

ВІКОВІ ТА ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ В КРИЗОВИХ УМОВАХ

AGE AND GENDER DIFFERENCES IN SUBJECTIVE WELL-BEING IN CRISIS CONDITIONS

Статтю присвячено висвітленню вікових та гендерних відмінностей суб'єктивного благополуччя в кризових умовах. Ранні дослідження припускали відсутність чіткого зв'язку між віком і суб'єктивним благополуччям, однак подальші емпіричні дані показали тенденцію до збільшення задоволеності життям з віком або її стабільність у похилому віці. Аналіз досліджень засвідчив суперечливість результатів: окремі роботи вказують на U-подібну траєкторію, де рівень щастя досягає мінімуму в середньому дорослому віці, інші свідчать про зворотне, деякі – про лінійний характер змін або не знаходять значущого зв'язку. Окреслено наявні теоретичні моделі, спрямовані на пояснення зв'язку між віком і суб'єктивним благополуччям, зокрема теорію заданих точок, модель гедонічної бігової доріжки, парадокс задоволення та теорію соціально-емоційної вибірковості. З'ясовано, що вікові патерни суб'єктивного благополуччя можуть відрізнятися залежно від культурного та економічного контексту. Виявлено, що в розвинених країнах траєкторія благополуччя може мати U-подібну форму, тоді як у країнах з економічними труднощами цей зв'язок може бути відсутнім або мати інший характер. Вплив віку на суб'єктивне благополуччя в чоловіків і жінок може суттєво відрізнятися, що вказує на складність взаємодії цих чинників. З'ясовано, що нерівність у доступі до економічних, політичних та освітніх ресурсів створює додатковий психологічний тиск на жінок і негативно позначається на їх суб'єктивному благополуччі. Окрім того, культурний контекст та його виміри (індивідуалізм-колективізм, дистанція влади та ін.) модулюють рефлексію та опис індивідуальних емоцій, що відображається на показниках благополуччя. Відзначено необхідність міждисциплінарного підходу до вивчення вікових та гендерних відмінностей у реакціях на кризові події, що є важливим для розробки диференційованих інтервенцій та стратегій психологічної підтримки.

Ключові слова: тривалий стрес, війна, стать, вік, кумулятивний ефект, напру-

ження, інформаційне перевантаження, стратегії подолання.

The article is devoted to highlighting age and gender differences in subjective well-being in crisis conditions. Early studies suggested the absence of a clear relationship between age and subjective well-being, however, subsequent empirical data showed a tendency for life satisfaction to increase with age or its stability in old age. Analysis of studies showed contradictory results: some works indicate a U-shaped trajectory, where the level of happiness reaches a minimum in middle adulthood, others indicate the opposite, some indicate a linear nature of changes or do not find a significant relationship. Is outlined available theoretical models aimed at explaining the relationship between age and subjective well-being, in particular, the set point theory, the hedonic treadmill model, the pleasure paradox, and the theory of socio-emotional selectivity. It has been found that age patterns of subjective well-being may differ depending on the cultural and economic context. It has been found that in developed countries, the trajectory of well-being may be U-shaped, while in countries with economic difficulties, this relationship may be absent or have a different nature. The impact of age on subjective well-being in men and women may differ significantly, which indicates the complexity of the interaction of these factors. It has been found that inequality in access to economic, political and educational resources creates additional psychological pressure on women and negatively affects their subjective well-being. In addition, the cultural context and its dimensions (individualism-collectivism, power distance, etc.) modulate the reflection and description of individual emotions, which is reflected in well-being indicators. The need for an interdisciplinary approach to studying age and gender differences in reactions to crisis events is noted, which is important for the development of differentiated interventions and psychological support strategies.

Key words: prolonged stress, war, gender, age, cumulative effect, tension, information overload, coping strategies.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.71.12>

Завгородня О. В.

д.психол.н.,
головний науковий співробітник
лабораторії психології творчості
Інститут психології імені Г. С. Костюка
Національної академії педагогічних
наук України

Шепельова М. В.

к.психол.н.,
старший науковий співробітник
лабораторії психології творчості
Інститут психології імені Г. С. Костюка
Національної академії педагогічних
наук України

Постановка проблеми. В умовах воєнного часу суб'єктивне благополуччя людей зазнає значних змін, що зумовлює необхідність вивчення його чинників, зокрема вікових і гендерних. Різні вікові групи можуть по-різному переживати стресові ситуації: молодь зазвичай більш гнучка до змін, тоді як старші люди можуть відчувати вищий рівень тривожності через нестабільність і порушення звичного способу життя. Гендерні відмінності також відіграють важливу роль, оскільки жінки в кризових умовах частіше відчувають високий рівень тривоги, тоді як чоловіки можуть приховувати свої психологічні труднощі. Вивчення цих питань є важливим не тільки з наукового,

а й з практичного боку. Розуміння того, як вікові та гендерні чинники впливають на суб'єктивне благополуччя в умовах тривалих криз, дасть змогу розробити ефективні програми психологічної підтримки, адаптувати психологічну допомогу, соціальні ініціативи та політику подолання наслідків війни, забезпечуючи більш цілеспрямовану й дієву підтримку тим, хто її найбільше потребує.

