

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА САМОСТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND SELF-ATTITUDE OF PSYCHOLOGY STUDENTS IN WARTIME CONDITIONS

У статті на основі здійсненого теоретико-емпіричного аналізу розкрито специфіку взаємозв'язку резильєнтності та структурних компонентів самоставлення студентів-психологів, які навчаються в кризових умовах війни. Обґрунтовано наукову та практичну значущість феномену резильєнтності як фундаментального особистісного ресурсу, що забезпечує збереження ментального здоров'я та ефективності професійного становлення майбутніх фахівців сфери «людина-людина» в умовах тривалого стресу. Емпіричне дослідження реалізовано на вибірці здобувачів вищої освіти другого курсу із застосуванням валідного психодіагностичного інструментарію: «Шкали резильєнтності» Коннора-Девідсона-10 (CD-RISC-10) та опитувальника самоставлення В.В. Століна. Отримані кількісні дані засвідчили виражену неоднорідність розподілу рівнів резильєнтності: констатовано переважання середніх показників за наявності суттєвого розриву між групами з високим та низьким адаптаційним потенціалом. Здійснений порівняльний аналіз із результатами О. Кокуна (2022 рік) виявив негативну динаміку – тенденцію до зниження загального рівня резильєнтності, що інтерпретується як наслідок глибокого психоемоційного виснаження через хроніфікацію воєнного стресу та перехід адаптаційних механізмів психіки від мобілізації до фази виснаження. Емпірично встановлено структурну асиметрію самоставлення респондентів: домінування когнітивно-оцінних компонентів (самоповага) над безпосереднім емоційним прийняттям (аутосимпатією) і дефіцит очікуваного позитивного ставлення від соціального оточення. Проведений кореляційний аналіз підтвердив, що самоставлення є психологічним предиктором резильєнтності. Виявлено статистично значущі прямі зв'язки резильєнтності із самоповагою ($r=0,51$; $p\leq 0,01$), самокеруванням ($r=0,42$; $p\leq 0,01$), аутосимпатією та самовпевненістю. Натомість самозвинування ($r=-0,47$; $p\leq 0,01$) та внутрішня конфліктність визначені як деструктивні фактори, що суттєво знижують адаптаційні можливості. Зроблено висновок, що висока самоповага та розвинене самокерування виступають надійними предикторами резильєнтності. Практична цінність роботи полягає в обґрунтуванні необхідності імплементації психокорекційних програм, спрямованих на нівелювання самозвинування та інтеграцію емоційного компонента самоставлення в процесі фахової підготовки психологів.

Ключові слова: резильєнтність, самоставлення, стресостійкість, студенти-пси-

хологи, психологічні ресурси, самоповага, самозвинування.

Based on a comprehensive theoretical and empirical analysis, this article reveals the specific features of the relationship between resilience and the structural components of self-attitude among psychology students studying under the crisis conditions of war. The scientific and practical significance of resilience is substantiated as a fundamental personal resource that ensures the preservation of mental health and the effectiveness of the professional development of future specialists in the "person-to-person" sphere under conditions of prolonged stress. The empirical study was conducted on a sample of second-year students using valid psychodiagnostic instruments: the Connor-Davidson Resilience Scale-10 (CD-RISC-10) and V. V. Stoln's Self-Attitude Questionnaire. The obtained quantitative data demonstrated a pronounced heterogeneity in the distribution of resilience levels; a prevalence of average indicators was noted, alongside a significant gap between groups with high and low adaptive potential. A comparative analysis with the results of O. Kokun (2022) revealed negative dynamics – specifically, a tendency toward a decrease in the general level of resilience. This is interpreted as a consequence of deep psycho-emotional exhaustion resulting from the chronification of war-related stress and the transition of the psyche's adaptive mechanisms from mobilization to the exhaustion phase. Structural asymmetry in the respondents' self-attitude was empirically established, characterized by the dominance of cognitive-evaluative components (self-respect) over direct emotional acceptance (autosympathy) and a deficit in the expected positive attitude from the social environment. The conducted correlation analysis confirmed that self-attitude is a leading determinant of resilience. Statistically significant direct relationships were identified between resilience and self-respect ($r = 0.51$; $p \leq 0.01$), self-regulation ($r = 0.42$; $p \leq 0.01$), autosympathy, and self-confidence. Conversely, self-blame ($r = -0.47$; $p \leq 0.01$) and internal conflict were identified as destructive factors that significantly reduce adaptive capabilities. It is concluded that high self-respect and developed self-regulation serve as reliable predictors of resilience. The practical value of the study lies in substantiating the necessity for the implementation of psycho-correctional programs aimed at mitigating self-blame and integrating the emotional component of self-attitude during the professional training of psychologists.

