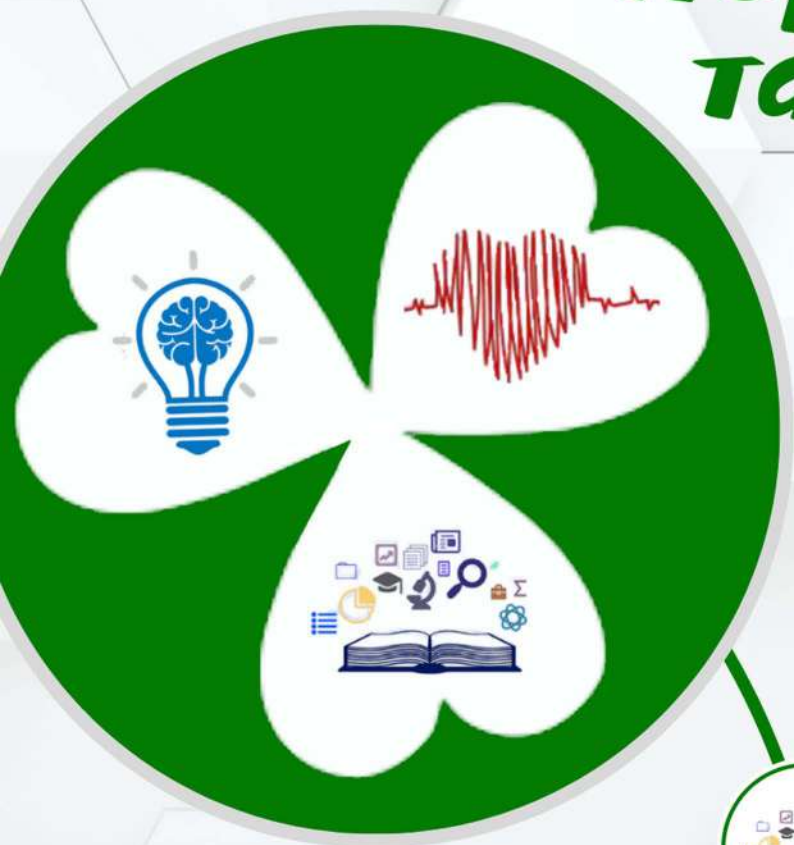




Наукові перспективи
Видавнича група

Перспективи та інновації науки



№3(61) 2026

Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського

Видавнича група «Наукові перспективи»

Луганський державний медичний університет

Громадська наукова організація «Система здорового довголіття в мегаполісі»

Християнська академія педагогічних наук України

Всеукраїнська асоціація педагогів і психологів з духовно-морального виховання

*за сприяння КНП "Клінічна лікарня №15 Подільського району м.Києва",
Центру дієтології Наталії Калиновської*

«Перспективи та інновації науки»

№ 3(61) 2026

Київ – 2026

Ivan Horbachevsky Ternopil National Medical University

Publishing Group «Scientific Perspectives»

Luhansk State Medical University

Public scientific organization "System of healthy longevity in the metropolis"

Christian Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine

All-Ukrainian Association of Teachers and Psychologists of Spiritual and Moral Education

*with the assistance of the KNP "Clinical Hospital No. 15 of the Podilsky District of Kyiv",
Nutrition Center of Natalia Kalinovska*

"Prospects and innovations of science"

№ 3(61) 2026

Kyiv – 2026

ISSN 2786-4952 Online

УДК 001.32:1/3](477)(02)

Ідентифікатор медіа - R40-05846

DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2026-3\(61\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2026-3(61))

«Перспективи та інновації науки»: журнал. 2026. № 3(61) 2026. С. 4067



Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 27.09.2021 № 1017 журналу присвоєно категорію "Б" із психології та педагогіки

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 27.04.2023 № 491 журналу присвоєно категорію "Б" із медицини: спеціальність 222

*Рекомендовано до видавництва Президією громадської наукової організації
«Всеукраїнська Асамблея докторів наук з державного управління» (Рішення від 16.03..2026, № 7/3-26)*

Журнал видається за підтримки КНП "Клінічна лікарня №15 Подільського району м.Києва", Центру дієтології Наталії Калиновської



Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus (IC), Research Bible, міжнародної пошукової системи Google Scholar

Електронний науковий журнал «Перспективи та інновації науки» заснований з метою висвітлення актуальних питань теорії та практики медицини, біології, біотехнології та реабілітації в Україні, за кордоном. Видання розраховано на науковців, викладачів, педагогів-практиків, представників органів державної влади та місцевого самоврядування, здобувачів вищої освіти, громадсько-політичних діячів

Згідно Порядку формування Переліку наукових фахових видань України, затвердженого наказом МОН України від 15.01.2018 № 32, повнотекстовий доступ до наукових статей журналу представлений на платформі «Наукова періодика України» в Національній бібліотеці України імені В.І. Вернадського НАН України та в Національному репозитарії академічних текстів

Голова редакційної колегії:



Вадзюк Степан Несторович - доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри фізіології з основами біоетики та біобезпеки Тернопільського національного медичного університету імені І.Я.Горбачевського Міністерства охорони здоров'я України (Україна)

Заступник голови редакційної колегії: Торяник Інна Іванівна - доктор медичних наук, старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник лабораторії вірусних інфекцій Державної установи «Інститут мікробіології та імунології імені І.І. Мечникова Національної академії медичних наук України» (Харків, Україна)

Редакційна колегія:

1. **Алієв, Ельнур М.** доктор медичних наук, професор, професор Азербайджанського медичного університету (Азербайджан)
2. **Бабова Ірина Костянтинівна** - доктор медичних наук, професор, старший науковий співробітник відділу економічного регулювання природокористування ДУ "Інститут ринку і економіко-екологічних досліджень Національної академії наук України", лікар ФРМ (фізичної та реабілітаційної медицини) ДУ "Територіальне медичне об'єднання МВС України по Одеській області" (Одеса, Україна)

