

2. Іваненко В. С. Національно-патріотичне виховання молоді як складова побудови незалежної держави. Актуальні проблеми сучасної науки в дослідженнях молодих учених, курсантів та студентів : тези доп. Всеукр.наук.-практ. конф. (м. Вінниця, 17 травн. 2023 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внут. справ, Наук. парк «Наука та безпека». Вінниця : ХНУВС 2023. С. 239-242. URL:<https://dspace.mnau.edu.ua/jspui/handle/123456789/14176>.

3. Іваненко В. С. Стресостійкість, як вид психологічної особистості // Інформаційно-психологічна та техногенна безпека: історичні аспекти, особливості захисту суспільства та особистості : тези доповідей за результатами тематичного «круглого столу», м. Миколаїв, 9 грудня 2022 р. Миколаїв : МНАУ, 2022. С. 18-20. URL:<https://dspace.mnau.edu.ua/jspui/handle/123456789/12066>.

4. Курепін В. М., Іваненко В. С. Екологія та війна, погляд через минуле у майбутнє, глобальні виклики, загрози // Ekologia i racjonalne zarządanie przyrodą: edukacja, nauka i praktyka [Zasób elektroniczny]: materiały z międzynarodowej konferencji naukowo-praktycznej (Łomża – Żytomierz, 15.11.2023 r.). Łomża : MANS w Łomży, 2023. С. 265-275. URL:<https://dspace.mnau.edu.ua/jspui/handle/123456789/16200>.

5. Курепін В. М. Ресурс на адаптацію, як молоді впоратися з психологічними проблемами в мінливих обставинах сучасності // Сучасна наука: інновації та перспективи : матеріали міжнар. мультидисциплінарної наук.-практ. інтернет-конф. молодих дослідників, здобувачів вищої освіти та науковців 6-7 квітня 2023р. м. Київ. Київ : Київський інститут залізничного транспорту Державного університету інфраструктури та технологій, 2023. С. 431-435. URL:<https://dspace.mnau.edu.ua/jspui/handle/123456789/13350>.

Маєр Юлія – доктор філософії в галузі «Психологія», доцент кафедри українознавства та суспільних наук, Миколаївський національний аграрний університет

БАГАТОРІВНЕВА ДЕТЕРМІНАЦІЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННИХ ВИКЛИКІВ

В тезах розглядається багаторівнева детермінація резильєнтності особистості в умовах воєнних викликів. Підкреслюється, що за умов тривалого воєнного стресу резильєнтність виступає інтегративним психологічним конструктом, який забезпечує адаптацію, психічну рівновагу та розвиток особистості. Аналізується вплив індивідуально-психологічних (емоційна регуляція, когнітивна гнучкість, оптимістичне мислення, смисложиттєві орієнтації), соціальних (підтримка сім'ї, громади, професійних і волонтерських спільнот) та інституційних чинників (доступ до медичної, соціальної й психологічної допомоги) на формування резильєнтності.

В умовах воєнних дій резильєнтність набуває особливого значення як провідна психологічна характеристика, що визначає здатність особистості протистояти тривалим психоемоційним і фізичним викликам. Сучасні воєнні реалії формують середовище підвищеної невизначеності, постійної загрози життю, втрат, руйнувань та хронічного стресового навантаження, що суттєво

трансформує умови функціонування особистості. У даному контексті резильєнтність виступає як інтегративний психологічний конструкт, який забезпечує не лише базову здатність до виживання, але й можливість адаптації, відновлення психічної рівноваги та подальшого особистісного розвитку.

Воєнний стрес характеризується пролонгованою дією травматичних факторів, що призводить до стану хронічної психологічної напруги. За таких умов резильєнтність проявляється у здатності особистості підтримувати функціональну стабільність психіки навіть за умов тривалої небезпеки та невизначеності. Особливого значення набуває механізм адаптації до зміненої реальності, оскільки людина змушена постійно переосмислювати власний досвід, коригувати поведінкові стратегії та знаходити нові ресурси психологічної рівноваги.

Важливим аспектом резильєнтності є здатність до подолання травматичного досвіду. Люди, які безпосередньо стикаються із наслідками війни, переживають втрати близьких, руйнування життєвого простору, фізичні ушкодження та інші психотравмувальні події. В таких умовах резильєнтність виконує функцію психологічного механізму, що дозволяє інтегрувати травматичний досвід в загальну життєву історію особистості, зменшуючи його деструктивний вплив і сприяючи збереженню здатності до подальшого функціонування.

Водночас, в сучасних дослідженнях, дедалі більше уваги приділяється колективному виміру резильєнтності. У воєнних умовах психологічна стійкість особистості значною мірою залежить від соціального контексту, в якому вона перебуває. Підтримка з боку сім'ї, громади, військових колективів, волонтерських та гуманітарних організацій формує важливе ресурсне середовище, що сприяє подоланню кризових станів. Таким чином, резильєнтність слід розглядати не лише як індивідуальну характеристику, але й як соціально зумовлений феномен [2, с.74-75].

Формування резильєнтності визначається взаємодією внутрішніх і зовнішніх чинників. До внутрішніх належать емоційна регуляція, оптимістичне мислення, когнітивна гнучкість та наявність смисложиттєвих орієнтацій. Емоційна регуляція забезпечує контроль над інтенсивними негативними переживаннями, такими як страх, тривога чи гнів, що є особливо актуальним у ситуаціях постійної загрози. Оптимістичне мислення виконує функцію психологічної підтримки, оскільки орієнтація на позитивне майбутнє дозволяє зберігати надію навіть в критичних умовах. Когнітивна гнучкість забезпечує здатність швидко адаптуватись до змін і приймати нові умови реальності, тоді як смисложиттєві орієнтації надають поведінці особистості внутрішньої стабільності та спрямованості.

