

МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ЕМПІРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У КЛІНІЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ: НАРАТИВНИЙ ОГЛЯД

Людмила КРУПЕЛЬНИЦЬКА¹, Світлана КРАВЧУК², Тетяна КУДРІНА³

¹ Доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0594-2369>

² Доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6951-1912>

³ Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київського національного університету імені Тараса Шевченка, м. Київ (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-8553-2457>

UDC: 159.97:615.851:001.891

АНОТАЦІЯ

Передумови. Сучасний розвиток клінічної психології та психотерапії характеризується посиленням вимог доказової практики, розширенням спектра дослідницьких дизайнів та активним упровадженням цифрових технологій. Водночас зростає актуальність методологічних проблем, пов'язаних із забезпеченням валідності, репрезентативності вибірок, контролем систематичних похибок, якістю психодіагностичного інструментарію та статистичного аналізу.

Мета. Узагальнити сучасні наукові дані щодо методологічних проблем емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії, виявити основні методологічні прогалини та визначити перспективні напрями їх подолання.

Методи. Здійснено наративний огляд наукових публікацій відповідно до методологічних рекомендацій SANRA. Пошук джерел проводився у базах Scopus і Web of Science переважно за 2020–2026 роки із застосуванням англійських та українських пошукових термінів.

Результати. Визначено ключові методологічні проблеми, пов'язані з вибором дизайну дослідження, формуванням репрезентативної вибірки, психометричною якістю інструментарію, контролем систематичних похибок, статистичним забезпеченням та використанням цифрових технологій. Особливу увагу приділено методології онлайн-досліджень, стратегіям рекрутингу, самоселекції учасників, рандомізованим контрольованим дослідженням та постстратифікації. На основі проведеного узагальнення запропоновано концептуальну модель забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень.

Висновки. Методологічна якість клініко-психологічних і психотерапевтичних досліджень потребує комплексного забезпечення всіх етапів дослідницького процесу. Інтеграція обґрунтованого дизайну, репрезентативної вибірки, валідного інструментарію, контролю систематичних похибок, сучасних статистичних підходів і цифрових технологій є передумовою отримання достовірних, відтворюваних та практично значущих наукових результатів.

Ключові слова: клінічна психологія, психотерапія, емпіричні дослідження, методологічна якість, дизайн дослідження, онлайн-дослідження, постстратифікація, цифрові технології дослідження.

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © *Liudmyla Krupelnitska, Svitlana Kravchuk, Tetiana Kudrina*

This is an Open Access journal. This work is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0)**.
Link: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

Вступ. Сучасний етап розвитку клінічної психології та психотерапії пов'язаний із впровадження принципів доказової практики, які визначають вимоги до ефективності, безпеки та наукової обґрунтованості психологічних втручань. Зростання ролі доказової практики актуалізує необхідність проведення методологічно якісних емпіричних досліджень із високим рівнем внутрішньої та зовнішньої валідності та передбачає інтеграцію найкращих наукових доказів, клінічного досвіду фахівця та індивідуальних особливостей пацієнта (Hill, & Norcross, 2023; Pomerantz, 2023).

За цих умов якість емпіричних досліджень набуває принципового значення, оскільки саме вони формують доказову базу для розроблення, оцінювання та впровадження психодіагностичних інструментів, психокорекційних і психотерапевтичних втручань.

Водночас стрімкий розвиток цифрових технологій, поширення онлайн-формату досліджень, використання електронних платформ збору даних, мобільних застосунків і соціальних мереж суттєво трансформували методологію психологічної науки. Поряд із розширенням можливостей доступу до різних категорій респондентів виникла низка нових викликів, пов'язаних із забезпеченням репрезентативності вибірки, вибором оптимального дизайну дослідження, контролем систематичних похибок, статистичною обробкою даних та відтворюваністю отриманих результатів (Jackson et al., 2023; Keith et al., 2023).

Особливої актуальності ці питання набувають у клінічній психології та психотерапії, де результати емпіричних досліджень безпосередньо впливають на обґрунтованість клінічних рішень, оцінювання ефективності психотерапевтичних втручань, розроблення клінічних рекомендацій і стандартів надання психологічної допомоги. Недостатня методологічна якість досліджень, використання нерепрезентативних вибірок, порушення принципів рандомізації, неврахування статистичних аспектів аналізу даних або недостатній контроль змішувальних чинників можуть призводити до отримання викривлених результатів, що знижує рівень їх доказовості та можливість практичного застосування (Brown et al., 2024; Norpewell et al., 2025).

Незважаючи на значну кількість наукових праць, присвячених окремим аспектам дизайну емпіричних клініко-психологічних досліджень, формування вибірки, статистичного аналізу чи оцінювання ефективності медичних та психологічних втручань, питання їх комплексної інтеграції в єдину методологічну систему залишаються недостатньо розробленими. Особливо це стосується поєднання класичних принципів експериментального дизайну з сучасними підходами до онлайн-рекрутингу учасників, використанням рандомізованих контрольованих досліджень, новітніх статистичних процедур та методів корекції структури вибірки, зокрема постстратифікації.

Таким чином, наукова проблема полягає в необхідності обґрунтування методологіч-

них засад планування та реалізації емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії з урахуванням сучасних вимог доказової науки, використання цифрових дослідницьких технологій і забезпечення високої якості емпіричних доказів.

Стан розробленості проблеми. У сучасній науковій літературі значна увага приділяється методологічній якості емпіричних досліджень у психології, психотерапії, медицині та суміжних галузях. Дослідники розглядають питання обґрунтування дизайну дослідження, добору валідних і надійних методів (Morling, 2024), контролю систематичних похибок (Brown et al., 2024), забезпечення якості емпіричних даних (Kazdin, 2023) та коректності їх статистичного аналізу й інтерпретації (Field, 2024).

Окремий напрям наукових праць становлять дослідження, присвячені формуванню вибірок (Morling, 2024; Zrineh, Al-Usta & Alwawi, 2026). У них аналізуються проблеми нерепрезентативності, недостатнього обсягу вибірки (Lakens, 2022; Mursa, et al., 2025), застосування неімовірнісного відбору, похибки самовідбору, неврахування критеріїв включення і виключення, а також обмежені можливості поширення отриманих результатів на генеральну сукупність (Zrineh, Al-Usta & Alwawi, 2026).

Для клінічної психології та психотерапії ці проблеми набувають особливої актуальності через складність доступу до клінічних груп, неоднорідність їх складу, коморбідність

психічних і соматичних розладів та етичні обмеження залучення окремих категорій учасників.

У сучасних дослідженнях також висвітлюються проблеми вибору методів і дослідницьких інструментів (Joyner & Perkins, 2023; Morling, 2024). Дослідники наголошують на необхідності використання стандартизованих методик із підтвердженими психометричними характеристиками, забезпечення відповідності методів меті та дизайну дослідження (Kazdin, 2023; Swan et al. 2023). Водночас дедалі більше уваги приділяється поєднанню кількісних і якісних методів отримання даних, а також розмежуванню статистичної та клінічної значущості встановлених результатів (Morling, 2024).

Поширення цифрових технологій зумовило зростання кількості онлайн-досліджень у психології та психотерапії (Hedman-Lagerlöf et al., 2023; Lee et al., 2023). У наукових працях аналізуються їхні переваги, зокрема оперативність збору даних та можливість залучення важкодоступних груп (Jackson et al., 2023; Zindel, 2023). Водночас дослідники звертають увагу на низку методологічних обмежень онлайн-досліджень, серед яких неуважні або неповні відповіді респондентів, цифрова нерівність і ризики, пов'язані з якістю отриманих даних (Keith et al. 2023). Окремими методологічними проблемами залишаються самовідбір учасників, недостатній контроль умов проходження дослідження та труднощі верифікації клінічного статусу респондентів, що може

впливати на репрезентативність вибірки та валідність отриманих результатів (Keiding & Louis, 2018).

Окремі дослідження присвячено статистичним способам коригування відмінностей між структурою вибірки та характеристиками цільової популяції (Gary, Lenhard, Lenhard, & Herzberg, 2024; Triveni, Danish, & Tawiah, 2024). До таких способів належать зважування даних, постстратифікація, калібрування ваг та інші процедури, спрямовані на зменшення наслідків непропорційного представлення окремих груп. Водночас дослідники застерігають, що статистичне коригування не може повністю компенсувати недоліки формування вибірки та усунути систематичні відмінності за неврахованими характеристиками (Gary, Lenhard, Lenhard, & Herzberg, 2024; Si, Lee, & Heeringa, 2024).