- Філоненко В. М., Солохіна Л. О.** **3937**
ЕВОЛЮЦІЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ: ВІД БІОЛОГІЧНИХ ІНСТИНКТІВ ПРИМАТІВ ДО СИСТЕМНОГО НАСИЛЬСТВА В ІСТОРІЇ ЛЮДСТВА
- Фоменко К. І., Бугерко Я. М., Ільгов О.** **3949**
ПСИХОДІАГНОСТИКА НАВЧАЛЬНОГО ВИГОРАННЯ СТУДЕНТІВ
- Цумарєва Н. В., Белла Л. О.** **3961**
МІЗОГІНІЯ В ДОМАШНЬОМУ ТА ГЕНДЕРНО ЗУМОВЛЕНОМУ НАСИЛЬСТВІ: СОЦІАЛЬНО-КОГНІТИВНІ СПОТВОРЕННЯ, ЕМОЦІЙНІ РЕАКЦІЇ ТА ПОВЕДІНКОВІ ПАТЕРНИ В СУЧАСНИХ СІМ'ЯХ
- Чаплак Я. В., Чуйко Г. В.** **3979**
САМОСПРИЙНЯТТЯ ОСІБ З НАРЦИСИЧНИМИ РИСАМИ ОСОБИСТОСТІ
- Шаховніна Н.В.** **3990**
ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ В СТРУКТУРІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ПЕДАГОГІВ У КРИЗОВИХ УМОВАХ
- Шашенкова А. О., Марчук А. М.** **4002**
ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОФІЛІ ВИКОРИСТАННЯ СМАРТФОНУ СЕРЕД ЮНАЦТВА ІЗ УРАХУВАННЯМ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ТА ТРИВОЖНОСТІ
- Шеремет А. М., Лунков О. М.** **4015**
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ КОУЧИНГУ ЯК ІНСТРУМЕНТУ ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСТВА
- Шпак М.М., Дзюнь Х.Б.** **4027**
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ
- Яковенко О. К.** **4043**
ОСОБЛИВОСТІ КОГНІТИВНИХ ПРОЦЕСІВ ГІПЕРАКТИВНИХ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ
- Яковенко О.К.** **4056**
ВПЛИВ ЧИННИКІВ БАТЬКІВСЬКОГО ВІХОВАННЯ НА ПСИХОСЕКСУАЛЬНУ СФЕРУ ЖІНОК

Шпак Марія Мирославівна доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки і методики початкової та дошкільної освіти, Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, <https://orcid.org/0000-0001-7073-4673>

Дзюнь Христина Богданівна здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти за спеціальністю «Психологія», Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, м. Тернопіль, <https://orcid.org/0009-0005-1857-7670>

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ ОБСТАВИНАХ

Анотація. У статті розкрито теоретичні підходи науковців-психологів до розуміння феномена резильєнтності та його структурних компонентів. Емпірично визначено рівень розвитку резильєнтності у студентської молоді. Проаналізовано особливості поведінки студентів у контексті вирішення складних життєвих ситуацій. Охарактеризовано взаємозв'язок резильєнтності зі стратегіями подолання стресу студентською молоддю. В емпіричному дослідженні взяли участь 288 студентів. Для досягнення вищезазначених завдань було використано комплекс методів дослідження, зокрема для вимірювання резильєнтності застосовано «Шкалу резильєнтності» CD-RISC-10 (К. Connor, J. Davidson), для дослідження стратегій подолання стресу – методику «Стратегії подолання стресових ситуацій» SACS (S. Hobfoll). Для статистичної обробки результатів використано методи описової статистики, кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона та множинний регресійний аналіз.

На нашу думку, резильєнтність – це інтегральна властивість особистості, яка забезпечує здатність чинити опір стресу, долати його та відновлюватися після нього. Резильєнтність сприяє ефективному подоланню складних життєвих обставин. Виявлено розподіл студентів за усіма рівнями розвитку резильєнтності. Встановлено, що соціальна взаємодія та обережність дій є домінуючими стратегіями поведінки студентів задля подолання складних життєвих обставин. Натомість асоціальні дії являють собою найменш представлену модель поведінки студентства в умовах подолання стресу. З'ясовано, що студентська молодь у процесі вирішення складних життєвих обставин може використовувати декілька стратегій поведінки для локалізації стресу. Встановлено, що у студентів

серед стратегій подолання стресу переважають просоціальні моделі поведінки, зокрема вступ у соціальний контакт та пошук соціальної підтримки. Аналіз домінуючих стратегій показав, що просоціальні стратегії найчастіше виступають провідними (70,8%), тоді як асоціальні стратегії є найменш вираженими (53,8%).

Кореляційний аналіз засвідчив наявність статистично значущих зв'язків між резильєнтністю та низкою стратегій подолання стресу студентською молоддю. Найсильніші позитивні зв'язки резильєнтності встановлено з асертивними діями, вступом у соціальний контакт та пошуком соціальної підтримки, тоді як уникнення має слабкий негативний зв'язок із резильєнтністю. Множинний регресійний аналіз показав, що значущими предикторами резильєнтності виступають асертивні дії, вступ у соціальний контакт та імпульсивні дії. Отримана модель є статистично значущою та пояснює 30,8% дисперсії показника резильєнтності.

Ключові слова: резильєнтність, стресостійкість, професійне становлення, особистісний розвиток, копінг-стратегії, студентська молодь, складні життєві обставини, стрес.

Shpak Maria Myroslavivna Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Pedagogy and Methods of Primary and Preschool Education, Volodymyr Hnatiuk Ternopil National Pedagogical University, Ternopil, <https://orcid.org/0000-0001-7073-4673>

Dzyun Khristina Bogdanivna third (educational and scientific) level of higher education in the specialty «Psychology», Volodymyr Hnatiuk Ternopil National Pedagogical University, Ternopil, <https://orcid.org/0009-0005-1857-7670>

AN EMPIRICAL STUDY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND STRESS COPING STRATEGIES AMONG COLLEGE STUDENTS IN CHALLENGING LIFE CIRCUMSTANCES

Abstract. This article explores the theoretical approaches of psychologists to understanding the phenomenon of resilience and its structural components. The level of resilience development among college students has been empirically determined. The article analyzes the behavioral characteristics of students in the context of coping with difficult life situations. It describes the relationship between resilience and stress coping strategies among university students. A total of 288 students participated in the empirical study. To achieve the above-mentioned objectives, a set of research methods was used; specifically, the CD-RISC-10 “Resilience Scale” (K. Connor, J. Davidson) was applied to measure resilience, and the SACS “Strategies for Coping with Stressful Situations” methodology (S. Hobfoll) was used to study stress coping strategies. Descriptive statistics, Pearson’s correlation analysis, and multiple regression analysis were used for statistical processing of the results.

In our opinion, resilience is an integral personality trait that enables one to withstand stress, overcome it, and recover from it. Resilience facilitates the effective overcoming of difficult life circumstances. The distribution of students across all levels of resilience development was identified. It was found that cautious behavior and social interaction emerge as the dominant behavioral strategies students employ to cope with difficult life circumstances. In contrast, antisocial behavior represents the least common behavioral pattern among students when coping with stress. It was found that students, in the process of resolving difficult life circumstances, may use several behavioral strategies to manage stress. It was established that among students' stress-coping strategies, prosocial behavioral models predominate, particularly engaging in social contact and seeking social support. An analysis of the dominant strategies showed that prosocial strategies are most often the leading ones (70.8%), while antisocial strategies are the least pronounced (53.8%).

