

УДК 159.923:316.77:004.85

**Грись Антоніна Михайлівна,**

доктор психологічних наук, професор,

головний науковий співробітник

лабораторії психології соціально дезадаптованої особистості

Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України,

м. Київ, Україна

ORCID: 0000-0002-0153-2303

**Antonina Hrys**

Doctor of Psychological Sciences, Professor,

Chief Research Fellow

of the Laboratory of Psychology of the Socially Maladjusted Personality,

G. S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine,

Kyiv, Ukraine

ORCID: 0000-0002-0153-2303

**Павлюк Марія Михайлівна,**

доктор психологічних наук, професор,

завідуюча

лабораторією психології соціально дезадаптованої особистості

Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України

м. Київ, Україна

ORCID: 0000-0002-0822-8128

**Pavliuk Mariia**

Head of the Laboratory of Psychology of the Socially Maladjusted Personality

G. S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine,



Kyiv, Ukraine

ORCID: 0000-0002-0822-8128

[https://doi.org/10.60022/4\(s\)-8-GF](https://doi.org/10.60022/4(s)-8-GF)

**ДІАЛОГІЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОГО  
БЛАГОПОЛУЧЧЯ ДОРΟΣЛИХ У СКЛАДНИХ МАТЕРІАЛЬНИХ  
ОБСТАВИНАХ: РОЗВ'ЯЗАННЯ ЖИТТЄВИХ ЗАДАЧ ЗА ДОПОМОГОЮ  
ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ**

**DIALOGIC COMPETENCE AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL  
WELL-BEING OF ADULTS IN DIFFICULT MATERIAL CIRCUMSTANCES:  
SOLVING LIFE TASKS WITH THE HELP OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE**

***Анотація.** Статтю присвячено теоретичному аналізу діалогічної компетентності як чинника психологічного благополуччя дорослих у складних матеріальних обставинах в умовах воєнного часу. Обґрунтовано, що матеріальна скрута є потужним стресором, який через механізм фінансової тривоги руйнує суб'єктивне благополуччя, звужує горизонт планування і блокує здатність до розв'язання актуальних задач. Розкрито поняття діалогічної компетентності як системної характеристики особистості, що охоплює здатність підтримувати внутрішній і зовнішній діалог у такий спосіб, що результатом є смислотворення, відновлення агентності і конструктивне розв'язання задач. Виокремлено специфіку складних матеріальних обставин воєнного часу як особливого типу психологічної ситуації: поєднання фінансового стресу із загальноекзистенційною невизначеністю породжує специфічний ефект «подвійного тиску», що суттєво обмежує психологічні ресурси особистості. Проаналізовано функції діалогічної компетентності у подоланні матеріальної скрути: когнітивно-реструктуруючу, емоційно-регулюючу, ресурсно-мобілізуючу і перспективну. Обґрунтовано потенціал*

штучного інтелекту (ШІ) як інструменту підтримки діалогічної компетентності у вирішенні матеріальних задач: ШІ-агенти здатні виконувати функції фінансового наставництва, емоційної підтримки і структурування задач одночасно. Описано чотири типи діалогічних стратегій взаємодії зі ШІ у контексті матеріальних задач і представлено їх порівняльну характеристику. Окреслено обмеження і умови ефективного використання ШІ.

**Ключові слова:** діалогічна компетентність, складні матеріальні обставини, психологічне благополуччя, дорослі, штучний інтелект, життєва задача, війна.