Аналіз останніх досліджень. Стаття ґрунтується на дослідженнях, у яких різнобічно висвітлено проблематику суб'єктивного благополуччя, зокрема в кризових умовах – під час пандемії та карантину [54; 45], а також в умовах воєнних загроз [61; 62], з'ясовано концепції змін благопо-

луччя впродовж життя [12; 14], визначено зв'язок культурних та соціально-економічних вимірів із впливом вікових та гендерних чинників [40; 56]. Значну частину досліджень зосереджено на гендерній нерівності як чиннику суб'єктивного благополуччя [3; 6; 7]. Особливої уваги заслуговують дослідження ментального здоров'я та благополуччя дітей і підлітків у кризових умовах [49; 22].

С. Се та співавтори [29] підкреслюють важливість аналізу психологічного стану людей в умовах затяжних криз та кумулятивного ефекту різних стресорів. Дослідження в Україні [57–58 та ін.] засвідчили негативні зміни в психологічному стані громадян України в умовах повномасштабної війни. Є. Помиткін та ін. [60] виявили значне зниження суб'єктивного благополуччя студентів в умовах воєнного часу, що свідчить про необхідність упровадження програм психологічної підтримки молоді. Н. Савелюк [61], досліджуючи психологічне благополуччя різних груп молоді під час локдауну в розпал пандемії та на початку повномасштабного вторгнення, наголошує на значущості особистісного зростання як ресурсу подолання кризових ситуацій. Проте залишається потреба в подальшому дослідженні впливу кризових умов на суб'єктивне благополуччя, яке не є статичним показником – воно змінюється залежно від життєвих обставин, віку, статі та рівня адаптації [14].

Мета дослідження – з'ясувати особливості впливу чинників віку й статі на суб'єктивне благополуччя в кризових умовах.

Методи дослідження передбачають вивчення релевантних до обраної теми психологічних та інших інформаційних джерел, а також узагальнення й удосконалення наявних теоретичних моделей.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Рання психологічна література припускала, що не існує зв'язку «вік – щастя» [16; 43]. Пізніше Е. Дінер зі співавторами [20] та М. Аргайл [4] дійшли висновку, що задоволеність життям часто зростає або принаймні не падає з віком. Р. Істерлін [21] уважав, що рівень щастя зростає від 18 до 51 року, а потім знижується.

Упродовж подальших десятиліть зв'язок між віком і суб'єктивним благополуччям став предметом інтенсивних дискусій у різних галузях досліджень, зокрема в психології. Науковці висунули низку теоретичних пояснень цього зв'язку та перевірили їх емпірично. Виявлені в дослідженнях закономірності варіюються: деякі роботи підтверджують U-подібну або перевернуту U-подібну траєкторію благополуччя, інші – лінійні чи кубічні залежності, а окремі автори не знаходять жодного зв'язку.

Серед ключових теоретичних моделей, що пояснюють вікові зміни благополуччя, можна виокремити такі концепції:

- теорію заданих точок [20], згідно з якою рівень благополуччя є відносно стабільним протягом життя;

- теорію гедонічної бігової доріжки [31], яка передбачає, що люди адаптуються до життєвих змін і повертаються до свого базового рівня благополуччя;

- парадокс задоволення [36], який указує на тенденцію до підвищення благополуччя в літньому віці;

- теорію соціально-емоційної вибірконості [18], що пояснює, як вікові зміни мотивації впливають на емоційний стан людини.

Дані емпіричних досліджень підтверджують неоднозначність зв'язку віку й суб'єктивного благополуччя. Наприклад, Д. Бланчфлауер [12] стверджує, що є U-подібний зв'язок, за якого рівень благополуччя найнижчий у середньому дорослому віці. Інші автори, зокрема [33], припускають, що вік може не мати значного впливу на суб'єктивне благополуччя. К. Вундер та ін. [55] пропонують хвилеподібну модель: рівень задоволеності життям знижується до середнього віку, потім зростає, але знову зменшується в похилому віці.