Correlation analysis revealed statistically significant associations between resilience and a range of stress-coping strategies among college students. The strongest positive associations of resilience were found with assertive actions, social engagement, and seeking social support, whereas avoidance has a weak negative association with resilience. Multiple regression analysis showed that assertive actions, social engagement, and impulsive actions are significant predictors of resilience. The resulting model is statistically significant and explains 30.8% of the variance in the resilience score.

Keywords: resilience, stress tolerance, professional development, personal growth, coping strategies, college students, difficult life circumstances, stress.

Постановка проблеми. Впродовж останніх років українська молодь переживає широкий спектр соціально-психологічних потрясінь, які спричинені насамперед пандемією COVID-19 та російською повномасштабною війною. Це ускладнює досягнення кар'єрних, матеріальних та освітніх цілей студентами через зростання внутрішніх та зовнішніх факторів, які продукують стрес [13]. Зважаючи на це, важливим постає вивчення феномена резильєнтності студентської молоді, що дасть змогу з'ясувати особливості емоційного реагування та поведінки студентів в умовах значного стресу та соціальних викликів.

Студентський період життєдіяльності характеризується високим рівнем стресу, який пов'язаний з невизначеністю стосовно свого майбутнього [6]. Це зумовлено значною кількістю соціальних викликів, які виникають у студентів. Загалом основні соціальні проблеми стосуються самореалізації та успішного навчання задля набуття фахових навичок для подальшого особистісного й професійного зростання. У цей період життя індивіда відбувається активне формування резильєнтності на основі особистого розвитку та налагодження соціальної взаємодії з іншими людьми. У цьому контексті звертаємо увагу, що динаміка розвитку резильєнтності в кожній людини залежить від її психофізіологічних та світоглядних особливостей [6]. Тому наш дослідницький

фокус спрямований на вивчення резильєнтності та патернів поведінки студентів у стресових ситуаціях.

У психологічному дискурсі проблема резильєнтності особистості займає одне з провідних місць. Це зумовлено науковим інтересом дослідників до цього феномена та соціально-психологічними процесами, які відбуваються протягом 2014-2025 років в Україні [6]. Увага дослідників спрямована на концептуально-теоретичне осмислення та прикладне вивчення феномена резильєнтності в умовах повномасштабного російського вторгнення в Україну. Незважаючи на це, потребує більш глибокого вивчення проблема резильєнтності та стратегій подолання стресу студентською молоддю. Тому наше емпіричне дослідження спрямоване на вивчення резильєнтності студентів у контексті їх моделей поведінки в складних життєвих обставинах.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У наукових дослідженнях з проблеми резильєнтності особистості розкрито теоретичні підходи до розуміння сутності цього феномена та вивчення його структурно-функціональних особливостей. Дослідницький фокус психологів спрямовано на вивчення специфіки розвитку резильєнтності в учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану (О. Ігнатюк [4], О. Безлюдний, О. Комар, Т. Капелюшна, А. Колесніченко [8]), соціально-психологічні чинники розвитку резильєнтності студентської молоді в умовах війни (А. Буровицька [1], А. Мельничук, О. Петяк, Т. Комар, Д. Вельський [11]), вплив природотерапії та психологічних механізмів на резильєнтність студентів (А. Покутня [10], А. Плошинська [9]), теоретично-концептуальне осмислення феномена резильєнтності людини (Г. Радчук, В. Олексюк, А. Несух [12], С. Силкіна [14], І. Мельничук [7]).

Завдяки застосуванню широкого спектру валідних методів дослідження та теоретичних підходів, міждисциплінарному характеру наукових розвідок, емпіричній перевірці теоретичних положень, у психологічній науці здійснено концептуалізацію феномена резильєнтності, який дозволяє протистояти стресу, зберігати психічне здоров'я та працездатність в складних життєвих ситуаціях та ефективно долати життєві труднощі [5]. Водночас аналіз наукових джерел показав недостатню увагу дослідників до емпіричного вивчення взаємозв'язку резильєнтності з моделями поведінки студентів в контексті подолання складних життєвих обставин. Це й обумовило вектор наших наукових розвідок.

Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні взаємозв'язку резильєнтності зі стратегіями подолання стресу студентською молоддю в складних життєвих обставинах. Відповідно до мети визначено такі **завдання**: проаналізувати трактування сутності поняття резильєнтності в сучасних психологічних дослідженнях; емпірично визначити рівень розвитку резильєнтності в студентів; з'ясувати домінуючі моделі поведінки студентів в складних життєвих ситуаціях; охарактеризувати особливості кореляційних взаємозв'язків між резильєнтністю та стратегіями подолання стресу студентською молоддю.

Виклад основного матеріалу. Досліджуючи сутність та структурно-функціональні особливості феномена резильєнтності, український психолог Е. Грішин зазначає, що резильєнтність – це психологічний ресурс ефективної протидії стресу в умовах складної життєвої ситуації [2]. Вона забезпечує пристосування особистості до умов життєдіяльності, сприяючи ефективному подоланню стресу, що слугує каталізатором психофізіологічного відновлення людини після травмуючої ситуації та забезпечує повернення до звичної життєдіяльності, відновлення емоційної рівноваги. Тому резильєнтність забезпечує здатність особистості протистояти стресу та ефективно реагувати на травматичну подію. У цьому контексті високий рівень резильєнтності сприяє адаптивності, психологічному благополуччю та продуктивній самореалізації індивіда [2].

Українська дослідниця І. Мельничук вважає, що рівень резильєнтності відображає стійкість особистості в умовах стресових ситуацій [7]. Тому резильєнтність містить когнітивну, емоційну та поведінкову складові. Вона забезпечує інтеграцію людини в кризові ситуації, сприяючи ефективному їх вирішенню, зокрема через кооперацію особистості з соціальним середовищем. Розвиток резильєнтності сприяє подоланню стресових соціальних обставин у житті людини [7].

У своїх наукових працях український дослідник О. Кокун зазначає, що резильєнтність являє собою здатність людини ефективно діяти в умовах стресу та складних життєвих ситуацій [5]. Вона сприяє підтримці стабільного психофізіологічного стану людини та подоланню деструктивних наслідків, спричинених стресом. Резильєнтність допомагає людині відновлюватися після криз, стресової ситуації і адаптуватися до нових викликів, що забезпечує психологічне благополуччя і покращення якості життя [5]. На думку О. Кокун, резильєнтність – це багатовимірне утворення, яке містить когнітивні, емоційні, поведінкові та соціальні складові. Вона «розглядається як динамічний процес, що формується у взаємодії особистості з оточенням, а також як індивідуальна властивість, що дозволяє протистояти труднощам і розвиватися» [5, с. 33].