Отже, аналіз останніх досліджень і публікацій показав, що, незважаючи на значну кількість праць, присвячених окремим методологічним аспектам емпіричних досліджень, у сучасній науковій літературі бракує комплексних узагальнювальних робіт, у яких методологічні проблеми емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії розглядалися б як взаємопов'язана система, що охоплює дослідницький дизайн, формування вибірки, психометричне забезпечення, цифрові технології, статистичний аналіз і принципи доказової практики.

Метою даного дослідження є узагальнення сучасних наукових даних щодо методологіч-

них проблем емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії, виявлення основних методологічних прогалин, визначення перспективних напрямів їх подолання та формування цілісного уявлення про забезпечення методологічної якості таких досліджень.

Методи. Для досягнення цілей статті авторами здійснено *наративний огляд* попередніх досліджень, опублікованих щодо методологічних проблем емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії. Наративний огляд є гнучким методом вторинного дослідження, не вимагає стандартизованих чи формалізованих протоколів, спираючись на загальнонаукові та якісні методи *аналізу й синтезу* інформації (Sukhera, 2022). Наративний огляд доцільно застосовувати, коли дослідницьке питання є широким та або коли бракує високоякісних досліджень з цієї теми (Baumeister, 2012). Він дозволяє отримати загальне розуміння того, які аспекти були вивчені, а які ще потребують дослідження. Цей оглядовий наративний матеріал було складено відповідно до методологічних рекомендацій інструменту «Scale for the Assessment of Narrative Review Articles (SANRA)» (Baethge, Goldbeck-Wood, & Mertens, (2019).

Для відбору релевантних досліджень, включених до наративного огляду, було проведено пошук наукової літератури, опублікованої у 2020–2026 роках, з метою виявлення публікацій, що відповідали меті дослідження. Більш ранні праці включалися до аналізу лише у випадках, коли новіші дослідження з ок-

ремих аспектів проблеми були відсутні. Електронний пошук у базах Scopus та WOS проводився з використанням комбінації широких пошукових термінів англійською та українською мовами, включаючи варіанти «дослідження», «емпіричне дослідження», «проблеми емпіричних досліджень», «клінічна психологія», «психотерапія», «онлайн-дослідження», «дослідження в мережі Інтернет». Часові обмеження на пошук статей різними авторами не встановлювалися. Пошук джерел здійснювався включно з квітня по травень 2026 року. Різні автори даного наративного огляду з кожної публікації відбирали релевантні дані.

Критерії відповідності досліджень, включених до огляду. Публікації були відібрані для включення до цього огляду, якщо вони відповідали наступним критеріям: 1) опубліковані у рецензованих наукових виданнях англійською або українською мовами; 2) присвячені методологічним проблемам емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії; 3) належать до таких типів наукових праць: емпіричні дослідження, систематичні огляди, метааналізи, наративні огляди, а також наукові книги та окремі розділи книг.

Результати. Емпіричні дослідження у клінічній психології та психотерапії характеризуються значною методологічною різноманітністю, що зумовлено складністю об'єкта дослідження, необхідністю врахування біопсихосоціальних чинників психічного здоров'я та високими вимогами доказової практики.

Вибір дизайну дослідження визначається поставленою метою, характером дослідницьких запитань, особливостями клінічної вибірки та можливістю контролю впливу сторонніх чинників.

У сучасних дослідженнях широко застосовуються експериментальні, квазіекспериментальні, кореляційні, поперечні, лонгітюдні, когортні та змішані дизайни (Sarun, 2026). У клініко-психологічних та психотерапевтичних дослідженнях особливе місце займають рандомізовані контрольовані дослідження (Cuijpers et al., 2024; Mohr, 2024), які розглядаються еталонним дизайном оцінювання ефективності психотерапевтичних втручань. У клінічній психології, патопсихології поряд з рандомізованими контрольованими дослідженнями широко використовуються психодіагностичні, обсерваційні та комбіновані дослідницькі стратегії (Joyner & Perkins, 2023).

Методологічні проблеми емпіричних досліджень у психотерапії

Класичні моделі, форми та умови проведення психотерапії на сьогоднішній день зазнали численних наукових верифікацій (Karpenko, 2022). Тим не менш постійно продовжують відкриватись нові невивчені дослідницькі поля. Фокус уваги дослідників зміщується з ефективності класичних психотерапевтичних моделей на ефективність нових підходів, результати інтеграції різних підходів та методів, розкриття механізмів психотерапевтичної взаємодії тощо (Luo & Levendosky, 2025).

Проведення емпіричних досліджень у галузі психотерапії має враховувати основні сучасні психотерапевтичні тренди. До них належать, зокрема, домінування доказових методів, фокусування на нейробіологічній верифікації змін у мозку (Zheng et al., 2025), виразні інтеграційні процеси (Satyanarayana, 2025), перехід значної частки психотерапії в онлайн (телетерапія) (Olsson, McClellan, Zuvekas, Wall, & Blanco, 2025).

На основі аналізу багатьох рандомізованих клінічних випробувань автори, що вивчають сучасні психотерапевтичні тренди, стверджують, що більша частина усіх сучасних досліджень фокусується на когнітивно-поведінковій терапії (КПТ), яка є своєрідним стандартом доказових психотерапевтичних практик. Водночас інтерес до психодинамічного та системного сімейного підходів у наукових публікаціях знижується (David, Cristea, & Hofmann, 2018; Yaden et al., 2023).

Особлива роль КПТ серед інших підходів пояснюється, тим, що цей підхід є найбільш вивченим, а результати досліджень демонструють перевагу КПТ над багатьма іншими методами або ж показують, що вона щонайменше не поступається їм. При цьому автори, які підтверджують результатами своїх досліджень велике значення тренду доказовості, зазначають, що багато можливостей міститься в інтегративних моделях психотерапії, у яких найчастіше КПТ слугує фундаментальною платформою для інтеграції (van Agteren et al., 2021).

На сьогоднішній день існують також спроби метатеоретичного синтезу концепцій, які лежать в основі різних психотерапевтичних підходів, у яких збережено їх "рівні права". Так, С. М. Хінглі проаналізувала основні теоретичні підходи та виявила транстеоретичні конструкти (свідомий розум; несвідомий розум; психологічний захист; конструктивні стосунки, що забезпечують розвиток; несвідомі внутрішні моделі себе, інших, стосунків та зовнішнього світу) й аспекти терапевтичного процесу, що перетинаються (значення емоцій; релевантність поведінки; важливість досвіду стосунків; вроджена здатність до росту та розвитку) та запропонувала їх синтез на діалектичній основі. При описі результатів такого синтезу авторка використовує теоретично нейтральну мову (Hingley, 2025).

Варто зазначити, що визначення причинно-наслідкових зв'язків є основою будь-якого наукового дослідження та засобом доказової бази практики. Однак врахування складного характеру зв'язків спонукає вчених обережно ставитись до формулювання висновків про причинно-наслідкові зв'язки. Застосування методів, що відхиляються від експериментального дизайну, зазвичай не дає достатньо підстав для висновку про причинно-наслідковий зв'язок. Підстави для таких висновків дають дизайни, що дотримуються більш чітких критеріїв доказовості, зокрема, рандомізовані контрольовані дослідження. Результатам інших дизайнів приписуються нижча пояснювальна сила та відповідно нижчий

науковий статус (Oddli, Stänicke, Halvorsen & Lindstad, 2023).

З приводу принципу доказовості як головного орієнтиру в оцінці результатів дослідження психотерапії слід відзначити обмеження медичної моделі, у відповідності до якої очікується, що той чи інший психотерапевтичний метод викликатиме ті чи інші зміни у клієнта (Starkov, 2025). Це не означає, що застосування психотерапевтичних методів не має жодного специфічного впливу, проте, очевидно, зв'язки між психотерапевтичними впливами та результатами є складнішими. Складна взаємодія між загальними факторами психотерапії, такими як терапевтичний альянс, емпатія, очікування від психотерапії, культурна адаптація, особистісні відмінності терапевтів, особистісні якості клієнта, та специфічними факторами, які відображають особливу дію тих чи інших психотерапевтичних методів, результується у тому, що наслідки застосування психотерапевтичних втручань можуть бути відчутні для клієнта тільки певною мірою після завершення цих втручань, але повністю стають відчутними чи усвідомленими через певний час після їх завершення. При такому способі осмислення психотерапевтом результатів своєї діяльності він начебто поступається науковим мисленням задля практичної доцільності, спираючись на ретродуктивний та абдуктивний методи – від спостережуваних фактів чи подій назад до їхніх прихованих структурних причин, механізмів або пояснювальних гіпотез та шукаючи найкраще

та найбільш правдоподібне пояснення для наявних фактів.