**Abstract.** *The article presents a theoretical analysis of dialogic competence as a factor of psychological well-being of adults in difficult material circumstances under wartime conditions. It is substantiated that material hardship is a powerful stressor that, through the mechanism of financial anxiety, undermines subjective well-being, narrows the planning horizon, and blocks the capacity to solve relevant life tasks. The concept of dialogic competence is defined as a systemic characteristic of the individual that encompasses the capacity to maintain internal and external dialogue in such a way that the outcome is meaning-making, restoration of agency, and constructive problem-solving. The specificity of difficult material circumstances under wartime conditions is identified as a particular type of psychological situation: the combination of financial stress with general existential uncertainty produces a specific "double pressure" effect that substantially limits the individual's psychological resources. Four functions of dialogic competence in overcoming material hardship are analyzed: cognitive-restructuring, emotional-regulatory, resource-mobilizing, and prospective. The potential of artificial intelligence (AI) as a tool for supporting dialogic competence in solving material tasks is substantiated: AI agents are capable of simultaneously fulfilling the functions of financial mentoring, emotional support, and task structuring. Four types of dialogic strategies in AI interaction in the context of material tasks are described and their comparative characteristics are presented. The limitations and conditions for the effective use of AI in this context are outlined. The theoretical implications for the development of AI-assisted*

*support programmes for adults facing material hardship in the context of wartime Ukraine are discussed.*

**Keywords:** *dialogic competence, difficult material circumstances, psychological well-being, adults, artificial intelligence, life task, war.*

**Постановка проблеми.** Повномасштабна збройна агресія росії проти України суттєво погіршила матеріальне становище мільйонів дорослих, адже втрата роботи, руйнування майна, змушене переміщення, втрата доходів і загострення заборгованостей стали масовим явищем. Складні матеріальні обставини є потужним психологічним стресором: систематичний огляд досліджень підтверджує стійкий позитивний зв'язок між фінансовим стресом і симптомами депресії в дорослих [2], а фінансові тривоги є значущим предиктором психологічного дистресу незалежно від статі, рівня освіти й соціального статусу [10]. В умовах воєнного часу зазначена проблема набуває особливої гостроти, адже матеріальна скрута нашаровується на загальноекзистенційну невизначеність, породжуючи специфічний ефект «подвійного тиску», що суттєво обмежує психологічні ресурси особистості [1].

Традиційні засоби вирішення матеріальних задач (фінансове консультування, соціальна підтримка) в умовах воєнного часу часто є недоступними або недостатніми. Водночас стрімкий розвиток технологій штучного інтелекту (ШІ) відкриває нові можливості: конвєрсаційні агенти на основі ШІ здатні підтримувати процес розв'язання як практичних фінансових задач, так і психологічних задач регуляції пов'язаного з ними стресу [4]. Питання про те, яка психологічна компетентність особистості визначає ефективність цієї взаємодії, залишається практично недослідженим. У контексті вищезазначеного, ми пропонуємо розглянути діалогічну компетентність як ключовий психологічний чинник, що опосередковує зв'язок між матеріальними труднощами, взаємодією зі ШІ і психологічним благополуччям.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідження зв'язку між матеріальними обставинами і психологічним благополуччям формує важливий контекст для даної роботи. Мета-аналіз 40 обсерваційних досліджень, проведений N. Guan та співавторами (2022), показав, що фінансовий стрес є значущим економічним детермінантом депресії в дорослих, причому зв'язок між ними особливо виражений серед людей з низьким доходом і матеріальною вразливістю [2]. Дослідження S. Ryu і L. Fan (2023) виявило, що фінансові тривоги є потужним предиктором психологічного дистресу, причому ефект посилюється в умовах соціальної ізоляції (безробіття, проживання без партнера) [10].

Для розуміння того, яким чином особистість може зберігати психологічне благополуччя у складних матеріальних обставинах, принципово важливою є теорія діалогічного «Я» Г. Германса. Дослідження П. Олесь і Т. Брінтопт (2020) показали, що внутрішній діалог виконує широкий спектр функцій, зокрема самоуправління, соціальну рефлексію і самопідсилення, що є особливо значущим у ситуаціях хронічного стресу [6]. А. де Рой (2023) показав, що внутрішній діалог і творчий потенціал є взаємозалежними у ситуаціях невизначеності: здатність до діалогічного мислення розширює простір можливих рішень у кризових ситуаціях [13].

Темпоральний вимір матеріальної скрути розглядається через призму концепції П. Рікера: фінансовий стрес «стискає» суб'єктивний часовий горизонт, концентруючи людину у проблематичному теперішньому і унеможливаючи конструктивне перспективне планування [5]. Наративна когерентність, досліджена Л. Вандер Поел і Д. Германсом, є захисним чинником щодо симптоматичних реакцій на стрес [8] і безпосередньо підтримується якістю внутрішнього і зовнішнього діалогу особистості.