Важливим чинником формування резильєнтності, зазначають О. Сипіта та І. Євтушенко, є копінг-стратегії [15]. Вони являють собою моделі поведінки, що продуктивно впливають на подолання стресу або кризових подій, сприяючи когнітивно-емоційному розвитку особистості. Зважаючи на це, резильєнтність слугує каталізатором розвитку стійкості людини на основі використання оптимальних поведінкових стратегій в складних життєвих обставинах [15].

Розвиток резильєнтності допомагає особистості успішно досягати поставлених цілей в процесі життєдіяльності. Учені Г. Радчук, В. Олексюк та А. Несух стверджують, що резильєнтність постає здатністю людини ефективно протидіяти стресу та відновлюватися після його негативного впливу [12]. Резильєнтність сприяє збереженню психофізичного здоров'я людини після пережитих труднощів завдяки здатності адаптуватися до складних життєвих

обставин. Важливою складовою резильєнтності є посттравматичне зростання на основі набутого досвіду, що дає змогу людині віднайти нові сенси в житті та бути краще підготовленим до нових випробувань. У цьому контексті розвиток резильєнтності, на думку науковців-психологів, забезпечують як зовнішні (соціальна компетентність, сприятливе сімейне середовище, соціальна підтримка), так і внутрішні (адаптивність (прийняття, відкритість, гнучкість, винахідливість); витривалість (зосередженість на завданні, самоконтроль); самоефективність; позитивний емоційний фон) чинники [12].

Узагальнюючи результати наукових підходів вчених до трактування сутності поняття «резильєнтність» ми визначаємо її як інтегральну властивість особистості, яка забезпечує здатність чинити опір стресу, долати його та відновлюватися після стресових ситуацій, що сприяє ефективному подоланню складних життєвих обставин, формуванню адаптивності, збереженню психічного здоров'я та посттравматичному зростанню. Особливо важливе значення має розвиток резильєнтності в студентському віці, оскільки сучасна молодь дуже гостро реагує на стресові ситуації та складні життєві обставини.

Емпіричне дослідження рівня розвитку резильєнтності студентів здійснювалося нами за допомогою «Шкали резильєнтності (CD-RISC-10)» К. Коннера і Дж. Девідсона [16]. Методика дозволяє отримати інтегральний показник психологічної стійкості та диференціювати респондентів за п'ятьма рівнями прояву резильєнтності. Зазначимо, що цей діагностичний інструментарій уже застосовувався нами у попередніх наукових розвідках [3]. Однак, у цьому дослідженні представлено результати розширеної вибірки респондентів ($N = 288$), що дає змогу уточнити раніше окреслені тенденції та підвищити емпіричну репрезентативність отриманих висновків.

Кількісні результати дослідження рівнів розвитку резильєнтності у студентів відображено на діаграмі (рис.1).

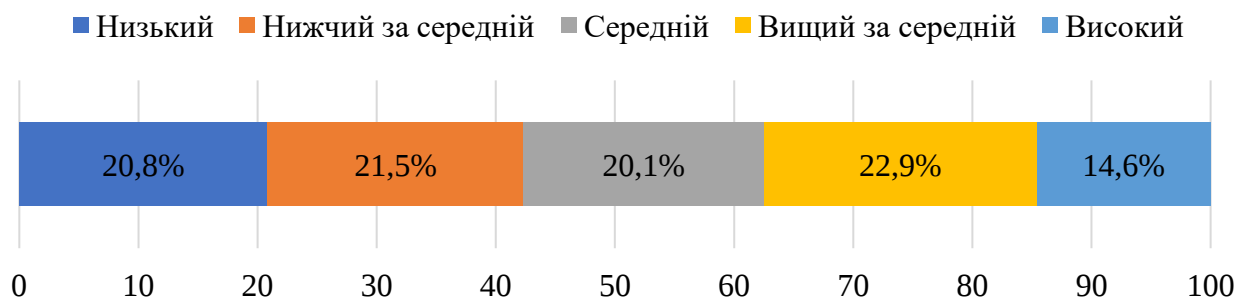


Рис. 1. Розподіл студентів за рівнями розвитку резильєнтності ($N=288$)

Виявлено, що найбільше студентів (22,9%) мають рівень розвитку резильєнтності «вищий за середній». У 21,5% студентів виявлено рівень резильєнтності «нижчий за середній», у 20,8% осіб – «низький» та у 20,1% студентів – «середній». Подібний розподіл демонструє відносну збалансованість різних рівнів психологічної стійкості. Однак високий рівень резильєнтності

мають лише 14,6% студентів, що є найменш чисельною групою. Це свідчить, що стабільно високий рівень психологічної стійкості не є типовим для більшості студентів та може бути пов'язаний із низкою особистісних чинників.

Виявлена варіативність рівнів резильєнтності актуалізує питання способів реагування та психологічної стійкості студентської молоді в стресових ситуаціях. Тому наступним завданням дослідження стало вивчення стратегій подолання стресу за методикою «Стратегії подолання стресових ситуацій» С. Хобфолла (SACS) [17]. Методика дозволяє визначити домінуючі моделі поведінки у стресових ситуаціях та інтерпретувати їх у системі координат «просоціальна/асоціальна», «активна/пасивна», «пряма/непряма». Описові статистичні показники стратегій подолання стресу студентською молоддю наведено в табл. 1.

Таблиця 1

**Описові статистичні показники стратегій
подолання стресу студентською молоддю**

№	Стратегія подолання	Модель поведінки	M	SD
1	Активна	Асертивні дії	18,8	3,7
2	Просоціальна	Вступ у соціальний контакт	21,5	3,7
3	Просоціальна	Пошук соціальної підтримки	21,7	4,1
4	Пасивна	Обережні дії	20,5	3,7
5	Пряма	Імпульсивні дії	18,7	3,0
6	Пасивна	Уникнення	18,3	4,2
7	Непряма	Непрямі дії	18,9	3,8
8	Асоціальна	Асоціальні дії	17,2	4,6
9	Асоціальна	Агресивні дії	19,5	4,3

Аналіз середніх значень (при можливому діапазоні 6-30 балів) дозволяє визначити відносну вираженість окремих моделей поведінки серед стратегій подолання стресу студентів. Найвищі показники зафіксовано щодо стратегій «Пошук соціальної підтримки» (M = 21,7) та «Вступ у соціальний контакт» (M = 21,5). Обидві поведінкові моделі передбачають активне залучення інших людей

до процесу подолання труднощів і відображають орієнтацію на використання соціальних ресурсів у ситуаціях стресу. Це свідчить про важливу роль міжособистісної взаємодії у регуляції стресових переживань в студентському віці.