Key words: resilience, self-attitude, stress resistance, psychology students, psychological resources, self-respect, self-blame.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.80.37>

Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Халік О.О.

к.психол.н., доцент,
завідувачка кафедри психології
Заклад вищої освіти «Університет
Короля Данила»;
доцент кафедри загальної
та вікової психології
Криворізький державний
педагогічний університет
ORCID ID: 0000-0002-0460-6072

Питлюк-Смеречинська О.Д.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Заклад вищої освіти
«Університет Короля Данила»
ORCID ID: 0009-0008-7140-7920

Запухляк О.З.

к.психол.н., доцент кафедри психології
Заклад вищої освіти
«Університет Короля Данила»
ORCID ID: 0009-0000-4468-9397

У сучасних наукових дослідженнях особливої актуальності набуває проблема резильєнтності здобувачів вищої освіти в умовах повномасштабної війни, що суттєво ускладнює процес їх психоемоційної адаптації. У теоретичному дискурсі аналізуються базові поняття «резилієнс», «резильєнтність», «життєстійкість» і «стрес», які використовуються для пояснення механізмів подолання особистістю складних і травматичних життєвих обставин. Найбільш уразливою до дії стресогенних факторів є студентська молодь, зокрема студенти-психологи, які перебувають на етапі професійного становлення та водночас стикаються зі значними навчальними, емоційними та екзистенційними викликами. Професійна підготовка майбутніх психологів передбачає не лише засвоєння теоретичних знань і практичних навичок, а й формування внутрішніх особистісних ресурсів, здатних забезпечити ефективне подолання стресових ситуацій. У цьому контексті стресостійкість постає як інтегративна характеристика особистості, що визначає її здатність зберігати психологічну рівновагу, продуктивність діяльності та емоційну стабільність у складних умовах.

Одним із важливих регуляторів поведінки особистості в екстремальних умовах є структура її самосвідомості, зокрема самооцінка та самоставлення. Самооцінка як система уявлень особистості про власні можливості, цінність і компетентність відіграє важливу роль у регуляції поведінки, емоційних реакціях та стратегіях подолання труднощів. В умовах війни більш стійким і глибинним ресурсом виступає самоставлення, яке є складним емоційно-ціннісним комплексом, що включає не лише оцінення власних якостей (самоповагу), а й безумовне прийняття себе (аутосимпатію) та відсутність внутрішнього конфлікту. Саме характер самоставлення визначає, чи стане особистість для себе ресурсом підтримки, чи джерелом додаткового стресу (самозвинувачення) у кризовій ситуації. Для студентів-психологів ця проблема набуває особливої значущості, оскільки рівень їх самооцінки впливає не лише на суб'єктивне благополуччя, а й на якість майбутньої професійної діяльності.

У теоретичному полі сучасної психології активно аналізуються підходи до трактування понять «резилієнс» і «резильєнтність», які, попри близькість, мають відмінний зміст: резилієнс розглядається як динамічний процес адаптації та відновлення, тоді як резильєнтність визначається як відносно стійка особистісна властивість або здатність до збереження нормального функціонування в умовах стресу. Така термінологія широко застосовується у психології, медицині, соціальній роботі та інших соціальних науках у контексті дослідження впливу екстремальних і загрозливих умов на психічне здоров'я особистості [1].

