

ПРОБЛЕМАТИКА ДОСЛІДЖЕННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНІЙ СОЦІАЛЬНО-ПОВЕДІНКОВІЙ НАУЦІ

IDEA OF PERSONALITY RESILIENCE IN MODERN SOCIAL AND BEHAVIORAL SCIENCES

У статті представлено ґрунтовний теоретико-методологічний аналіз феномену резильєнтності в сучасній соціально-поведінковій науці. Автор досліджує еволюцію концепції резильєнтності від її початкового трактування як сталої риси особистості до сучасного розуміння як динамічного, багаторівневого процесу адаптації у відповідь на стресові, кризові чи травматичні обставини. Наголошено на міждисциплінарному характері поняття, зокрема на його лексичних і концептуальних витоках у фізиці, психології, соціології, нейронауках і антропології. Висвітлено ключові моделі – диспозиційну, процесуальну, результатосентричну, ідентифікаційну, біопсихосоціальну, а також епігенетичну – та виявлено концептуальні розбіжності, які спричиняють методологічні труднощі в емпіричних дослідженнях. Особлива увага приділена українському контексту, де резильєнтність трактується не лише як індивідуальна риса або ресурс, а як соціальна, культурна й навіть цивілізаційна необхідність у період війни та гібридних загроз. Зокрема, аналізуються вияви національної та колективної резильєнтності, що пов'язані з історичною пам'яттю, ідентичністю та довірою до інституцій. Розглядається специфіка резильєнтності у професійних групах (військові, оператори БЛА, викладачі), яка формується через взаємодію індивідуальних, професійних і соціальних факторів.

Проаналізовано широкий спектр психометричних інструментів для вимірювання резильєнтності (CD-RISC, RSA, MTRR тощо), однак акцентовано на їхній обмеженій культурній валідності щодо українських вибірок. Виявлено, що темпоральне обрамлення, методологічна різноманітність, крос-культурна нечутливість і нехтування системними змінними суттєво ускладнюють вимірювання резильєнтності як змінного феномена. Стверджується, що поняття резильєнтності є ґнучим і контекстуально зумовленим, однак за відсутності теоретичної уніфікації існує ризик його редукції до науково аморфного концепту.

У підсумку запропоновано інтегративне операційне визначення резильєнтності як адаптивного процесу взаємодії індивідуальних і контекстуальних чинників у часі, який забезпечує або відновлює психологічну функціональність та сприяє особистісному зростанню. Підкреслюється потреба у міждисциплінарній інтеграції та стандартизації вимірювальних інструментів для ефективної трансляції наукових даних у практику.

Ключові слова: резильєнтність, психологічна адаптація, регуляція афекту, ідентичність, стрес, мультидисциплінарність,

національна стійкість, динамічні моделі, вимірювання, контекстуальність.

This article presents a comprehensive theoretical and methodological analysis of the phenomenon of resilience within modern social and behavioral sciences. The author examines the evolution of the concept from its initial interpretation as a stable personal trait to its current understanding as a dynamic, multi-level process of adaptation in response to stressful, crisis, or traumatic circumstances. The interdisciplinary nature of the concept is emphasized, with attention given to its lexical and conceptual roots in physics, psychology, sociology, neuroscience, and anthropology. Key models are outlined—including dispositional, process-oriented, outcome-centered, identity-based, biopsychosocial, and epigenetic—highlighting conceptual divergences that lead to methodological challenges in empirical research.

Special focus is placed on the Ukrainian context, where resilience is viewed not only as an individual trait or resource but as a social, cultural, and even civilizational necessity during war and hybrid threats. The article analyzes manifestations of national and collective resilience linked to historical memory, identity, and institutional trust. It also explores resilience in specific professional groups (military personnel, UAV operators, educators), shaped through the interaction of individual, professional, and social factors.

