

ПСИХОЛОГІЧНА ПРИСУТНІСТЬ В ОНЛАЙН-СУПРОВІДІ МОЛОДІ: КОНЦЕПТУАЛЬНИЙ ОГЛЯД І ІНТЕГРАТИВНА МОДЕЛЬ ПОДОЛАННЯ ОСОБИСТІСНОЇ КРИЗИ

Васильєв Адам Дмитрович,

аспірант кафедри психології особистості та соціальних практик,
факультет психології, соціальної роботи та спеціальної освіти
Київського столичного університету Бориса Грінченка
ORCID ID: 0009-0005-7291-4711

У статті представлено теоретико-аналітичне дослідження феномену психологічної присутності як ключового чинника онлайн-супроводу молоді, яка перебуває в стані особистісної кризи. Метою роботи є осмислення психологічної присутності як автономного психотерапевтичного феномена, що формується у цифровому середовищі, та розробка інтегративної моделі підтримки, здатної враховувати динаміку емоційного включення і дистанціювання. Методологія дослідження ґрунтується на концептуальному аналізі міждисциплінарних джерел, опублікованих у 2020-2024 роках, з акцентом на якісні дослідження досвіду молоді в умовах цифрової терапевтичної взаємодії. У результаті проаналізовано чотири структурні виміри феномену - когнітивний, емоційний, екзистенційний та медійний - із виділенням специфічних умов їх реалізації. Зокрема, встановлено, що чіткість запитів, емпатійна риторика, сенсотворча підтримка та адаптація форматів (текст, аудіо, відео) критично впливають на якість суб'єктивного переживання присутності. Запропоновано концепт динаміки толерантності до присутності, який описує здатність суб'єкта витримувати різні ступені взаємодії, включно з уникненням, перенавантаженням та дозованим включенням. Сформульовано інтегративну модель, що поєднує когнітивно-поведінковий, феноменологічний і психодинамічний підходи, з поетапною структурою супроводу: входження в контакт, стабілізація, опрацювання переживань та автономізація. Висновки засвідчують потенціал психологічної присутності як чинника стабілізації, а також вказують на необхідність етичної гнучкості й професійної витривалості у роботі фахівця в цифровому середовищі.

Ключові слова: терапевтична дистанція, феноменологія контакту, інтерперсональне налаштування, суб'єктивне переживання взаємності, онлайн-емпатія.

Vasylyev Adam. Psychological Presence in Online Support for Youth: A Conceptual Review and an Integrative Model of Coping with Personal Crisis

This article presents a theoretical and analytical study of the phenomenon of psychological presence as a key factor in online support for youth experiencing a personal crisis. The aim of the study is to conceptualize psychological presence as an autonomous psychotherapeutic phenomenon emerging within the digital environment, and to develop an integrative model of support that accounts for the dynamics of emotional engagement and distancing. The methodology is based on a conceptual analysis of interdisciplinary sources published between 2020 and 2024, with a focus on qualitative studies exploring young people's experiences of digitally mediated therapeutic communication. As a result, four structural dimensions of psychological presence were identified and analyzed: cognitive, emotional, existential, and media-related, each with specific conditions for its implementation. The study reveals that clarity of requests, empathic rhetoric, meaning-centered support, and adaptation of communication formats (text, audio, video) significantly affect the quality of the subjective experience of presence. The concept of tolerance for presence is introduced to describe the subject's capacity to withstand different intensities of contact, including avoidance, overload, and gradual engagement. An integrative model is proposed, combining cognitive-behavioral, phenomenological, and psychodynamic approaches, structured in four phases: initiation of contact, stabilization, emotional processing, and autonomization. The findings highlight the potential of psychological presence as a stabilizing factor and emphasize the need for ethical flexibility and professional resilience in providing psychological support within digital settings.

Key words: therapeutic distance, phenomenology of contact, interpersonal attunement, subjective experience of reciprocity, online empathy.