Порівняльні дослідження свідчать, що вікові патерни благополуччя можуть відрізнятися між країнами. А. Дітон [19] виявив, що U-подібна крива спостерігається переважно в розвинених країнах. С. Вітборн [53] називає U-подібну модель міфом, тоді як інші дослідники [12] підтверджують її сталість у різних культурних контекстах. Т. Осіо [42] досліджував вікові патерни благополуччя в Японії, Китаї та США, виявивши U-подібні криві в усіх трьох країнах, хоча точки мінімального щастя відрізнялися (58 років у Японії, 49 – у Китаї, 42 – у США). Водночас О. Нордхейм, П. Мартінуссен [39] підкреслюють, що ця закономірність не є універсальною: у країнах з економічними труднощами рівень щастя від середнього до літнього віку не демонструє підвищення.

Критичним аспектом є підвищений ризик депресії та самогубств у середньому віці, що вказує на необхідність міждисциплінарних досліджень для виявлення чинників ризику та розробки стратегій їх пом'якшення.

Соціально-економічні фактори також відіграють важливу роль у формуванні вікових патернів благополуччя. К. Кієні зі співавторами [34] довели, що низький дохід і проблеми зі здоров'ям негативно впливають на суб'єктивне благополуччя літніх людей.

Попри складність взаємозв'язку віку та благополуччя, частина дослідників [11; 52] вказує на переваги старших людей порівняно з молоддю. Літні люди демонструють нижчий рівень стресу, кращу соціальну адаптацію та стійкіші механізми подолання труднощів [24]. С. Се зі співавторами [29] підкреслюють, що в похилому віці рівень суб'єктивного благополуччя залишається стабільним, тоді як у молоді він залежить від кількості пережитих травматичних подій.

І. Вахія, Д. Джесте і К. Рейнольдс [51] зазначають, що значущі соціальні зв'язки є ключовим чинником благополуччя літніх людей. Показано, що

акти доброти позитивно впливають на психологічний стан старших людей [35]. П. Бірманн, Дж. Бітцер і Е. Гьорен [10] довели, що благополуччя змінюється залежно від вікового періоду: є стабільним у молодому віці, поступово підвищується до 75 років, однак не демонструє класичної U-подібної форми. Метааналіз поздовжніх досліджень, здійснений К. Бюкер зі співавторами [14], підтверджує, що благополуччя змінюється впродовж життя, відображаючи адаптаційні процеси та соціальні фактори. Згідно з дослідженням В. Бруїна зі співавторами [13], молодь частіше стикається із соціальним стресом та інформаційним перевантаженням, тоді як старші люди мають більш розвинені механізми подолання труднощів. Літні люди в період пандемії, за даними М. Олівейри зі співавторами [41], страждали від зниження фізичної активності через заходи соціального дистанціювання, що впливало на їхнє фізичне здоров'я та, згідно з дослідженнями С. Сегерстром зі співавторами [48], у цієї категорії осіб виявлено вищі показники тривоги та депресії, порівняно з допандемічним рівнем. Проте частина авторів відзначають переваги літніх людей, порівняно з молодшими групами. Зокрема, за даними К. Бердітт зі співавторами [11] та Л. Вебб і К. Чен [52], літні люди, порівняно з молодшими, мали менший стрес, пов'язаний з пандемією, меншу соціальну ізоляцію, менше життєвих змін та нижчі показники тривоги та депресії. С. Се зі співавторами [29] засвідчили, що старші люди демонстрували вище суб'єктивне благополуччя незалежно від кумулятивного ефекту стресорів, тоді як благополуччя молодих людей залежало від кількості пережитих травматичних чинників. К. Пех зі співавторами [45] виявили прямі кореляції віку як з оцінним, так і з емоційним благополуччям. Згідно з даними авторів [45], пандемія COVID-19 та локдаун видаються особливо напруженими для людей, молодших 35 років, а також безробітних, людей з низьким доходом.

Літні люди можуть краще справлятися з ізоляцією, знаючи, що якість соціальних зв'язків переважає кількість контактів. Вахія І., Джесте Д. і Рейнольдс К. [51] показали, що значущі близькі стосунки більше захищають від самотності. Акти співчуття до інших також зменшують самотність і сприяють благополуччю. Співчуття – це компонент мудрості, який показує найбільшу зворотну кореляцію з самотністю. Безкорисливі акти доброти можуть збагатити взаємини, незважаючи на фізичне дистанціювання, і можуть включати занурення у віртуальне волонтерство, допомогу з домашніми справами, висловлення подяки коханій людині, участь у благодійності, гру з домашнім улюбленцем або звернення до друзів, щоб запитати, як вони справляються зі змінами, спричиненими пандемією [35].

Крім того, стійкість літніх людей була продемонстрована через здатність розробляти стратегії подолання для підтримки певного рівня суб'єктивного та психологічного благополуччя [24]. Тобто

літні люди загалом демонструють вищий рівень життєвої задоволеності, що може пояснюватися досвідом, стійкістю та стабільністю соціальних зв'язків. К. Кені зі співавторами [34] показали, що хоча несприятливі обставини, як-от погане здоров'я та низький дохід, сприяють нижчому рівню оцінного аспекту благополуччя серед літніх людей, вік позитивно пов'язаний із суб'єктивним благополуччям загалом. С. Цай і Дж. Ван [15] показали, що урбанізація та умови проживання також впливають на рівень суб'єктивного благополуччя: мешканці міст і сіл демонструють різні рівні задоволеності життям залежно від соціально-економічного середовища.

