

## **ВІДГУК ОФІЦІЙНОГО ОПОНЕНТА**

**Комар Таїсії Василівни**, доктора психологічних наук, професора, завідувача кафедри психології та педагогіки Хмельницького національного університету

на дисертацію **Улько Наталії Миколаївни**

«ПСИХОКОРЕКЦІЯ ЕМОЦІЙНИХ ТРАВМ У ДОРΟΣЛИХ»,

подану на здобуття наукового ступеня доктора філософії

за спеціальністю 053 Психологія,

галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки

### **Актуальність теми дослідження**

Сучасний етап розвитку цивілізації ставить особистість у ситуацію перманентної нестабільності та непередбачуваності, що безпосередньо корелює зі станом психічного здоров'я, якістю життя та вектором подальшого особистісного розвитку людини.

Особливої гостроти проблема психотравматизації набуває в контексті подій останніх років в Україні. Військові дії на території країни виходять за межі повсякденного досвіду, привносячи в життєвий простір масштабні втрати та надаючи людському існуванню специфічного межово-екзистенційного контексту. Важливою особливістю сучасної ситуації є використання інструментів «гібридної війни», де розвинені інформаційні технології та комунікаційні канали перетворюють травматизацію на глобальний процес. Це розширює зону ураження, охоплюючи не лише безпосередніх учасників бойових дій, а й цивільне населення, внутрішньо переміщених осіб та людей, які перебувають у стані постійної напруги через системні інформаційні впливи.

Наукова значущість дослідження визначається потребою у розумінні складної динаміки процесів, що відбуваються в психіці травмованої особистості, та пошуку оптимальних засобів психокорекції. Постає критичний виклик перед фахівцями сфери соціальної та психологічної допомоги щодо розробки комплексних підходів до роботи з різними

категоріями постраждалих у масштабах цілої країни. Своєчасність даного наукового пошуку підкріплюється тим фактом, що відсутність належної професійної допомоги призводить до кумулятивного наростання рівня емоційної травматизації. Це, у свою чергу, суттєво ускладнює подальше соціально-психологічне відновлення як окремого індивіда, так і травмованого населення України загалом, що робить виявлення значущих чинників психотравматизації у дорослому віці першочерговим завданням сучасної психологічної науки. Актуальність обраної теми дослідження зумовлена об'єктивною необхідністю глибокого наукового осмислення феномену емоційної травми в умовах глобального зростання надзвичайних ситуацій, військових конфліктів та соціального насилля.

### **Наукова новизна результатів**

Ознайомлення зі змістом дисертації Улько Н. М. дало змогу визначитися і переконатися у тому, що наукова новизна роботи має комплексний характер: вона починається від теоретичного переосмислення суті травми і завершується конкретним, емпірично перевіреним інструментарієм, що є великою перевагою дисертаційного дослідження.

У дисертації науковиця демонструє теоретико-методологічну інноваційність у концептуалізації поняття емоційної психотравми, а саме Наталією Улько поглиблено зміст поняття «емоційна психотравма» в контексті військових дій. Вперше розкрито трикомпонентну структуру емоційної травми (конативний, когнітивний та афективний компоненти), що виникає через розрив між загрозливими чинниками та ресурсами особистості. Виокремлено чотири вектори втрат: психологічні, матеріально-фізичні, соціальні та духовні. Такий багатовимірний підхід дозволив охопити весь спектр деструктивного впливу війни на дорослу людину.

Суттєвим науковим внеском є встановлена взаємозалежність між віком та способами подолання травми. Дисертантка довела, що з віком особистість частіше звертається до когнітивного аналізу та духовних практик (молитви, віри), мінімізуючи афективну (емоційну) складову переживань.

Суттєвою перевагою і практико-орієнтованою новизною є створення інтегративної моделі корекції емоційної травматизації, що базується на дослідженні процесів саморегуляції особистості в екстремальних умовах. У подальшому модель реалізована у авторській програмі, що включає специфічні адресні техніки: «Відновлення здорових соціальних зв'язків», «Управління емоційними реакціями», «Сприяння позитивній діяльності» для ветеранів, їхніх сімей, цивільного населення що підтверджує високу прикладну цінність роботи. Це є демонстрацією верифікації найбільш ефективних стратегій подолання емоційної травми для дорослих з акцентом на переосмисленні емоцій, зверненні до віри, тілесних практиках та соціальній активності (допомога іншим).

