https://doi.org/10.34142/23129387.2026.75.24
УДК 159.9
ORCID 0000-0003-2574-9985
ORCID 0000-0002-0360-6484

РОЗРОБКА ТА ПЕРВИННА ПСИХОМЕТРИЧНА АПРОБАЦІЯ ОПИТУВАЛЬНИКА «ШКАЛА ВНУТРІШНЬОГО КОМПЛАЄНСУ» (ШВК-25) У СИТУАЦІЯХ ПРИЙНЯТТЯ СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ РІШЕНЬ

С. Б. Кузікова [1ADE], ***С. О. Лукомська*** [2BCD]
1 Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка,
Завідувачка кафедри психології
E-mail: kuzikova_svetlana@ukr.net
2 Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України
старший науковий співробітник лабораторії методології і теорії психології
E-mail: svitluk@ukr.net

Актуальність проблеми. Сучасний суспільний контекст, зумовлений тривалою військовою агресією, вимушеним переміщенням, економічною нестабільністю та втратою визначеності майбутнього, ставить особистість перед необхідністю приймати надзвичайно складні, непопулярні або суб'єктивно болісні рішення. У таких екзистенційно критичних умовах (війна, тяжка хвороба, вимушена адаптація) людина дедалі частіше постає перед ситуаціями, де бажаного чи «ідеального» варіанта дій фактично немає: евакуюватися, залишивши рідний дім; погодитися на виснажливе лікування чи операцію; прийняти паліативну допомогу, що символізує незворотність стану; припинити терапію, яка втратила ефективність; змінити професію або прийняти важливі мобілізаційні рішення. За таких обставин ключова психологічна проблема полягає не стільки у виборі між рівноцінними альтернативами, скільки у досягненні внутрішньої згоди з рішенням, яке особистість не хотіла б приймати, але вважає об'єктивно необхідним.

Мета статті полягає у розробці та первинній психометричній апробації опитувальника «Шкала внутрішнього комплаєнсу» (ШВК-25) у ситуаціях прийняття складних життєвих рішень.

Результати. Усі 25 пунктів методики продемонстрували високу дискримінативність. Методика виявила високий рівень внутрішньої узгодженості як для загальної шкали, так і для окремих субшкал. Емпірично підтверджено відповідність факторної структури розробленої методики її теоретичній моделі. Доведено конвергентну валідність методики ШВК-25. Встановлено статистично значущі помірні позитивні кореляції загального показника внутрішнього комплаєнсу з наявністю сенсу в житті, психологічним благополуччям та загальною резильєнтністю.

Висновки. Доведено, що досягнення внутрішнього комплаєнсу супроводжується вірогідним зниженням рівня внутрішнього конфлікту та когнітивної тривоги. Помірний характер взаємозв'язків підтверджує відносну специфічність та самостійну діагностичну цінність нового конструкта.

Ключові слова: *комплаєнс, внутрішній комплаєнс, автономія, суб'єктність, толерантність до невизначеності, особистісний сенс, психологічна гнучкість, життєва криза.*

Development and initial psychometric validation of the "Internal Compliance Scale" (ICS-25) questionnaire in situations involving complex life decisions

Svitlana B. Kuzikova[1ADE], Svitlana O. Lukomska[2BCD]

1 Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko, Head of the Department of Psychology

E-mail: kuzikova_svetlana@ukr.net

2 Institute of Psychology named after H.S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine

senior researcher of the Laboratory of Methodology and Theory of Psychology

E-mail: svitluk@ukr.net

Relevance of the problem. The contemporary social context—shaped by prolonged military aggression, forced displacement, economic instability, and uncertainty about the future-compels individuals to make extremely difficult, unpopular, or personally painful decisions. In such existentially critical situations (war, severe illness, forced adaptation), people increasingly encounter scenarios where no desired or "ideal" course

of action exists: evacuating and leaving one's home; consenting to grueling treatment or surgery; accepting palliative care, which signifies the irreversibility of a condition; discontinuing therapy that is no longer effective; changing professions; or making critical decisions regarding mobilization. Under these circumstances, the core psychological challenge lies not so much in choosing between equivalent alternatives as in achieving internal acceptance of a decision that the individual would prefer not to make but deems objectively necessary.