В українській психологічній науці концепція дискурсивних технологій самопроекування Н. Чепелевої і С. Рудницької надає теоретичний інструментарій для розуміння діалогу як механізму конструювання власного шляху в умовах складних обставин [7]. Нарративне конструювання досвіду особистості, у тому числі досвіду матеріальних труднощів, є процесом смислової інтеграції, через який

суб'єкт відновлює відчуття власної суб'єктності і здатності до дії [3]. Структурні виміри наративної ідентичності – мотиваційний, рефлексивний і проспективний – безпосередньо пов'язані з психологічним благополуччям [11].

Щодо ШІ у підтримці благополуччя: мета-аналіз Li et al. (2023) показав значущу ефективність ШІ-агентів у зниженні симптомів депресії і дистресу [4], а дослідження Yang et al. (2024) виявило, що довіра і відчуття персоналізованого зв'язку є ключовими предикторами залученості до ШІ-чатботів [9]. Дослідження в Україні, проведене Но et al. (2024) у рамках міжнародної REACH-програми, підтвердило ефективність самоскерованих психологічних практик навіть в умовах активного конфлікту [12]. Наративна когерентність, яку підтримує і зовнішній діалог зі ШІ, є при цьому ключовою умовою психологічної стійкості у складних обставинах [8; 11].

**Мета статті** – здійснити теоретичний аналіз діалогічної компетентності як чинника психологічного благополуччя дорослих у складних матеріальних обставинах і обґрунтувати потенціал ШІ як інструменту підтримки цієї компетентності у контексті розв'язання життєвих задач.

Відповідно до мети визначено такі **завдання**: (1) описати психологічну специфіку складних матеріальних обставин воєнного часу; (2) концептуалізувати діалогічну компетентність як ресурс у цьому контексті; (3) виокремити функції діалогічної компетентності у подоланні матеріальної скрути; (4) обґрунтувати функції ШІ у підтримці діалогічної компетентності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Складні матеріальні обставини в умовах повномасштабної збройної агресії є якісно відмінними від матеріальних труднощів мирного часу. По-перше, вони є переважно раптовими і непередбачуваними: людина не встигає адаптуватись когнітивно і емоційно до нового матеріального статусу [1]. По-друге, вони є поліваріантними: поєднуються різні форми матеріальної скрути (втрата роботи, позбавлення майна, вимушений переїзд, заборгованість), що не допускають єдиного рішення. По-третє, вони є контекстуально нестабільними: загальна невизначеність воєнного часу

унеможливиює довгострокове планування і отже будь-яке «рішення» матеріальної задачі має залишатись гнучким і переглядуваним.

Психологічні наслідки матеріальної скрути в умовах воєнного часу охоплюють кілька рівнів. Когнітивний рівень: фінансовий стрес звужує «когнітивну смугу пропускання» – здатність утримувати в полі уваги різноманітні аспекти ситуації і розглядати альтернативи. Людина в умовах матеріальної скрути схильна до тунельного мислення: концентрація на безпосередній матеріальній загрозі витісняє ширшу рефлексію [2; 10]. Афективний рівень: хронічна фінансова тривога є стійким предиктором депресивних симптомів і загального психологічного дистресу [2]. Часовий рівень: матеріальна скрута «замикає» суб'єкта у проблематичному теперішньому, руйнуючи темпоральну неперервність особистісного наративу [5]. Соціальний рівень: матеріальні труднощі пов'язані з соціальним виключенням і стигматизацією, що блокує звернення по підтримку [10].