У психологічній науці цей феномен досліджували як зарубіжні (К. Коннор, Дж. Девідсон, Бенард та ін.), так і вітчизняні вчені (Е. Грішин [2], О. Кокун

[3; 4], Є. Мартиненко, Н. Підбуцька [5] та ін.). До регулятивних складників резильєнтності належать здатність до саморегуляції, життєстійкість, самоконтроль, мотивація досягнення та використання активних копінг-стратегій. Когнітивний компонент охоплює оптимістичний атрибутивний стиль, когнітивну гнучкість, переживання осмисленості життя, орієнтацію на досягнення цілей і розвинений духовний інтелект. Емоційний компонент проявляється в переважанні позитивного емоційного фону, стабільному настрої та здатності до регуляції емоційних станів. Соціально-поведінковий компонент резильєнтності пов'язаний з досвідом підтримувальної взаємодії в дитинстві, якістю виховання, характером стосунків зі значущими дорослими, а також із наявністю партнерських і дружніх зв'язків у дорослому віці, доступністю соціальної підтримки та здатністю звертатися по допомогу до інших [2].

Відзначимо, що професійна діяльність психолога передбачає безперервне оновлення знань і розвиток нових компетентностей, оскільки об'єктом його роботи є особистість, чутлива до соціально-економічних змін і пов'язаних із ними психологічних трансформацій. Водночас сам психолог, будучи активним учасником суспільних процесів, зазнає впливу стресогенних зовнішніх чинників, що актуалізує потребу у сформованості здатності до психічного відновлення та саморегуляції. Саме резильєнтність у цьому контексті виступає ключовим особистісним ресурсом, який забезпечує ефективність професійного функціонування та збереження психологічного благополуччя фахівця. З огляду на вікові та професійні особливості студентської молоді Є. О. Мартиненко та Н. В. Підбуцька зазначають, що резильєнтність може розглядатися як важлива компетентність, що формується в процесі фахової підготовки [5].

Для студентів-психологів особливо важливо розвивати життєстійкість, яку можна трактувати як інтегральну, відносно стійку багатовимірну властивість особистості, що формується на основі системи когнітивних установок і переконань щодо себе та соціального оточення. Зазначена властивість забезпечує психологічну готовність особистості до подолання стресогенних впливів, сприяє мобілізації внутрішніх ресурсів у складних життєвих ситуаціях та детермінує здатність трансформувати стресові події в чинники особистісного розвитку, зберігаючи при цьому психічне здоров'я і високий рівень ефективності діяльності в умовах підвищеного стресового навантаження [4]. Життєстійкість як інтегративна особистісна характеристика включає три базові компоненти: включеність, контроль та прийняття виклику. Включеність відображає ступінь активної залученості особистості до життєдіяльності, переживання її осмисленості та наявності цілей, що сприяє підтримці соціальних зв'язків і внутрішньої мотивації. Контроль проявляється у стійкому переконанні щодо можливості впливу на життєві обставини та події за

допомогою власних зусиль і пов'язаний із внутрішнім локусом контролю та активними стратегіями подолання труднощів. Прийняття виклику характеризує схильність сприймати життєві зміни як природний і потенційно позитивний процес, що знижує страх помилок, підвищує адаптивність і сприяє особистісному зростанню в умовах стресу [3].

Емпіричне дослідження проводилося на базі ЗВО «Університет Короля Данила» у вересні-жовтні 2025 р., вибірка становила 38 студенток-психологів другого курсу. Були використані методики «Шкала резильєнтності» Коннора-Девідсона-10 [7] і Тест-опитувальник самоствалення В. В. Століна [6].