Незавершеність та гостроту наукової дискусії щодо найістотніших чинників ефективності психотерапії, сучасну картину неможливості виявити однозначні зв'язки багато авторів називають кризою доказовості (Oddli, Stänicke, Halvorsen & Lindstad, 2023).

Ще одним сучасним психотерапевтичним трендом є онлайн-формат психотерапії (Etzelmueller et al., 2020), пов'язаний зі специфікою інформаційного суспільства. При цьому це стосується не якогось окремого психотерапевтичного підходу, а розповсюджується на психотерапію загалом (Moore & Mahmood, 2025).

Дистанційний формат психотерапії має багато переваг: клієнт може залишатись в зручному та знайомому оточенні, не витрачаючи додаткових ресурсів, щоб дістатись до кабінету психотерапевта, не переживаючи стресу від «чужої» обстановки, необхідності виглядати певним чином тощо. А в певних ситуаціях (таких як пандемія чи події війни) такий формат для певних категорій клієнтів може бути єдиним з доступних.

Базовою вимогою до проведення досліджень у галузі психотерапії є врахування стандартів доказової медицини (Cook, Schwartz, & Kaslow, 2017). Узагальненою метою науковців при цьому є доведення того, що зміни у стані клієнта викликані саме психотерапією, а не випадковими чинниками, плином часу чи плацебо-ефектами. Для цього використову-

ються рандомізовані контрольовані дослідження: учасників ділять на групи, одна з яких отримує певне психотерапевтичне лікування, а інша – отримує плацебо-лікування на кшталт дружньої розмови, але без застосування специфічних психотерапевтичних інтервенцій, або ж не зазнає ніяких впливів, перебуваючи в списку очікування (Andersson, Vigerland & Lenhard, 2024).

Для вивчення ефективності психотерапії також широко використовують порівняльні дослідження, у яких зіставляються ефекти різних психотерапевтичних підходів чи методів або ж ефекти певного психотерапевтичного підходу (методу) та медикаментозного лікування (Cuijpers, Miguel & Harrer, 2023; Giguère et al., 2025).

Для контролю чистоти психотерапевтичних впливів і слідування протоколу психотерапевти у таких дослідженнях мають спиратись на визначені інструкції. Запис сесій на відео дає можливість незалежним експертам перевірити “чистоту” психотерапевтичних впливів (Aafjes-van Doorn, Liu & Kamsteeg, 2022).

Використання апаратних методик, таких сучасних методів, як нейровізуалізація, застосування біомаркерів до та після психотерапевтичних інтервенцій уможливають фіксацію об’єктивних змін в мозкових структурах та нейронних мережах, а також на рівні цілісного організму (Jashvanth et al., 2026).

Оцінка результатів психотерапевтичних впливів враховує й часовий аспект. Щоб

перевірити, наскільки довготривалим є результат, стандартизовані шкали, цифровий моніторинг, засоби нейровізуалізації, біомаркери тощо використовують не лише до початку і зразу після завершення застосування тих чи інших методів, але й через, скажімо, 6 місяців, рік чи навіть більше року (Cammisuli & Castelnuovo, 2023).

Головними викликами для дослідників психотерапії залишаються ефект плацебо та залежність результатів психотерапевтичного впливу від особистості психотерапевта. Адже сукупність особистісних якостей психотерапевта, його здатність встановлювати терапевтичні стосунки часто виявляється більш важливим чинником ефективності, ніж зміст та технологія конкретних втручань (Dubljanin et al., 2026).

Для узагальнення наявних в тому чи іншому аспекті вивчення психотерапії результатів широко використовуються метааналізи (наприклад, Harrer et al., 2025; Ladmanová et al., 2025) та систематичні огляди (для прикладу, Rometsch, Martin & Cosci, 2025), які уможливають більш вивірені висновки щодо того чи іншого психотерапевтичного аспекту, механізму, ефективності методу тощо.

М. Краузе (Krause) на основі проведеного метааналізу підсумовує результати досліджень психотерапії останнього десятиліття таким чином. Дослідження процесу психотерапії використовують різноманітні якісні та кількісні методи, часто створюючи нові процедури. Найчастіше оцінюваними макропро-

Таблиця 1.

Методологічні вимоги до сучасних емпіричних досліджень ефективності психотерапії

Методологічний компонент доказового дослідження	Методологічне значення
Рандомізоване контрольоване дослідження (RCT)	забезпечення високої внутрішньої валідності
Контрольна група	відмежування ефекту психотерапії від природного перебігу, плацебо та сторонніх чинників
Стандартизований психотерапевтичний протокол	відтворюваність психотерапевтичних втручань
Контроль терапевтичної вірності (treatment fidelity)	перевірка дотримання психотерапевтичного протоколу
Використання валідних психодіагностичних інструментів	достовірність оцінювання результатів
Нейровізуалізація, біомаркери, цифровий моніторинг	об'єктивізація терапевтичних змін
Катамнестичне спостереження	оцінювання стійкості терапевтичного ефекту
Систематичні огляди та метааналізи	інтеграція доказів і формування клінічних рекомендацій

цесними змінними є зміни, які постійно відбуваються, терапевтичні стосунки (переважно терапевтичний альянс) та терапевтичні інтервенції; тоді як найбільш широко вивченими мікропроцесними змінними є події, які призвели до змін, складні епізоди (переважно розриви стосунків) та терапевтичні інтервенції. При цьому щодо результатів макрорівня зазначається, що основним змістом постійних змін є побудова нових значень та прогресування психологічної інтеграції; важливим є зв'язок терапевтичного альянсу з постійними змінами та результатом; до того ж, існує складність пов'язування втручання з результатом, оскільки різні фази і процеси терапії потребують різних оцінок. Результати мікрорівня вказують на те, що важливі події впливають на постійні зміни, які продовжують відбуватись, та на результат; що при розриві стосунків важливим фактом є їх відновлення; що характер комунікації психотерапевта має безпосередній вплив на комунікацію пацієнта. Автор дохо-

дить висновку, що наші знання щодо різних аспектів психотерапії залишаються досить фрагментарними, а надійних та повторюваних результатів все ще мало. Лише кілька змінних послідовно прогнозують результат у більшості психотерапевтичних підходів та лише в галузі дослідження терапевтичного альянсу вдалось провести метааналізи, які продемонстрували чіткий вплив цього фактора на результати терапії. І все ж, незважаючи на ці обмеження, дослідження процесу психотерапії є потужним інструментом для виявлення механізмів змін (Krause, 2024).

Аналіз сучасних наукових публікацій дав змогу систематизувати ключові методологічні вимоги до емпіричних досліджень ефективності психотерапії, які узагальнено в табл. 1.

Методи збору емпіричних даних та цифрові технології

Відповідно до поставлених завдань в клініко-психологічних дослідженнях застосовуються різноманітні методи збору емпіричних даних: стандартизовані психодіагностичні методики, клінічні інтерв'ю, поведінкове спостереження, психофізіологічні вимірювання, експериментальні процедури, а також якісні методи, зокрема фокус-групи, напівструктуровані та глибинні інтерв'ю (Bernstein, Teachman, Olatunji & De Los Reyes, 2024; Swan et al., 2023). Останні особливо цінні при дослідженні суб'єктивного досвіду пацієнтів, процесу психотерапії та особливостей переживання психічних розладів.

Автори вказують, що стрімкий розвиток цифрових технологій, телемедицини, дистанційного психологічного консультування та онлайн-психотерапії суттєво трансформували методологію сучасних клініко-психологічних досліджень (Hall et al., 2026; Löchner et al., 2025; Torous et al., 2021). Якщо раніше мережа Інтернет переважно використовувалася як допоміжний інструмент рекрутингу учасників, то сьогодні вона стала повноцінним дослідницьким середовищем, у якому здійснюються психодіагностичні обстеження, експериментальні дослідження, психотерапевтичні інтервенції, довготривалі лонгітюдні спостереження та збір цифрових поведінкових даних.

Відповідно до рекомендацій *Association of Internet Researchers Ethics Working Committee*, інтернет-дослідження охоплюють широкий спектр методологічних підходів, пов'язаних із використанням мережі Інтернет

для збору, аналізу та зберігання емпіричних даних. До них належать проведення онлайн-опитувань, інтерв'ю, експериментів, використання цифрових архівів, автоматизований збір інформації, дослідження активності користувачів у соціальних мережах, блогах, форумах та інших цифрових середовищах, аналіз програмного забезпечення, цифрової інфраструктури, а також візуального, текстового і мультимедійного контенту (Association of Internet Researchers, 2020).