The purpose of the article is to develop and initial psychometric validation of the "Internal Compliance Scale" (ICS-25) questionnaire in situations involving complex life decisions.

Results. All 25 items of the instrument demonstrated high discriminative power. The instrument exhibited a high level of internal consistency for both the overall scale and the individual subscales. The alignment of the developed instrument's factor structure with its theoretical model was empirically confirmed. Convergent validity of the ShVK-25 instrument was demonstrated. Statistically significant, moderate positive correlations were established between the overall internal compliance score and the presence of meaning in life, psychological well-being, and general resilience.

Conclusions. It has been demonstrated that achieving internal compliance is accompanied by a significant reduction in the level of internal conflict and cognitive anxiety. The moderate nature of these interrelationships confirms the relative specificity and independent diagnostic value of the new construct.

Keywords: *compliance, internal compliance, autonomy, subjectivity, tolerance to uncertainty, personal meaning, psychological flexibility, life crisis.*

Вступ. Сучасний суспільний контекст, зумовлений тривалою військовою агресією, вимушеним переміщенням, економічною нестабільністю та втратою визначеності майбутнього, ставить особистість перед необхідністю приймати надзвичайно складні, непопулярні або суб'єктивно болісні рішення. У таких екзистенційно критичних умовах (війна, тяжка хвороба, вимушена адаптація) людина дедалі частіше постає перед ситуаціями, де бажаного чи «ідеального» варіанта дій фактично немає: евакуюватися, залишивши рідний дім; погодитися на виснажливе лікування чи операцію; прийняти

паліативну допомогу, що символізує незворотність стану; припинити терапію, яка втратила ефективність; змінити професію або прийняти важливі мобілізаційні рішення. За таких обставин ключова психологічна проблема полягає не стільки у виборі між рівноцінними альтернативами, скільки у досягненні внутрішньої згоди з рішенням, яке особистість не хотіла б приймати, але вважає об'єктивно необхідним.

Мета статті полягає у розробці та первинній психометричній апробації опитувальника «Шкала внутрішнього комплаєнсу» (ШВК-25) у ситуаціях прийняття складних життєвих рішень

Аналіз досліджень. Категорія комплаєнсу посідає чільне місце серед концептів, покликаних пояснити механізми втілення особистістю обраних стратегій поведінки. Еволюційний шлях цієї категорії демонструє якісну трансформацію уявлень про індивіда – від трактування його як деіндивідуалізованого виконавця зовнішніх вказівок до визнання за ним повноцінної агентності й суб'єктності. Саме ця концептуальна трансформація створює підґрунтя для введення у науковий обіг поняття внутрішнього комплаєнсу (Horne, 2006).

Специфіка даного конструкта полягає в тому, що він фокусується на ситуаціях «вибору за відсутності бажаного вибору». Якщо класичні психологічні моделі прийняття рішень аналізують дилеми між відносно еквівалентними або однаково привабливими альтернативами, то внутрішній комплаєнс спрямований на осмислення процесу внутрішньої легітимізації складного, суб'єктивно небажаного, проте об'єктивно необхідного кроку (Kim, 2026).

У цьому контексті важливо розмежовувати ситуації внутрішнього комплаєнсу та феномен перевантаження вибором (choice overload / paradox of choice) (Schwartz, 2004). Дослідження в галузі когнітивної психології та поведінкової економіки засвідчують, що за умов гіпервибору (надлишку варіантів) суб'єкт переживає інтенсивне когнітивно-емоційне навантаження. Коли витрати на оцінку альтернатив перевищують очікувану цінність результату, виникає когнітивне

виснаження, яке змушує людину вдаватися до захисних евристик: обирати «варіант за замовчуванням» або взагалі уникати прийняття рішення. Наслідком цього є пост-вибіркова фрустрація та жаль за необраними можливостями (Waisman, Derksen, 2026).

