

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ВИКОНАННЯ БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ

Павловська-Кравчук Вікторія Анатоліївна,

кандидат юридичних наук,
доцент кафедри соціології та психології ННІ № 5
Харківського національного університету внутрішніх справ
ORCID ID: 0009-0004-9922-7228

Стаття присвячена системному аналізу резильєнтності як ключового психологічного ресурсу професійної діяльності військовослужбовців в умовах бойових дій, невизначеності та високого рівня загроз. На теоретико-методологічному рівні обґрунтовано відхід від вузькоінстинктивного тлумачення психічної стійкості на користь динамічної, багатовимірної моделі, що поєднує мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові та соціально-ресурсні компоненти психологічної готовності. Простежено історію становлення концепту від ранніх згадок у природничих науках до його інтеграції у психологічні дослідження другої половини 20 ст.; висвітлено внесок лонгітюдних студій Е. Вернер і Р. Сміт у виокремлення індивідуальних, сімейних та середовищних детермінант резильєнтності. Узагальнено сучасні дефініції феномена (АРА; підходи Дж. Бонанно, Дж. Вагнілд і Х. Юнг, К. Черрі) та акцентовано на термінологічних розбіжностях у вітчизняному дискурсі (резильєнтність як процес і резильєнтність як властивість), що мають наслідки для вимірювання та інтервенцій.

Окремо розглянуто організаційно-прикладний вимір: інституціалізацію підходів позитивної психології у програмі Comprehensive Soldier Fitness (CSF), яка охоплює п'ять доменів благополуччя (емоційний, соціальний, сімейний, духовний, фізичний) і поєднує скринінг із тренінговими модулями для військових і членів їхніх родин. Показано, що резильєнтність виконує захисну функцію щодо посттравматичного стресового розладу, тривоги та депресії, підсилює здатність до саморегуляції, прийняття зв'язаних рішень і підтримання боєздатності під тиском стресорів. Водночас у статті враховано критичну оптику соціологічних підходів (ризик нормалізації «високого стресу» та пресингу відповідати образу «ідеального бійця»), що зумовлює потребу етичного та контекстуально чутливого впровадження програм розвитку стійкості.

На підставі синтезу теоретичних джерел обґрунтовано системний підхід до формування резильєнтності: поєднання індивідуально орієнтованих інтервенцій (тренінги саморегуляції, розвиток самоефективності, навички подолання), зміцнення соціальної підтримки (підрозділ, сім'я, громада) та оптимізації організаційного клімату (лідерство, психологічне забезпечення, стандартизовані інструменти оцінювання). Практична значущість полягає у визначенні пріоритетів психологічної підготовки та реабілітації військовослужбовців, а також у пропозиції критеріїв оцінювання ефективності програм на різних етапах служби. Зроблено висновок про необхідність інтеграції резильєнтності як стратегічного ресурсу у доктрини підготовки, супроводу та післястресової підтримки особового складу, що сприятиме збереженню психічного здоров'я, підвищенню професійної ефективності та стійкому функціонуванню у бойових і кризових умовах.

Ключові слова: резильєнтність, психологічна готовність, стресостійкість, саморегуляція, копінг-стратегії, посттравматичний стресовий розлад, бойовий досвід, військовослужбовці.

Pavlovskaya-Kravchuk Viktoriia. Resilience as a factor of military personnel's psychological readiness for combat missions

The article is devoted to a systematic analysis of resilience as a key psychological resource in the professional activity of military personnel under conditions of combat, uncertainty, and heightened threat. At the theoretical and methodological level, it substantiates the shift from a narrow instinctive interpretation of mental stability toward a dynamic, multidimensional model that integrates motivational, cognitive, emotional-volitional, and socio-resource components of psychological readiness. The paper traces the historical evolution of the concept—from its early mentions in the natural sciences to its integration into psychological research in the second half of the 20th century—and highlights the contribution of E. Werner and R. Smith's longitudinal studies in identifying individual, familial, and environmental determinants of resilience. Contemporary definitions of the phenomenon (APA; approaches of G. Bonanno, J. Wagnild and H. Young, K. Cherry) are summarized, with emphasis on terminological distinctions within Ukrainian scholarship (resilience as a process vs. resilience as a trait), which have implications for measurement and intervention.