У клінічній психології мережа Інтернет виконує подвійну функцію. З одного боку, вона виступає середовищем проведення емпіричних досліджень, а з іншого – самостійним об'єктом наукового аналізу (Salmons, 2022; Kozinets, 2020; Torous et al., 2021). У зв'язку з цим доцільно виокремити два основні напрями клініко-психологічних онлайн-досліджень: дослідження, що проводяться за допомогою Інтернету, та дослідження клініко-психологічних аспектів функціонування людини в цифровому середовищі. Подібний підхід дозволяє інтегрувати традиційні методи клінічної психології з новими цифровими технологіями, суттєво розширюючи дослідницькі можливості (Torous et al., 2021; Löchner et al., 2025).

До якісних онлайн-методів належать онлайн-фокус-групи, інтернет-інтерв'ю, нетнографія, цифрова етнографія, структуроване онлайн-спостереження, а також аналіз матеріалів соціальних мереж, блогів, форумів та інших цифрових спільнот (Kozinets, 2020;

Salmons, 2022; Morini et al., 2025).

Серед кількісних онлайн-методів найбільшого поширення набули онлайн-експерименти, дистанційне психодіагностичне тестування, онлайн-опитування, екологічне моментне оцінювання (ЕМА), а також кількісний аналіз цифрових слідів користувачів і великих масивів цифрових даних (Big Data), включаючи використання даних пошукової аналітики (Google Trends) (Salmons, 2022; Torous et al., 2021; Mohr et al., 2024; Morini et al., 2025).

Значного поширення у психологічних дослідженнях набуває також аналіз матеріалів спеціалізованих онлайн-спільнот, зокрема Reddit, що дозволяє досліджувати особливості переживання психічних розладів, стигматизації, психологічної підтримки та процесів взаємодопомоги (наприклад, Morini et al., 2025).

Використання цифрових технологій, яке є невід'ємною складовою життя в інформаційному суспільстві, істотно розширило можливості клініко-психологічних досліджень. До основних переваг онлайн-досліджень належать економія часу та ресурсів, можливість швидкого залучення великої кількості респондентів із різних регіонів, формування цільових вибірок, автоматизація збору та обробки даних, зниження впливу експериментатора, забезпечення більшої анонімності та відвертості відповідей, програмний контроль проходження дослідження, отримання інформації в режимі реального часу, використання інтерактивних дослідницьких інструме-

нтів, а також аналіз великих масивів цифрових даних (Salmons, 2022; Torous et al., 2021; Löchner et al., 2025). Усе це значно підвищує ефективність проведення клініко-психологічних досліджень та відкриває нові можливості для вивчення психічного здоров'я в природних умовах життєдіяльності людини (Löchner et al., 2025; Torous et al., 2021).

Разом із беззаперечними перевагами використання Інтернету виникає низка принципово нових методологічних проблем. Якщо організація збору даних істотно спрощується, то забезпечення репрезентативності вибірки, контролю систематичних похибок та можливості узагальнення отриманих результатів стає значно складнішим (Cornesse et al., 2020; Keiding & Louis, 2018; Keith et al., 2023). Саме тому одним із ключових питань сучасних клініко-психологічних онлайн-досліджень є формування дослідницької вибірки, оскільки саме від її якості значною мірою залежить достовірність, валідність і можливість коректної інтерпретації отриманих емпіричних результатів (Kazdin, 2023; Brown et al., 2024).

Формування вибірки та забезпечення методологічної якості досліджень

На відміну від традиційних досліджень, рекрутинг учасників у мережі Інтернет значною мірою ґрунтується на добровільній участі, що підвищує ризик систематичних похибок, насамперед ефекту самоселекції. У дослідженнях психічного здоров'я частіше беруть участь особи, які мають особисту зацікавленість у темі дослідження, вищий рівень цифрової

компетентності або доступ до онлайн-ресурсів (Hall et al., 2026), що може обмежувати можливість узагальнення отриманих результатів на ширшу клінічну популяцію.

Для мінімізації зазначених ризиків застосовуються різні стратегії рекрутингу учасників, зокрема залучення пацієнтів через заклади охорони здоров'я та психотерапевтичні центри, професійні й пацієнтські онлайн-спільноти, соціальні мережі, спеціалізовані дослідницькі панелі, а також засоби таргетованої цифрової реклами (Zindel, 2023; Keith et al., 2023; Jackson et al., 2023). Вибір конкретної стратегії рекрутингу визначається метою дослідження, особливостями цільової популяції, доступністю потенційних учасників та вимогами до репрезентативності вибірки (Cornesse et al., 2020).

У клініко-психологічних дослідженнях важливе значення має також застосування відповідних способів формування вибірки. Одним із найбільш поширених підходів в онлайн-дослідженнях є квотна вибірка, яка забезпечує відповідність складу вибірки за ключовими соціально-демографічними та клінічними характеристиками (вік, стать, рівень освіти, регіон проживання, клінічний статус тощо) (Cornesse et al., 2020; Stagnaro et al., 2026).

У дослідженнях ефективності психотерапевтичних втручань «золотим стандартом» залишаються рандомізовані контрольовані дослідження, які завдяки випадковому розподілу учасників між експериментальною та контрольною групами забезпечують високий

рівень внутрішньої валідності (Mohr, 2024). Разом із тим навіть у таких дослідженнях онлайн-рекрутинг не усуває повністю ризиків селекційних похибок і втрати учасників під час спостереження.

У зв'язку з цим дедалі більшого значення набувають статистичні методи корекції структури вибірки. Одним із найбільш ефективних підходів є постстратифікація, яка передбачає зважування отриманих даних відповідно до відомих характеристик генеральної сукупності (Gary et al., 2024; Triveni et al., 2024). Її застосування дозволяє частково компенсувати наслідки нерепрезентативного відбору, зменшити систематичні похибки, підвищити точність оцінок та обґрунтованість висновків, що особливо важливо для клініко-психологічних онлайн-досліджень, результати яких використовуються як основа для прийняття науково обґрунтованих клінічних рішень.

Наприклад, під час онлайн-дослідження поширеності симптомів депресії або посттравматичного стресового розладу серед населення України до участі можуть частіше долучатися жінки, молодь, особи з вищою освітою або респонденти, які вже мають психологічні труднощі та зацікавлені тематикою психічного здоров'я. У результаті структура сформованої вибірки може істотно відрізнятися від структури генеральної сукупності, що є типовим наслідком самоселекції та використання неймовірнісного онлайн-

Таблиця 2.

Основні методологічні проблеми емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії й шляхи їх рішення

Методологічна проблема	Можливі наслідки	Методологічне рішення
Недостатньо обґрунтований дизайн дослідження	зниження внутрішньої та зовнішньої валідності	добір дизайну відповідно до дослідницьких запитань; використання рандомізованих контрольованих досліджень, квазіекспериментальних або змішаних дизайнів
Нерепрезентативна вибірка	обмежена можливість узагальнення результатів	квотний відбір, стратифікація, багатоетапний рекрутинг
Самоселекція учасників	систематичні селекційні похибки	різноманітні канали рекрутингу, клінічні бази, спеціалізовані панелі
Недостатня психометрична якість методик	помилки вимірювання	використання стандартизованих валідних і надійних інструментів
Недостатній контроль змішувальних чинників	викривлення причинно-наслідкових висновків	рандомізація, контроль конфаундерів, статистичне моделювання
Недосконалий статистичний аналіз	некоректна інтерпретація результатів	сучасні статистичні методи, аналіз ефектів, постстратифікація
Методологічні ризики онлайн-досліджень	цифрова нерівність, низька якість даних	контроль якості відповідей, верифікація даних, комбінований рекрутинг