### **Теоретичне і практичне значення результатів дисертації**

Теоретичне значення роботи Наталії Улько визначається застосуванням цілісного системного психодинамічного підходу до вивчення природи емоційної травматизації особистості, а саме ґрунтовним розкриттям механізмів виникнення та особливостей перебігу психотравм у дорослому віці. Вагомим теоретичним внеском є обґрунтування засобів і технологій психокорекційного впливу, що поєднують у собі як групові (тренінгові), так і індивідуальні форми роботи, створюючи надійну наукову базу для подальших досліджень у галузі кризової психології.

Практичне значення отриманих результатів відзначається їхньою високою релевантністю сучасним запитам українського суспільства та мультиплікативністю застосування: *у сфері психологічної реабілітації військовослужбовців, внутрішньо переміщених осіб та різних категорій цивільного населення, що постраждали внаслідок бойових дій; у професійній діяльності фахівців* щодо використання верифікованих методик для надання індивідуальної та групової допомоги клієнтам у стані гострої або хронічної травматизації; *у вищій школі* через збагачення змісту навчальних дисциплін.

Резюмуючи, можна стверджувати, що дисертація має комплексний характер, де фундаментальні теоретичні положення системно

трансформуються у дієвий прикладний інструментарій, здатний суттєво підвищити ефективність психосоціального відновлення населення України.

### **Наукова обґрунтованість результатів дослідження**

Сформульовані теоретико-методологічні і практичні положення, висновки, пропозиції та рекомендації є достатньо обґрунтованими та достовірними. Підґрунтям цього є значний обсяг опрацьованого теоретичного та емпіричного матеріалу, використання широкого спектру загального і спеціального інструментарію наукового дослідження. Високої оцінки заслуговує підхід науковиці до формування діагностичного комплексу. Для проведення констатувального та формувального експерименту було використано комплекс психодіагностичних методик: авторський опитувальник «Чинники та особливості емоційної травматизації особистості дорослого віку»; опитувальник «РЕСУРС» (BASIC PH) (Lahad & Leykin), «Смисложиттєві кризи» (авт. К. В. Карпінський); «Шкала психологічного стресу PSM-25» (автори: Лемур-Тесьє-Філліон (Lemur-Tessier-Fillion) (український переклад); «Шкала реактивної та особистісної тривожності (STAI)» (авт. C.D. Spielberger, R.L. Gorsuch, R.E. Lushene); (український переклад); «Копінг-механізми» (авт. E. Heim) (український переклад); «Шкала оцінки рівня суб'єктивного контролю» (авт.. Mark Snyder, адапт. Н. В. Амяга); Інтегративна модель резильєнтності BASIC PH (Lahad & Leykin) (український переклад). Представлений емпіричний розділ дисертації характеризується точністю математико-статистичної обробки даних та глибиною психологічної інтерпретації. Ми констатуємо високу задоволеність якістю отриманих результатів, які не лише підтверджують гіпотезу дослідження, а й мають самостійну наукову цінність для сучасної психології травми. Для статистичної обробки даних застосовувалися програма для роботи з таблицями «Microsoft Excel» та програмний пакет SPSS 28.0.1.1 (15) для автоматичної обробки статистичних даних за допомогою методів описової статистики; кореляційний аналіз (r-Спірмана). Для виявлення статистичної значущості відмінностей між емпіричними даними

експериментальної та контрольної груп до формувального експерименту та після нього було застосовано непараметричний критерій t-критерій Вілкоксона (для двох залежних вибірок). Для порівняння експериментальної та контрольної груп між собою було застосовано непараметричний U-критерій Манна-Уїтні (для двох незалежних вибірок).

### **Рівень виконання поставленого наукового завдання та оволодіння здобувачем методологією наукової діяльності**

Рукопис дисертації Улько Наталії Миколаївни свідчить про високий рівень навичок наукового пошуку у широкому теоретичному дискурсі відповідно до теми дослідження, зокрема основних питань психології травми і психологічної допомоги. Високої оцінки заслуговує проведений автором ретроспективний аналіз еволюції поняття "психотравма". Особливо хочеться відзначити майстерність, з якою у роботі поєднано класичні погляди (зокрема, А. Ойленбург, Г. Оппенгейм, З. Фрейд) із сучасними концепціями "контекстуальної вкоріненості травми" Р. Столору. Ми повністю поділяємо позицію автора щодо необхідності розгляду травми не як ізольованої події, а як процесу, що розгортається в інтерсуб'єктивному полі. Авторкою проведено глибокий і предметно доречний теоретико-методологічний аналіз теорій та проявлено вміння здійснювати системну аналітично рефлексивну наукову розвідку і розв'язання прикладних психологічних проблем. Вважаємо за доцільне відзначити влучність авторського визначення емоційної травми як "розколу емпіричного світу". Цей підхід дозволяє вийти за межі суто клінічного опису симптомів і зосередитися на екзистенційних аспектах — руйнуванні фундаментальних "очевидностей" людського буття. Таке трактування додає дослідженню особливої теоретичної глибини та виокремлює його серед інших праць у цій галузі. Стратегії емпіричного дослідження, що були застосовані авторкою дисертації доцільно сплановано, методично побудовано та коректно і ретельно виконано, що свідчить про оволодіння методологією наукової діяльності. Ми цілком підтримуємо логіку дослідниці у виокремленні рівнів функціонування особистості (соціально-