The organizational and applied dimension is examined separately: the institutionalization of positive psychology principles in the Comprehensive Soldier Fitness (CSF) program, which encompasses five domains of well-being (emotional, social, family, spiritual, physical) and combines screening procedures with training modules for soldiers and their families. The article demonstrates that resilience performs a protective function against post-traumatic stress disorder, anxiety, and depression, enhances self-regulation, balanced decision-making, and combat performance under pressure. At the same time, it incorporates a critical sociological perspective, addressing the risks of normalizing "high stress" and the pressure to conform to the idealized image of the "perfect soldier," underscoring the need for ethically and contextually sensitive implementation of resilience-building programs.

Based on a synthesis of theoretical sources, the article substantiates a systemic approach to resilience development that combines individually oriented interventions (self-regulation training, enhancement of self-efficacy, coping skills), reinforcement of social support (unit, family, community), and optimization of the organizational climate (leadership, psychological support, standardized assessment tools). The practical significance lies in defining priorities for the psychological training and rehabilitation of military personnel, as well as proposing criteria for evaluating the effectiveness of such programs at different stages of service. The study concludes with

the assertion that resilience should be integrated as a strategic resource into doctrines of preparation, support, and post-stress recovery of personnel, contributing to the preservation of mental health, increased professional efficiency, and sustainable functioning in combat and crisis conditions.

Key words: *resilience, psychological readiness, stress resistance, self-regulation, coping strategies, post-traumatic stress disorder, combat experience, military personnel.*

Вступ. Сучасні умови ведення бойових дій вимагають від військовослужбовців не лише високого рівня професійної підготовки, але й здатності ефективно діяти в екстремальних, невизначених і загрозливих для життя ситуаціях. Одним із ключових чинників, що забезпечують таку здатність, виступає психологічна готовність - інтегральна характеристика особистості, яка охоплює мотиваційні, когнітивні, емоційно-вольові та ресурсні компоненти. Вона визначає, наскільки військовослужбовець здатний мобілізувати внутрішні ресурси для виконання завдань у бойових умовах, підтримувати ефективне функціонування та ухвалювати зважені рішення під тиском зовнішніх і внутрішніх стресорів.

Останніми роками в українській та світовій науковій літературі значна увага приділяється дослідженню феномену резильєнтності як ресурсу адаптації до складних життєвих і професійних ситуацій. Резильєнтність трактується як динамічна система особистісних і соціальних характеристик, що забезпечує збереження або швидке відновлення психічної рівноваги в умовах стресу, травми чи кризи [6, с. 94]. Українські дослідники підкреслюють, що розвиток резильєнтності військовослужбовців сприяє підвищенню їхньої стресостійкості, здатності до саморегуляції та збереження боєздатності навіть у надзвичайно складних обставинах [3].

Матеріали та методи. Історія становлення концепції резильєнтності свідчить, що цей феномен виник не як абстрактна теоретична конструкція, а сформувався як результат практичних спостережень за людьми, які зуміли вижити після масштабних катастроф і тяжких травм. На початкових етапах увага дослідників була зосереджена на виявленні типових якостей осіб, які демонстрували успішну адаптацію до складних життєвих обставин і травматичних подій. Аналіз історичних джерел свідчить, що термін «резильєнтність» уперше зафіксований ще у 1800 році, а активне його використання у фізіології та фізиці розпочалося у 1920-х. До середини 20-го століття феномен трактували переважно як неусвідомлений захисний механізм психіки. З 1950-х років він починає асоціюватися зі стресом і хворобами, а у 1960-х його включають до моделей копінгової поведінки. У 1970-х роках поняття активно застосовується в дослідженнях нейропластичності мозку, а з 1980-х - у психонейроімунології [2, с. 68; 3].

У технічних науках поняття резильєнтності існувало значно раніше, проте в психологічну науку воно увійшло завдяки роботам американських дослідниць Емі Вернер та Рут Сміт. У 1955 році вони розпочали масштабне лонгітюдне дослідження на Гаваях, яке охопило 700 дітей. Вони проаналізували умови розвитку дітей, виокремивши низку негативних чинників: жорстокість у родині та суспільстві, важке матеріальне

становище, психічні розлади батьків, хронічні хвороби тощо. У дорослому віці ці фактори корелювали з дезадаптивною поведінкою, зокрема токсикоманією, безробіттям і раннім батьківством. Для розуміння причин різної адаптації дослідниці проаналізували механізми захисту та виявили три групи чинників розвитку резильєнтності: індивідуальні характеристики дітей, особливості сімейного середовища та ресурси соціального оточення [10].