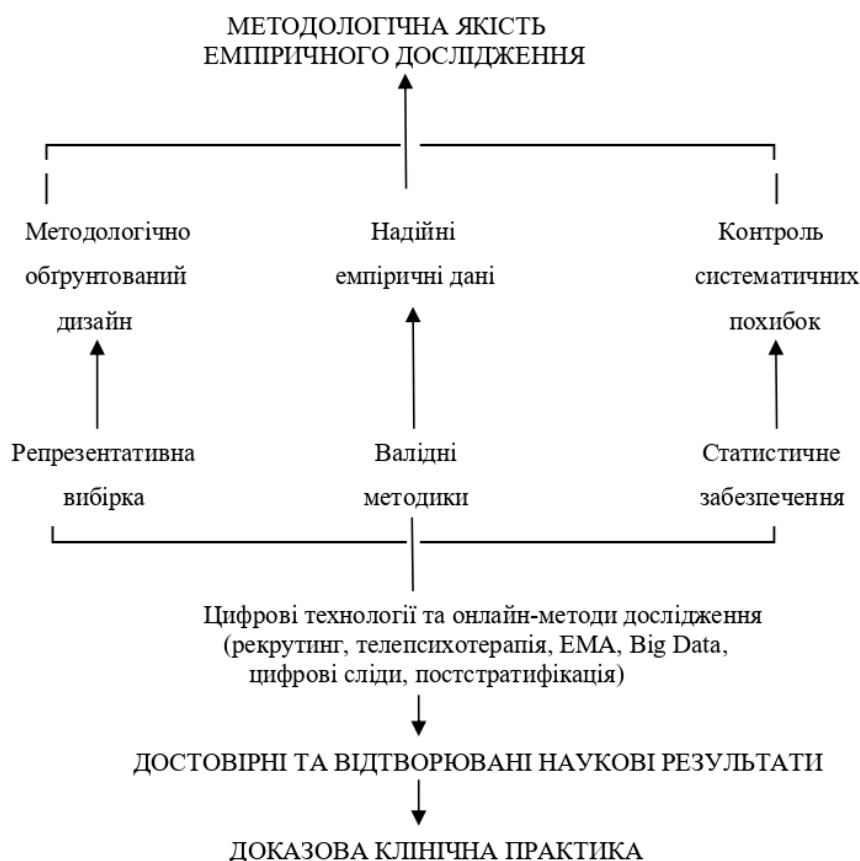


Рис. 1. Концептуальна модель забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії

рекрутингу (Keiding & Louis, 2018; Cornesse et al., 2020). У таких випадках застосування пос-

тестратифікації дає можливість скоригувати вагові коефіцієнти окремих груп респондентів відповідно до їх реального представництва в популяції, що сприяє підвищенню репрезентативності вибірки, точності статистичних оцінок та обґрунтованості отриманих висновків (Triveni et al., 2024; Si et al., 2024; Stagnaro et al., 2026).

Схожа ситуація виникає під час оцінювання ефективності онлайн-психотерапевтичних втручань. До таких досліджень нерідко частіше долучаються особи, які мають вищу цифрову грамотність, стабільний доступ до інтернету, вищий соціально-економічний статус або більшу готовність брати участь у дослідженнях, тоді як окремі категорії пацієнтів можуть залишатися недостатньо представленими (Hall et al., 2026; Stagnaro et al., 2026). За таких умов застосування постстратифікації дозволяє статистично скоригувати структуру вибірки, зменшити вплив селекційних похибок і підвищити узагальнюваність результатів щодо ефективності психотерапевтичних втручань (Triveni et al., 2024; Si et al., 2024).

Як бачимо, формування вибірки є одним із ключових етапів планування клініко-психологічних онлайн-досліджень. Поєднання сучасних стратегій рекрутингу, використання адекватних методів відбору учасників, застосування рандомізації у дослідженнях ефективності психотерапії та статистичних процедур корекції, зокрема постстратифікації, дозволяє істотно підвищити репрезентативність вибір-

ки, внутрішню й зовнішню валідність дослідження, а також забезпечити достовірність і практичну цінність отриманих результатів.

Проведений аналіз сучасних наукових публікацій свідчить, що забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії потребує комплексного врахування взаємопов'язаних аспектів, які стосуються дизайну дослідження, формування вибірки, психометричної якості інструментарію, статистичного забезпечення та використання цифрових технологій. Узагальнення основних методологічних проблем, їх можливих наслідків і шляхів мінімізації наведено в табл. 2.

На основі узагальнення сучасних наукових джерел сформовано концептуальну модель забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії (див. рис. 1).

Запропонована концептуальна модель поєднує методологічно обґрунтований дизайн дослідження, формування репрезентативної вибірки, використання валідного психодіагностичного інструментарію, контроль систематичних похибок, сучасне статистичне забезпечення та цифрові технології як взаємопов'язані компоненти отримання достовірних і відтворюваних наукових результатів.

Дискусія. Ми спрямували даний наративний огляд на узагальнення сучасних наукових підходів до розуміння методологічних проблем емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії. Аналіз опрацьова-

них публікацій засвідчив, що основними дискусійними питаннями сучасної методології в даному проблемному полі залишаються вибір оптимального дизайну дослідження, забезпечення внутрішньої і зовнішньої валідності, формування репрезентативної вибірки, добір валідного психодіагностичного інструментарію, контроль систематичних похибок, застосування сучасних статистичних процедур, а також інтеграція цифрових технологій та онлайн-методів у дослідницький процес. Подібні тенденції відзначаються у працях Kazdin (2023), Morling (2024), Brown et al. (2024), Joyner і Perkins (2023), Jackson et al. (2023), Keith et al. (2023), Löchner et al. (2025), Hall et al. (2026) та інших авторів, які наголошують на необхідності підвищення методологічної якості сучасних клініко-психологічних досліджень.

У контексті даного наративного огляду ми акцентуємо увагу на взаємозв'язку між методологічно обґрунтованим дизайном дослідження, формуванням дослідницької вибірки, використанням цифрових технологій та статистичним забезпеченням емпіричних досліджень. На відміну від більшості попередніх публікацій, у яких ці питання переважно розглядаються ізольовано, проведений нами наративний огляд інтегрує їх у межах єдиної концептуальної моделі забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії. Отримані узагальнення узгоджуються із сучасними рекомендаціями щодо забезпечення доказовості психо-

логічних втручань, необхідності використання валідних психометричних інструментів, контролю систематичних похибок, а також розвитку цифрових форм клініко-психологічних досліджень і телепсихотерапії (Kazdin, 2023; Swan et al., 2023; Brown et al., 2024; Hedman-Lagerlöf et al., 2023; Löchner et al., 2025).

Проведений нами огляд розкриває недостатність кількості та фрагментованість публікацій щодо досліджень, присвячених застосуванню постстратифікації та інших сучасних методів статистичного коригування саме у клініко-психологічних онлайн-дослідженнях, а також питанням поєднання цифрових джерел даних із традиційними психодіагностичними методами. Незважаючи на значне зростання кількості публікацій із окремих аспектів методології емпіричних досліджень, комплексних робіт, присвячених інтеграції дизайну дослідження, методів формування вибірки, сучасних цифрових технологій, психометричного забезпечення та статистичних процедур у межах єдиної методологічної концепції, поки що недостатньо.

Це вказує на необхідність розробки рекомендацій щодо методології емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії. Перспективними напрямками є створення рекомендацій щодо методології проведення онлайн клініко-психологічних досліджень, удосконалення стратегій рекрутингу та формування репрезентативних вибірок, подальше впровадження сучасних статистичних методів корекції систематичних похибок, а також інте-

грації цифрових технологій, мобільного моніторингу, цифрових слідів і технологій Big Data з традиційними методами психодіагностики і оцінювання ефективності психотерапевтичних втручань.

Обмеження дослідження.

Проведене дослідження має низку обмежень, які необхідно враховувати під час інтерпретації отриманих результатів.

По-перше, застосування нарративного огляду як дослідницької стратегії не передбачає кількісної інтеграції результатів окремих досліджень, характерної для систематичних оглядів і метааналізів. Відповідно, отримані висновки ґрунтуються на якісному узагальненні сучасних наукових публікацій, а не на статистичному синтезі емпіричних даних.

По-друге, основну увагу було зосереджено на наукових публікаціях, опублікованих у 2020–2026 роках. Такий підхід дав змогу відобразити сучасний стан досліджуваної проблеми, однак водночас обмежив аналіз окремих класичних праць, які заклали теоретико-методологічні засади сучасних емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії.

По-третє, переважна орієнтація на публікації, представлені в міжнародних наукометричних базах Scopus і Web of Science, дала змогу врахувати сучасні міжнародні тенденції розвитку методології емпіричних досліджень. Водночас недостатня представленість у цих базах українських наукових праць, безпосередньо присвячених методологічним проблемам

емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії, обмежила можливості повного висвітлення специфіки вітчизняного наукового контексту.

Висновки. Сучасні емпіричні дослідження у клінічній психології та психотерапії характеризуються розширенням спектра дослідницьких дизайнів, активним впровадженням цифрових технологій та широким використанням онлайн-методів збору емпіричних даних. Це створює нові можливості для дослідження психічного здоров'я, водночас актуалізуючи методологічні виклики, пов'язані із забезпеченням репрезентативності вибірки, контролем систематичних похибок, добром валідного інструментарію, статистичним забезпеченням та відтворюваністю отриманих результатів.