Вступ. У добу всеохопної цифровізації психологічна підтримка молоді набуває особливої ваги. Цифрове середовище перетворилося на простір існування, у якому відбуваються ідентифікація, емоційне самовираження, пошук сенсу та взаємності. Особистісна криза проявляється у мережеві взаємодії, де підлітки прагнуть бути побаченими та визнаними без фізичної зустрічі з фахівцем. Поширення онлайн-супроводу вимагає глибшого осмислення через категорію психологічної присутності.

Останніми роками посилюється наукове вивчення цифрового життя молоді. Н. Soh, D. Oyserman і M. Destin показують ситуативність ідентичності у взаємодії з контекстом і соціальними сигналами. Молода людина

постійно перебудовує себе під змінні норми, очікування та алгоритми платформ. У кризі ця динаміка може підтримати переосмислення або посилити фрагментацію та вразливість [1].

Дослідження М. Е. Loades, С. Spencer, J. Burbeck та Е. Stawley демонструє запит на чутливий людський відгук. Найвищу цінність мають формати, що створюють відчуття живої присутності, зокрема за асинхронної взаємодії. Разом з тим респонденти повідомляють про емоційну ізоляцію, формальність і нещирість з боку фахівців, що знижує відчуття підтримки, що підкреслює потребу точніше окреслити умови виникнення переживання присутності у віртуальному контакті як екзистенційного явища [2].

C. Hällgren та Å. Björk підкреслюють, що онлайн-простори формують ідентичність через злиття контекстів, постійну публічність і ризик розмивання меж. Такі умови вимагають складної саморегуляції. Методологічний підхід *guided tours* дає змогу реконструювати тілесні, часові та афективні аспекти переживання цифрової присутності й зосередити увагу на способі буття у середовищі [3].

У аналітичному огляді S. Livingstone і M. Stoilova зазначено, що поняття цифрового часто вживають розмито. Потрібне чітке розрізнення між технологічними *affordances*, типами взаємодії, платформними обмеженнями та реальним досвідом молоді. Особливо важливими є довіра, регуляція, емоційна безпека та можливість зберігати автентичність у медіаційованій взаємодії [4].

Феномен психологічної присутності залишається теоретично та емпірично недопрацьованим. Бракує моделей внутрішньої структури, що охоплює когнітивний, емоційний, екзистенційний і медійний виміри. Немає системного опису умов, які сприяють виникненню присутності в онлайн-супроводі, зокрема ритмики взаємодії, мовних форм, глибини включеності, етичної прозорості. Недостатньо вивчені обмеження, зокрема переважанні контактами, відсторонення та втрата меж інтимності.

Мета статті полягає у теоретичному осмисленні психологічної присутності в онлайн-супроводі молоді під час особистісної кризи та у створенні інтегративної моделі, яка описує цей феномен як чинник підтримки й стабілізації у цифровій взаємодії. Стаття відповідає на запитання щодо переживання присутності у віртуальному контакті, її структурних вимірів і механізмів виникнення та руйнування, а також способів її модулювання фахівцем у межах онлайн-супроводу. Гіпотеза дослідження полягає в тому, що наявність психологічної присутності у всіх її структурних виявах є ключовою умовою ефективної допомоги молоді в особистісній кризі через онлайн-взаємодію.

Матеріали та методи. Дослідження має теоретико-аналітичний характер і осмислює психологічну присутність у онлайн-супроводі молоді в особистісній кризі. Методологія ґрунтувалась на якісному концептуальному аналізі міждисциплінарних праць з психології, медіадосліджень, кризової інтервенції та психотерапевтичної практики в цифровому середовищі. Базою стали шістнадцять джерел за 2020-2024 роки. Відбір здійснювався за релевантністю змісту, наявністю емпіричної основи, чітким описом онлайн-взаємодій і фокусом на молодіжній аудиторії. Аналіз охопив англійські рецензовані публікації з акцентом на якісні методи та теоретичні моделі психологічної присутності у медіаопосередкованому контакті.