A broad range of psychometric instruments used to measure resilience (e.g., CD-RISC, RSA, MTRR) is reviewed, with an emphasis on their limited cultural validity for Ukrainian samples. The study identifies that temporal framing, methodological heterogeneity, cross-cultural insensitivity, and neglect of systemic variables significantly complicate the measurement of resilience as a variable phenomenon. It is argued that resilience is a flexible, context-dependent construct, but without theoretical standardization, there is a risk of reducing it to a scientifically amorphous concept.

The article concludes by proposing an integrative operational definition of resilience as an adaptive process of interaction between individual and contextual factors over time, which ensures or restores psychological functionality and facilitates personal growth. The need for interdisciplinary integration and standardization of measurement tools is underscored to ensure effective translation of scientific findings into practice.

Key words: resilience, psychological adaptation, affect regulation, identity, stress, multidisciplinary, national resilience, dynamic models, measurement, contextuality.

УДК 159.9:316.6
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.70.58>

Сидоренко І.В.

ад'юнкт кафедри суспільних наук
Навчально-науковий інститут воєнної історії Національного університету оборони України
ORCID ID: 0009-0009-3624-780X

Постановка проблеми. Резильєнтність – це ключове поняття сучасної психологічної науки в умовах тривалого суспільного та індивідуального впливу несприятливих обставин, конфліктів і травматичних подій. У ситуації розгортання гло-

бальних і локальних криз – від збройних конфліктів до стихійних лих, економічної нестабільності та технологічної прискореності – здатність людини й спільнот зберігати психологічну функціональність і адаптивність стала об'єктом поглибленого

теоретичного та емпіричного аналізу [6; 10]. Для української психології така актуальність посилюється тривалим досвідом гібридної війни та суспільних трансформацій, які вона спричиняє. У цьому контексті резильєнтність постає як теорія та як прожита реальність.

Концептуальні витoki поняття резильєнтності є міждисциплінарними та лексично різноманітними. Термін походить з латинської *resilire* – «відскакувати» або «відступати назад» і первинно використовувався в механіці для пояснення здатності матеріалу повертатися до первісної форми після деформації. Це образне значення було запозичене психологією для опису здатності індивіда відновлюватися після стресу чи травми [11]. Упродовж останніх десятиліть психологічне розуміння резильєнтності еволюціонувало від моделі, орієнтованої на риси, до моделі гнучкого процесу. Наголошується, що лише нещодавно поняття «резильєнтність» закріпилося в термінологічному просторі української психологічної літератури та часто вживається як синонім до «стресостійкості» або «живестійкості», хоча ці поняття частково перетинаються, але не є тотожними [10].

У теоретичному плані в психологічній літературі виокремлюють три основні концептуалізації резильєнтності. По-перше, вона розглядається як відносно стабільна риса особистості, що зумовлює здатність індивіда протистояти стресу й труднощам. Ця рисова концепція підкріплюється створенням психометричних шкал, таких як Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), що вимірюють такі диспозиційні характеристики, як наполегливість, впевненість у собі й емоційна [9]. По-друге, резильєнтність трактується як процес подолання, що передбачає активні поведінкові й когнітивні зусилля для впорядкування реакції на стресори. Так, Richardson (2002) визначає її як процес реінтеграції після дестабілізуючих подій. По-третє, вона постає як адаптивний захисний процес, що реалізується через взаємодію особистісних, соціальних та середовищних чинників [3]. Крім того, багатовимірність резильєнтності охоплює низку рівнів. Helzerstein [цит. за 4] розрізняє фізичну та психологічну резильєнтність. Фізична резильєнтність пов'язана з біологічною витривалістю й толерантністю до стресу, тоді як психологічна охоплює емоційну регуляцію, когнітивну гнучкість і здатність до надання сенсу ситуаціям у несприятливих обставинах. Ці аспекти знаходять підтвердження в українських дослідженнях, де емоційна стабільність, особистий оптимізм і релігійна віра визнаються ключовими чинниками функціонування резильєнтної особистості [4; 5; 11]. Найважливішим є те, що нині резильєнтність визнається як змінне явище – одночасно результат вроджених здібностей і продукт розвитку, сформований життєвим досвідом, соціалізацією й тренуванням [10].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останніми роками зростає обсяг літератури, що