Проведений нарративний огляд дав змогу узагальнити сучасні підходи до забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії, систематизувати основні методологічні проблеми та шляхи їх мінімізації, а також інтегрувати їх у концептуальну модель забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень. У цій моделі відображено комплексний характер забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії. Основні компоненти моделі взаємопов'язані як складові дослідницького процесу.

Одним із ключових чинників достовірності емпіричних досліджень є належне фор-

мування дослідницької вибірки. Використання адекватних стратегій рекрутингу учасників, врахування ризиків самоселекції, застосування квотного відбору, рандомізованих контрольованих досліджень під час оцінювання ефективності психотерапевтичних втручань, а також сучасних статистичних методів корекції, зокрема постстратифікації, сприяє підвищенню репрезентативності вибірки, зменшенню систематичних похибок та підвищенню обґрунтованості отриманих результатів.

Забезпечення методологічної обґрунтованості всіх етапів емпіричного дослідження – від вибору дизайну і методів збору даних до формування вибірки, статистичного забезпечення та використання цифрових дослідницьких технологій – є необхідною передумовою отримання достовірних, відтворюваних і практично значущих доказів у клінічній психології та психотерапії.

Перспективи подальших досліджень авторів пов'язані з подоланням окреслених обмежень шляхом розширення часових меж аналізу, ширшого залучення вітчизняних наукових джерел, а також застосування систематичних оглядів і метааналітичних підходів для кількісної інтеграції отриманих результатів. Окремим напрямом подальших досліджень є вдосконалення методології цифрових клініко-психологічних досліджень, інтеграція цифрових джерел даних (Big Data, цифрових слідів, мобільного моніторингу) із традиційними психодіагностичними методами та оцінювання

їхнього впливу на валідність і відтворюваність результатів.

References :

- Aafjes-van Doorn, K., Liu, A., & Kamsteeg, C. (2022). Videorecorded treatment sessions for professional development. *Counselling Psychology Review*, 37(1), 4–20. <https://doi.org/10.53841/bpscpr.2022.37.1.4>
- Andersson, R., Vigerland, S., & Lenhard, F. (2024). Single-blinded, randomised, parallel-group, controlled trial comparing the efficacy and cost-effectiveness of therapist- and self-guided internet-delivered behavioural activation versus treatment as usual for adolescents with mild to moderate depression: Study protocol. *BMJ Open*, 14(10), e083507. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2023-083507>
- Association of Internet Researchers. (2020). *Internet research: Ethical guidelines 3.0*. <https://aoir.org/reports/ethics3.pdf>
- Baethge, C., Goldbeck-Wood, S., & Mertens, S. (2019). SANRA – a scale for the quality assessment of narrative review articles. *Research integrity and peer review*, 4(1), <https://doi.org/10.1186/s41073-019-0064-8>
- Baumeister R.F. (2012) Writing a Literature Review. In: PrinsteinMJ (Ed.), *The Portable Mentor: Expert Guide to a Success-ful Career in Psychology* (pp. 119–132). Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3994-3_8
- Bernstein, D. A., Teachman, B. A., Olatunji, B. O., & De Los Reyes, A. (2024). *Introduction to clinical psychology: Bridging science and practice* (10th ed.). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009379281>
- Brown, J. P., Hunnicutt, J. N., Ali, M. S., Bhaskaran, K., Cole, A., Langan, S. M., Nitsch, D., Rentsch, C. T., Galwey, N. W., Wing, K., & Douglas, I. J. (2024). Quantifying possible bias in clinical and epidemiological studies with quantitative bias analysis: Common approaches and limitations. *BMJ*, 385, e076365. <https://doi.org/10.1136/bmj-2023-076365>
- Cammisuli, D. M., & Castelnuovo, G. (2023). Neuroscience-based psychotherapy: A position paper. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1101044. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1101044>
- Cook, S. C., Schwartz, A. C., & Kaslow, N. J. (2017). Evidence-based psychotherapy: Advantages and challenges. *Neurotherapeutics*, 14(3), 537–545. <https://doi.org/10.1007/s13311-017-0549-4>
- Cornesse, C., Blom, A. G., Dutwin, D., Krosnick, J. A., de Leeuw, E. D., Legleye, S., Pasek, J., Pennay, D., Phillips, B., Sakshaug, J. W., Struminskaya, B., & Wenz, A. (2020). A review of conceptual approaches and empirical evidence on probability and nonprobability sample survey research. *Journal of Survey Statistics and Methodology*, 8(1), 4–36. <https://doi.org/10.1093/>

[jssam/smz041](https://doi.org/10.31108/1.2026.12.7)

doi.org/10.1037/bul0000465

- Cuijpers, P., Miguel, C., & Harrer, M. (2023). Cognitive behavior therapy vs. control conditions, other psychotherapies, pharmacotherapies and combined treatment for depression: A comprehensive meta-analysis including 409 trials with 52,702 patients. *World Psychiatry*, 22(1), 105–115. <https://doi.org/10.1002/wps.21069>
- Cuijpers, P., Miguel, C., Ciharova, M., Harrer, M., Basic, D., Cristea, I. A. et al. (2024). Absolute and relative outcomes of psychotherapies for eight mental disorders: A systematic review and meta-analysis. *World Psychiatry*, 23(2), 267–275. <https://doi.org/10.1002/wps.21203>
- David, D., Cristea, I. A., & Hofmann, S. G. (2018). Why cognitive behavioral therapy is the current gold standard of psychotherapy. *Frontiers in Psychiatry*, 9, Article 4. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2018.00004>
- Dubljanin, J., Radlović, A., Nenezić, N., Biševac, E., Mahmutović, E., & Safiye, T. (2026). The placebo effect in mental health: Psychological, neurobiological, and ethical aspects. *Archives of Pharmacy*, 76(1), 25–40. <https://doi.org/10.5937/arhfarm76-61024>
- Etzelmueller, A., Vis, C., Karyotaki, E., Baumeister, H., Titov, N., Berking, M., Cuijpers, P., Riper, H., & Ebert, D. D. (2020). Effects of internet-based cognitive behavioral therapy in routine care for adults in treatment for depression and anxiety: Systematic review and meta-analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 22(8), Article e18100. <https://doi.org/10.2196/18100>
- Field, A. (2024). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (6th ed.). SAGE Publications.
- Gary, S., Lenhard, W., Lenhard, A., & Herzberg, D. (2024). A tutorial on automatic post-stratification and weighting in conventional and regression-based norming of psychometric tests. *Behavior Research Methods*, 56, 4632–4642. <https://doi.org/10.3758/s13428-023-02207-0>
- Giguère, S., Fortier, A., Azrak, J., Giguère, C.-É., Potvin, S., & Dumais, A. (2025). Effectiveness of psychological therapy for treatment-resistant depression in adults: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Personalized Medicine*, 15(8), Article 338. <https://doi.org/10.3390/jpm15080338>
- Hall, S. S., Hall, C. L., Partlett, C., Jeayes, A., Rattu, N., Henshaw, H., Martin, J., & Shoesmith, E. (2026). Who gets included? Equity in digital and decentralised mental health and neurodevelopmental trials: A systematic review. *PLOS Digital Health*, 5(6), Article e0001466. <https://doi.org/10.1371/journal.pdig.0001466>
- Harrer, M., Miguel, C., van Ballegooijen, W., Ciharova, M., Plessen, C. Y., Kuper, P. et al. (2025). Effectiveness of psychotherapy: Synthesis of a “meta-analytic research domain” across world regions and 12 mental health problems. *Psychological Bulletin*, 151(5), 600–628. <https://doi.org/10.1037/bul0000465>
- Hedman-Lagerlöf, E., Carlbring, P., Svärdman, F., Riper, H., Cuijpers, P., & Andersson, G. (2023). Therapist-supported internet-based cognitive behaviour therapy yields similar effects as face-to-face therapy for psychiatric and somatic disorders: An updated systematic review and meta-analysis. *World Psychiatry*, 22(2), 305–314. <https://doi.org/10.1002/wps.21088>
- Hill, C. E., & Norcross, J. C. (Eds.). (2023). *Psychotherapy skills and methods that work*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197611012.001.0001>
- Hingley, S. M. (2025). Dialectically integrated psychotherapy: Unconscious internal models and unifying processes of change. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 55, 127–1
- Hopewell, S., Chan, A.-W., Collins, G. S., Hróbjartsson, A., Moher, D., Schulz, K. F. et al. (2025). CONSORT 2025 statement: Updated guideline for reporting randomised trials. *BMJ*, 389, e081123. <https://doi.org/10.1136/bmj-2024-081123>
- Jackson, A. M., Woo, J., Olson, M., Dalisay, F., Pokhrel, P., Muller, C. J., & Okamoto, S. K. (2023). Methodological challenges in web-based qualitative research with medically underserved populations. *Journal of Medical Internet Research*, 25, e44086. <https://doi.org/10.2196/44086>
- Jashvanth H.D., Jeevan G., Mallamma T. Goudanavar P.S. (2026). Neuroimaging Modalities in Alzheimer’s Brain: An Integrative Review of Advanced Neurovisualization Techniques, Emerging Biomarkers, and Translational Strategies for Early Diagnosis and Disease Progression Monitoring. *SN Comprehensive Clinical Medicine*, 8. <https://doi.org/10.1007/s42399-026-02299-7>
- Joyner, K. J., & Perkins, E. R. (2023). Challenges and ways forward in bridging units of analysis in clinical psychological science. *Journal of Psychopathology and Clinical Science*, 132(7), 888–896. <https://doi.org/10.1037/abn0000879>
- Karpenko, Z. (2022). Cultural-historical models of verification the effectiveness of psychotherapy. *Psychology & society*, 2, 97–112. <https://doi.org/10.35774/pis2022.02.097>
- Kazdin, A. E. (2023). *Research design in clinical psychology* (6th ed.). Cambridge University Press.
- Keiding, N., & Louis, T. A. (2018). Web-based enrollment and other types of self-selection in surveys and studies: Consequences for generalizability. *Annual Review of Statistics and Its Application*, 5, 25–47. <https://doi.org/10.1146/annurev-statistics-031017-100127>
- Keith, A. C., Warshawsky, N., Neff, D., Loerzel, V., & Parchment, J. (2023). Critical appraisal of electronic surveys: An integrated literature review. *Journal of Nursing Measurement*, 31(4), 580–594. <https://doi.org/10.1891/JNM-2021-0066>
- Kozinets, R. V. (2020). *Netnography: The essential guide to qualitative social media research* (3rd ed.). SAGE Publications