психологічного, ціннісно-смиислового та індивідуального). Чітка класифікація наслідків травми створює надійний теоретичний фундамент для подальшого емпіричного дослідження, що викликає нашу щире зацікавленість у результатах.

Обрані Наталією Улько теоретичні та емпіричні методи, а також методи психодіагностики та математичної статистики забезпечили надійність та валідність отриманих результатів. Загалом, процедура емпіричного дослідження дозволила дисертантці послідовно вирішити завдання, виявити наявні проблеми, застосувати надійний і валідний дизайн емпіричного дослідження та запропонувати стратегії досягнення мети дослідження.

Важливо підкреслити, що Улько Наталія Миколаївна проявила високий рівень теоретичної підготовки та вміння інтегрувати теоретичні знання з прикладними дослідженнями. Рівень оволодіння методологією наукової діяльності авторки дисертації можна оцінити як високі.

#### **Апробація результатів дисертації. Повнота викладу основних результатів дисертації у наукових публікаціях**

Основні результати дисертації знайшли належне висвітлення у 15-ти наукових публікаціях (12 з них одноосібні), а саме: 4 – у вітчизняних фахових виданнях з психології (3 одноосібні), 1 – у зарубіжному науковому виданні (WOS); 10 – у збірниках матеріалів конференцій та 3 практичних посібниках з надання психологічної допомоги.

Наукові публікації авторки повною мірою висвітлюють тематику і отримані результати дисертації. Основні положення і результати дослідження оприлюднено: на науково-практичних конференціях різного рівня, зокрема в рамках щорічної звітної-наукової конференції студентів, аспірантів та докторантів «Освіта і наука» (м. Київ, Україна, квітень 2017-2025 рр.); III та IV науково-практичної конференції з міжнародною участю «Методи і технології загальної і соціальної психології та психотерапії в умовах сучасного суспільства» (м. Київ, Україна, 10-11 травня 2018 р. та 21-22 травня 2020 р.); XII Міжнародна науково-практична конференція.

Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень: Національний Авіаційний Університет, Київ 15-16 квітня 2021 р.; у державних науково-дослідних проєктах: 2016 р. - співпраця з ГО «Ліга Соціальних Працівників України, участь в спільному проєкті «Впровадження підходу «кейс-менеджмент» у роботі з внутрішньо переміщеними особами в Луганській, Донецькій, Полтавській та Харківській областях», за фінансової підтримки Програми Розвитку ООН в Україні; протягом 2019 р. в рамках навчання за програмою «Надання комплексних реабілітаційних та інших послуг для осіб з інвалідністю в розрізі територіальних громад» для працівників місцевих структурних підрозділів з питань соціального захисту населення: розробила та провела короткостроковий семінар «Психологічна безпека спеціаліста, який працює в зоні ризику травматизації»; 25.05.2022. – Організатор «Програми Розвитку ООН “Прямуємо разом” (Канада)» за програмою розвитку ООН “Особливості соціально- психологічної допомоги особам, що знаходяться в кризових та екстрених ситуаціях в результаті військових дій”; участь у реалізації проєкту «Програма розвитку ООН (ПРООН) в Україні та фінансової підтримки Європейського Союзу, наданої в межах проєкту «EU4Recovery — Розширення можливостей громад в Україні» «Експертна підтримка місцевої влади в організації відповідних соціальних послуг та створенні ефективної системи соціальної адаптації вразливих груп дорослого населення, включаючи ВПО або осіб, які постраждали від війни», 2024 р.

Результати дисертаційного дослідження впроваджено в роботу державних, комунальних закладів, громадських і благодійних організацій, зокрема: Українського державного університету імені М. П. Драгоманова (довідка №324 від 18 листопада 2025р.); благодійного фонду «Елохім», м. Коростень, Житомирської обл. (довідка № 24/10-25 від 24 жовтня 2025 року); БО «Благодійний фонд «Християнська медична асоціація України», м. Львів (довідка № 161 від 27 жовтня 2025 року); в роботу Центрів соціально-психологічної реабілітації дітей та центрів соціальної підтримки дітей і сімей

Міністерства соціальної політики України м. Львів (довідка № 373/ 0 /14-19 від 01.03 2019 року).