Натомість внутрішній комплаєнс описує фундаментально інший детермінаційний контекст: тут когнітивне навантаження спричинене не надлишком варіантів, а вимушеністю та високою ціною самого вибору в умовах кризи, загрози чи невизначеності. Формування внутрішньої згоди зі складним, вимушеним рішенням є результатом інтеграції цілої системи внутрішніх психологічних ресурсів особистості. Ключовими передумовами цього процесу виступають автономія, суб'єктність, толерантність до невизначеності та особистісний сенс.

Автономія як переживання авторства власних дій. Відповідно до теорії самодетермінації (Ryan, Deci, 2006), автономія є базовою психологічною потребою і полягає у сприйнятті себе джерелом власної поведінки (внутрішній локус причинності). Аналізуючи континуум мотиваційної регуляції – від зовнішньої (через примус і покарання) та інтроектованої (через сором і провину) до ідентифікованої та інтегрованої, – автори пояснюють механізм трансформації від позиції «мене змушують» до усвідомлення «це мій вибір». За умов інтегрованої регуляції прийняте рішення узгоджується з цінностями особистості та не суперечить її образу Я. У контексті внутрішнього комплаєнсу автономія є необхідною передумовою тому, що людина не здатна досягти щирої внутрішньої згоди, якщо почувається лише пасивним виконавцем чужої волі. Наприклад, особа в умовах воєнної загрози здійснює евакуацію не з почуття безпорадності, а тому, що після внутрішнього аналізу погоджується: наразі це найкращий і найбільш обґрунтований крок для збереження життя.

Суб'єктність як здатність до активної реалізації рішення. Якщо автономія відповідає за відчуття свободи вибору, то суб'єктність: agency, A. Bandura (1999); self-authorship, M. Baxter

Magolda (2008) визначає здатність особистості бути активним діячем: самостійно оцінювати ситуацію, ставити цілі, реалізовувати прийняті рішення та нести відповідальність за їхні наслідки. Концепція self-authorship охоплює когнітивний (самостійність оцінок), внутрішньоособистісний (цілісна система цінностей та ідентичність) і міжособистісний (здатність спиратися на підтримку, не перекладаючи відповідальності) виміри. Внутрішня узгодженість рішення з власною ідентичністю дозволяє людині діяти відповідно до своїх переконань навіть за умов зовнішнього тиску. Водночас, якщо суб'єктність є стійкою характеристикою розвитку особистості, то внутрішній комплаєнс – це актуалізований стан і/або процес досягнення згоди у конкретній кризовій ситуації.

Толерантність до невизначеності у сучасних дослідженнях розглядається не як окрема особистісна риса, а як система взаємопов'язаних психологічних ресурсів, до яких належать базові переконання, цінності, життєві цілі, самоефективність, надія, оптимізм, когерентність, когнітивна гнучкість, життєстійкість, соціальна підтримка та копінг-стратегії. Ці ресурси допомагають людині витримувати невизначеність, підтримувати психологічне функціонування та адаптуватися до мінливих життєвих обставин. Водночас вони не дають відповіді на питання: «Що відбувається з цими ресурсами, коли особистість має прийняти конкретне складне, небажане, але суб'єктивно обґрунтоване рішення?» Подібно до сучасних концепцій психологічної адаптації, дослідження толерантності до невизначеності переважно описують функціонування людини в умовах невизначеності або після настання життєвих змін, а не психологічний процес, який передує переходу до нової життєвої ситуації. Особистість може демонструвати високий рівень толерантності до невизначеності, бути психологічно гнучкою, відкритою до нового досвіду та мужньою, однак тривалий час не погоджуватися внутрішньо на ампутацію, паліативну седацію, евакуацію, припинення агресивного лікування чи інше екзистенційно значуще рішення (Danyliuk, Serdiuk, 2023). З іншого боку, саме внутрішній комплаєнс можна розглядати як

психологічний механізм, що інтегрує особистісні ресурси та перетворює здатність жити в умовах невизначеності на готовність прийняти й реалізувати складне, небажане, але суб'єктивно обґрунтоване рішення.