- Krause, M. (2024). Lessons from ten years of psychotherapy process research. *Psychotherapy Research*, 34(3), 261–275. <https://doi.org/10.1080/10503307.2023.2200151>
- Ladmanová, M., Řiháček, T., Timulak, L., Jonášová, K., Kubantová, B., Mikoška, P., et al. (2025). Client-identified outcomes of individual psychotherapy: A qualitative meta-analysis. *The Lancet Psychiatry*, 12(1), 18–31. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(24\)00356-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(24)00356-0)
- Lakens, D. (2022). Sample size justification. *Collabra: Psychology*, 8(1), Article 33267. <https://doi.org/10.1525/collabra.33267>
- Lee, C. T., Palacios, J., Richards, D., Hanlon, A. K., Lynch, K., Harty, S. et al. (2023). The Precision in Psychiatry (PIP) study: Testing an internet-based methodology for accelerating research in treatment prediction and personalisation. *BMC Psychiatry*, 23, Article 25. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04462-5>
- Löchner, J., Carlbring, P., Schuller, B., Torous, J., & Sander, L. B. (2025). Digital interventions in mental health: An overview and future perspectives. *Internet Interventions*, 40, Article 100824. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2025.100824>
- Luo, X., & Levendosky, A. A. (2025). A systematic review and integrative framework of psychotherapy microprocess: Linking the science of psychological interventions with the art of moment-to-moment practice. *Clinical Psychology Review*, 121. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2025.102641>
- Mohr, D. C. (2024). Standards for randomized controlled trials of efficacy of psychological treatments. *World Psychiatry*, 23(2), 286–287. <https://doi.org/10.1002/wps.21207>
- Moore, E., & Mahmood, F. (2025). Talk with me outside: Therapists' experiences of the therapeutic relationship in natural outdoor settings. *Counselling and Psychotherapy Research*, 25(3), Article e70039. <https://doi.org/10.1002/capr.70039>
- Morini, V., Sansoni, M., Rossetti, G., Pedreschi, D., & Castillo, C. (2025). Participant behavior and community response in online mental health communities: Insights from Reddit. *Computers in Human Behavior*, 165, Article 108544. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108544>
- Morling, B. (2024). *Research methods in psychology: Evaluating a world of information* (5th ed.). W. W. Norton & Company.
- Mursa, R. A., Patterson, C., McErlean, G., & Halcomb, E. (2025). How many is enough? Justifying sample size in descriptive quantitative research. *Nurse Researcher*, 33(2), 35–40. <https://doi.org/10.7748/nr.2025.e1958>
- Oddli, H. W., Stänicke, E., Halvorsen, M. S., & Lindstad, T. G. (2023). Causality in psychotherapy research: Towards evidential pluralism. *Psychotherapy Research*, 33(8), 1004–1018. <https://doi.org/10.1080/10503307.2022.2161433>
- Olfson, M., McClellan, C., Zuvekas, S. H., Wall, M., & Blanco, C. (2025). Trends in outpatient psychotherapy among adults in the US. *JAMA Psychiatry*, 82(3), 253–263. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2024.3903>
- Pomerantz, A. M. (2023). *Clinical psychology: Science, practice, and diversity* (6th ed.). SAGE Publications.
- Rometsch, C., Martin, A., & Cosci, F. (2025). Predictors of treatment success of psychotherapy in functional disorders: A systematic review of the literature. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 32(2), Article e70075. <https://doi.org/10.1002/cpp.70075>
- Salmons, J. E. (2022). *Doing qualitative research online* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Sarun, H. (2026). Research design: Qualitative, Quantitative, Mixed-methods – Comprehensive. *Journal of Agriculture and Environment*, 3(2), 311–314. <https://doi.org/10.5281/zenodo.18765899>
- Satyanarayana, V. A. (2025). Comment from Society for the Exploration of Psychotherapy Integration India on the March 2025 issue of the *Journal of Psychotherapy Integration*. *Journal of Psychotherapy Integration*, 35(2), 161. <https://doi.org/10.1037/int0000368>
- Si, Y., Lee, S., & Heeringa, S. G. (2024). Population weighting in statistical analysis. *JAMA Internal Medicine*, 184(1), 98–99. <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2023.6300>
- Stagnaro, M. N., Druckman, J. N., Berinsky, A. J., Arechar, A. A., Willer, R., & Rand, D. G. (2026). Representativeness and response validity across nine opt-in online samples. *Nature Human Behaviour*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1038/s41562-026-02438-z>
- Starkov, D. Yu. (2025). *Metodologichni problemy dokazovoi psykhoterapii v konteksti dialektyky: zahalni vs spetsyfichni faktory* [Methodological problems of evidence-based psychotherapy in the context of dialectics: General vs. specific factors]. In N. M. Dembytska et al. (Eds.), *Dokazovi psykholohichni praktyky v ukrainskomu sohodenni: Proceedings of the All-Ukrainian Forum (UFEBPUM)* (Kyiv, September 25–26, 2025) (pp. 130–133). Kyiv: Pozdnyshch Ye. V. Retrieved from <https://ir.library.knu.ua/handle/15071834/8743> [in Ukrainian].
- Sukhera, J. (2022). Narrative reviews: flexible, rigorous, and practical. *Journal of graduate medical education*, 14(4), 414–417. <https://doi.org/10.4300/JGME-D-22-00480.1>
- Swan, K., Speyer, R., Scharitzer, M., Farneti, D., Brown, T., Woisard, V., & Cordier, R. (2023). Measuring what matters in healthcare: A practical guide to psychometric principles and instrument development. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1225850. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1225850>
- Torous, J., Bucci, S., Bell, I. H., Kessing, L. V., Faurholt-Jepsen, M., Whelan, P., Carvalho, A. F., & Keshavan, M. (2021). The growing field of digital psychiatry: Current evidence and the future of apps, social media, chatbots, and virtual reality. *World Psychiatry*, 20(3), 318–335. <https://doi.org/10.1002/wps.20883>
- Triveni, G. R. V., Danish, F., & Tawiah, K. (2024). Evolving techniques

- for enhanced estimation: A comprehensive survey of stratified sampling and post-stratification methods. *AIP Advances*, 14 (10), Article 100703. <https://doi.org/10.1063/5.0193961>
- van Agteren, J., Iasiello, M., Lo, L., et al. (2021). A systematic review and meta-analysis of psychological interventions to improve mental wellbeing. *Nature Human Behaviour*, 5, 631–652. <https://doi.org/10.1038/s41562-021-01093-w>
- Yaden, D. B., Earp, D., Graziosi, M., Friedman-Wheeler, D., Luoma, J. B., & Johnson, M. W. (2022). Psychedelics and psychotherapy: Cognitive-behavioral approaches as default. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 873279. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.873279>
- Zheng, Y. X., Huai, Y. Y., Qiao, Y., Zang, Y. F., Luo, H., & Zhao, N. (2025). Neural correlates of psychotherapy in mental disorders: A meta-analysis of longitudinal resting-state fMRI studies. *Psychiatry Research*, 348, Article 116495. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2025.116495>
- Zindel, Z. (2023). Social media recruitment in online survey research: A systematic literature review. *Methods, Data, Analyses*, 17(2), 207–248. <https://doi.org/10.12758/mda.2022.15>
- Zrineh, A., Al-Usta, M., & Alwawi, A. (2026). Sampling methods and sample size determination in clinical research: An educational review. *Journal of General and Family Medicine*, 27(1), Article e70096. <https://doi.org/10.1002/jgf2.70096>