Сформовано чотирирівнівну концептуальну структуру присутності. Структура включає когнітивний, емоційний, екзистенційний і медійний рівні. Для кожного рівня проведено порівняння інтерпретацій і узагальнено чинники, що сприяють або ускладнюють реалізацію присутності в онлайн-середовищі, що забезпечило системну рамку для подальшого операціоналізування феномену. Інтегративну модель подолання кризи побу-

довано через синтез когнітивно-поведінкового, феноменологічного та психодинамічного підходів. Ураховано динаміку залучення, ритм взаємодії, потребу в контейнеруванні емоцій, адаптацію формату до рівня тривожності клієнта і змінність толерантності до присутності.

Окремо систематизовано обмеження цифрової присутності. Виявлено етичні дилеми, ризики емоційного вигорання фахівця, фрагментацію досвіду клієнта та невизначеність меж професійної відповідальності. Кількісні процедури не застосовувались. Дослідження спиралось на логіко-смыслову реконструкцію понять, концептуальне моделювання і рефлексивний аналіз. Запропоновано цілісну рамку для наступних емпіричних перевірок моделі психологічної присутності у супроводі молоді в кризі.

Результати та обговорення.

Психологічна присутність у цифровому середовищі та її феноменологія. У онлайн-супроводі відсутність фізичного співперебування не скасовує потреби бути емоційно побаченим і відчутти підтримку. Під час особистісної кризи саме уважний і приймаючий інший утримує суб'єкта від розпаду. Цифровий простір трансформує способи підтримки, вимагає нової чутливості і формує опосередковану, проте значущу форму присутності.

Психологічна присутність в онлайн-комунікації постає як переживання близькості, залученості та взаємного резонансу через цифрові канали. За S. J. Rudwan визначальними є емоційна співнаштовганість, динамічна чутливість до стану іншого і вміння тримати ритм взаємодії попри дистанцію [5]. Цілісність контакту важливіша за безперервність. Навіть коротка емпатійно структурована взаємодія створює досвід підтримки. Якість присутності залежить від стилю комунікації, витримування пауз і визнання мовчання як знака присутності.

У фокус-групах E. Setty молодь описує присутність як якість бути разом без нав'язування і як відчуття ритму контакту, що відповідає внутрішньому стану [6]. Пауза сприймається як частина діалогу і як ознака внутрішньої роботи, що свідчить, що присутність не потребує безперервного зв'язку і виникає завдяки налаштуванню.

Цифровий інтерфейс виступає простором зустрічі. За G. Abbadessa та колег структура інтерфейсу, сенсорний зворотний зв'язок, візуальні та звукові параметри формують базу переживання присутності [7]. Програмні рішення з індивідуалізацією взаємодії здатні створювати ефект супроводу поруч навіть за мінімальної участі фахівця. Молодь часто проектує відчуття зв'язку на програму, бота або аватар. Вразливість такого контакту не зменшує його емоційної ваги. Важливими є двосторонність, визнання і відгук, закладені у середовище.

Текст, аудіо і відео мають різні можливості передавання присутності. Текст дає час на осмислення, проте втрачає частину емоційної експресії, тому важливі стиль письма, інтонаційні маркери та послідовність реплік [5]. Відео краще передає емоції, але підсилює тривожність самопрезентації. Учасники досліджень E. Setty підкреслюють, що найглибше відчуття підтримки зумовлювала узгодженість ритму і змісту незалежно від медіа [6]. Формат має значення, проте вирішальним є зміст і емоційна якість контакту.

Психологічна присутність у цифровому супроводі не зводиться до інтенсивності взаємодії та яка визначається внутрішнім налаштуванням на іншу людину і створенням символічного тут і тепер у віртуальному середовищі. Онлайн-комунікація постає як автономна форма взаємності, тендітна, проте здатна втримувати людину в моменті.