Порівняно з вищевказаними показниками моделей поведінки нижчий, але високий загалом рівень має стратегія «Обережні дії» ($M = 20,5$). Це може вказувати на схильність частини студентів до стриманого, виваженого реагування у складних або невизначених ситуаціях.

Водночас у вибірці представлені й конфронтаційні форми емоційного реагування, зокрема стратегія «Агресивні дії» ($M = 19,5$), що відображає можливість напружених або суперницьких моделей взаємодії при зіткненні зі стресовими обставинами.

До групи стратегій з середнім рівнем вираженості належать «Непрямі дії» ($M = 18,9$), «Асертивні дії» ($M = 18,8$) та «Імпульсивні дії» ($M = 18,7$). Наявність цих моделей у поведінковому репертуарі студентів свідчить про використання прямих і опосередкованих способів впливу на стресову ситуацію. Водночас вони не виступають провідними способами реагування на стрес у більшості досліджуваних осіб студентського віку.

Найменш вираженими у вибірці виявилися стратегії подолання стресу «Уникнення» ($M = 18,3$) та «Асоціальні дії» ($M = 17,2$). Отримані результати можуть свідчити про відносно нижчу схильність студентів до повного дистанціювання від стресової ситуації або поведінки, що порушує соціальні норми.

Інтерпретація результатів у межах моделі SACS показує, що серед стратегій подолання стресу студентами переважають просоціальні моделі поведінки. Своєю чергою, пасивні, прямі й асоціальні форми реагування представлені на помірному або нижчому рівні. Тому поведінковий репертуар студентів характеризується поєднанням соціально орієнтованих способів подолання стресу з елементами обережного, опосередкованого або конфронтаційного реагування.

Однак, середньогрупові показники відображають лише загальні тенденції і не дозволяють встановити індивідуальну ієрархію стратегій подолання стресу. З огляду на це було здійснено аналіз домінуючих та найменш виражених стратегій у кожного респондента.

При цьому слід враховувати, що в індивідуальному профілі можуть траплятися випадки однакових максимальних або мінімальних значень. Зважаючи на це, домінуючою або найменш вираженою може виступати не одна, а кілька стратегій подолання водночас (рис. 2).

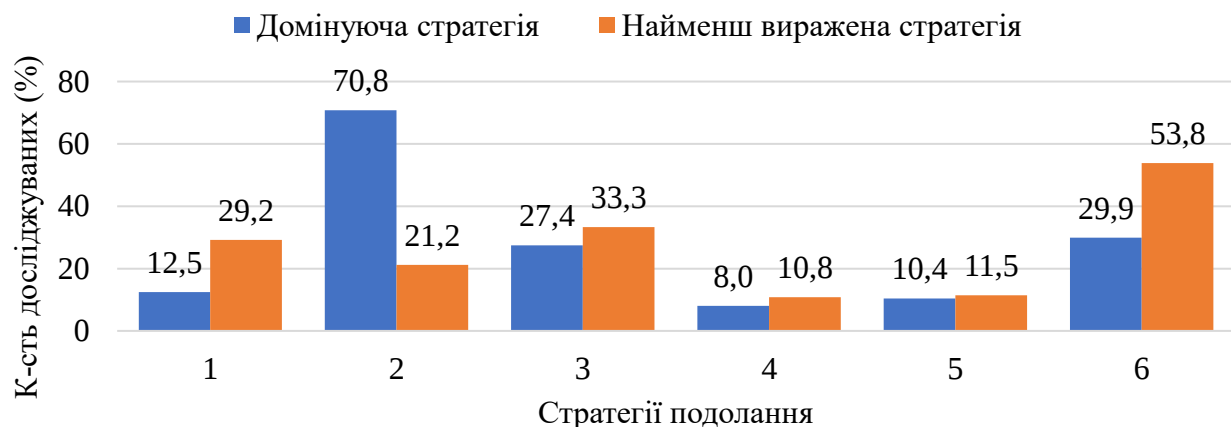


Рис. 2. Розподіл домінуючих та найменш виражених стратегій подолання стресу у студентів (N=288)

Примітка: 1 – Активна; 2 – Просоціальна; 3 – Пасивна; 4 – Пряма; 5 – Непряма; 6 – Асоціальна.

Отримані результати демонструють чітко виражену тенденцію: найчастіше домінуючими виступають просоціальні стратегії подолання стресу студентами (70,8%). Це свідчить про те, що для більшості студентів провідним способом реагування на стресові ситуації є орієнтація на соціальну взаємодію та залучення інших людей до процесу подолання життєвих труднощів.

Помітною є також частка респондентів, у яких домінують пасивні (27,4%) та асоціальні (29,9%) стратегії подолання стресу. Це вказує на наявність у третини студентів тенденцій до обережного дистанціювання від стресової ситуації або більш конфронтаційних способів взаємодії у стресових умовах. Натомість у процесі порівняльного аналізу було з'ясовано, що активні, прямі та непрямі стратегії виступають домінуючими значно рідше.

Аналіз найменш виражених стратегій подолання стресу студентами демонструє іншу закономірність. Найчастіше на останній позиції в індивідуальному профілі опиняються асоціальні стратегії (53,8%). Це свідчить про відносно низьку схильність більшості студентів до соціально небажаних або конфронтаційних форм реагування у стресовій ситуації. Серед найменш виявлених у студентів також є пасивні (33,3%) й активні (29,2%) стратегії.

Особливо показовим є поєднання різних результатів, оскільки просоціальні стратегії найчастіше виступають домінуючими. Своєю чергою, асоціальні моделі поведінки найчастіше виявляються найменш вираженими у студентів.

Такий розподіл свідчить про загальну орієнтацію студентської молоді на соціальну взаємодію як основний ресурс подолання стресових ситуацій. Зважаючи на це, можна констатувати, що аналіз отриманих результатів підтверджує провідну роль просоціальних поведінкових моделей подолання стресу студентами. Водночас спостерігається збереження певної варіативності поведінкових стратегій у структурі реагування на стрес.

Для визначення характеру зв'язків між резильєнтністю та стратегіями подолання стресу було проведено кореляційний аналіз за коефіцієнтом Пірсона [18]. Результати засвідчили наявність статистично значущих взаємозв'язків, що дозволяє окреслити поведінковий профіль студентів з високим рівнем резильєнтності.

Таблиця 2

Статистично значущі кореляційні зв'язки резильєнтності та стратегій подолання стресу студентською молоддю (N = 288)

Стратегія подолання	Резильєнтність
	R
Асертивні дії	0,453**
Вступ у соціальний контакт	0,372**
Пошук соціальної підтримки	0,249**
Обережні дії	0,212**
Імпульсивні дії	0,167**
Уникнення	-0,147*

Примітка: ** – кореляція значуща на рівні 0,01; * – кореляція значуща на рівні 0,05.