розглядає резильєнтність не лише як особисту рису чи реакцію, а як психологічний ресурс. Такий ресурсно-орієнтований підхід трактує резильєнтність як внутрішній запас адаптивної енергії, який активується в умовах сильного стресу чи дестабілізації [7]. Ця модель спирається на теорію збереження ресурсів (Hobfoll, 1989), виокремлюючи як матеріальні, так і нематеріальні ресурси: особистісну компетентність, соціальну підтримку, сенс життя та афективну саморегуляцію. Українські психологи уточнюють ці підходи через поняття «ресурсна наповненість» та відновлення виснажених ресурсів як складників резильєнтності [11]. Така адаптивна модель пояснює як здатність, так і вразливість особистості в контексті мобілізації ресурсів і психологічного відновлення, що підлягає формуванню та зміцненню з часом.

Операціоналізація та вимірювання залишаються центральними в теорії та емпіричних дослідженнях. Розроблено низку психометричних інструментів, які широко використовуються в міжкультурних дослідженнях: Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), Resilience Scale for Adults (RSA), Multidimensional Trauma Recovery and Resilience Scale (MTRR) і Resilience Evaluation Scale (RES; Wagnild & Young, 1993; Friborg et al., 2003; Harvey, 2003; Johnson et al., 2008). Ці шкали трактують резильєнтність як поєднання установок контролю, соціальної підтримки, адаптивності та цілеспрямованості. Водночас, як зазначають дослідники [4; 7] залишається очевидним брак валідизованих і культурно адаптованих шкал для українських вибірок. Більшість з них нормалізовані на західних вибірках і не враховують соціокультурні особливості та стресори, пов'язані з війною після 2014 року.

Окрім внутрішньоособистісного аспекту, резильєнтність слід розглядати також на національному й колективному рівні. Українські дослідники, зокрема [8] теоретизують поняття національної резильєнтності як здатність цивілізації передбачати, протистояти й відновлюватися після гібридних загроз. Така макротеоретична концептуалізація поєднує потенціалістську метаантропологию зі стратегічним передбаченням, розглядаючи резильєнтність як стратегічну платформу соціальної стабільності та демократичної цілісності. У цьому ж ключі [2] стверджують, що державне управління та довіра до інституцій є невід'ємними елементами національної резильєнтності. Ці підходи свідчать, що резильєнтність – не лише психологічна характеристика, а насамперед громадянська й культурна необхідність, особливо в умовах екзистенційної загрози. У межах такої націоналізованої парадигми резильєнтність є механізмом захисту для особистості, а також соціальною імунною системою.

Виклад основного матеріалу. У відповідь на війну в Україні науковці також фіксують унікальні культурні вияви резильєнтності, що ґрунтуються на історичній пам'яті, вірі та колективній ідентичності.

Так, Балахтар К. С. [1] описує психологічну резильєнтність викладачів університетів через призму оптимізму, інтеграції особистих і професійних цінностей та сильного відчуття сенсу. Стражник [10] виокремлює вроджену й набуту резильєнтність, акцентуючи на розвиткових шляхах, зумовлених сімейною прихильністю, соціалізацією та професійною підготовкою. Такі внески свідчать про поступове зближення української академічної думки з контекстуалізованою інтегративною моделлю, що поєднує глобальні теорії з локальним досвідом.

У сукупності ці підходи демонструють, що резильєнтність є множинністю споріднених явищ, а не єдиним поняттям, яке визначається залежно від теоретичних припущень, вимірювальних парадигм і дисциплінарних традицій. Ця концептуальна різноманітність нині одночасно збагачує і ускладнює дослідження. З одного боку, вона дозволяє адаптувати вивчення резильєнтності до різних контекстів – від операторів БпЛА до терапевтів, від національної оборони до стартапів. З іншого боку, відсутність чіткості заважає інтеграції теорій і впровадженню практичних рішень. Тому комплексне визначення резильєнтності має враховувати її складність, але водночас пропонувати цілісну, динамічну модель з увагою до контексту.