Результати, отримані за допомогою «Шкали резильєнтності» Коннора-Девідсона-10, свідчать про неоднорідність розподілу показників у межах вибірки та вказують на наявність виражених відмінностей між групами з різним рівнем психологічної стійкості. Домінантними у структурі вибірки виявилися середні та вищі за середні рівні резильєнтності, які в сукупності охоплюють 68,42% респондентів. Зокрема, середній рівень зафіксовано у 39,47% студентів, що свідчить про відносно стабільну, але ситуаційно залежну здатність до подолання стресових впливів. Для цієї групи характерна помірна адаптивність, яка забезпечує ефективне функціонування в типових навчальних і життєвих умовах, однак може знижуватися за умов тривалого або занадто інтенсивного стресу (рис. 1).

Порівняно із цією групою, студенти з вищим за середній рівнем резильєнтності (28,95%) демонструють більш виражені особистісні ресурси стресостійкості. Вони характеризуються здатністю швидше відновлювати психологічну рівновагу, зберігати когнітивну ясність у напружених ситуаціях та активніше використовувати внутрішні механізми саморегуляції. У порівнянні зі студентами із середнім рівнем резильєнтності ця група виявляє вищу готовність до конструктивного подолання труднощів та переорієнтації стресових подій у досвід особистісного зростання. Водночас група

студентів із нижчим за середній рівнем резильєнтності становить 18,42% вибірки, що істотно перевищує частку осіб з високим рівнем резильєнтності (10,53%). Такий дисбаланс свідчить про наявність у частини майбутніх психологів обмежених адаптаційних ресурсів, які можуть проявлятися у зниженій толерантності до стресу, емоційній виснаженості та труднощах у подоланні навчальних і особистісних викликів.

На особливу увагу заслуговує порівняння крайніх полюсів розподілу. Частка студентів із високим рівнем резильєнтності майже втричі перевищує частку респондентів із низьким рівнем (10,53% проти 2,63%), що свідчить про загалом сприятливий потенціал психологічної стійкості в цій вибірці респондентів. Водночас наявність студентів із низьким рівнем резильєнтності, навіть у незначній кількості, вказує на зону ризику щодо формування професійного вигорання та зниження ефективності майбутньої професійної діяльності.

Проаналізуємо середні показники резильєнтності, отримані в процесі нашого емпіричного дослідження і порівняємо з результатами О. Кокун періоду початку повномасштабного вторгнення в 2022 році [3] (табл. 1).

Порівняльний аналіз демонструє певну негативну динаміку показників резильєнтності. Середній бал у вибірці студентів-психологів 2025 року виявився нижчим на 2,01 бала порівняно з даними 2022 року. Така відмінність може бути пояснена

Таблиця 1
Середні показники резильєнтності за «Шкалою резильєнтності» Коннора-Девідсона-10

Вибірка та час/показники	Середнє	Стандартне відхилення
Дане дослідження, вересень – жовтень 2025 р.	20,35	7,83
Дослідження червень – липень 2022 р. (О. Кокун)	22,36	7,75