У цьому контексті діалогічна компетентність є ключовим чинником, що визначає спроможність особистості підтримувати психологічне благополуччя і розв'язувати матеріальні задачі. Ми визначаємо діалогічну компетентність як системну характеристику особистості, що охоплює здатність вести продуктивний внутрішній і зовнішній діалог, результатом якого є смислотворення, відновлення суб'єктності і конструктивне вирішення задач [6; 7]. На відміну від комунікативних навичок, що описують поведінкові аспекти спілкування, діалогічна компетентність охоплює глибший психологічний вимір: здатність перебувати у «справжньому діалозі» – зустрічі з власним досвідом і досвідом Іншого, що породжує нові смисли [5].

У контексті матеріальних труднощів діалогічна компетентність виконує чотири ключові функції.

*Когнітивно-реструктуруюча функція* полягає у здатності через діалог переосмислювати фінансову ситуацію: бачити альтернативи там, де тунельне мислення «бачить» лише одну катастрофічну перспективу. Внутрішній діалог між

різними «Я-позиціями» (позиція паніки, позиція аналізу, позиція турботи) дозволяє розширити когнітивний простір і виявити нові можливості [6; 13].

*Емоційно-регулююча функція* пов'язана зі здатністю вербалізувати і тим самим опрацьовувати фінансову тривогу через мовне оформлення досвіду. Психолінгвістичні дослідження свідчать, що вербалізація стресового досвіду знижує його суб'єктивну інтенсивність і сприяє кращій емоційній регуляції [7]. У цьому сенсі діалог про матеріальні труднощі є не лише когнітивним, але й терапевтичним актом.

*Ресурсно-мобілізуюча функція* полягає у здатності через діалог активувати власні ресурси і виявляти зовнішні ресурси підтримки, які за умов матеріального стресу і тунельного мислення залишаються «невидимими». Дослідження показують, що особи з вищим рівнем нарративної когерентності демонструють вищу здатність до мобілізації ресурсів у складних обставинах [8; 11].

*Проспективна функція* є найбільш безпосередньо пов'язаною з розв'язанням задач: діалогічна компетентність дозволяє відновити темпоральний горизонт планування, зруйнований фінансовою тривоگو. Це відповідає рікерівській концепції нарративної ідентичності як темпорального синтезу: через діалог суб'єкт може знову поєднати пережите і уявлюване – включаючи реалістичний образ фінансово стабільного майбутнього [5].

Штучний інтелект є перспективним інструментом підтримки діалогічної компетентності у вирішенні матеріальних задач завдяки своїй доступності, анонімності і здатності поєднувати функції практичної допомоги і психологічної підтримки. На матеріалі теоретичного аналізу ми виокремлюємо чотири типи діалогічних стратегій взаємодії зі ШІ у контексті матеріальних задач.

*Аналітично-структуруюча стратегія* передбачає використання ШІ для системного аналізу власної фінансової ситуації: опис доходів і витрат, виявлення пріоритетних статей, окреслення можливих сценаріїв. ШІ тут є «дзеркалом», що відображає фінансову реальність у структурованій формі і тим самим підтримує когнітивно-реструктуруючу функцію діалогічної компетентності [4; 9].

*Емоційно-підтримуюча стратегія* полягає у використанні ШІ для вербалізації і опрацювання фінансових тривог, особливо у ситуаціях, коли особа не хоче або не може обговорювати матеріальні проблеми з близькими через страх стигматизації або небажання «вантажити» інших [9]. ШІ-агент забезпечує безоцінний простір для вираження тривоги і відновлення емоційної рівноваги.

*Ресурсно-орієнтована стратегія* передбачає використання ШІ для виявлення і систематизації доступних матеріальних і нематеріальних ресурсів: пошук соціальних виплат, допомоги, програм підтримки, можливостей перекваліфікації тощо. Ця стратегія безпосередньо підтримує ресурсно-мобілізуючу функцію діалогічної компетентності і є практично значущою у воєнних умовах, де система підтримки є складною і швидко змінюється [4].

*Проспективно-планувальна стратегія* є найбільш комплексною: через структурований діалог зі ШІ особа розробляє поетапний план виходу з матеріальної скрути або адаптації до нових умов. ШІ підтримує процес цілепокладання і поступового розширення часового горизонту планування – від «що можу зробити сьогодні» до «що є реалістичним на місяць / три місяці» [5; 13].