У межах нашого дослідження ми трактуємо резильєнтність як динамічний психологічний процес багаторівневого характеру, за допомогою якого людина здатна зберігати або відновлювати функціональну психологічну стабільність і працездатність у відповідь на труднощі, спираючись на регуляцію афекту, процеси ідентичності й контекстуальну підтримку. Таке визначення є основою подальшого аналізу військовослужбовців та операторів БпЛА як цільових груп для розвитку резильєнтності в умовах пролонгованої війни.

Попри широке використання психологічної резильєнтності в різних галузях і прикладних контекстах, академічна література характеризується загальною відсутністю згоди щодо її визначення, концептуальних меж і операціоналізації. Як ранні, так і новітні джерела вказують на те, що резильєнтність часто некоректно використовується в опозиційних, кумулятивних або розрізнених теоретичних контекстах, що створює значну неоднозначність у емпіричних і прикладних дослідженнях.

Більш інтегративну модель пропонують Trov та ін. (2023) [12], які намагаються поєднати дві провідні парадигми у вивченні резильєнтності: модель стресу й подолання та модель емоційної регуляції. Модель афективної регуляції інтегрує когнітивні, поведінкові й емоційні чинники та описує резильєнтність як багатofакторний процес, що виникає. Однак навіть ця інтеграція визнає, що ясність понять залишається незавершеним процесом, а дисциплінарна фрагментація досі розділяє сферу досліджень.

До цієї концептуальної фрагментації додається аналіз Denckla та ін. (2020) [13], які відзначають

зсув у теорії резильєнтності у бік багаторівневих динамічних моделей, водночас вказуючи на поширену тенденцію – навіть у клінічних і повсякденних наративах – розглядати резильєнтність як фіксовану диспозицію. Серйозною проблемою в дослідженнях резильєнтності є її онтологічний статус відповідно до якого ми маємо з'ясувати чи вона є рисою, процесом чи результатом. Моделі рис характеризують резильєнтність як стабільну особистісну властивість, яка забезпечує здатність людини витримувати труднощі (Killgore et al., 2020) [21]. Процесні моделі, як-от у Miller-Graff (2022) [22], натомість акцентують на реакціях, що змінюються в часі та залежать від контексту й реляційних змінних – таких як соціальна підтримка та когнітивна оцінка. Моделі, орієнтовані на результат (наприклад, у Hofgaard et al., 2021) [20], розглядають резильєнтність як виявлені стани добробуту або відновлення у відповідь на негативні події.

Цей термінологічний зсув критикують Den Hartigh і Hill (2022) [18], які вказують на аналогію з інженерною фізикою. Вони розрізняють опір (resistance – витримування стресу), відновлення (recovery – повернення до норми) та зростання (growth – процвітання після викликів) і пропонують психології так само чітко розмежовувати ці поняття. Це дозволило б уникнути неоднозначностей, коли протилежні операціоналізації резильєнтності дають суперечливі емпіричні результати.

Такі суперечності мають значні методологічні наслідки. Те, як вимірюється резильєнтність, залежить від того, як вона концептуалізується: через самооцінювальні шкали, фізіологічні індикатори, поведінкові спостереження чи довготривалі наслідки. У результаті дослідження ґрунтуються на несумісних припущеннях, що ускладнює міждослідницькі порівняння або метааналіз (Denckla et al., 2020) [13]. Без чіткого теоретичного підґрунтя неможливо систематично транслювати результати досліджень у практику.