Ще одним важливим феноменом, пов'язаним із внутрішнім комплаєнсом, є екзистенційне прийняття. Воно спрямоване на інтеграцію в особистісний досвід незмінної реальності – смерті, невиліковної хвороби, війни, втрати чи інших обставин, які людина не може змінити (Christensen, Vincent, 2025). Натомість внутрішній комплаєнс стосується не прийняття самої ситуації, а досягнення внутрішньої згоди щодо необхідності конкретного рішення в цій ситуації. Якщо екзистенційне прийняття відповідає на питання «Як мені жити з цією реальністю?», то внутрішній комплаєнс – на питання «Чи можу я внутрішньо погодитися саме на це рішення?». Відповідно, особистісний сенс у випадку внутрішнього комплаєнсу пов'язаний не лише з прийняттям життєвих обставин, а й з обґрунтуванням власного вибору та готовністю взяти відповідальність за його наслідки.

Внутрішній комплаєнс формується у динамічній взаємодії трьох психологічних вимірів. Емоційно-регуляторний – забезпечує інтеграцію інтенсивних афективних переживань («Мені боляче залишати свій дім, я відчуваю провину перед сусідами й страх невідомості, але ці почуття більше не паралізують мене»). Когнітивно-оцінювальний – охоплює усвідомлення необхідності рішення, його раціональне обґрунтування, подолання когнітивного дисонансу та залучення адаптивних копінг-стратегій («Я розумію, що залишатися небезпечно»). Екзистенційно-смисловий – відображає узгодження рішення із системою особистісних цінностей, життєвих смислів та відповідальністю за наслідки(«Я приймаю, що турбота про життя моєї сім'ї відповідає моїм фундаментальним цінностям»).

Теоретичне обґрунтування моделі внутрішнього комплаєнсу та його психологічних передумов актуалізує завдання його психодіагностичної операціоналізації. Оскільки

внутрішній комплаєнс є новим психологічним конструктом, у сучасній психодіагностиці відсутні спеціалізовані методики, призначені для його безпосередньої діагностики. Усе це зумовлює необхідність розробки та психометричної апробації авторського психодіагностичного інструментарію

Виклад основного матеріалу дослідження. На основі розробленої концептуальної моделі нами було сконструйовано тестову версію опитувальника «Шкала внутрішнього комплаєнсу» (ШВК-25). Нинішній етап дослідження присвячено первинній (пілотній) психометричній апробації методики: теоретичному визначенню конструкта та його структурних компонентів; розробленню й експертному оцінюванню змістової відповідності пунктів; емпіричному дослідженню попередньої факторної структури та внутрішньої узгодженості опитувальника; перевірці конвергентної валідності. На основі розробленої теоретичної моделі внутрішнього комплаєнсу було сформовано первинний пул з 35 тверджень, які відображали емоційно-регуляторний, когнітивний та екзистенційно-смисловий виміри прийняття складного рішення.

Для оцінки змістової валідності було залучено групу з 8 експертів (доктори та кандидати психологічних наук, фахівці у галузі кризової та медичної психології). Експерти оцінювали відповідність кожного пункту вимірюваному конструкту за 4-бальною шкалою. За результатами розрахунку індексу змістової валідності (CVI) пункти з показником I-CVI < 0,875 були вилучені або відредаговані. У результаті було сформовано тестову версію опитувальника ШВК-25, що містить 25 тверджень.