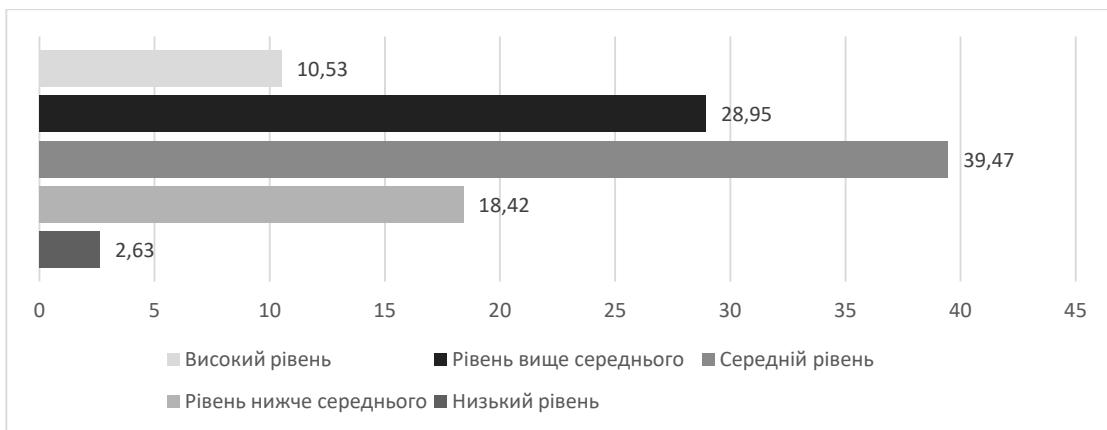


Рис. 1. Результати діагностики за «Шкалою резильєнтності» Коннора-Девідсона-10

специфікою адаптаційного процесу. Показники О. Кокуна, ймовірно, відображали ефект «стресової мобілізації» психіки у відповідь на початок війни, а зниження середніх показників у 2025 році може свідчити про перехід до фази виснаження внаслідок дії тривалого хронічного стресу.

Поряд із тим показники стандартного відхилення в обох дослідженнях є майже ідентичними, що вказує на збереження тенденції до поляризації між досліджуваними з високим та низьким адаптаційним потенціалом, незалежно від тривалості дії стресогенних факторів.

Результати дослідження самоставлення студентів-психологів, отримані за допомогою тесту-опитувальника самовідношення В. В. Століна, засвідчують структурну неоднорідність системи ставлення до власного Я та наявність внутрішніх дисбалансів між її когнітивно-оцінними, емоційними й регулятивними компонентами (рис. 2).

Аналіз інтегрального показника самоставлення вказує на переважання середнього та високого рівнів (які в сукупності охоплюють 73,68% загальної вибірки респондентів). Водночас частка студентів із низьким рівнем загального самоставлення є відносно значущою (26,32%), що свідчить про наявність у частини майбутніх психологів нестійкого або суперечливого образу Я. Таким чином, загальне самоставлення більшості респондентів можна схарактеризувати як помірно позитивне, однак не повністю інтегроване на емоційному рівні.

Порівняння окремих структурних компонентів самоставлення дозволяє виявити домінування когнітивно-оцінних складників над емоційними. Так, показники самоповаги у вибірці є статистично вищими порівняно з показниками аутосимпатії та очікуваного ставлення з боку інших. Це свідчить про те, що студенти-психологи загалом схильні визнавати власну цінність, компетентність і значу-

щість, однак це усвідомлення не завжди супроводжується емоційним прийняттям себе та відчуттям внутрішнього психологічного комфорту. Зокрема, у порівнянні із самоповагою рівень аутосимпатії характеризується більшою варіативністю та зміщенням у бік середніх і низьких значень. Така тенденція може свідчити про переважання раціонального, соціально зумовленого самоприйняття над емоційно-ціннісним, що формує внутрішню напругу між «усвідомленою цінністю Я» та «емоційним ставленням до себе». Подібний дисбаланс є типовим для осіб на етапі професійного становлення, коли вимоги до себе зростають швидше, ніж рівень внутрішнього самоприйняття.

Особливо показовими є результати за шкалою очікуваного ставлення з боку інших, яка демонструє найнижчі показники у структурі самоставлення. У порівнянні з іншими шкалами, саме цей складник характеризується найбільшою часткою низьких значень. Це дозволяє припустити, що значна частина студентів-психологів орієнтована на зовнішню оцінку, схильна сумніватися в соціальному схваленні та переживати невпевненість щодо прийняття з боку значущого оточення. У контексті професійної підготовки психологів така особливість може виступати фактором підвищеної емоційної вразливості. Порівняльний аналіз регулятивних компонентів самоставлення показує, що показники самокерування є відносно вищими, ніж показники самозвинування та внутрішньої конфліктності. Це свідчить про наявність у більшості студентів здатності до свідомого контролю поведінки та саморегуляції. Водночас підвищені рівні самозвинування у значної частини вибірки вказують на схильність до надмірної самокритики, що може нівелювати позитивний вплив самокерування на психологічну стійкість.