Структурні виміри психологічної присутності в онлайн-супроводі молоді. Психологічна присутність є поліфункціональним феноменом, що проявляється у взаємодії чотирьох рівнів. Когнітивного, емоційного, екзистенційного та медійного. Їх узгодженість визначає ефективність і автентичність підтримки.

Когнітивний вимір охоплює ясність, передбачуваність і послідовність взаємодії. За А. Sadaf та L. Olesova структурованість діалогу підсилює розуміння і залученість в онлайн-контакті [8]. Для молоді в кризі це знижує тривогу і когнітивне перенавантаження та створює безпечний простір. Надмірна ж регламентація може збіднювати спонтанність, тому потрібна гнучкість.

Емоційний вимір реалізується через емпатійне супроводження, контейнерування емоцій і теплу мову підтримки. Концепт прагматичної емпатії F. Zhang підкреслює важливість доречних емоційних відповідей, що дають відчуття реального співпереживання [9]. Надмірне включення без належних меж здатне перевантажувати клієнта, отже необхідна професійна саморегуляція консультанта.

Екзистенційний вимір пов'язаний зі створенням простору для пошуку сенсу та ідентичності. М. В. Sickels наголошує на відкритості до переживань ізоляції, втрати сенсу і сумнівів у собі [10]. Здатність бути поруч із клієнтом на цій глибині зміцнює терапевтичний альянс. Водночас такий рівень потребує значних ресурсів консультанта і стійкої професійної готовності.

Медійний вимір визначається форматом комунікації. Текст підтримує рефлексію, проте втрачає частину емоційної експресії. Аудіо посилює інтимність завдяки голосу, але позбавлене візуальних сигналів. Відеозв'язок наближує взаємодію до очної, однак може підвищувати тривожність самопрезентації. Ефективність підвищує медійна гнучкість консультанта та поєднання форматів відповідно до потреб клієнта.

Важливо враховувати динаміку толерантності до присутності. Реакції варіюють від уникнення контакту до перенавантаження інтенсивною комунікацією. Консультант має дозувати включення, уважно відстежуючи зміни емоційного стану, інакше страждає терапевтичний альянс.

Сукупність вимірів потребує високої компетентності та адаптивного підходу. Їх інтеграція формує не просто факт спілкування, а дієву психологічну присутність, що підтримує молоду людину у переживаннях і пошуку сенсу.

Інтегративна модель подолання особистісної кризи через психологічну присутність. Модель необхідна через багатофакторність криз молоді у цифровій дійсності, що розмиває межі між фізичною і ментальною

присутністю та між реальним і віртуальним. Особистісна криза набуває рис кризи ідентичності, тілесності та самоконструювання. Традиційні підходи, сформовані в аналоговому просторі, потребують переосмислення для онлайн-взаємодії.

Інтегративний підхід відповідає природі цифрового досвіду, який фрагментує переживання і водночас вимагає цілісного утримання суб'єкта. Поєднання когнітивно-поведінкових, феноменологічних і психодинамічних елементів є релевантним. G. Castellini та співавтори обґрунтовують доцільність міжпідходового діалогу для розладів з багаторівневою симптоматикою, що застосовно і до кризових станів [11]. Когнітивний рівень структурує втручання і активізує рефлексивність. Феноменологічний утримує досвід тут і тепер і повертає тілесну опору. Психодинамічний висвітлює глибинні конфлікти і динаміку переносу, зокрема у цифрових контактах. Модель не зводиться до механічного додавання технік, балансує між директивністю і відкритістю, між інтерпретацією і емпатійною присутністю, між дією і витримкою.