Найсильніший позитивний зв'язок виявлено між резильєнтністю та моделлю асертивних дій ($r = 0,453$; $p < 0,01$) як стратегією подолання стресу студентською молоддю. Це свідчить про те, що студенти з високим рівнем резильєнтності демонструють здатність до рішучого, впевненого та конструктивного відстоювання власної позиції в стресових ситуаціях.

Помірний позитивний зв'язок зафіксовано з моделлю вступу в соціальний контакт ($r = 0,372$; $p < 0,01$), що вказує на орієнтацію більш резильєнтних осіб на активну взаємодію із соціальним оточенням задля подолання стресу. Також встановлено значущу, але менше виражену кореляцію з пошуком соціальної підтримки ($r = 0,249$; $p < 0,01$).

Зважаючи на це, можемо констатувати, що резильєнтність у студентському віці пов'язана з просоціальними стратегіями подолання стресу, які передбачають використання соціальних ресурсів як джерела підтримки та стабілізації свого психоемоційного стану.

Статистично значущий позитивний зв'язок резильєнтності виявлено з моделлю обережних дій ($r = 0,212$; $p < 0,01$). Це може свідчити про те, що здатність протистояти стресу й відновлюватися після пережитих стресових ситуацій супроводжується не лише активністю особистості, а й зваженістю у прийнятті рішень. Слабкий позитивний зв'язок спостерігається також із імпульсивними діями ($r = 0,167$; $p < 0,01$), що відображає готовність студентів до

швидкого реагування в стресових умовах. Однак звертаємо увагу, що сила цього зв'язку є невисокою.

Натомість між резильєнтністю та моделлю уникнення встановлено слабкий негативний зв'язок ($r = -0,147$; $p < 0,05$). Це означає, що зростання рівня резильєнтності супроводжується зниженням схильності до відсторонення від подолання стресової ситуації.

Водночас не виявлено статистично значущих зв'язків між резильєнтністю та непрямими, асоціальними чи агресивними діями студентів. Це свідчить, що ці моделі поведінки не застосовуються студентами в стресових ситуаціях.

Таким чином, кореляційний аналіз засвідчив наявність статистично значущих зв'язків між резильєнтністю та низкою моделей поведінки студентів як основних стратегій подолання стресу. Результати кореляційного аналізу дозволяють окреслити загальні тенденції взаємозв'язку між резильєнтністю та стратегіями подолання стресу студентською молоддю. Кореляційний аналіз засвідчив наявність статистично значущих зв'язків між резильєнтністю та низкою моделей поведінки подолання стресу. З метою визначення їх ролі як незалежних предикторів резильєнтності було застосовано множинний регресійний аналіз. Зважаючи на це, з метою встановлення відносної ваги окремих моделей поведінки особистості в стресових ситуаціях було застосовано множинний регресійний аналіз.

Результати регресійного аналізу подано в табл. 3. Отримана модель є статистично значущою та пояснює 30,8% варіації показника резильєнтності. До неї увійшли чотири стратегії подолання стресу, зокрема: асертивні дії, вступ у соціальний контакт, уникнення, імпульсивні дії. Отримана модель є статистично значущою ($F(4, 283) = 32,996$; $p < 0,001$) та пояснює 30,8% дисперсії показника резильєнтності ($\text{Adjusted } R^2 = 0,308$).

Таблиця 3

**Множинний регресійний аналіз стратегій подолання
стресу як предикторів резильєнтності (N = 288)**

Предиктор	B	SE B	β	t	p
Асертивні дії	0,704	0,115	0,332	6,144	<0,001
Вступ у соціальний контакт	0,665	0,106	0,318	6,265	<0,001
Уникнення	-0,352	0,105	-0,192	-3,364	0,001
Імпульсивні дії	0,323	0,147	0,126	2,191	0,029

Найбільший позитивний внесок у пояснення резильєнтності здійснює модель поведінки «асертивні дії» ($\beta = 0,332$; $p < 0,001$). Це свідчить про те, що схильність до відкритого, рішучого та впевненого відстоювання власної позиції

в міжособистісних емоційно напружених ситуаціях пов'язана з вищим рівнем резильєнтності.

Подібний за величиною показник має модель поведінки «вступ у соціальний контакт» ($\beta = 0,318$; $p < 0,001$), що відображає орієнтацію студентської молоді на активну взаємодію з оточенням задля подолання стресових ситуацій. Це вказує на значущість соціальної підтримки та залучення міжособистісних ресурсів для розвитку резильєнтності.

Негативне значення демонструє модель поведінки «уникнення» ($\beta = -0,192$; $p = 0,001$). Зважаючи на це, можна стверджувати, що за умови зростання схильності особистості до дистанціювання від стресової ситуації, небажання її подолати, рівень резильєнтності знижується.

Водночас імпульсивні дії ($\beta = 0,126$; $p = 0,029$) виступають статистично значущим, але відносно слабшим предиктором. Це може свідчити про те, що у частини студентів швидке реагування на стресові ситуації може слугувати каталізатором мобілізації поведінкових ресурсів. Варто зазначити, що модель поведінки «пошук соціальної підтримки», яка продемонструвала значущий зв'язок у кореляційному аналізі, не увійшла до регресійної моделі резильєнтності. Це може свідчити про те, що вона частково компенсується іншими просоціальними моделями поведінки студентів, насамперед асертивністю та ініціюванням соціального контакту.

Таким чином, результати регресійного аналізу свідчать, що високий рівень резильєнтності у студентів пов'язаний передусім із активними та соціально орієнтованими моделями поведінки з метою подолання стресу. На противагу цьому, уникнення виступає фактором, що негативно пов'язаний із здатністю чинити опір стресу. Отримані нами результати емпіричного дослідження дозволяють розглядати активну соціальну взаємодію та асертивні дії важливими поведінковими ресурсами резильєнтності в студентському віці.

Висновок. Отже, проведене дослідження дозволило виявити особливості взаємозв'язку резильєнтності та стратегій подолання стресу в студентському віці. Визначено, що феномен резильєнтності постає психологічним механізмом подолання людиною стресу, спричиненого складними життєвими обставинами, і сприяє розвитку стресостійкості індивіда, позитивно впливаючи на його когнітивно-емоційні складові поведінки. Встановлено, що найбільше студентів (22,9%) мають рівень розвитку резильєнтності «вищий за середній». Однак лише 14,6% студентів мають високий рівень резильєнтності, що зумовлює необхідність розроблення тренінгових програм для підвищення рівня резильєнтності в студентській молоді.