Американська психологічна асоціація визначає резильєнтність як процес та результат успішної адаптації особистості до внутрішніх і зовнішніх викликів завдяки гнучкості та здатності перебудовуватися на когнітивному, емоційному й поведінковому рівнях [7]. Дж. Бонанно підкреслює багатовимірність і динамічність цього явища, розглядаючи його як здатність зберігати стабільне функціонування після серйозних потрясінь, наприклад, смерті близької людини або загрози життю та знаходити можливості для особистісного зростання [7]. Хешмат Ш. наголошує на здатності психіки адаптуватися до стресових обставин і відновлюватися після криз [6].

На думку Дж. Вагнілд і Х. Юнг, резильєнтність виступає особистісною характеристикою, що послаблює негативні наслідки стресу й сприяє адаптації. К. Черрі виокремлює ключові риси резильєнтних людей: установку «вижившого», здатність ефективно керувати емоціями, внутрішній локус контролю, розвинені навички вирішення проблем, самоємпатію та опору на соціальну підтримку [9, с. 165].

У вітчизняному науковому просторі термін «резильєнтність» перекладають по-різному - як психологічну стійкість, пружність, життєстійкість тощо, що створює певну термінологічну неоднозначність. Д. Асонов та О. Хаустова розрізняють поняття *resilience* (процес) і *resiliency* (властивість), наголошуючи на різниці між ними. Український дослідник Г. П. Лазос розглядає резильєнтність як багатофакторний феномен, що охоплює генетичні передумови, особистісні якості та соціальну підтримку, які забезпечують успішну адаптацію до критичних ситуацій та знижують ризик розвитку психотравматичних розладів [4].

Сучасні дослідження резильєнтності в Україні набувають особливої актуальності в контексті воєнних дій, масових кризових ситуацій та зростання психологічного навантаження на населення.

Науковці підкреслюють, що в умовах воєнних загроз та бойових дій саме здатність до психологічного відновлення, гнучкість мислення, емоційна саморегуляція та опора на соціальні ресурси відіграють визначальну роль у збереженні психічного здоров'я та професійної ефективності військовослужбовців і цивільних осіб [3; 5].

Резильєнтність розглядається не лише як особистісна характеристика, а й як цілеспрямовано формований ресурс, який може посилюватися за допомогою психологічних програм, тренінгів та системної підтримки [4].

Крім того, останні дослідження вказують на зв'язок між високим рівнем резильєнтності та зниженням ризику розвитку посттравматичних стресових розладів, тривожності й депресії у людей, які пережили бойові дії, втрати чи масові катастрофи. Формування резильєнтності розглядається як один із ключових напрямів психологічної допомоги та реабілітації, оскільки цей ресурс дає змогу не лише витримати екстремальні обставини, а й інтегрувати досвід пережитого у власну життєву історію, зберігаючи цілісність особистості. У зв'язку з цим резильєнтність стає важливим елементом не тільки наукового дискурсу, а й практичної діяльності психологів, психотерапевтів і фахівців кризового реагування.

Результати дослідження. У науковій статті А. Сіммонс та Л. Йодер, присвяченій концептуальному аналізу феномену резильєнтності, акцентується увага на необхідності чіткого визначення та структурного осмислення цього поняття в контексті військової психології. Авторки зазначають, що військова резильєнтність розглядається як складне, динамічне та багатовимірне утворення, на формування якого впливають не лише індивідуальні психологічні особливості військовослужбовців, але й чинники зовнішнього середовища та організаційного контексту. Такий підхід дає змогу комплексно оцінювати здатність військових ефективно адаптуватися до стресових і кризових умов діяльності [10].

Схожої позиції дотримуються Т. В. Брітт, Р. Р. Сінклер та А. МакФадден, які підкреслюють багатовимірність військової резильєнтності, визначаючи її як інтегративний конструкт, що охоплює когнітивні, емоційні, поведінкові та соціальні компоненти. Науковці наголошують, що на формування цього феномену впливають різноманітні індивідуальні характеристики, контекстуальні умови та особливості соціального середовища, у якому здійснюється професійна діяльність військовослужбовців. Такий підхід дозволяє розглядати резильєнтність не лише як внутрішній ресурс особистості, а й як результат складної взаємодії багатьох чинників [10].