Зовнішні чинники включають соціальну та інституційну підтримку, а також стабільність тилового середовища. Соціальна підтримка з боку близького оточення та професійних спільнот виступає важливим ресурсом психологічного відновлення. Інституційна підтримка, що включає доступ до

медичних, соціальних і психологічних послуг, забезпечує системну допомогу особам, які перебувають у кризових станах. Водночас наявність відносно безпечного та стабільного середовища дозволяє задовольняти базові потреби, що є фундаментальною умовою відновлення психічної рівноваги [2, с. 76].

Прояви резильєнтності в умовах війни є багатовимірними. Важливим її результатом є збереження здатності особистості до функціонування в соціальній, професійній та сімейній сферах навіть за умов високого рівня стресу. У деяких людей спостерігається феномен посттравматичного зростання, який проявляється в переосмисленні життєвих цінностей, посиленні внутрішніх ресурсів та формуванні нових життєвих пріоритетів. Okремо слід відзначити посилення колективної згуртованості, яке проявляється у взаємній підтримці в межах громад, військових підрозділів та волонтерських ініціатив, які стають важливими чинниками психологічної стабілізації.

Формування резильєнтності може бути підсилене через реалізацію індивідуальних, соціальних та психологічних стратегій. На індивідуальному рівні ефективними є копінг-стратегії, такі як саморефлексія, ведення щоденників, практики усвідомленості, а також підтримка фізичного стану організму через режим харчування та фізичну активність навіть в умовах обмежених ресурсів. Важливим є також пошук життєвого сенсу, який дозволяє зберігати внутрішню мотивацію та психологічну стабільність [3, с. 36].

На соціальному рівні значущими є розвиток волонтерської діяльності, створення громадських центрів підтримки та забезпечення достовірного інформаційного середовища, яке знижує рівень тривожності. Психологічна допомога включає кризове консультування, тренінги зі стрес-менеджменту та групові форми роботи з різними категоріями постраждалих, що сприяє відновленню психоемоційної рівноваги [3, с. 38-39].

Особливої уваги в контексті формування резильєнтності потребують вразливі групи населення. Військовослужбовці зазнають надвисокого психоемоційного навантаження, що підвищує ризик розвитку посттравматичних розладів, тому їхня резильєнтність формується через професійну підготовку, бойову взаємопідтримку та психологічну реабілітацію [1, с. 83].

Цивільне населення, зокрема внутрішньо переміщені особи та постраждалі від бойових дій, потребує комплексної соціально-психологічної допомоги для відновлення стабільності. Діти та підлітки є особливо чутливою групою, для якої критично важливими є безпечне середовище, стабільність освітнього процесу та психологічний супровід [1, с. 85].

В контексті досліджуваної проблематики важливо також враховувати гендерний вимір формування резильєнтності, оскільки соціальні ролі, очікування та способи подолання стресу можуть відрізнятися у жінок і чоловіків, впливаючи на специфіку адаптаційних ресурсів особистості. Таким чином, резильєнтність в умовах воєнних викликів є складним багаторівневим феноменом, що формується на перетині індивідуально-психологічних,

соціальних та інституційних чинників і визначає не лише здатність до виживання, але й можливості подальшого відновлення та розвитку особистості й суспільства загалом.

Література

1. Мельничук І.Я. Теоретико-методологічні основи розвитку та корекції резильєнтності. *Наукові записки. Серія: Психологія*, 2024. №2. С. 82-87. <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-12>
2. Руденко О.В., Гонтар Ю.В. Структура резильєнсу у контексті розвитку резильєнтності особистості. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*, 2022. Том 33 (72) № 2. С. 73-78. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/12>
3. Чиханцова О.А. Розвиток резильєнтності особистості в ситуаціях невизначеності. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*, 2023. Том 34 (73) № 1. С. 35-40. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/07>

Муляр Володимир – доктор філософських наук, професор, завідувач кафедри суспільних наук Поліського національного університету

РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКА ВІЙНА І МЕНТАЛЬНА СТІЙКІСТЬ УКРАЇНЦІВ

Аналізується природа російсько-української війни, доводиться її екзистенційний характер. Формулюються деякі чинники ментальної стійкості українців у протистоянні російській агресії.

Вже через кілька місяців після початку широкомасштабної війни росії проти незалежної України багатьом фахівцям і політичним експертам, в тому числі і автору цих рядків [1, с. 32–329], стало ясно, що ця війна має особливий статус, статус екзистенційного конфлікту. Сьогодні ж, на п'ятому році цього кровопролитного жахіття, я впевнений в тому, що практично ні в кого не викликає сумнівів цей жорсткий висновок. Бо агресія росії проти нашої країни не вкладається в логіку звичайної війни. Нічим не виправдані звірства, які чинили окупанти над мирними мешканцями в Бучі, Маріуполі, Ізюмі, в інших містах і селах України, не можна пояснити жодною логікою війни. Не пояснюються правилами ведення війни і катування полонених українців у тюрмах росії. Тому логічно напрошується питання: чим це пояснити – варварством агресора, його віковичною заздрістю та відповідною ненавистю до розумного, інтелігентного, вихованого на людських цінностях народу, який бажає влаштувати своє життя самостійно, без вказівок збоку? Чи це виправдовується тваринною потребою завоювання нових територій і послідовним перетворенням їх на місце, непридатне для нормального людського життя, як це завжди робили росіяни? Адже історія не дає жодного