Порівняльний аналіз шкал самоставлення дозволяє зробити висновок про асиметричну структуру

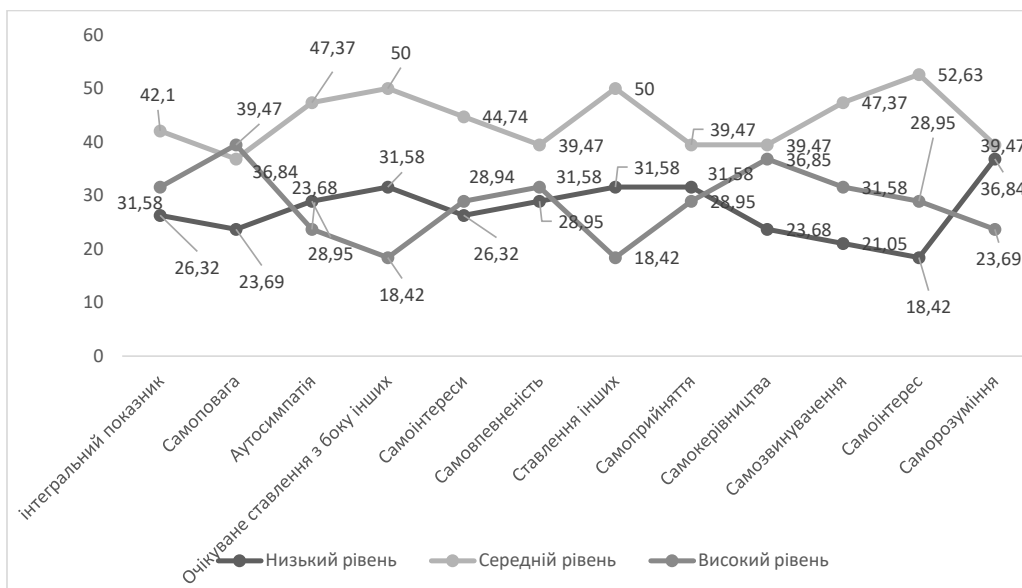


Рис. 2. Результати діагностики за методикою В. В. Століна

Я-ставлення у студентів-психологів: за відносно збереженої когнітивної оцінки власної значущості спостерігається недостатня емоційна підтримка Я та підвищена чутливість до зовнішньої оцінки. Виявлені особливості створюють внутрішні психологічні передумови, які можуть як посилювати, так і знижувати рівень резильєнтності залежно від узгодженості компонентів самоствавлення.

Порівняльний аналіз результатів, отриманих за «Шкалою резильєнтності» Коннора-Девідсона-10 та методикою В.В. Століна «Тест-опитувальник самоствавлення», засвідчує наявність системних взаємозв'язків між показниками психологічної стійкості та особливостями ставлення студентів-психологів до власного Я. Обидві методики фіксують інтегральні особистісні характеристики, що відображають адаптаційний потенціал особистості в умовах стресового навантаження. Розподіл рівнів резильєнтності та загального самоствавлення виявляє подібну тенденцію: у структурі вибірки переважають середні та помірно високі показники за обома методиками. Така узгодженість свідчить про те, що сформованість адаптаційних ресурсів у студентів-психологів супроводжується відносно позитивним, хоча й не завжди внутрішньо узгодженим, ставленням до себе. Водночас наявність осіб зі зниженими показниками за обома методиками вказує на внутрішню вразливість частини вибірки до дії стресогенних чинників.