Для перевірки конвергентної валідності ШВК-25 було використано психодіагностичні інструменти, що вимірюють психологічні характеристики, теоретично пов'язані з внутрішнім комплаєнсом: Опитувальник сенсу в житті (MLQ, M. Steger) – для оцінювання смислової складової; Шкалу психологічного благополуччя К. Ріфф**,** зокрема субшкали «Автономія» та «Самоприйняття»; Шкалу резильєнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC) **–** для оцінювання здатності підтримувати адаптивне

функціонування в умовах життєвих випробувань і невизначеності.

Пілотна апробація методики проводилася на вибірці з N = 78 осіб віком від 18 до 65 років, серед яких 42 (53,85%) жінки та 36 (46,15%) чоловіків. Учасники на момент дослідження перебували у ситуації прийняття або реалізації складного життєвого рішення, яке характеризувалося суб'єктивною небажаністю, значущими психологічними витратами та водночас сприймалося особою як необхідне, обґрунтоване або таке, що не має прийнятної альтернативи. До вибірки увійшли, зокрема, внутрішньо переміщені особи, пацієнти перед складним медичним лікуванням та особи, які були змушені змінити професійну діяльність унаслідок воєнного стану.

Для оцінки психометричної якості тверджень було проведено аналіз їхньої дискримінативності (кореляція кожного пункту з підсумковим балом шкали). Усі 25 пунктів продемонстрували задовільну дискримінативність ($r > 0{,}373$).

Оцінювання внутрішньої узгодженості ШВК-25 здійснювалося за допомогою коефіцієнтів α Кронбаха та ω Макдональда. Для загальної шкали отримано $\alpha = 0{,}884$ та $\omega = 0{,}809$, що вказує на добру внутрішню узгодженість пунктів. Для субшкал отримано такі значення α: ВОКА (Внутрішній опір та когнітивна амбівалентність) – 0,826; ЕРІТН **(**Емоційно-регулятивна інтеграція**) –** 0,793; ЦССС (Ціннісно-смислова самодетермінація) – 0,892, що свідчить про прийнятну або високу внутрішню узгодженість відповідних шкал

Для перевірки відповідності емпіричної структури методики теоретичній трикомпонентній моделі було проведено пошуковий факторний аналіз (EFA; метод головних компонент, обертання Promax із нормалізацією Кайзера). Адекватність вибірки підтверджено тестом Кайзера-Майера-Олкіна (KMO = 0,862), а критерій сферичності Барглетта виявився статистично значущим ($\chi^2 = 1423{,}3$, $p < 0{,}001$). В результаті аналізу було виділено три фактори з власними значеннями 8,21; 4,37 та 2,02, які сумарно пояснювали 58,4% дисперсії, що узгоджується з попередньо сформульованою трикомпонентною теоретичною

моделлю внутрішнього комплаєнсу. Розподіл факторних навантажень пунктів методики наведено в Табл. 1.

Таблиця 1

Факторна матриця та факторні навантаження пунктів опитувальника ШВК-25 (N = 78)

№	Скорочений зміст твердження	Фактор 1 (ЦССС)	Фактор 2 (ЕРІТН)	Фактор 3 (ВОКА)
1	Погоджуючись, шукаю можливість відкласти виконання (обернений)	-0,145	-0,216	**0,739**
2	Чітко усвідомлюю, заради чого приймаю рішення	**0,785**	0,122	-0,131
3	Рішення належить саме мені	**0,749**	0,215	-0,186
4	Думка про реалізацію викликає сильний опір (обернений)	-0,223	-0,268	**0,793**
5	Приймаю той факт, що не можу все контролювати	0,218	**0,635**	-0,211
6	Це мій власний вибір, а не просто покора	**0,714**	0,185	-0,122
7	Постійно повертаюся до сумнівів щодо вибору (обернений)	-0,181	-0,331	**0,664**
8	Рішення узгоджується з життєвими цінностями	**0,694**	0,225	-0,105
9	Здатний/а діяти без 100% гарантій успіху	0,293	**0,715**	-0,247
10	Відчуваю себе лише пасивним виконавцем (обернений)	-0,325	-0,191	**0,713**
11	Витримую негативні емоції, не відмовляючись	0,331	**0,688**	-0,253
12	Рішення має важливий особистісний сенс	**0,815**	0,154	-0,083
13	Постійно саботую реалізацію цього рішення (обернений)	-0,114	-0,201	**0,804**
14	Беру на себе повну відповідальність за наслідки	**0,683**	0,315	-0,142
15	Невизначеність майбутнього паралізує мене (обернений)	-0,123	**-0,626**	0,317
16	Внутрішньо змирився/лася, що це єдиний вихід	0,304	**0,597**	-0,187
17	Виникає відчуття провини чи самообвинувачення (обернений)	-0,092	-0,153	**0,584**