Для наочного узагальнення виокремлених стратегій і функцій ШІ-діалогу у контексті матеріальних задач представимо їх порівняльну характеристику (таблиця 1).

Особливої уваги заслуговує питання наративного виміру подолання матеріальних труднощів. Матеріальна скрута часто супроводжується наративною дезінтеграцією: особа не може «вписати» досвід фінансових труднощів у зв'язну розповідь про власне «Я» і власний шлях, що посилює відчуття власної неспроможності і стигматизації [3; 8]. Наративно-інтегруюча стратегія взаємодії зі ШІ спрямована саме на відновлення цієї зв'язності: через структурований діалог особа може переосмислити досвід матеріальних труднощів не як «провал», а як частину більш широкої особистісної розповіді про долаття і відновлення.

Важливим питанням є обмеження і умови ефективного використання ШІ у контексті матеріальних задач. По-перше, ШІ не замінює фахового фінансового

консультанта або юриста у ситуаціях, що вимагають спеціалізованих знань (реструктуризація боргів, правові механізми відшкодування). По-друге, якість відповідей ШІ у фінансових питаннях може варіюватись і вимагає критичного ставлення користувача [4]. По-третє, ефективність взаємодії зі ШІ залежить від базового рівня діалогічної компетентності: особи у стані гострої фінансової паніки або вираженої депресії можуть потребувати попередньої психологічної стабілізації [9].

Таблиця 1

**Порівняльна характеристика діалогічних стратегій взаємодії зі ШІ у вирішенні матеріальних задач дорослими у складних обставинах**

<b>Стратегія взаємодії зі ШІ</b>	<b>Функція діалог. компетентності</b>	<b>Потреба особистості</b>	<b>Результат</b>
<b>Аналітично-структуруюча</b>	Когнітивно-реструктуруюча	Подолати тунельне мислення, побачити альтернативи	Розширення когнітивного простору; реалістична оцінка ситуації
<b>Емоційно-підтримуюча</b>	Емоційно-регулююча	Вербалізувати тривогу в безоцінному просторі	Зниження фінансової тривоги; відновлення емоційної рівноваги
<b>Ресурсно-орієнтована</b>	Ресурсно-мобілізуюча	Виявити і систематизувати доступні ресурси підтримки	Активізація прихованих ресурсів; зниження безпорадності
<b>Проспективно-планувальна</b>	Проспективна	Відновити горизонт планування, сформувані реалістичний план	Відновлення агентності; конструктивне розв'язання задач
<b>Наративно-інтегруюча</b>	Смислотворча	Включити досвід матеріальних труднощів у зв'язу особистісну розповідь	Відновлення наративної когерентності; смислова переробка скрути

*Джерело: сформовано автором*

Принципово важливою умовою є суб'єктна позиція у взаємодії зі ШІ: особа має підходити до ШІ як до діалогічного партнера (задавати питання, уточнювати, критично оцінювати відповіді), а не як до авторитетного джерела готових рішень. Саме ця активна позиція відповідає рівню «автора» у тривекторній моделі Чепелевої і Рудницької і є умовою розвиваючого впливу діалогу на психологічне благополуччя [7]. Дослідження ефективності психологічних самопомогових практик в Україні підтверджує, що саме відчуття суб'єктності у вирішенні власних задач є ключовим фактором відновлення благополуччя [12].

**Висновки та подальші перспективи дослідження.** Проведений теоретичний аналіз дозволяє зробити такі узагальнення. По-перше, складні матеріальні обставини воєнного часу є специфічним типом психологічного виклику, що поєднує фінансовий стрес із загальноекзистенційною невизначеністю і породжує «ефект подвійного тиску», що деструктивно впливає на когнітивне функціонування, емоційну регуляцію і темпоральне планування особистості.

По-друге, діалогічна компетентність є ключовим чинником психологічного благополуччя у складних матеріальних обставинах, вона виконує когнітивно-реструктуруючу, емоційно-регулюючу, ресурсно-мобілізуючу, перспективну і смислотворчу функції, що у сукупності забезпечують здатність особистості розв'язувати матеріальні задачі зберігаючи суб'єктну позицію.