Структурний аналіз показників самоствавлення у співвідношенні з рівнем резильєнтності дозволяє констатувати, що більш високі показники психологічної стійкості характерні для студентів із позитивним інтегральним самоствавленням, сформованою самоповагою та здатністю до саморегуляції. Натомість зниження резильєнтності асоціюється з підвищеною самокритичністю, внутрішньою конфліктністю та емоційною нестабільністю у ставленні до власного Я.

З метою виявлення характеру та інтенсивності взаємозв'язків між показниками резильєнтності та структурними компонентами самоствавлення студентів-психологів було проведено кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта лінійної кореляції r -Пірсона. Критичні значення для вибірки $n=38$ становлять: $r>0,32$ за $p\leq 0,05$ та $r>0,41$ за $p\leq 0,01$. Аналіз охоплював загальний показник резильєнтності за шкалою Коннора-Девідсона-10 та інтегральний показник самоствавлення, а також шкали методики В.В. Століна. Результати аналізу засвідчили наявність статистично значущого позитивного кореляційного зв'язку між загальним рівнем резильєнтності та інтегральним показником самоствавлення ($r=0,49$, $p\leq 0,01$). Отриманий зв'язок має середню силу та свідчить про узгоджене зростання показників психологічної стійкості й загального позитивного ставлення до власного Я. Таким чином, резильєнтність і самоствавлення виступають взаємопов'язаними характеристиками адаптаційного потенціалу особистості.

Порівняльний аналіз кореляцій резильєнтності з окремими компонентами самоствавлення

показав, що найбільш тісний позитивний зв'язок спостерігається зі шкалою самоповаги ($r=0,51$, $p\leq 0,01$). За силою цей зв'язок перевищує кореляції з іншими шкалами самоствавлення, що дозволяє розглядати самоповагу як провідний психологічний чинник резильєнтності у студентів-психологів. Високий рівень самоповаги асоціюється з більшою впевненістю у власних можливостях та готовністю до активного подолання стресових ситуацій.

Менш інтенсивний, проте статистично значущий позитивний зв'язок установлено між резильєнтністю та показниками самокерування ($r=0,42$, $p\leq 0,01$). Порівняно із самоповагою регулятивний компонент самоствавлення відіграє допоміжну, але суттєву роль у забезпеченні психологічної стійкості, що проявляється у здатності до усвідомленого контролю поведінки та саморегуляції в умовах стресу. Позитивний кореляційний зв'язок між резильєнтністю та аутосимпатією ($r=0,35$, $p\leq 0,05$) є менш вираженим порівняно з когнітивно-оцінними компонентами самоствавлення. Це свідчить про те, що емоційне прийняття себе має значення для формування стресостійкості, однак його вплив є опосередкованим і менш визначальним, ніж вплив самоповаги та саморегуляції. Також установлено позитивний статистично значимий зв'язок шкали резильєнтності зі шкалами самовпевненості ($r=0,44$, $p\leq 0,01$) та самоінтересу ($r=0,33$, $p\leq 0,05$), що вказує на важливість віри у власні сили та пізнавального інтересу до свого внутрішнього світу для подолання стресу.

Водночас установлено статистично значущі зворотні кореляційні зв'язки між резильєнтністю та показниками самозвинувачення ($r=-0,47$, $p\leq 0,01$), а також внутрішньої конфліктності ($r=-0,36$, $p\leq 0,05$). За силою негативного впливу самозвинувачення поступається лише самоповазі як протилежному полюсу самоствавлення, що підкреслює деструктивну роль надмірної самокритики у зниженні адаптаційних можливостей особистості. Внутрішня конфліктність, хоча й демонструє помірний зв'язок, також істотно послаблює психологічну стійкість. Порівняльний аналіз показав, що зв'язок резильєнтності з очікуваним ставленням з боку інших є слабким і статистично незначущим ($r=0,14$, $p\geq 0,05$). У зіставленні з іншими шкалами самоствавлення це свідчить про відносно низьку роль зовнішньої соціальної оцінки у формуванні резильєнтності студентів-психологів, на відміну від внутрішніх когнітивно-емоційних характеристик Я. Кореляційні зв'язки з іншими субшкалами методики (зокрема, саморозумінням та самоприв'язаністю) виявилися статистично незначимими.