Кризові умови – економічні потрясіння, війни, пандемії або екологічні катастрофи – створюють значний стрес і невизначеність, що спричиняє зниження рівня благополуччя. У таких умовах люди змушені адаптуватися до нових реалій, переглядати життєві стратегії та шукати нові ресурси для підтримки психологічної рівноваги. Війна в Україні суттєво впливає на психічне здоров'я різних вікових груп населення. Особливо вразливими є діти та підлітки, які стикаються з постійними загрозами та стресовими ситуаціями. За даними Міністерства освіти і науки України, у перші дев'ять місяців 2024 року понад 50 тисяч неповнолітніх звернулися до психологічної допомоги, що втричі більше порівняно з попереднім роком. Це свідчить про значне зростання емоційного навантаження на молодь у зв'язку з тривалим конфліктом [47].

Науковці відзначають, що вплив статі на суб'єктивне благополуччя є багатограним. Деякі дослідження [50] свідчать про те, що чоловіки часто демонструють вищий рівень благополуччя, тоді як інші [32] не знаходять значних відмінностей. Е. Дінер [20] припустив, що знижений рівень суб'єктивного благополуччя жінок може бути пов'язаний із підвищеною емоційною чутливістю. Водночас С. Карлтон зі співавторами [17] відзначають, що чоловіки схильні пригнічувати свої емоції, що може призводити до інтерналізованого стресу, тоді як жінки, отримуючи ширшу соціальну підтримку, частіше демонструють вищий рівень благополуччя.

Вік і благополуччя складно пов'язані, і їх зв'язок може змінюватися із часом. Р. Інглхарт [30] стверджує, що жінки до 45 років, як правило, відчувають більше щастя, але після цього вікова траєкторія змінюється на користь чоловіків. Метааналіз, здійснений М. Пінкварт і С. Сьоренсен [46], підтверджує, що літні жінки часто мають нижчий рівень благополуччя, порівняно з ровесниками-чоловіками. Дж. Фен і М. Чжен [23] указують на те, що вплив старіння на суб'єктивне благополуччя в чоловіків та жінок може значно відрізнятись.

Соціально-економічні та культурні фактори також відіграють суттєву роль у формуванні гендерних відмінностей. Е. Фумагаллі та Л. Фумагаллі [25] відзначають, що жінки часто порівнюють себе із чоловіками, що може впливати на їхнє суб'єктивне

благополуччя. Дослідження К. Кені зі співавторами [34] показують, що рівень оціночного благополуччя у жінок зі зростанням віку знижується швидше, ніж у чоловіків. А. Абдуллахі та ін. [1] зазначили, що чоловіки, порівняно із жінками, мають вищі показники задоволеності життям, тоді як жінки мають вищі показники емоційного аспекту благополуччя.

Роботи С. Цай і Дж. Ван [15] доводять, що економічні умови, місце проживання, статус (селянина, містянина, мігранта із села в місто) є важливими чинниками благополуччя, особливо для жінок. Дослідження в Китаї [23] підтвердили, що жінки похилого віку більш вразливі до соціально-економічних змін, що негативно впливає на їхнє психологічне благополуччя. У країнах із високим рівнем доходу [5] добровільний вихід на пенсію може підвищувати задоволеність життям як у жінок, так і в чоловіків, але вимушений вихід на пенсію має негативний ефект.

Дослідження К. Грем і С. Чаттопадхьяй [28] показали, що жінки, як правило, мають вищу задоволеність життям, ніж чоловіки, за винятком деяких країн з низьким рівнем доходу. Їхнє дослідження було спрямовано на аналіз гендерних відмінностей у благополуччя між різними країнами, беручи до уваги такі фактори, як вік, економічний статус та освіта. Вони виявили, що гендерний розрив на користь вищого задоволення життям жінок, більш помітний у заможних країнах, серед літніх людей, тих, хто має вищу освіту та перебуває у шлюбі.

Культурний контекст є важливим чинником, що модулює вплив гендеру на суб'єктивне благополуччя. Гендерна рівність у суспільстві також має неоднозначний вплив на суб'єктивне благополуччя. Деякі дослідження свідчать, що суспільства з більшою гендерною рівністю демонструють вищі показники благополуччя для обох статей [6]. Гендерна нерівність у доступі до економічних, політичних і освітніх ресурсів, а також збереження традиційних гендерних ролей часто спричиняють додатковий тиск на жінок, що позначається на їхньому суб'єктивному благополуччі.