Аналіз стратегій подолання стресу студентами засвідчив переважання просоціальних моделей поведінки, зокрема вступу в соціальний контакт і пошуку соціальної підтримки. Водночас аналіз домінуючих стратегій показав, що просоціальні способи подолання стресу найчастіше виступають провідними моделями поведінки студентів. Натомість асоціальні стратегії є найменш

вираженими моделями поведінки студентів в стресових ситуаціях. Тому студенти з розвиненою резильєнтністю демонструють навички емоційної саморегуляції та ефективної соціальної взаємодії в складних життєвих обставинах.

Результати кореляційного аналізу виявили статистично значущі зв'язки між резильєнтністю та низкою моделей поведінки студентів як стратегій подолання стресу. Визначено, що найсильніший кореляційний зв'язок наявний між асертивними діями та резильєнтністю. Тому студенти з високим рівнем резильєнтності володіють розвиненими навичками відстоювання власної думки в складних життєвих обставинах. З'ясовано, що між стратегією поведінки «уникнення» та резильєнтністю наявний незначний негативний зв'язок. Це дає змогу констатувати, що високий рівень резильєнтності зменшує прагнення особистості дистанціювання від подолання стресової ситуації.

Результати дослідження підтверджують взаємозв'язок між резильєнтністю та стратегіями подолання стресу в студентському віці. Встановлено, що активні та соціально орієнтовані моделі подолання стресу, зокрема асертивні дії та ініціювання соціального контакту, виступають важливими поведінковими предикторами психологічної стійкості. Водночас схильність до уникнення пов'язана із зниженням рівня резильєнтності. Отримані результати свідчать про важливу роль соціальної взаємодії, активної позиції та конструктивного реагування у формуванні психологічної стійкості студентської молоді.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробленням та апробацією тренінгових програм розвитку резильєнтності студентської молоді, спрямованих на формування активних і соціально орієнтованих стратегій подолання стресу. Особливу увагу доцільно приділити розвитку асертивності, навичок конструктивної міжособистісної взаємодії та здатності до соціальної підтримки у складних життєвих ситуаціях.

Література:

1. Буровицька А. І. Особливості резильєнтності студентів під час навчання в умовах воєнного часу. *Наукові записки Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка. Серія: психологія*. 2024. № 2. С. 17–23. URL: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-2> (дата звернення: 08.03.2026).
2. Грішин Е. Резилієнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди "Психологія"*. 2021. № 64. С. 62–81. URL: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04> (дата звернення: 08.03.2026).
3. Дзюнь Х. Особистісні чинники розвитку резильєнтності студентів. *Наукові перспективи*. 2025. № 11(65). С. 16–20. URL: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11\(65\)-2220-2235](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11(65)-2220-2235) (дата звернення: 08.03.2026).
4. Ігнатюк О. А. Копінг-стратегії та тренінги як інструменти розвитку резильєнтності й стресостійкості особистості соціального працівника, педагога, психолога. *Вісник Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені Академіка Степана Дем'янчука. Серія: педагогіка та психологія*. 2025. № 3. С. 112–119. URL: <https://doi.org/10.32782/3041-2021/2025-3-15> (дата звернення: 08.03.2026).

5. Кокун О. М. Життєстійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика. Київ : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 214 с.
6. Крижановська З., Радчук Н. Стан психічного здоров'я студентської молоді в умовах сьогодення. *Acta paedagogica volyniensis*. 2024. № 4. С. 77–83. URL: <https://doi.org/10.32782/apv/2024.4.13> (дата звернення: 08.03.2026).
7. Мельничук І. Я. Теоретико-методологічні основи розвитку та корекції резильєнтності. *Наукові записки Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка. Серія: психологія*. 2024. № 2. С. 82–87. URL: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-12> (дата звернення: 08.03.2026).
8. Організаційні стратегії розвитку резильєнтності освітян в умовах воєнного стану / О. Безлюдний та ін. *Проблеми підготовки сучасного вчителя*. 2024. № 2(30). С. 38–50. URL: [https://doi.org/10.31499/2307-4914.2\(30\).2024.314014](https://doi.org/10.31499/2307-4914.2(30).2024.314014).
9. Плошинська А. А. Формування резильєнтності студентів в умовах воєнного часу засобами природотерапії. *Research into the specifics of the development of performing arts in Ukraine under martial law : Science, Technology and Culture: From Tradition to Digital Future : proceedings of the International scientific and practical conference, м. Vienna, 8 груд. 2025 р. 2025*. URL: <https://emed.library.gov.ua/wp-content/uploads/tainacan-items/50160/199695/Science-Technology-and-Culture-From-Tradition-to-Digital-Future.pdf#page=174>.
10. Покутня А. Я. Психологічні механізми формування резильєнтності студентів в умовах воєнного стану : магістерська робота. Київ, 2025. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/56160/>.
11. Психологічні інтервенції для підвищення резильєнтності студентів під час воєнних дій / О. Петяк та ін. *Psychology travelogs*. 2025. № 2. С. 17–25. URL: <https://elar.khmnu.edu.ua/handle/123456789/19363>.
12. Радчук Г., Олексюк В., Несух А. Розвиток резильєнтності особистості. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2025. № 2(78). С. 415–423. URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-78-415-423>.
13. Савелюк Н. Психологічне благополуччя студентської молоді: порівняльний аналіз у ковідному і воєнному контекстах. *Psychological prospects journal*. 2022. № 39. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-39-sav> (дата звернення: 08.03.2026).
14. Силкіна С. О. Чинники резильєнтності української молоді в умовах воєнного стану : автореф. магістерська робота. Київ, 2025. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/56163>.
15. Сипіта О. В., Євтушенко І. В. Резильєнтність як основа витривалого суспільства в умовах війни. *Актуальність та особливості наукових досліджень в умовах воєнного стану: збірник тез Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції з нагоди відзначення Дня науки - 2022 в Україні*. Київ, 2022. С. 414.
16. Connor K. M., Davidson J. R. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale. *Depression and anxiety*. 2003. Vol. 18. P. 76. URL: <https://doi.org/10.1002/da.10113>.
17. Hobfoll S. E., Dunahoo C. L., Monnier J. Preliminary test manual: Strategic approach to coping (SACS). Kent, OH : Applied Psychology Center, Kent State University, 1994. Vol. 5.
18. Sedgwick P. Pearson's correlation coefficient. *BMJ*. 2012. Vol. 345, jul04 1. P. e4483-e4483. URL: <https://doi.org/10.1136/bmj.e4483> (date of access: 08.03.2026).