Результати кореляційного аналізу дозволяють зробити висновок про диференційований характер взаємозв'язків між резильєнтністю та структурними компонентами самоствавлення. Найбільш значущими позитивними предикторами психологічної стійкості виступають самоповага та самокерування, тоді як самозвинувачення і внутрішня конфліктність мають виражений негативний вплив. Отримані дані

емпірично підтверджують положення про те, що саме внутрішня узгодженість і позитивна ціннісна оцінка власного Я є ключовими чинниками резильєнтності майбутніх психологів.

Отже, теоретичний аналіз наукових підходів до розуміння феномену резильєнтності підтвердив доцільність її розгляду як інтегративної особистісної властивості, що забезпечує здатність до адаптації, відновлення та збереження ефективного функціонування в умовах дії стресогенних і травмувальних факторів. Результати емпіричного дослідження засвідчили неоднорідність рівнів резильєнтності та особливостей самоствавлення у студентів-психологів, а також наявність як досить сформованих адаптаційних ресурсів, так і зон підвищеної психологічної вразливості. Встановлено, що вищі показники резильєнтності поєднуються з позитивним інтегральним самоствавленням, високим рівнем самоповаги та здатністю до саморегуляції, тоді як зниження психологічної стійкості асоціюється з підвищеним самозвинуваченням і внутрішньою конфліктністю. Кореляційний аналіз підтвердив наявність статистично значущих взаємозв'язків між резильєнтністю та основними компонентами самоствавлення, що дозволяє розглядати самооцінні характеристики як важливі психологічні детермінанти резильєнтності майбутніх психологів. Отримані результати підкреслюють провідну роль внутрішніх особистісних ресурсів у подоланні стресових ситуацій та адаптації до складних соціальних умов.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Буровицька А.І. Особливості резильєнтності студентів під час навчання в умовах воєнного часу. *Наукові записки. Серія: Психологія.*

2024. № 2. С. 17–23. <https://doi.org/10.32782/cusupsy-2024-2-2>.

2. Грішин Е. Резильєнтність особистості: Сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія.* 2021. Вип. 64. С. 62–81. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04>.

3. Кокур О.М. Діагностика професійної життєстійкості та психофізіологічної стійкості: методичні рекомендації. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. 58 с.

4. Кокур О.М. Життєстійкість як напрям сучасних психологічних досліджень. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України.* 2021. Том. V.: Психологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Вип. 21. 69–88.

5. Мартиненко Є.О., Підбуцька Н.В. Важливість формування резильєнтності для майбутніх психологів. *Теоретичні та практичні дослідження молодих учених: зб. тез доп. 16-ї Міжнар. наук.-практ. конф. магістрантів та аспірантів, 14-16 грудня 2022 р. / ред. Є.І. Сокол; Нац. техн. ун-т «Харків. політехн. ін-т».* Харків: НТУ «ХПІ», 2022. С. 349–350.

6. Психодіагностика: практикум / уклад. Н.О. Данильченко, А.В. Вертель. 2-ге вид., випр. та доп. Суми: Вид-во СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2012. 144 с.

7. Школіна Н.В., Шаповал І.І., Орлова І.В., Кедик І.О., Станіславчук М.А. Адаптація та валідація україномовної версії Шкали стресостійкості Коннора – Девідсона-10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт. *Український ревматологічний журнал.* 2020. № 2. С. 66–72. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Urj_2020_2_11

Стаття надійшла у редакцію: 09.12.2025

Стаття прийнята: 26.12.2025

Опубліковано: 31.12.2025