18	Допомагає зберегти те, що є найціннішим	**0,728**	0,209	-0,054
19	Складно приймати рішення через брак інформації (обернений)	-0,154	**-0,644**	0,281
20	Відчуваю внутрішню згоду діяти	0,386	**0,629**	-0,305
21	Відчуваю, що втратив/ла контроль над життям (обернений)	-0,217	-0,337	**0,646**
22	Інтегроване в бачення власного майбутнього	**0,665**	0,283	-0,192
23	Відчуваю розрив між діями та переконаннями (обернений)	-0,258	-0,228	**0,759**
24	Маю достатньо ресурсів довести до кінця	0,251	**0,706**	-0,154
25	Результат власної суб'єктної позиції	**0,753**	0,224	-0,169

Отримана факторна структура загалом узгоджується з теоретичною моделлю внутрішнього комплаєнсу. Перший фактор – ціннісно-смислова самодетермінація та суб'єктність (ЦССС) – об'єднав 9 пунктів (2, 3, 6, 8, 12, 14, 18, 22, 25) із факторними навантаженнями від 0,665 до 0,815. Зміст пунктів відображає усвідомлення особистісного сенсу рішення, його узгодженість із цінностями, суб'єктність вибору, прийняття відповідальності за наслідки та інтеграцію рішення у власне бачення майбутнього. Другий фактор – емоційно-регулятивна інтеграція (ЕРІТН) – включив 8 пунктів (5, 9, 11, 15, 16, 19, 20, 24) із факторними навантаженнями від 0,597 до 0,715 за модулем. Зміст пунктів характеризує здатність діяти в умовах невизначеності та неповного контролю, витримувати негативні емоційні переживання, зберігати здатність до дії за відсутності гарантій, а також підтримувати внутрішню готовність до реалізації рішення. Третій фактор – внутрішній опір та когнітивна амбівалентність (ВОКА) – об'єднав 8 пунктів (1, 4, 7, 10, 13, 17, 21, 23), переважно сформульованих у зворотній формі, із факторними навантаженнями від 0,584 до 0,804. Пункти цього фактора відображають відкладання або саботування реалізації рішення, повторні сумніви, переживання втрати контролю, позицію пасивного виконавця та розрив між

діями й особистими переконаннями. Таким чином, ВОКА може розглядатися як негативний полюс внутрішньої згоди з рішенням, що відображає збереження внутрішнього опору та неузгодженості між прийнятим рішенням і готовністю до його реалізації.

Загалом отриманий розподіл пунктів за трьома факторами відповідає попередньо сформульованій теоретичній моделі внутрішнього комплаєнсу та дає підстави розглядати ЦССС, ЕРІТН і ВОКА як взаємопов'язані компоненти досліджуваного конструкта. Водночас з огляду на пілотний характер дослідження та обсяг вибірки отриману факторну структуру доцільно трактувати як попередню, таку, що потребує подальшої перевірки на більшій і незалежній вибірці.