Її засади відображають етичну та емпіричну чутливість до кризи у цифровому форматі. Принцип суб'єктності стверджує право клієнта на власний темп, форму звернення і фрагментарний наратив, у тому числі на мовчання. Принцип безперервності підтримує зв'язок не кількістю повідомлень, а якістю мовлення, сталістю тону і символічною тяглістю контакту. Принцип ритмічності визнає фазові наближення і віддалення без примусового втягування. Принцип адаптивності забезпечує зміну формату без втрати глибини, що підтверджено у підлітковому цифровому коучингу [12].

Підтримка розгортається поетапно. Вхідження у контакт знижує тривогу першого звернення і формує атмосферу прийняття через ритм відповіді і добір слів. Етап стабілізації повертає керування за рахунок дихальних практик, тілесної уваги і нормалізації повсякденного ритму. Опрацювання переживань становить ядро, передбачає допущення амбівалентності і витримання тиші як контейнера сенсу. Автономізація не завжди означає завершення стосунку, а швидше трансформацію форми і перенесення навичок у повсякденність.

Модель передбачає гнучкі траєкторії без уніфікованих маршрутів. Враховуються рівень емоційної готовності, цифрова грамотність і толерантність до інтенсивності контакту. Для одних відеозустріч є надмірно інвазивною, для інших підтримує зв'язок. Комусь потрібні паузи і можливість перечитувати повідомлення. Дослідження показує, що персоналізація інтерфейсу і дрібні налаштування підвищують ефективність допомоги. Толерантність до присутності включає право на дистанціювання, тимчасове припинення взаємодії і збереження зв'язку [12].

Визнання циклічності і неідеальності процесу, атакою повної людяності кризового руху, є ключем до живої, етичної та дієвої допомоги у цифровому середовищі.

Обговорення потенціалу та обмежень моделі психологічної присутності. Психологічна присутність у цифровому супроводі постає як інтерактивний чин-

ник, що радикально перебудовує засади взаємодії між клієнтом і фахівцем, адже в мережевому форматі бути поруч означає витримувати ритм відповіді, вибудувати послідовність реплік, користуватися емоційно насиченим мовленням, забезпечувати стабільну якість зв'язку і добирати доречну форму звертання, що для цифрово грамотної молоді часто сприймається як природний простір підтримки, де зменшується тілесна тривога розкриття і легше структурувати переживання у тексті чи аудіо [13].

Асинхронні формати демонструють подвійний потенціал, оскільки дають можливість повертатися до повідомлень у моменти нестабільності та фіксувати фрази, які резонують, проте водночас обмежують імпровізацію і позбавляють терапевта доступу до міміки, інтонації та жестів, що підвищує ризик хибних інтерпретацій у роботі з травматичними переживаннями [14].

Віртуальна взаємодія трансформує саме переживання співбуття, бо постійна доступність контакту поєднується із залежністю якості спілкування від технологічних умов, а отже замість цілісної зустрічі часто постає низка фрагментованих епізодів зв'язку, які потребують компенсації відсутності сенсорної співприсутності через посилення вербального, символічного та ритмічного оформлення діалогу [14].

Контекстуальна зумовленість цифрової присутності виявляється у впливі культури, соціального статусу, освіти та попереднього досвіду мережевої комунікації, тож релевантним стає поняття цифрової толерантності як здатності витримувати технологічно опосередкований контакт, що для частини молоді є ресурсом, а для інших джерелом напруги і перевантаження, причому обмежений або небезпечний доступ до інтернету підриває довіру і сприяє ранньому припиненню терапії [15].

Етичний вимір у цифровому форматі набуває розмитих меж, адже постають питання позасесійних відповідей, регуляції інтенсивності обміну і критеріїв завершення взаємодії в чаті, а також ризик формування хибного відчуття постійної доступності фахівця, що знижує здатність клієнта до саморегуляції [16].