По-третє, штучний інтелект є перспективним інструментом підтримки діалогічної компетентності у складних матеріальних обставинах, адже через аналітично-структуруючу, емоційно-підтримуючу, ресурсно-орієнтовану, перспективно-планувальну і наративно-інтегруючу стратегії взаємодії ШІ-агент може підтримувати всі виміри діалогічної компетентності за умови активної суб'єктної позиції особистості.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з емпіричним вивченням діалогічної компетентності дорослих у складних матеріальних обставинах, розробкою і апробацією ШІ-підтримуваних програм психологічної самопомоги і дослідженням ефектів їх використання у воєнних умовах України.

### Список використаних джерел

1. Frolova N., Silver R. C. A sudden but prolonged collective trauma: The Ukrainian experience. *PLOS Mental Health*. 2024. Vol. 1. № 1. P. e0000056. <https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000056> (дата звернення: 20.01.2026).
2. Guan N., Guariglia A., Moore P., Xu F., Al-Janabi H. Financial stress and depression in adults: A systematic review. *PLOS ONE*. 2022. Vol. 17. № 2. P. e0264041. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264041> (дата звернення: 15.02.2026).
3. Чепелева Н. В., Рудницька С. Ю. Наративне конструювання досвіду особистості. *Психологічний журнал*. 2022. Т. 8. № 2. С. 7–17. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.2.1> (дата звернення: 20.03.2026).
4. Li H., Zhang R., Lee Y. C., Kraut R. E., Mohr D. C. Systematic review and meta-analysis of AI-based conversational agents for promoting mental health and well-being. *npj Digital Medicine*. 2023. Vol. 6. № 1. Art. 236. <https://doi.org/10.1038/s41746-023-00979-5> (дата звернення: 22.04.2026).
5. Пікер П. *Сам як інший* / пер. з фр. Б. Чернюх. Київ : Дух і Літера, 2019. 458 с.
6. Oleś P. K., Brinthaup T. M. Types of inner dialogues and functions of self-talk: Comparisons and implications. *Frontiers in Psychology*. 2020. Vol. 11. Art. 227. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00227> (дата звернення: 25.03.2026).
7. Chepeleva N., Rudnytska S. Discursive Technologies of Self-Designing Personality. *Psycholinguistics*. 2019. Vol. 25. № 1. P. 363–383. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2019-25-1-363-383> (дата звернення: 10.04.2026).
8. Vanden Poel L., Hermans D. Narrative coherence and identity: associations with psychological well-being and internalizing symptoms. *Frontiers in Psychology*. 2019. Vol. 10. Art. 1171. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01171> (дата звернення: 22.03.2026).
9. Yang Y., Tavares J., Oliveira T. A new research model for artificial intelligence-based well-being chatbot engagement: Survey study. *Journal of Medical*

*Internet Research*. 2024. Vol. 26. Art. e59908. <https://doi.org/10.2196/59908> (дата звернення: 29.04.2026).

10. Ryu S., Fan L. The relationship between financial worries and psychological distress among U.S. adults. *Journal of Family and Economic Issues*. 2023. Vol. 44. № 1. P. 16–33. <https://doi.org/10.1007/s10834-022-09820-9> (дата звернення: 18.03.2026).

11. McLean K. C., Syed M., Pasupathi M., Adler J. M., Dunlop W. L., Drustrup D., Fivush R., Graci M. E., Lilgendahl J. P., Lodi-Smith J., McAdams D. P., McCoy T. P. The empirical structure of narrative identity: The initial Big Three. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2020. Vol. 119. № 4. P. 920–944. <https://doi.org/10.1037/pspp0000247> (дата звернення: 20.03.2026).

12. Ho M. Y., Worthington E. L., Cowden R. G., Bechara A. O., Chen Z. J., Gunatirin E. Y., Joynt S., Khalanskyi V. V., Korzhov H., Kurniati N. M. T., Rodriguez N., Salnykova A., Shtanko L., Tymchenko S., Voytenko V. L., Zulkaida A., Mathur M. B., VanderWeele T. J. International REACH forgiveness intervention: A multisite randomised controlled trial. *BMJ Public Health*. 2024. Vol. 2. Art. e000072. <https://doi.org/10.1136/bmjph-2023-000072> (дата звернення: 25.04.2026).

