation, professional socialisation, and expectations regarding roles and resilience. Gender determinants influence access to support resources, ways of coping with cumulative trauma, and risks of emotional exhaustion, which directly affect professional resilience and the effectiveness of psychological assistance. The aim of the study was to theoretically substantiate and systematise the gender factors of psychological well-being among psychologists of the SES, as well as to analyse the mechanisms of their influence on the professional functioning of specialists in conditions of martial law. The study used theoretical analysis and generalisation of scientific sources and a comparative-analytical method to compare approaches to studying gender aspects of well-being in the helping professions. It also uses structural-functional analysis and an integrative approach that combines the eudaimonic concept of well-being, the model of professional requirements and resources, and the theory of resource conservation. It is substantiated that the psychological well-being of psychologists of the SES is a dynamic, multidimensional process that is formed in the interaction of individual-personal, professional-operational and sociocultural factors. It is shown that gender is not a direct causal factor, but a contextual moderator of the relationship between professional requirements, resources, and psychological consequences of activity. A conceptual model was proposed, within which gender determinants are realised at the individual-personal, professional-operational and sociocultural levels, determining the specifics of emotional regulation, the nature of emotional labour and the availability of social support. The practical value of the study lies in the possibility of using the theoretical provisions obtained as a methodological basis for the development of differentiated, gender-sensitive programmes of psychological support and prevention of professional burnout among psychologists of the SES. The results can be applied in the system of psychological support, training and professional development of psychologists, as well as in further empirical studies of the problems of professional well-being of subjects of extreme activity

◆ **Keywords:** mental health; traumatic experience; emotional regulation; extreme conditions of activity; professional demands; psychological resources