Професійна вразливість фахівця посилюється ризиками емоційного виснаження, оскільки спроби підтримувати присутність без тілесної синхронізації вимагають значного енергетичного ресурсу і особливо виснажують за мінімального зворотного зв'язку чи уникання відеоканалу, що обґрунтовує потребу у спеціальних стратегіях підтримки працівників та висвітлює проблему нормативної невизначеності, яка у багатьох країнах не забезпечує чітких правил онлайн допомоги і підвищує юридичні ризики у кризових випадках, коли відсутня інформація про місцезнаходження клієнта або недосяжне його соціальне оточення [15; 16].

З огляду на зазначене ефективність моделі визначається сукупністю змінних, серед яких індивідуальна цифрова толерантність, соціокультурний контекст, технічна доступність, етична зрілість фахівця і готовність системи підтримувати нетипові формати, тому цифрову присутність доцільно розглядати не як безумовне благо чи однозначну загрозу, а як динамічну практику, що

потребує постійної етичної, професійної і методологічної корекції відповідно до розвитку технологій і психосоціальних потреб клієнтів.

Висновки. У дослідженні здійснено феноменологічний і структурно-аналітичний опис психологічної присутності як ключового чинника онлайн-супроводу молоді в особистісній кризі. Показано, що в цифровому середовищі постає як автономний психотерапевтичний феномен, здатний утримувати внутрішню цілісність навіть без фізичного контакту. Переживання суб'єктивної включеності, емоційної видимості та взаємного резонансу формується на перетині змісту повідомлень, ритму діалогу, стилю комунікації і медійного формату.

Виокремлено чотири структурні виміри психологічної присутності в онлайн-супроводі молоді. Когнітивний забезпечує структурованість, передбачуваність і ясність запитів. Емоційний спирається на емпатійність, контейнерування і теплий мовний стиль. Екзистенційний пов'язаний з підтвердженням сенсу та підтримкою пошуку ідентичності. Медійний передбачає адаптацію форматів до рівня емоційної готовності клієнта. Окреслено чинники посилення і послаблення присутності, зокрема роль пауз, стилістичних маркерів, візуальної експозиції та ритмічності контактів. Запропоновано поняття динаміки толерантності до присутності як здатності витримувати різну інтенсивність включення, що є критично важливим у кризі.

Сформульовано інтегративну модель подолання кризи через психологічну присутність у цифровому форматі, яка поєднує когнітивно-поведінкові, феноменологічні та психодинамічні компоненти і забезпечує структурність, глибину, емоційний резонанс та екзистенційну опору. Її засади включають суб'єктивність, безперервність, ритмічність і адаптивність, а поетапна структура охоплює входження у контакт, стабілізацію, опрацювання переживань і автономізацію, що формує тривалу здатність до самопідтримки.

Практичні рекомендації передбачають створення онлайн-протоколів з урахуванням динаміки толерантності клієнта, добір медіаформатів відповідно до тривожності і потреби в дистанції, а також розвиток компетентностей консультантів щодо ритмічних і символічних аспектів комунікації. Доцільним є спеціальне навчання для роботи у цифровому середовищі з акцентом на психогігієну, контейнерування емоцій і профілактику вигорання.

Обмеження стосуються відсутності кількісної верифікації моделі та фокусування на молодіжній вибірці без зіставлення з іншими віковими групами. Не здійснено глибокого аналізу культурних відмінностей у сприйнятті цифрової присутності, що може впливати на ефективність супроводу.

Подальші дослідження варто спрямувати на емпіричне тестування моделі в реальних онлайн-консультаціях, порівняння особливостей цифрової присутності у підлітків та осіб старшого віку і розроблення технологічних рішень, які інтегрують принципи психологічної присутності в інтерфейси платформ психотерапевтичної допомоги.