Резильєнтність відіграє ключову роль у здатності військовослужбовців протистояти впливу різноманітних стресових чинників та ефективно відновлюватися після їх дії, що, у свою чергу, забезпечує підтримання належного рівня психічного здоров'я та працездатності особового складу. У процесі виконання бойових завдань та інших військових операцій цей психологічний ресурс дозволяє солдатам справлятися з комплексом фізичних, емоційних і когнітивних навантажень, які супроводжують професійну діяльність у зоні підвищеного ризику.

У дослідженні Дж. Бонанно та співавторів було проаналізовано динаміку проявів симптомів травматичних переживань і резильєнтності у військовослужбовців США. Дослідники поставили за мету визначити типові траєкторії розвитку цих станів під час служби в різних підрозділах збройних сил. Емпірична база дослідження

охопила понад 3 000 учасників, що дало змогу здійснити репрезентативний аналіз та зробити висновки про важливість резильєнтності як чинника психологічної стійкості в умовах військової служби [10].

У межах дослідження було проведено оцінювання рівня резильєнтності та симптомів травматичних переживань у військовослужбовців на різних етапах їхнього розгортання. Зокрема, учасників опитували до початку виконання завдань, безпосередньо після повернення, а також через три та дев'ять місяців після завершення місії. Аналіз отриманих даних показав загальну тенденцію до зростання інтенсивності симптомів травми та зниження рівня резильєнтності після розгортання. Водночас дослідники виявили суттєві індивідуальні відмінності в динаміці цих показників: у частини респондентів спостерігалася стабільно висока резильєнтність і низький рівень травматичних симптомів, тоді як інші демонстрували поступове погіршення психологічного стану та зниження життєстійкості з часом [10].

На основі цих результатів автори зробили висновок, що резильєнтність виконує важливу захисну функцію щодо проявів травматичних симптомів у військовослужбовців. Вони підкреслюють, що цілеспрямоване формування цього ресурсу за допомогою тренінгових програм та психологічних інтервенцій може бути ефективним засобом профілактики розладів психічного здоров'я, зокрема посттравматичного стресового розладу. Дослідження також вказує на необхідність врахування індивідуальних відмінностей рівня резильєнтності під час розробки та впровадження таких програм, що дозволяє підвищити їхню ефективність та адаптувати під потреби конкретних груп військовослужбовців.

У дослідженні, проведеному С. Сефідан та колегами було зосереджено увагу на вивченні ролі резильєнтності як психологічного ресурсу, що знижує вплив стресових факторів та запобігає розвитку негативних психічних наслідків у новобранців. Об'єктом дослідження стала вибірка зі 525 рекрутів Збройних сил Швейцарії, які проходили базову військову підготовку. Протягом кількох тижнів навчання учасникам проводили оцінювання рівня резильєнтності та стресу з метою простежити зміни цих показників у динаміці. Отримані результати свідчать, що високий рівень резильєнтності відіграє захисну роль, зменшуючи вплив стресу та запобігаючи появі несприятливих психологічних реакцій у призовників під час адаптації до військових умов [10].

Результати дослідження продемонстрували, що вищий рівень резильєнтності тісно пов'язаний зі зменшеними показниками стресу, а також менш вираженими симптомами тривоги та депресії. Крім того, було виявлено, що резильєнтність виконує роль посередницької ланки між стресовими впливами та негативними психологічними наслідками, сприяючи ефективнішому подоланню складних ситуацій і збереженню психічного благополуччя осіб із високим рівнем цієї якості.

У дослідженні Р. Петшака та співавторів було проаналізовано взаємозв'язок між низкою психосоціальних буферів, таких як резильєнтність, підтримка з боку підрозділу та соціальна підтримка після повернення -

і рівнем травматичного стресу, депресивними проявами та іншими психосоціальними труднощами серед ветеранів операцій «Нескорена свобода» та «Свобода Іраку». Отримані дані засвідчили значну роль резильєнтності як захисного чинника, що пом'якшує негативний вплив бойового досвіду на психологічний стан ветеранів [8; 10].