Гендерні відмінності стають особливо вираженими під час кризових подій, як-от пандемія COVID-19, воєнні конфлікти та економічні потрясіння, що посилюють стресові чинники та погіршують суб'єктивне благополуччя. Наприклад, дослідження К. Пех зі співавторами [45] показують, що під час пандемії молодші жінки відчували значно більший емоційний стрес через подвійне навантаження в професійній та сімейній сферах.

Дослідження Т. Гізінгер та ін. [26] виявили в жінок вищі показники тривоги, депресії та безнадійності, тоді як у чоловіків частіше фіксувалися прояви роздратованості, розчарування та гніву. Негативна кореляція між працевлаштуванням та відчуттям самотності переважно спостерігається в жінок, що свідчить про особливу вразливість цієї групи щодо загрози безробіття.

В умовах воєнних конфліктів гендерні аспекти набувають ще більшого значення. У. Бен-Шалом [9]

зазначає, що жінки-комбатанти частіше зазнають моральних травм і демонструють нижчий рівень адаптації. Аналогічні висновки зробили Е. Нейлсон та ін. [37] та Р. Адамс та ін. [2], які вказують на підвищену психологічну вразливість ветеранок, порівняно із чоловіками.

Гендерні відмінності виявилися в переживаннях цивільних людей під час війни. Дослідження С. Чачко та Д. Ярославського [62] показали, що тривалий стрес в умовах воєнних загроз в Україні негативно впливає на психологічний стан громадян; в умовах воєнного часу чоловіки демонструють вищу нервово-психічну стійкість та нижчий рівень ПТСР, мають помірну депресію та недостатній адаптаційний ресурс. Жінки частіше виявляють симптоми інтрузії, надмірну реактивність, депресію середньої важкості та мають вкрай низький адаптаційний ресурс.

Висновки. Аналіз досліджень дає змогу сформулювати такі висновки. Різноманітність теоретичних моделей та емпіричних результатів свідчить, що зв'язок між віком та благополуччям є багатограним і залежить від методологічних підходів, культурного контексту та соціально-економічних умов. Зв'язок між віком і суб'єктивним благополуччям є складним та неоднозначним, що відображається в різних моделях (U-подібній, перевернутій U-подібній, лінійній або хвилеподібній траєкторії). Задоволеність життям може зростати з віком або залишатися стабільною в похилому віці, середній вік характеризується підвищеним ризиком депресії та інших психологічних розладів.

Кризові події, зокрема війни, пандемії та економічні потрясіння, посилюють стрес і невизначеність, що негативно впливає на суб'єктивне благополуччя. При цьому кожна вікова група стикається з кризою по-різному.

Діти та підлітки особливо вразливі через процес формування особистості та потребують підтримки для збереження емоційної рівноваги й підтримки нормального розвитку. Підвищена потреба в надійній підтримці з боку родини, школи та соціальних служб має вирішальне значення для їхнього благополуччя. Молодь вразлива до соціального стресу та інформаційного переважання, потребує можливостей самореалізації, стикається з високою тривогою через невизначеність майбутнього, що вимагає психологічної підтримки та навчання копінг-стратегій. Люди середнього віку через велику відповідальність за сім'ю і роботу стикаються з підвищеним стресом, але завдяки досвіду та сформованим адаптаційним механізмам можуть розвинути ефективні стратегії подолання. Літні люди демонструють вищу психологічну стійкість завдяки життєвому досвіду, проте погіршення здоров'я, фінансові труднощі та соціальна ізоляція в умовах кризи вимагають спеціалізованої соціальної підтримки.

Жінки в кризових умовах частіше відчувають високий рівень емоційного стресу, тривоги та депресії. Це може бути пов'язано з підвищеною

емоційною чутливістю, відповідальністю за родину та подвійним навантаженням. Чоловіки, попри більшу, порівняно із жінками, психологічну стійкість, схильні до пригнічення емоцій, що веде до внутрішнього стресу та агресивних реакцій. Незалежно від статі та віку, якісні соціальні зв'язки, акти доброти й співчуття є ключовими чинниками, які допомагають пом'якшити негативний вплив кризових подій на суб'єктивне благополуччя. Культурний контекст значно модулює гендерні відмінності в сприйнятті людиною власного благополуччя. Нерівність у доступі до ресурсів і збереження традиційних гендерних ролей створюють додатковий тиск на жінок, що негативно впливає на їхнє суб'єктивне благополуччя. Проте суспільства, які активно просувають гендерну рівність, можуть забезпечити підвищення рівня благополуччя для обох статей.