References:

1. Burovytska A. I. Osoblyvosti rezylientnosti studenas navchannia v umovakh tiv pid chvoiennoho chasu [Peculiarities of student resilience during Studying in times of war]. *Naukovi zapysky Tsentralnoukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Volodymyra Vynnychenka. seriia:*

ISSN 2786-4952 Online

psykholohiia. 2024. № 2. S. 17–23. URL: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-2> (data zvernennia: 08.03.2026). [In Ukrainian]

2. Hrishyn E. Rezyliientnist osobystosti: sutnist fenomenu, psykhdiahnostyka ta zasoby rozvytku [Resistance of personality: the essence of the phenomenon, psychodiagnosis and means of development]. *Visnyk KhNPU imeni H. S. Skovorody "Psykhohyia"*. 2021. № 64. S. 62–81. URL: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04> (data zvernennia: 08.03.2026). [In Ukrainian]

3. Dziun Kh. Osobystisni chynnyky rozvytku rezyliientnosti studentiv [Personality factors in the development of students' resilience]. *Naukovi perspektyvy*. 2025. № 11(65). S. 16–20. URL: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11\(65\)-2220-2235](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2025-11(65)-2220-2235) (data zvernennia: 08.03.2026).

4. Ihnatiuk O. A. Kopinh-strategii ta treninhy yak instrumenty rozvytku rezyliientnosti y stresostiikosti osobystosti sotsialnoho pratsivnyka, pedahoha, psykholoha [Coping strategies and training as tools for developing resilience and stress resistance of the personality of a social worker, education, psychologist]. *Visnyk Mizhnarodnoho ekonomiko-humanitarnoho universytetu imeni Akademika Stepana Demianchuka. Serii: pedahohika ta psykholohiia*. 2025. № 3. S. 112–119. URL: <https://doi.org/10.32782/3041-2021/2025-3-15> (data zvernennia: 08.03.2026). [In Ukrainian]

5. Kokun O. M. Zhyttestiikist i rezyliientnist liudyny v suchasnomu sviti: teoriia, doslidzhennia, praktyka [Human resilience in the modern world: theory, research, and practice]. Kyiv : *In-t psykholohii im. H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy*, 2025. 214 s. [In Ukrainian]

6. Kryzhanovska Z., Radchuk N. Stan psykhiichnoho zdorovia studentskoi molodi v umovakh sohodennia [The state of mental health of student youth in today's conditions]. *Acta paedagogica volyniensis*. 2024. № 4. S. 77–83. URL: <https://doi.org/10.32782/apv/2024.4.13> (data zvernennia: 08.03.2026). [In Ukrainian]

7. Melnychuk I. Ya. Teoretyko-metodolohichni osnovy rozvytku ta korektsii rezyliientnosti [Theoretical and methodological foundations of development and correction of resilience]. *Naukovi zapysky Tsentralnoukraiinskoho derzhavnoho universytetu imeni Volodymyra Vynnychenka. Serii: psykholohiia*. 2024. № 2. S. 82–87. URL: <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-2-12> (data zvernennia: 08.03.2026). [In Ukrainian]

8. Orhanizatsiini strategii rozvytku rezyliientnosti osvitian v umovakh voiennoho stanu [Organizational strategies of educators' resilience development under conditions of martial law]/ O. Bezliudnyi ta in. *Problemy pidhotovky suchasnoho vchytielia*. 2024. № 2(30). S. 38–50. URL: [https://doi.org/10.31499/2307-4914.2\(30\).2024.314014](https://doi.org/10.31499/2307-4914.2(30).2024.314014). [In Ukrainian]

9. Ploshynska A. A. Formuvannia rezyliientnosti studentiv v umovakh voiennoho chasu zasobamy pryrodoterapii [Building student resilience during wartime through nature therapy]. *Research into the specifics of the development of performing arts in Ukraine under martial law: Science, Technology and Culture: From Tradition to Digital Future: proceedings of the International scientific and practical conference, m. Vienna, 8 hrud. 2025 r.* 2025. URL: <https://emed.library.gov.ua/wp-content/uploads/tainacan-items/50160/199695/Science-Technology-and-Culture-From-Tradition-to-Digital-Future.pdf#page=174>. [In Ukrainian]

10. Pokutnia A. Ya. Psykholohichni mekhanizmy formuvannia rezyliientnosti studentiv v umovakh voiennoho stanu : mahisterska robota. [Psychological mechanisms underlying the development of student resilience under martial law: master's thesis] Kyiv, 2025. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/56160/>. [In Ukrainian]

11. Psykholohichni interventsii dlia pidvyshchennia rezyliientnosti studentiv pid chas voiennykh dii [Psychological interventions to increase students' resilience during military actions]/ O. Petiak ta in. *Psychology travelogs*. 2025. № 2. S. 17–25. URL: <https://elar.khmnu.edu.ua/handle/123456789/19363>. [In Ukrainian]

12. Radchuk H., Oleksiuk V., Nesukh A. Rozvytok rezyliientnosti osobystosti [Development of personal resilience]. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK»*. 2025. № 2(78). S. 415–423. URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2025-78-415-423>. [In Ukrainian]

13. Saveliuk N. Psykholohichne blahopoluchchia studentskoi molodi: porivnialnyi analiz u kovidnomu i voiennomu kontekstakh [Psychological well-being of student youth: a comparative analysis in the covid and war contexts]. *Psychological prospects journal*. 2022. № 39. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-39-sav> (data zvernennia: 08.03.2026). [In Ukrainian]
14. Sylkina S. O. Chynnyky rezylientnosti ukrainskoi molodi v umovakh voiennoho stanu : mahisterska robota [Factors of resilience among Ukrainian youth under martial law: master's thesis]. Kyiv, 2025. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/56163>. [In Ukrainian]
15. Sypita O. V., Yevtushenko I. V. Rezylientnist yak osnova vytryvalooho suspilstva v umovakh viiny [Resilience as the foundation of a resilient society in times of war]. *Aktualnist ta osoblyvosti naukovykh doslidzhen v umovakh voiennoho stanu: zbirnyk tez Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi internet-konferentsii z nahody vidznachennia Dnia nauky - 2022 v Ukraini*. Kyiv, 2022. S. 414. [In Ukrainian]
16. Connor K. M., Davidson J. R. Development of a new resilience scale: the Connor-Davidson Resilience Scale. *Depression and anxiety*. 2003. Vol. 18. P. 76. URL: <https://doi.org/10.1002/da.10113>.
17. Hobfoll S. E., Dunahoo C. L., Monnier J. Preliminary test manual: Strategic approach to coping (SACS). Kent, OH : Applied Psychology Center, Kent State University, 1994. Vol. 5.
18. Sedgwick P. Pearson's correlation coefficient. *BMJ*. 2012. Vol. 345, jul04 1. P. e4483-e4483. URL: <https://doi.org/10.1136/bmj.e4483> (date of access: 08.03.2026).

Дата першого надходження статті до видання: 02.03.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 17.03.2026