Результати показали, що вищий рівень резильєнтності пов'язаний з нижчим рівнем травматичного стресу, депресивних симптомів та психосоціальних труднощів. Крім того, виявлено, що підтримка підрозділу та соціальна підтримка після розгортання є важливими предикторами резильєнтності. Отримані дані свідчать про те, що втручання, які підвищують резильєнтність і соціальну підтримку, можуть бути ефективними для зменшення негативних наслідків травматичного стресу та депресивних симптомів серед ветеранів.

У статті «Перспективи резильєнтності для військової готовності та боєздатності: Звіт міжнародного круглого столу з військової фізіології», підготовлений Б. С. Ніндлом та співавторами представлено ґрунтовний огляд обговорень і висновків, зроблених під час міжнародного круглого столу, присвяченого ролі резильєнтності у військовій сфері. Особливу увагу автори приділили значенню цього феномену для підтримання боєздатності та забезпечення високого рівня готовності особового складу до виконання завдань у складних і стресогенних умовах [8; 10].

У публікації підкреслюється критична важливість інтеграції стратегій розвитку резильєнтності у програми військової підготовки та тренувальні процеси. Такі підходи розглядаються як невід'ємний елемент сучасної військової практики, що сприяє підвищенню адаптивних можливостей військовослужбовців і зміцненню їх психологічної стійкості в екстремальних ситуаціях.

У публікації розглядаються різноманітні чинники, які впливають на розвиток та підтримання резильєнтності, зокрема генетичні передумови, умови навколишнього середовища, рівень соціальної підтримки, а також психологічні та когнітивні особливості особистості. Окрему увагу приділено проблематиці вимірювання та оцінювання резильєнтності, зокрема потребі створення уніфікованих і валідних інструментів, які дозволяли б своєчасно ідентифікувати осіб, схильних до розвитку стресових розладів [8; 9].

У дослідженні А. Сіммонс та Л. Йодер, що ґрунтувалося на аналізі 35 наукових статей, присвячених вивченню резильєнтності у військовому контексті, було виокремлено десять ключових атрибутів, які визначають її формування та підтримання. Серед них - адаптивність, самоефективність, витривалість, оптимізм, саморегуляція, духовність, соціальна підтримка, навички подолання труднощів, адекватна самооцінка та здатність вирішувати проблеми [7; 10].

Крім того, у роботі А. Єшке було досліджено психосоціальні предиктори життєстійкості у вибірці військовослужбовців. Результати показали, що вищий рівень психологічного дистресу асоціюється з нижчими показниками резильєнтності, тоді як наявність соціальної підтримки та використання конструктивних стратегій

подолання стресу пов'язані з її зростанням. Це свідчить про важливу роль як особистісних ресурсів, так і соціального середовища у формуванні психологічної стійкості військовослужбовців [7; 9].

Результати досліджень свідчать, що серед різних чинників, пов'язаних із резильєнтністю, саме соціальна підтримка має найвищу прогностичну цінність, далі за значущістю йдуть позитивні стратегії подолання стресу та суб'єктивне сприйняття стресових ситуацій. У роботі Р. МакГаррі, С. Воклейт та Г. Мітена було представлено соціологічний аналіз військової резильєнтності, який відкриває ширшу дискусію щодо сутності, ролі та потенційних наслідків цього феномену в армійському середовищі [10].

Автори зазначають, що хоча резильєнтність визнається важливою та бажаною якістю військовослужбовців, необхідно критично осмислити її зміст і вплив на військову культуру. Зокрема, підкреслюється, що поряд із позитивним значенням як ресурсу подолання труднощів, резильєнтність може мати і зворотний бік: зокрема, призводити до нормалізації високих рівнів стресу або формувати тиск на військовослужбовців із метою відповідати певному ідеалізованому образу «ідеального бійця». Такий критичний погляд дозволяє краще зрозуміти складність цього феномену та його неоднозначний вплив у військовому контексті.

Дослідники наголошують на необхідності критичного осмислення концепції резильєнтності, враховуючи її складну, багатовимірну природу та широкий спектр впливів. У сучасних умовах здатність розвивати й підтримувати резильєнтність розглядається як один із ключових компонентів системи професійної підготовки та психологічного супроводу військовослужбовців. Вона має важливе значення для підвищення ефективності виконання службових завдань і водночас знижує ризики розвитку психічних розладів, зокрема посттравматичного стресового розладу та депресії.