**Структура та зміст дисертації, її самостійність, завершеність, відповідність вимогам щодо оформлення й обсягу**

У теоретичній частині роботи дисертанткою представлено логіку у виокремленні рівнів функціонування особистості (соціально-психологічного, ціннісно-сміслового та індивідуального). Чітка класифікація наслідків травми, наведена у першому розділі, створює надійний теоретичний фундамент для подальшого емпіричного дослідження, що викликає нашу щирі зацікавленість у результатах, викладених у наступних розділах.

Науковиця акцентує на специфіці травматизації в умовах сучасної війни в Україні і справедливо зазначає, що «колективна травма веде до руйнування соціальних структур», що є надзвичайно актуальним для розробки стратегій психологічної допомоги не лише комбатантам, а й цивільному населенню. Це свідчить про високу соціальну відповідальність та практичну спрямованість роботи. Вагомим є той факт, що дисертантка не обмежується констатацією деструктивних наслідків, а вводить у науковий дискурс концепт «посттравматичного зростання». Пропозиція розглядати травму як потенційну точку трансформації та віднайдення нових сенсів (за В. Франклом) є сильною стороною роботи, яка заслуговує на окрему підтримку.

У другому розділі дисертації Наталією Улько представлено емпіричний розділ дисертації, що характеризується точністю математико-статистичної обробки даних та глибиною психологічної інтерпретації. Ми констатуємо високу задоволеність якістю отриманих результатів, які не лише підтверджують гіпотезу дослідження, а й мають самостійну наукову цінність для сучасної психології травми.

Особливу увагу привертає розробка та апробація авторського опитувальника щодо виявлення чинників травматизації. Вдала інтеграція класичних методик (таких як шкала IES-R та опитувальник копінг-стратегій

Лазаруса) із психосемантичними методами дозволило авторці здійснити багатовимірний аналіз емоційного стану респондентів. Чіткий розподіл вибірки на групи (учасники бойових дій, цивільні особи, внутрішньо переміщені особи) дозволив дисертантці виявити специфічні особливості перебігу травми, що має критичне значення для подальшої індивідуалізації психокорекційного впливу. Такий підхід свідчить про високу методологічну культуру дослідниці. Виявлений дослідницею зв'язок між рівнем суб'єктивного контролю та здатністю до адаптації дозволяє чітко спрогнозувати можливі труднощі у психокорекційній роботі та вчасно їх нівелювати. Особливо імponує те, як авторка за допомогою контент-аналізу та бесіди змогла виокремити домінуючі стани — від «емоційного оніміння» до «гіперзбудження». Варто підкреслити логічну послідовність дослідження: отримані результати щодо домінування неконструктивних копінг-стратегій (втеча-уникнення) стали прямим аргументом для включення відповідних технік у тренінгову програму, що спонукало дисертантку зосередитися на розвитку продуктивних стратегій подолання, а це робить роботу цілісною та завершеною.

У завершальному третьому розділі дисертації Наталія Миколаївна розробила та теоретично обґрунтувала інтегративну ресурсну модель: науковиці вдалося синтезувати когнітивний («Розум»), емоційний («Відчуття») та соматичний («Тіло») рівні в єдину систему допомоги. Такий мультимодальний підхід дозволяє охопити всю глибину травматичного досвіду, що робить запропоновану модель вагомим внеском у сучасну кризову психологію. Особливо хочеться відзначити високу соціальну релевантність комплексної тренінгової програми «Психокорекція емоційної травматизації дорослих». Ретельна структурованість кожного етапу тренінгу, чіткий розподіл на фази — від створення безпечного простору до адаптивного переосмислення травматичної ситуації — це свідчить про глибоке розуміння динаміки психотерапевтичного процесу. Використання технік контролю власних фантазій та стабілізації емоційного фону є

методично виправданим і демонструє високий професіоналізм дослідниці.

**Дотримання академічної доброчесності у дисертації та наукових публікаціях. Відсутність (наявність) академічного плагіату, фабрикації, фальсифікації**

Аналіз змісту рукопису дисертації свідчить про дотримання здобувачкою вимог академічної доброчесності у повному обсязі. Усі положення дисертації, які використовує Улько Наталія Миколаївна для обґрунтування і підтвердження концептуальних положень дослідження містять посилання на відповідні джерела. Фактів наявності текстових запозичень і порушень академічної доброчесності не виявлено.