13. de Rooij A. Internal dialogue, creative potential, and creative achievement. *Creativity Research Journal*. 2023. Vol. 35. № 4. P. 566–581. <https://doi.org/10.1177/02762366231173608> (дата звернення: 28.04.2026).

### References

1. Frolova, N., & Silver, R. C. (2024). A sudden but prolonged collective trauma: The Ukrainian experience. *PLOS Mental Health*, 1(1), e0000056. <https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000056>

2. Guan, N., Guariglia, A., Moore, P., Xu, F., & Al-Janabi, H. (2022). Financial stress and depression in adults: A systematic review. *PLOS ONE*, 17(2), e0264041. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264041>

3. Chepeleva, N. V., & Rudnytska, S. Yu. (2022). Naratyvne konstruiuvannia dosvidu osobystosti [Narrative construction of personality's experience]. *Psykhologichnyi zhurnal*, 8(2), 7–17. <https://doi.org/10.31108/1.2022.8.2.1>
4. Li, H., Zhang, R., Lee, Y. C., Kraut, R. E., & Mohr, D. C. (2023). Systematic review and meta-analysis of AI-based conversational agents for promoting mental health and well-being. *npj Digital Medicine*, 6(1), Article 236. <https://doi.org/10.1038/s41746-023-00979-5>
5. Ricoeur, P. (2019). Sam yak inshyi [*Oneself as Another*] (B. Cherniukh, Trans.). Dukh i Litera.
6. Oleś, P. K., & Brinthaupt, T. M. (2020). Types of inner dialogues and functions of self-talk: Comparisons and implications. *Frontiers in Psychology*, 11, Article 227. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00227>
7. Chepeleva, N., & Rudnytska, S. (2019). Discursive Technologies of Self-Designing Personality. *Psycholinguistics*, 25(1), 363–383. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2019-25-1-363-383>
8. Vanden Poel, L., & Hermans, D. (2019). Narrative coherence and identity: associations with psychological well-being and internalizing symptoms. *Frontiers in Psychology*, 10, Article 1171. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01171>
9. Yang, Y., Tavares, J., & Oliveira, T. (2024). A new research model for artificial intelligence-based well-being chatbot engagement: Survey study. *Journal of Medical Internet Research*, 26, Article e59908. <https://doi.org/10.2196/59908>
10. Ryu, S., & Fan, L. (2023). The relationship between financial worries and psychological distress among U.S. adults. *Journal of Family and Economic Issues*, 44(1), 16–33. <https://doi.org/10.1007/s10834-022-09820-9>
11. McLean, K. C., Syed, M., Pasupathi, M., Adler, J. M., Dunlop, W. L., Drustrup, D., Fivush, R., Graci, M. E., Lilgendahl, J. P., Lodi-Smith, J., McAdams, D. P., & McCoy, T. P. (2020). The empirical structure of narrative identity: The initial Big Three. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119(4), 920–944. <https://doi.org/10.1037/pspp0000247>

12. Ho, M. Y., Worthington, E. L., Cowden, R. G., Bechara, A. O., Chen, Z. J., Gunatirin, E. Y., Joynt, S., Khalanskyi, V. V., Korzhov, H., Kurniati, N. M. T., Rodriguez, N., Salnykova, A., Shtanko, L., Tymchenko, S., Voytenko, V. L., Zulkaida, A., Mathur, M. B., & VanderWeele, T. J. (2024). International REACH forgiveness intervention: A multisite randomised controlled trial. *BMJ Public Health*, 2, Article e000072. <https://doi.org/10.1136/bmjph-2023-000072>

13. de Rooij, A. (2023). Internal dialogue, creative potential, and creative achievement. *Creativity Research Journal*, 35(4), 566–581. <https://doi.org/10.1177/02762366231173608>