Для перевірки конвергентної валідності було проаналізовано взаємозв'язки показників ШВК-25 із теоретично спорідненими психологічними характеристиками. Встановлено статистично значущі позитивні кореляції показників внутрішнього комплаєнсу з наявністю сенсу в житті ($r = 0{,}515$), загальним рівнем резильєнтності ($r = 0{,}442$) та психологічним благополуччям ($r = 0{,}478$). Водночас вищий рівень внутрішнього комплаєнсу пов'язаний зі зниженням показників внутрішнього конфлікту та когнітивної тривоги ($r = -0{,}527$).

Отримані взаємозв'язки відповідають теоретичним положенням щодо внутрішнього комплаєнсу як процесу досягнення внутрішньої узгодженості з рішенням, що передбачає його смислову інтеграцію, збереження суб'єктної позиції та здатності діяти в умовах невизначеності й емоційного напруження. Водночас помірна, а не надмірно висока сила кореляцій із суміжними характеристиками може розглядатися як аргумент на користь відносної специфічності досліджуваного конструкта.

Висновки. Отже, результати первинної апробації підтримують теоретичну обґрунтованість і попередню психометричну придатність ШВК-25 для дослідження внутрішньої згоди з суб'єктивно небажаними, але визнаними необхідними рішеннями. Водночас отримані результати мають

характер первинної психометричної апробації та не можуть розглядатися як остаточне підтвердження факторної структури конструкта. Перспективним напрямом подальших досліджень є перевірка структури ШВК-25 на більшій та незалежній вибірці, проведення підтверджувального факторного аналізу, поглиблена перевірка конвергентної та дискримінантної валідності, а також дослідження стабільності показників у динаміці. Окремого вивчення потребує співвідношення внутрішнього комплаєнсу з конфліктом під час прийняття рішення, прийняттям медичних втручань, автономією та готовністю до реалізації складних рішень у різних кризових контекстах.

Література

Bandura, A. (1999). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Asian Journal of Social Psychology*, *2*(1), 21–41. https://doi.org/10.1111/1467-839X.00024

Christensen, R., & Vincent, A. (2025). Understanding acceptance in existential–humanistic psychotherapy. *The evidence-based foundations of existential-humanistic therapy*, 253-266. https://doi.org/10.1037/0000446-011

Danyliuk, I. V., & Serdiuk, O. A. (2023). Psychological factors of personal tolerance to uncertainty. *Ukrainian Psychological Journal, 1*(19), 46–59. https://doi.org/10.17721/upj.2023.1(19).3

Horne, R. (2006). Compliance, adherence, and concordance: Implications for asthma treatment. *Chest*, *130*(1), 65–72. https://doi.org/10.1378/chest.130.1_suppl.65S

Kim, A. (2026). The beauty of chaos: Positive impact of disorderly product assortments on consumer choice. *Asia Pacific Journal of Marketing and Logistics*, 1-17. https://doi.org/10.1108/APJML-02-2026-0456

Magolda, M. B. B. (2008). Three elements of self-authorship. *Journal of College Student Development*, *49*(4), 269–284. https://doi.org/10.1353/csd.0.0016

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2006). Self-regulation and the problem of human autonomy: Does psychology need choice, self-determination, and will? *Journal of Personality*, *74*(6), 1557–1586. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00420.x

Schäfer, S. K., Supke, M., Kausmann, C., Schaubruch, L. M., Lieb, K., & Cohrdes, C. (2024). A systematic review of individual, social, and societal resilience factors in response to societal challenges and crises.

Communications Psychology, *2*(1), 92. https://doi.org/10.1038/s44271-024-00138-w

Schwartz, B., & Ward, A. (2004). Doing better but feeling worse: The paradox of choice. *Positive psychology in practice*, *86*, 104. https://doi.org/10.1002/9780470939338.ch6

Waisman, R. M., Derksen, T., & Häubl, G. (2026). How default choice architecture impacts downstream behavior: A taxonomy, theoretical framework, and research agenda. *Consumer Psychology Review*, *9*(1), 31-50. https://doi.org/10.1002/arcp.70007

Отримано: 23 09 2026 року
Прорецензовано: 12 10 2026 року
Прийнято до друку: 15 10 2026 року