**Дискусійні положення та зауваження до дисертації**

За загальної позитивної оцінки дисертації, вважаємо за необхідне висловити деякі зауваження та побажання, врахування автором яких дало б роботі більшої чіткості, послідовності та глибини.

1. Дисертантка широко використовує поняття «емоційна психотравма», «психотравматизація», «кризова ситуація», «внутрішні ресурси», «реабілітація», спираючись на різні наукові підходи (психодинамічний, ресурсний, кризовий). *На нашу думку, доцільно було б подати узагальнену авторську дефініцію ключових понять, що дозволило б посилити термінологічну узгодженість дослідження.*

2. У третьому розділі обґрунтовано актуальність надання психокорекційної допомоги дорослим, які пережили емоційну травматизацію в умовах воєнних подій, та представлено інтегративну ресурсингову модель психокорекції. *Бажано було б структуровано представити модель у вигляді узагальнюючої схеми або таблиці, що посилює її теоретичну прозорість та прикладну цінність.*

3. Дисертантка слушно підкреслює ідею спіралеподібного розвитку психіки та можливості трансформації емоційної травми у ресурс особистісного зростання. Разом з тим, цей концептуально важливий висновок потребує більш чіткого зв'язку з емпіричними результатами дослідження.

*Варто конкретизувати, які саме емпіричні показники (зміна копінг-стратегій, зниження інтенсивності емоцій, зростання готовності до змін) підтверджують можливість такого посттравматичного розвитку.*

4. Авторка переконливо показує, що «втрата себе колишнього», «втрата сенсу життя» та «втрата внутрішньої рівноваги» виступають ключовими чинниками емоційної травматизації. *Потребує додаткового пояснення подібна полісемантика зазначених категорій, зокрема шляхом співвіднесення їх з показниками Я-концепції (когнітивного, емоційного та поведінкового компонентів) або з результатами конкретних шкал, що підвищило б теоретичну й методологічну визначеність дослідження.*

#### **Загальний висновок про рівень набуття здобувачем теоретичних знань, відповідних умінь, навичок та компетентностей**

Проте наголошуємо, що висловлені вище зауваження та побажання не знижують загальної цінності проведеного дослідження, яке за своїм науковим рівнем, новизною у дослідженні проблеми, теоретичним і практичним значенням є прикладом успішного поєднання теоретичної та експериментальної науково-дослідної роботи, що заслуговує на високу оцінку.

#### **Загальна оцінка дисертації і наукових публікацій щодо їхнього наукового рівня з урахуванням дотримання академічної доброчесності та щодо відповідності вимогам**

Дисертація Улько Наталії Миколаївни є ґрунтовним науковим дослідженням, яке вирішує актуальну та комплексну проблему психокорекції емоційних травм у дорослих у контексті психологічної науки. Робота має чітко окреслену теоретико-методологічну основу, потужну емпіричну базу та практично значущі результати, що дозволяє забезпечити умови для їх цілеспрямованого провадження у сфері психологічної реабілітації, у професійній діяльності психологів, у вищій школі.

Наукові положення, винесені на захист, відзначаються новизною, аргументованістю та підтверджуються результатами масштабного

емпіричного дослідження. Розроблена дисертанткою інтегративна ресурсингова модель та комплексна тренінгова програма «Психокорекція емоційної травматизації дорослих», а також створений інструментарій для їх психодіагностики, мають безсумнівну практичну цінність.

Дисертація виконана на високому науковому рівні, є завершеною науковою працею, результати якої належно апробовані у публікаціях, включно з виданнями, що індексуються в міжнародних наукометричних базах.

**Загальний висновок.** Усе викладене вище, дає підстави для висновку про те, що дисертаційна робота Улько Наталії Миколаївни «Психокорекція емоційних травм у дорослих», є самостійним, цілісним та завершеним науковим дослідженням, у якому поставлена і на належному рівні розв'язана актуальна для вітчизняної психології проблема; відповідає вимогам «Про затвердження Порядку присудження ступеня доктора філософії та скасування рішення разової спеціалізованої вченої ради закладу вищої освіти, наукової установи про присудження ступеня доктора філософії», затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 12.01.2022 року № 44, які висуваються до дисертацій, а її авторка заслуговує на присудження наукового ступеня доктора філософії зі спеціальності 053 «Психологія».

#### **ОФІЦІЙНИЙ ОПОНЕНТ:**

доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри психології та педагогіки  
Хмельницького національного університету

**Таїсія КОМАР**