Перспективи подальших досліджень. Для розробки ефективних стратегій підтримки суб'єктивного благополуччя в кризових умовах потрібні міждисциплінарні дослідження, які враховують соціально-економічні та культурні фактори, що впливають на соціальні стереотипи та очікування щодо статі й віку. Особлива увага має бути приділена розробці інтервенцій для вразливих груп, що дасть змогу створити диференційовані програми психологічної підтримки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Abdullahi A.M., Orji R., Kavu A.A. Gender, Age and Subjective Well-Being: Towards Personalized Persuasive Health Interventions. *Information*. 2019. 10(10). 301. <https://doi.org/10.3390/info10100301>
2. Adams R.E., Hu Y., Figley K.R., Urozevich T.G., Hoffman S.N., Kirchner H.L., et al. Risk and protective factors associated with mental health among female military veterans: results from the veterans' health study. *BMC Women's Health*. 2021. 21. 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01181-z>
3. Araki S., Olivos F. Gender inequality, well-being, and ill-being: A macro analysis of human and societal flourishing. *Soc Sci Med*. 2025. 366. 117670. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117670>
4. Argyle M. *The psychology of happiness*, 2nd edn. Routledge, 2001. Routledge, New York.
5. Atalay K., Barrett G. Retirement routes and well-being. *Empirical Economics*. 2022. 63(5). 2751–2784.
6. Audette A.P., Lem S., O'Connor H., Radcliffe B. Quality of Life: A Cross-National Analysis of the Effect of Gender Equality on Life Satisfaction. *Journal of Happiness Studies*. 2019. 20(7). 2173–2188. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-0042-8>
7. Batz-Barbarich C., Tay L., Kuykendall L., Cheung H.K. A meta-analysis of gender differences in subjective well-being: Estimating effect sizes and associations with gender inequality. *Psychological Science*. 29(9). 2018. 1491–1503. <https://doi.org/10.1177/0956797618774796>
8. Becker C.K., Trautmann S.T. Does Happiness Increase in Old Age? Longitudinal Evidence from 20 European Countries. *J Happiness Stud*. 2022. 3625–3654. <https://doi.org/10.1007/s10902-022-00569-4>
9. Ben-Shalom U., Reizer A., Connolly V., Rivker I. The adaptation of soldiers to post-service life – the mediating impact of political views on the relationship between violence and adaptation. *Frontiers in Psychology*. 14. 2023. 1131316. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1131316>
10. Biermann P., Bitzer J., Goren E. The relationship between age and subjective well-being: Estimating within and between effects simultaneously. *The Journal of the Economics of Ageing*. 2022. 21. 100366. <https://doi.org/10.1016/j.jeoa.2021.100366>
11. Birditt K.S., Turkelson A., Fingerman K.L., Polenick C.A., Oya A. Age differences in stress, life changes, and social ties during the COVID-19 pandemic: Implications for psychological well-being. *Gerontologist*. 61(2). 2021. 205–216. <https://doi.org/10.1093/geront/gnaa204>
12. Blanchflower D.G. Is happiness U-shaped everywhere? Age and subjective well-being in 145 countries. *Journal of Population Economics*, 34(2), 2021. 575–624.
13. Bruine de Bruin W., Parker A.M., Strough J. Age differences in reported social networks and well-being. *Psychology and Aging*. 35(2). 2020. 159–168. <https://doi.org/10.1037/pag0000415>
14. Buecker S., Luhmann M., Haehner P., Bühler J.L., Dapp L.C., Luciano E.C., Orth U. The development of subjective well-being across the life span: A meta-analytic review of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*. 149(7–8), 2023. 418–446. <https://doi.org/10.1037/bul0000401>
15. Cai S., Wang J. Urbanization and subjective well-being in China: Differences between urban, migrant, and rural populations. *China Happiness Report*. 2021. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3919385>
16. Cantril H. The pattern of human concerns. Rutgers University Press, New Brunswick, NJ, 1965.
17. Carlton S., Harrison A., Honoré S., Goodmon L.B. Conceal, Don't Feel: Gender Differences in Implicit and Explicit Expressions of Emotions. *Modern Psychological Studies*, 25(1), 2020. Article 10. URL: <https://scholar.utc.edu/mps/vol25/iss1/10>
18. Carstensen L.L., Turan B., Scheibe S., Ram R., Ernsner-Hersfield H., Samanez-Larkin G.R., Brooks K.P., Nesselroade J.R. Emotional experience improves with age: evidence based on over 10 years of experience sampling. *Psychol. Aging*. 2011. 26. 21–33.
19. Deaton A. Income, Health, and Well-Being around the World: Evidence from the Gallup World Poll. *Journal of Economic Perspectives*. 22(2). 2008. 53–72.
20. Diener E., Suh E.M., Lucas R.E., Smith H.L. Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*. 125. 1999. 302–376.
21. Easterlin R.A. Life cycle happiness and its sources: intersections of psychology, economics and demography. *Journal of Economic Psychology*. 27(4). 2006. 463–482.
22. Eckert H., Paschke P., Wirthwein L., Steinmayr R. Development of subjective well-being in adolescents before and during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Education*. 10. 2025. 1485289. <https://doi.org/10.3389/educ.2025.1485289>