Теоретичні суперечності в дослідженнях резильєнтності проявляються й у способах її використання в різних дисциплінах. У підприємництві Ahmed et al. (2022) [14] зазначають, що тут резильєнтність часто використовується довільно, змішуючись із такими поняттями, як наполегливість чи витривалість. Автори наголошують на ситуативній процесуальній моделі, яка визнає підприємницькі труднощі динамічними, а не зумовленими сталими рисами особистості. Ця критика вказує на концептуальний дрейф у прикладних підходах.

У сфері освіти Rachmad (2022) [24] розширює конструкцію резильєнтності до системного й інституційного рівнів, визначаючи освітню резильєнтність як адаптивну спроможність шкіл, програм і педагогів до дії в умовах дестабілізації. У своїй теорії комунікативної резильєнтності Rachmad також перекоструює її як здатність підтримувати ефективну міжособистісну й організаційну комунікацію в стресових ситуаціях, розглядаючи її як реляційний процес.

Медична психологія пропонує ще один підхід. Так, у дослідженнях Song et al. (2021) [27] і Wu et al. (2020) [29] виявлено емпіричні підтвердження ролі психологічної резильєнтності як буфера проти тривожності й депресії, особливо в контексті пандемії COVID-19. Водночас шкали, використані в цих дослідженнях (CD-RISC і Asian Resilience Scale – ARS), суттєво різняться, що ставить під сумнів можливість порівняння результатів між дослідженнями.

Це множинне, контекстуально зумовлене трактування спричиняє явище, яке найкраще описати як «семантична еластичність». Така гнучкість дозволяє адаптувати резильєнтність до потреб галузі, але водночас перешкоджає створенню єдиної, цілісної моделі. Без чітких концептуальних визначень резильєнтність ризикує перетворитися на всеохопне, але науково малокорисне поняття.

На тлі цієї теоретичної фрагментації низка науковців запропонувала інтегративні моделі для уніфікації поняття резильєнтності. Зокрема, Miller-Graff (2022) [22] висунула Мультивимірну таксономію індивідуальної резильєнтності (MTIR), яка розрізняє маніфестовану резильєнтність (вимірювані поведінкові та емоційні реакції) й генеративну резильєнтність (латентні здібності до майбутньої адаптації). Ці категорії далі поділяються на окремі піддомени, що дозволяє структурувати емпіричні дані в єдиній рамці.

Breakwell (2021) [16] підходить до питання інакше, закріплюючи ідентифікаційну резильєнтність у межах Теорії процесу ідентичності (Identity Process Theory, IPT). Тут вона розуміється як здатність самосхеми приймати загрозу без втрати цілісності, самооцінки й безперервності. Модель зосереджена на психосоціальних процесах, за допомогою яких люди обробляють, захищають і реконструюють свою ідентичність у відповідь на зміни – зміщуючи фокус з зовнішніх стресорів на внутрішню наративну узгодженість.

Біологічні підходи додають складності до ландшафту. Наприклад, Smeeth et al. (2021) [26] запропонували епігенетичну модель, згідно з якою несприятливі події в ранньому віці закарбовуються біологічно через взаємодію генів та середовища. Автори стверджують, що захисні чинники (наприклад, турбота чи стимулююче середовище) можуть амортизувати або навіть зворотно змінювати епігенетичні зміни. Модель переносить акцент у розумінні резильєнтності на розвиток і молекулярні процеси.

Попри всі розбіжності, ці підходи мають спільну основу: вони відкидають уявлення про резильєнтність як статичне чи монолітне явище. Навпаки, резильєнтність розглядається як процес, що розгортається у часі, вкорінений у контексті й екологічно обумовлений. Така нова конвергенція відкриває шлях до складніших дослідницьких дизайнів і міждисциплінарної співпраці.