Література:

1. Soh, H., Oyserman D., Destin M. Identity development in the digital context: A situated identity perspective. *Social and Personality Psychology Compass*. 2024. Vol. 18. pp. 1-22.
2. Loades, M., Spencer, C., Burbeck J., Crawley E. What do they look for and what do they find? A co-produced qualitative study on young people's experiences of online mental health resources. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. 2024. Vol. 97. pp. 91-107.
3. Hällgren C., Björk Å. Young people's identities in digital worlds. *International Journal of Information and Learning Technology*. 2022. Vol. 39. pp. 413-424.
4. Livingstone S., Stoilova M. Reflections on the meaning of «digital» in research on adolescents' digital experiences. *Journal of Adolescence*. 2024. Vol. 102. pp. 1-5.
5. Rudwan I. Online psychological care and psychotherapy: Reality, evidence, and indicators. *International Journal for Scientific Research*. 2023. Vol. 2. pp. 71-97.
6. Setty E. Risks and opportunities of digitally mediated interactions: Young people's meanings and experiences. *Journal of Youth Studies*. 2024. Vol. 27. pp. 1188-1206.
7. Abbadessa, G., Brigo, F., Clerico, M., De Mercanti, S., Trojsi, F., Tedeschi, G., Bonavita S., Lavorgna L. Digital therapeutics in neurology. *Journal of Neurology*. 2022. Vol. 269. pp. 1209-1224.
8. Sadaf A., Olesova L. A Systematic Review of Strategies to Develop Students' Cognitive Presence in Online Courses. *International Conference on Higher Education Advances*. 2022. Vol. 8. pp. 65-73.
9. Zhang F. Revisiting Pragmatic Competence: An Emotional Perspective. *English Language Teaching*. 2024. Vol. 17. pp. 67-76.
10. Sickels M. Existential Depth Analysis: A Framework to Promote Empathic Psychotherapy. Duquesne University. 2023. pp. 1-10.
11. Castellini, G., Stanghellini, G., Cassioli, E., Ricca, V., Facchinetti, E., Bolognesi, M., Tomba, V., Favaro, A., Ribolsi, M., Rossi, C., Dalle Grave S., Dalle Grave R. Bridging cognitive, phenomenological and psychodynamic approaches to eating disorders: Toward an integrative model of treatment. *Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*. 2023. Vol. 28. pp. 29-41.
12. Hopman, K., Richards D., Norberg M. A digital coach to promote emotion regulation skills. *Multimodal Technologies and Interaction*. 2023. Vol. 7. pp. 1-18.
13. Kister, K., Laskowski, J., Dybała E., Makarewicz A. Are we ready for Telepsychiatry? Benefits and challenges of digital psychotherapy. *Current Problems of Psychiatry*. 2023. Vol. 24. pp. 52-67.
14. Oncu F., Balcioğlu Y. Virtualization of mental health care in the midst of chaos: is telepsychiatry a silver lining. Düşünen Adam: *The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*. 2021. Vol. 34. pp. 219-222.
15. Manalili J. Digital Boundaries: A Review of Clinical and Ethical Issues in Telepsychology among Mental Health Professionals. *Diversitas Journal*. 2024. Vol. 9. pp. 328-343.
16. Martinez-Martin, N., Dasgupta, I., Carter, A., Chandler, J. A., Kellmeyer, P., Kreitmair, K., Weiss A., Cabrera L. Hics of Digital Mental Health During COVID-19: Crisis and Opportunities. *JMIR Mental Health*. 2020. Vol. 7. pp. 1-9.

References:

1. Soh, H., Oyserman, D., & Destin, M. (2024). Identity development in the digital context: A situated identity perspective. *Social and Personality Psychology Compass*, 18(1), e12835. <https://doi.org/10.1111/spc3.12940>
2. Loades, M. E., Spencer, C., Burbeck, J., & Crawley, E. (2024). What do they look for and what do they find? A co-produced qualitative study on young people's experiences of online mental health resources. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 97(1), 91-107. <https://doi.org/10.1111/papt.12550>
3. Hällgren, C., & Björk, Å. (2022). Young people's identities in digital worlds. *International Journal of Information and Learning Technology*, 39(5), 413-424. <https://doi.org/10.1108/IJILT-06-2022-0135>
4. Livingstone, S., & Stoilova, M. (2024). Reflections on the meaning of 'digital' in research on adolescents' digital experiences. *Journal of Adolescence*, 102, 1-5. <https://doi.org/10.1002/jad.12322>
5. Rudwan, S. J. (2023). Online psychological care and psychotherapy: Reality, evidence, and indicators. *International Journal for Scientific Research*, 2(11). <https://doi.org/10.59992/IJSR.2023.v2n11p4>
6. Setty, E. (2024). Risks and opportunities of digitally mediated interactions: Young people's meanings and experiences. *Journal of Youth Studies*, 27(8), 1188-1206. <https://doi.org/10.1080/13676261.2023.2211929>
7. Abbadessa, G., Brigo, F., Clerico, M., De Mercanti, S., Trojsi, F., Tedeschi, G., Bonavita, S., & Lavorgna, L. (2022). Digital therapeutics in neurology. *Journal of Neurology*, 269, 1209-1224. <https://doi.org/10.1007/s00415-021-10608-4>
8. Sadaf, A., & Olesova, L. (2022). A Systematic Review of Strategies to Develop Students' Cognitive Presence in Online Courses. 8th International Conference on Higher Education Advances (HEAd'22). <https://doi.org/10.4995/HEAd22.2022.14700>
9. Zhang, F. (2024). Revisiting Pragmatic Competence: An Emotional Perspective. *English Language Teaching*, 17(12), 67. <https://doi.org/10.5539/elt.v17n12p67>
10. Sickels, M. B. (2023). Existential Depth Analysis: A Framework to Promote Empathic Psychotherapy (preprint). Duquesne University. <https://scispace.com/pdf/existential-depth-analysis-a-framework-to-promote-empathic-5q3ic1nt.pdf>
11. Castellini, G., Stanghellini, G., Cassioli, E., Ricca, V., Facchinetti, E., Bolognesi, M., Tomba, V., Favaro, A., Ribolsi, M., Rossi, C., Dalle Grave, S., & Dalle Grave, R. (2023). Bridging cognitive, phenomenological and psychodynamic approaches to eating disorders: Toward an integrative model of treatment. *Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 28(1), 29-41. <https://doi.org/10.1007/s40519-022-01379-6>

12. Hopman, K., Richards, D., & Norberg, M. M. (2023). A digital coach to promote emotion regulation skills. *Multimodal Technologies and Interaction*, 7(6), 57. <https://doi.org/10.3390/mti7060057>
13. Kister, K., Laskowski, J., Dybała, E., & Makarewicz, A. (2023). Are we ready for Telepsychiatry? Benefits and challenges of digital psychotherapy. *Current Problems of Psychiatry*, 24, 52-67. <https://doi.org/10.12923/2353-8627/2023-0005>
14. Oncu, F., & Balcioğlu, Y. H. (2021). Virtualization of mental health care in the midst of chaos: is telepsychiatry a silver lining. *Düşünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 34(3), 219-222. <https://doi.org/10.14744/DAJPNS.2021.00141>
15. Manalili, J. C. (2024). Digital Boundaries: A Review of Clinical and Ethical Issues in Telepsychology among Mental Health Professionals. *Diversitas Journal*, 9(Special Issue 1), 328-343. <https://doi.org/10.48017/dj.v9iSpecial1.2870>
16. Martinez-Martin, N., Dasgupta, I., Carter, A., Chandler, J. A., Kellmeyer, P., Kreitmair, K., Weiss, A., & Cabrera, L. Y. (2020). Ethics of Digital Mental Health During COVID-19: Crisis and Opportunities. *JMIR Mental Health*, 7(12), e23776. <https://doi.org/10.2196/23776>

Дата першого надходження рукопису до видання: 30.10.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 28.11.2025

Дата публікації: 30.12.2025