23. Feng J., Zheng M. Gender differences in the subjective well-being of the older adults and the determinant factors: a case study of Nanjing. *Frontiers in Public Health*. 2024. 12. 1447777. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1447777>
24. Fuller H.R., Huseth-Zosel A., Hofmann B., Van Vleet B., Kinkade E., Carlson S.L., Sturn E. Shifts in older adults' social connections throughout the initial year of the COVID-19 pandemic. *Gerontologist*. 62(8). 2022. 1160–1172. <https://doi.org/10.1093/geront/gnac030>
25. Fumagalli Elena F., Fumagalli Laura F. Subjective well-being and the gender composition of the reference group: Evidence from a survey experiment. *Journal of Economic Behavior & Organization*. 194. 2022. 196–219. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2021.12.016>
26. Gisinger Dev R., Kautzky A., Harreiter J., Raparelli V., Kublickiene K., Trinidad Herrero M., Norris C.M., Lavoie K.L., Pilote L., Kautzky-Willer A. Sex and gender impact mental and emotional well-being during COVID-19 pandemic: A European countries experience. *Journal of Women's Health (Larchmt)*. 31(11). 2022. 1529–1539. <https://doi.org/10.1089/jwh.2022.0115>
27. Graham C., Pozuelo J. R. Happiness, stress, and age: how the U curve varies across people and places. *Journal of Population Economics*. 30. 2017. 225–264.
28. Graham C., Chattopadhyay S. Gender and well-being around the world. *International Journal of Happiness and Development (IJHD)*. 1(2). 2013. 212–232. <https://doi.org/10.1504/IJHD.2013.055648>
29. Hsieh S., Chang Y.-H., Yao Z.-F., Yang M.-H., Yang C.-T. The effect of age and resilience on the dose-response function between the number of adversity factors and subjective well-being. *Frontiers in Psychology*. 15. 2024. 1332124. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1332124>
30. Inglehart R. Islam, Gender, Culture, and Democracy. *International Journal of Comparative Sociology*. 43(3-5). 2002. 224–228. <https://doi.org/10.1177/002071520204300301>
31. Kahneman D., Diener E., Schwarz N. (Eds.) *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation, 1999.
32. Kahneman D., Krueger A. B.. Developments in the Measurement of Subjective Well-Being. *Journal of Economic Perspectives*. 20(1). 2006. 3–24. <https://doi.org/10.1257/089533006776526030>
33. Kassenboehmer S.C., Haisken-DeNew J.P. Heresy or enlightenment? The well-being age U-shape effect is flat. *Economics Letters*. 117(1). 2012. 235–238.
34. Kieny C., Flores G., Ingenhaag M., Maurer J. Healthy, wealthy, wise, and happy? Assessing age differences in evaluative and emotional well-being among mature adults from five low- and middle-income countries. *Social Indicators Research*. 160(2). 2022. 1019–1050. <https://doi.org/10.1007/s11205-022-02903-7>
35. Acts of kindness during the coronavirus outbreak. Mental Health Foundation. 2020. URL: <https://www.mentalhealth.org.uk/coronavirus/acts-of-kindness-during-coronavirus-outbreak>
36. Mroczek D.K., Kolarz C.M. The effect of age on positive and negative affect: a developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 75. 1998. 1333–1349.
37. Neilson E. C., Singh R. S., Harper K. L., Teng E. J. Traditional masculinity ideology, posttraumatic stress disorder (PTSD) symptom severity, and treatment in service members and veterans: a systematic review. *Psychology of Men & Masculinities*. 21. 2020. 578–592. <https://doi.org/10.1037/men0000257>
38. Nivison R.A., Harmon-Jones E. Gender differences in the experience of well-being: The role of motivation and emotion regulation. *Personality and Individual Differences*. 207. 2023. 112218. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112218>
39. Nordheim O., Martinussen P.E. Happiness and the role of social protection: how types of social spending affected individuals' life satisfaction in OECD countries, 1980–2012. *Journal of International and Comparative Social Policy*. 36(1). 2020. 1–24. <https://doi.org/10.1080/21699763.2019.1601586>
40. Oishi S., Graham J., Kesebir S., Galinha, I.C. Concepts of happiness across time and cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 39(5). 2013. 559–577. <https://doi.org/10.1177/0146167213480042>
41. Oliveira M.R., Sudati I.P., Konzen V.M., de Campos A.C., Wibelinger L.M., Correa C., Miguel F.M., Silva, R.N., Borghi-Silva A. Covid-19 and the impact on the physical activity level of elderly people: A systematic review. *Experimental Gerontology*. 159. 2022. 111675. <https://doi.org/10.1016/j.exger.2021.111675>
42. Oshio T., Shimizutani S. Correction: Well-being paradox: comparing the age-happiness relationship across Japan, China, and the US. *Journal of Economic Research*. 75. 2024. 1041–1042. <https://doi.org/10.1007/s42973-024-00183-4>
43. Palmore E, Luikart C. Health and social factors related to life satisfaction. *Journal of Health and Social Behavior*. 13(1). 1972. 68–78.
44. Peterson C., Seligman M.E.P. Character strengths and virtues: A handbook and classification. Oxford University Press. 2004.
45. Pieh C., Budimir S., & Probst T. The effect of age, gender, income, work, and physical activity on mental health during coronavirus disease (COVID-19) lockdown in Austria. *Journal of Psychosomatic Research*. 136. 2020. 110186. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2020.110186>
46. Pinquart M., Sörensen S. Influences on loneliness in older adults: A meta-analysis. *Basic and Applied Social Psychology*. 23(4). 2001. 245–266. <https://doi.org/10.1207/153248301753225702>
47. Emotional trauma piles up for Ukraine's children three years after invasion. Reuters. 2023. URL: <https://www.reuters.com>
48. Segerstrom S.C., Crosby P., Witzel D.D., Kurth M.L., Choun S., Aldwin C.M. Adaptation to changes in COVID-19 pandemic severity: Across older adulthood and time scales. *Psychology and Aging*, 38(6), 2023. 586–599. <https://doi.org/10.1037/pag0000739>
49. Siedler T., Schupp J., Spiess C.K., Wagner G.G. The long-term impact of parental divorce on children's well-being – Evidence from Germany. *Journal of Population Economics*. 29(3). 2016. 805–836. <https://doi.org/10.1007/s00148-016-0595-8>
50. Stevenson B., Wolfers J. The Paradox of Declining Female Happiness. *American Economic*