Показовим прикладом є програма Comprehensive Soldier Fitness (CSF), започаткована Армією США у 2009 році на основі принципів позитивної психології. Її метою стало зміцнення психологічного здоров'я та розвиток резильєнтності військовослужбовців і членів їхніх родин шляхом упровадження системних тренінгових та освітніх заходів. Ця програма стала однією з перших масштабних спроб інтегрувати концепцію резильєнтності у структуру військової підготовки та підтримки особового складу [10].

Програма Comprehensive Soldier Fitness (CSF) складається з системи діагностичних інструментів та навчальних модулів, спрямованих на розвиток п'яти ключових вимірів психологічного здоров'я: емоційного, соціального, сімейного, духовного та фізичного. За допомогою спеціальних оцінювальних процедур військовослужбовці мають змогу виявити власні сильні сторони, а також ті сфери, які потребують додаткового розвитку в кожному з означених напрямів. Тренінгові модулі, у свою чергу, пропонують науково обґрунтовані стратегії, спрямовані на підвищення рівня резильєнтності та загального психологічного благополуччя.

CSF розглядається як комплексний підхід до зміцнення психологічного здоров'я у військовому середовищі, оскільки охоплює не лише індивідуальний рівень військовослужбовця, а й залучає членів його сім'ї, командирів та елементи військової культури загалом. Емпіричні дані свідчать, що впровадження програми позитивно впливає на рівень резильєнтності, ефективність виконання службових завдань і загальне благополуччя особового складу. Надалі CSF була інтегрована в загальну систему охорони здоров'я та фізичної підготовки Армії США [10].

Таким чином, резильєнтність виступає одним із ключових психологічних ресурсів, необхідних для ефективного функціонування військовослужбовців у складних і стресогенних умовах. Вона сприяє здатності солдатів успішно справлятися з інтенсивними фізичними та психологічними навантаженнями, які виникають під час бойових дій, навчань або виконання інших службових завдань у напружених ситуаціях. Завдяки високому рівню резильєнтності військовослужбовці здатні швидше адаптуватися до мінливих обставин, зберігати концентрацію уваги, приймати зважені рішення та ефективно діяти навіть під значним тиском.

Крім того, наявність розвиненої резильєнтності асоціюється зі зниженим ризиком розвитку розладів психічного здоров'я, таких як посттравматичний стресовий розлад, депресивні та інші стрес-індуковані порушення. Вона також позитивно впливає на загальне психологічне благополуччя військовослужбовців, підтримуючи їхню емоційну стабільність

та здатність відновлюватися після переживання складних подій.

Висновки. Результати аналізу сучасних наукових джерел та емпіричних досліджень свідчать, що резильєнтність є одним із провідних психологічних чинників, які визначають ефективність діяльності військовослужбовців у бойових та інших екстремальних умовах. Вона виступає важливим захисним механізмом, що сприяє адаптації до стресових ситуацій, збереженню психічного здоров'я, підвищенню працездатності та здатності до прийняття зважених рішень у складних і небезпечних обставинах. Резильєнтність має багатовимірний характер, поєднуючи особистісні риси, соціальні ресурси та організаційні умови, що формують загальну здатність військовослужбовця ефективно функціонувати попри дію травматичних чинників.

Отримані дані підтверджують доцільність системного підходу до формування та підтримки резильєнтності у військовому середовищі. Розвиток цього ресурсу потребує поєднання індивідуальних тренінгових програм, соціальної підтримки та сприятливого організаційного клімату. Зокрема, включення стратегій розвитку резильєнтності у програми військової підготовки, освітні та реабілітаційні заходи сприяє не лише зниженню ризику розвитку психотравматичних розладів, але й підвищенню рівня бойової готовності та ефективності виконання завдань особовим складом. Таким чином, резильєнтність має розглядатися як стратегічний ресурс психологічного забезпечення військової діяльності, інтегрований у систему підготовки та підтримки військовослужбовців на всіх етапах їхньої служби.