Людмила КРУПЕЛЬНИЦЬКА

Доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психодіагностики та клінічної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ (Україна)

Світлана КРАВЧУК

Доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психодіагностики та клінічної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ (Україна)

Тетяна КУДРИНА

Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психодіагностики та клінічної психології, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ (Україна)

МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ЕМПІРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У КЛІНІЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ: НАРАТИВНИЙ ОГЛЯД

АНОТАЦІЯ

Передумови. Сучасний розвиток клінічної психології та психотерапії характеризується посиленням вимог доказової практики, розширенням спектра дослідницьких дизайнів та активним упровадженням цифрових технологій. Водночас зростає значення методологічної якості емпіричних досліджень, оскільки їх результати становлять основу для оцінювання ефективності

психологічних і психотерапевтичних втручань, розроблення клінічних рекомендацій та прийняття науково обґрунтованих практичних рішень. Особливої актуальності набувають проблеми забезпечення внутрішньої і зовнішньої валідності, репрезентативності вибірок, контролю систематичних похибок, психометричної якості інструментарію, коректності статистичного аналізу та організації онлайн-досліджень.

Мета. Узагальнити сучасні наукові дані щодо методологічних проблем емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії, виявити основні методологічні прогалини, визначити перспективні напрями їх подолання та сформулювати цілісне уявлення про забезпечення методологічної якості таких досліджень.

Методи. Здійснено наративний огляд наукових публікацій відповідно до методологічних рекомендацій Scale for the Assessment of Narrative Review Articles (SANRA). Пошук релевантних джерел проводився у базах Scopus і Web of Science переважно за 2020–2026 роки із застосуванням англійських та українських пошукових термінів. До огляду включали емпіричні дослідження, систематичні та наративні огляди, мета-аналізи, наукові книги й окремі розділи книг, присвячені методологічним проблемам досліджень у клінічній психології та психотерапії.

Результати. Встановлено, що ключові методологічні проблеми пов'язані з обґрунтуванням дизайну дослідження, формуванням репрезентативної вибірки, добром валідного й надійного психодіагностичного інструментарію, контролем систематичних похибок, статистичним забезпеченням та використанням цифрових технологій. Окрему увагу приділено методологічним особливостям досліджень ефективності психотерапії, ролі рандомізованих контрольованих досліджень, а також сучасним тенденціям цифровізації психотерапевтичної практики. Проаналізовано кількісні та якісні онлайн-методи, переваги й методологічні ризики цифрового збору даних, проблеми самоселекції учасників і репрезентативності онлайн-вибірок. Розглянуто стратегії рекрутингу учасників, квотний відбір і постстратифікацію як статистичний спосіб часткової корекції невідповідності структури вибірки характеристикам цільової популяції. Систематизовано основні методологічні проблеми та шляхи їх рішення. На основі узагальнення

наукових джерел запропоновано концептуальну модель забезпечення методологічної якості емпіричних досліджень у клінічній психології та психотерапії. Методологічно обґрунтований дизайн дослідження, репрезентативна вибірка, валідний психодіагностичний інструментарій, контроль систематичних похибок, сучасне статистичне забезпечення та цифрові технології дослідження сприяють підвищенню достовірності, валідності і відтворюваності результатів клініко-психологічних та психотерапевтичних досліджень.

Висновки. Методологічна якість клініко-психологічних і психотерапевтичних досліджень потребує комплексного забезпечення всіх етапів дослідницького процесу. Інтеграція методологічно обґрунтованого дизайну, репрезентативної вибірки, валідного психодіагностичного інструментарію, контролю систематичних похибок, сучасних статистичних підходів і цифрових технологій є необхідною передумовою отримання достовірних, відтворюваних і практично значущих наукових результатів.

Ключові слова: клінічна психологія, психотерапія, емпіричні дослідження, методологічна якість, дизайн дослідження, онлайн-дослідження, постстратифікація, цифрові технології дослідження.

Liudmyla KRUPELNYTSKA

Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Psychodiagnostics and Clinical Psychology, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv (Ukraine)

Svitlana KRAVCHUK

Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of Psychodiagnostics and Clinical Psychology, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv (Ukraine)

Tetiana KUDRINA

PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychodiagnostics and Clinical Psychology, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv (Ukraine)

METHODOLOGICAL ISSUES OF EMPIRICAL RESEARCH IN CLINICAL PSYCHOLOGY AND PSYCHOTHERAPY: A NARRATIVE REVIEW

ABSTRACT

Background. The contemporary development of clinical psychology and psychotherapy is characterized by increasing requirements for evidence-based practice, an

expanding range of research designs, and the active integration of digital technologies. At the same time, the methodological quality of empirical research is becoming increasingly important, as research findings provide the basis for evaluating the effectiveness of psychological and psychotherapeutic interventions, developing clinical guidelines, and making evidence-informed decisions in practice. Particular attention is required to issues related to internal and external validity, sample representativeness, control of systematic biases, the psychometric quality of assessment instruments, the appropriateness of statistical analyses, and the organization of online research.

Objective. To synthesize current scientific evidence on methodological problems in empirical research in clinical psychology and psychotherapy, identify major methodological gaps, determine promising directions for addressing them, and provide an integrated perspective on ensuring the methodological quality of such research.

Methods. A narrative review of scientific publications was conducted in accordance with the methodological recommendations of the Scale for the Assessment of Narrative Review Articles (SANRA). Relevant literature was searched in Scopus and Web of Science, primarily covering the period from 2020 to 2026, using English- and Ukrainian-language search terms. The review included empirical studies, systematic and narrative reviews, meta-analyses, scholarly books, and selected book chapters addressing methodological problems in research in clinical psychology and psychotherapy.

Results. The key methodological problems identified were related to the justification of research design, the formation of representative samples, the selection of valid and reliable psychodiagnostic instruments, the control of systematic biases, appropriate statistical methods, and the use of digital technologies. Particular attention was given to methodological issues in psychotherapy effectiveness research, the role of randomized controlled trials, and current trends in the digitalization of psychotherapeutic practice. Quantitative and qualitative online methods, the advantages and methodological risks of digital data collection, participant self-selection, and the representativeness of online samples were analyzed. Participant recruitment strategies, quota sampling, and post-stratification as a statistical approach to partially correcting discrepancies between sample

composition and the characteristics of the target population were considered. The major methodological problems and approaches to addressing them were systematized. Based on the synthesis of the reviewed literature, a conceptual model for ensuring the methodological quality of empirical research in clinical psychology and psychotherapy was proposed. Methodologically sound research design, representative sampling, valid psychodiagnostic instruments, control of systematic biases, appropriate contemporary statistical methods, and digital research technologies contribute to improving the reliability, validity, and reproducibility of findings in clinical psychology and psychotherapy research.

Conclusions. Ensuring the methodological quality of clinical psychology and psychotherapy research requires a comprehensive approach encompassing all stages of the research process. The integration of methodologically sound research design, representative sampling, valid psychodiagnostic instruments, control of systematic biases, contemporary statistical approaches, and digital technologies is essential for obtaining reliable, reproducible, and practically meaningful scientific findings.

Keywords: clinical psychology, psychotherapy, empirical research, methodological quality, research design, online research, post-stratification, digital research technologies.

How to cite (як цитувати):

Krupelnyska, L., Kravchuk, S., & Kudrina, T. METHODOLOGICAL ISSUES OF EMPIRICAL RESEARCH IN CLINICAL PSYCHOLOGY AND PSYCHOTHERAPY: A NARRATIVE REVIEW. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 12(7), 81–102. <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.7.5> [in Ukrainian]

Крупельницька, Л., Кравчук, С., & Кудріна, Т. МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ЕМПІРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ У КЛІНІЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОТЕРАПІЇ: НАРАТИВНИЙ ОГЛЯД. *ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАСОПИС*, 12(7), 81–102. <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.7.5>

Дата отримання статті: 04.05.2026

Дата рекомендації до друку: 25.06.2026

Дата оприлюднення: 30.07.2026