Journal: Economic Policy. 1 (2). 2009. 190–225. DOI: 10.1257/pol.1.2.190

51. Vahia I.V., Jeste D.V., Reynolds C.F. III. Older adults and the mental health effects of COVID-19. *Journal of the American Medical Association.* 324(22). 2020. 2253–2254. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.21753>

52. Webb L.M., Chen C.Y. The COVID-19 pandemic's impact on older adults' mental health: Contributing factors, coping strategies, and opportunities for improvement. *International Journal of Geriatric Psychiatry.* 37(1). 2022. e5647. <https://doi.org/10.1002/gps.5647>

53. Whitbourne S.K. That midlife happiness curve? It's more like a line. *Psychology Today.* September 18, 2018.

54. Wollast R., R., Lüders A., Nugier A., et al. Gender inequality and cultural values in explaining gender differences in positive and negative emotions: A comparison of 24 countries during the COVID-19 pandemic. *Current Psychology* 2025. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06989-0>

55. Wunder C., Wiencierz A., Schwarze J., Küchenhoff H., Kleyer S., Bleninger P. Well-Being over the Life Span: Semiparametric Evidence from British and German Longitudinal Data March 2013. *Review of Economics and Statistics.* 95(1), 2013. 154–167. <https://doi.org/10.2307/23355657>

56. Zhang W., Pan J. The effects of economic status on subjective well-being: A comparative study across cultures. *Social Indicators Research.*

163(2). 2022. 745–765. <https://doi.org/10.1007/s11205-022-02950-6>

57. Горенко М.В., Радзівіл К.П. Психологічне благополуччя майбутніх психологів в умовах війни. *Габітус*, Вип. 56, 2023. С. 65–69. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.56.10>

58. Коструба Н., Поліщук З. Психологічне благополуччя студентів у період війни: емпіричний аналіз. *Психологічні перспективи.* 40. 2022. С. 51–61. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-kos>

59. Мащак С.О., Кучвара, Х.Б. Особливості суб'єктивного благополуччя українців в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія.* 6. 2023. С. 5–9. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.6.1>

60. Помиткін Е.О., Помиткіна Л.В. Покращення суб'єктивного благополуччя студентської молоді в умовах військових дій. *Наукові записки. Серія: Психологія.* № 1. 2024. С. 116–123. <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-1-16>

61. Савелюк Н. Психологічне благополуччя студентської молоді: порівняльний аналіз у ковідному та воєнному контекстах. *Психологічні перспективи.* 39. 2022. С. 322–340. <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-39-sav>

62. Чачко С., Ярославський Д. Гендерні особливості переживання тривалого травматичного стресу в умовах воєнних загроз в Україні. *Перспективи та інновації.* 2023. 15(33). С. 916–927. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15\(33\)-916-927](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-15(33)-916-927)