Література:

1. Грішин Е. Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2021. Вип. 64. С. 62-81. DOI: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04>
2. Кокун О. М. Професійна життєстійкість особистості: аналіз феномена. *Актуальні проблеми психології* : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2020. Т. V. Вип. 20. С. 68-81. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/721356>
3. Кокун О. М., Лозінська Н. С., Слюсар І. Т. та ін. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами: методичний посібник. Київ: 7БЦ, 2023. 76 с.
4. Лазос Г. П., Мельник Т. М., Остапенко І. С. Психічне здоров'я та благополуччя учасників бойових дій. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2023. № 1(19). URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/3458/3476>
5. Медянова О. В., Дворніченко Л. Л., Любіна Л. А., Шкраб'юк В. С., Кононенко О. І. Психологічна резильєнтність особистості в умовах війни. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)*. 2023. № 10(28). URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/5187/5217>
6. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2009. Вип. 23. С. 94-102.
7. American Psychological Association. The Road to Resilience; APA Dictionary of Psychology (entry "Resilience"). Washington, DC: APA, 2020.
8. Cornum R., Matthews M. D., Seligman M. E. P. Comprehensive Soldier Fitness: Building resilience in a challenging institutional context. *American Psychologist*. 2011. Vol. 66. No 1. С. 4-9.
9. Wagnild G. M., Young H. M. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*. 1993. Vol. 1. No 2. С. 165-178.
10. Werner E. E., Smith R. S. *Journeys from Childhood to Midlife: Risk, Resilience and Recovery*. Ithaca, NY: Cornell University Press, 2001.

References:

1. Hryshyn E. Rezylientsia osobystosti: сутnist fenomenu, psykhotodnostyka ta zasoby rozvytku [Resilience of personality: the essence of the phenomenon, psychodiagnostics and means of development]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H. S. Skovorody. Psykholohiia*. 2021. Vyp. 64. P. 62-81. DOI: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04> [in Ukrainian].
2. Kokun O. M. Profesiina zhyttiistykist osobystosti: analiz fenomena [Professional resilience of the personality: analysis of the phenomenon]. *Aktualni problemy psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka NAPON Ukrainy*. 2020. T. V, Vyp. 20. P. 68-81. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/721356> [in Ukrainian].
3. Kokun O. M., Lozinska N. S., Sliusar I. T. ta in. Osoblyvosti nadання psykholohichnoi dopomohy viiskovoslu-zhbovtsiam, veteranam ta chlenam yikhnikh simei tsyvilnymy psykholohamy: metodychnyi posibnyk [Peculiarities of providing psychological assistance to servicemen, veterans and their families by civilian psychologists: methodological manual]. Kyiv: 7BTS, 2023. 76 p. [in Ukrainian].
4. Lazos H. P., Melnyk T. M., Ostapenko I. S. Psykhichne zdorovia ta blahopoluchchia uchasykiv boiovykh dii [Mental health and well-being of combatants]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky (Seriia "Pedahohika", Seriia "Psykhohiia", Seriia "Medytsyna")*. 2023. № 1(19). URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/3458/3476> [in Ukrainian].
5. Medianova O. V., Dvornichenko L. L., Liubina L. A., Shkrabiuk V. S., Kononenko O. I. Psykhohichna rezylientsia osobystosti v umovakh viiny [Psychological resilience of personality in wartime]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky (Seriia "Pedahohika", Seriia "Psykhohiia", Seriia "Medytsyna")*. 2023. № 10(28). URL: <http://perspectives.pp.ua/index.php/pis/article/view/5187/5217> [in Ukrainian].
6. Tytarenko T. M., Larina T. O. Zhyttiistykist osobystosti: sotsialna neobkhdnist ta bezpeka [Resilience of personality: social necessity and security]. *Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii*. 2009. Vyp. 23. P. 94-102 [in Ukrainian].
7. American Psychological Association. *The Road to Resilience; APA Dictionary of Psychology* (entry "Resilience"). Washington, DC: APA, 2020.
8. Cornum R., Matthews M. D., Seligman M. E. P. Comprehensive Soldier Fitness: Building resilience in a challenging institutional context. *American Psychologist*. 2011. Vol. 66. No. 1. P. 4-9.
9. Wagnild G. M., Young H. M. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*. 1993. Vol. 1. No. 2. P. 165-178.
10. Werner E. E., Smith R. S. *Journeys from Childhood to Midlife: Risk, Resilience and Recovery*. Ithaca, NY: Cornell University Press, 2001.

Дата першого надходження рукопису до видання: 22.10.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 21.11.2025

Дата публікації: 30.12.2025