У відповідь на вищезгадану дефініційну неоднорідність і концептуальну фрагментацію виникає

нагальна потреба у практично придатному й теоретично інтегрованому операційному визначенні психологічної резильєнтності. Множинність моделей, представлених у літературі – від рисо- та результатцентричних до складних біопсихосоціальних і епігенетичних підходів – ясно засвідчує: неможливо охопити все, що мається на увазі під резильєнтністю, в межах єдиної парадигми. Водночас, попри цю неоднорідність, у дослідженнях постійно повторюються певні базові теми, які можуть слугувати основою для більш точного синтезу.

Передусім, резильєнтність слід розуміти як процес, а не як стан. Цей підхід послідовно підтримується в широкому спектрі досліджень і теоретичних напрацювань. Починаючи з моделі регуляції стресу у Trov et al. (2023) [12], через моделі біопсихосоціальної взаємодії у Tay & Lim (2020) [28] і закінчуючи розвитковими підходами в епігенетичній теорії (Smeeth et al., 2021), дослідники сходяться на думці: резильєнтність є тим, що відбувається у часі у відповідь на вплив стресорів і виникає через процес взаємодії індивідуальних чинників і контексту.

По-друге, будь-яке визначення резильєнтності повинно враховувати багаторівневу причинність і пластичність. Denckla et al. (2020) [13] обґрунтовують необхідність того, щоб дослідження резильєнтності поєднували психологічні процеси індивідуального рівня з ширшими середовищними, соціальними й навіть біологічними факторами. Схожу точку зору поділяють Brooks et al. (2020) [17], які підкреслюють, як організаційний контекст, навчання і системи соціальної підтримки можуть сприяти або перешкоджати формуванню резильєнтності. Hofgaard et al. (2021) також пропонують розрізняти два типи резильєнтності – Тип 1 (низький рівень добробуту) і Тип 2 (високий добробут) – кожен із яких має різну генетичну та середовищну основу, що підтримує багатопланову системну модель.

По-третє, резильєнтність є адаптивною за своєю природою і спрямованою на досягнення цілей, отже, її слід оцінювати з огляду на функціональність і доречність відповіді на стресори. Fletcher і Sarkar (2013) наголошують, що «позитивна адаптація» має бути відповідною до контексту й приводити до значущих результатів – збереження психологічної рівноваги, особистісного зростання або перегляду/налагодження ідентичнісної схеми (Breakwell, 2021). Відтак, резильєнтність – це не просто відсутність патології, а ефективне функціонування, релевантне до контексту.

Крім того, резильєнтність є модульованою – тобто такою, що піддається розвитку через тренування та вплив середовища. Це твердження підтверджується у роботах Killgore et al. (2020) [21] і Song et al. (2021), де результати свідчать, що резильєнтність може бути підсилена через змінні активності, зокрема фізичну активність, соціальну підтримку та конструктивні стратегії подолання. Ефективність цифрових інтервенцій, яку проде-

монстрували Schäfer et al. (2024), також підтримує цю ідею, показуючи помітне покращення психічного здоров'я та зменшення рівня стресу завдяки організованим програмам розвитку резильєнтності.

Таким чином, синтетичне операційне визначення резильєнтності може бути сформульоване таким чином. *Резильєнтність* – це адаптивний багаторівневий процес реагування та відновлення в умовах дії несприятливих чинників, що зумовлений індивідуальними здібностями, контекстуальними умовами та динамічними процесами регуляції у часі, внаслідок чого забезпечується або навіть покращується психологічне функціонування.

Це визначення не усуває всіх теоретичних суперечностей, проте пропонує узгоджену міждисциплінарну основу, на якій можуть ґрунтуватися прикладні рішення та галузеві дослідження. Воно дозволяє поєднувати стан і рису, визнає як системний, так і часовий характер резильєнтності та є відкритим до кількісного вимірювання й якісного осмислення.

Попри те, що розвиток теорії психологічної резильєнтності створив продуктивний і складний науковий ландшафт, ця ж складність ускладнила процес вимірювання та порівняння резильєнтності як між контекстами, так і між популяціями. При спробі операціоналізувати резильєнтність у концептуально валідний і методологічно надійний спосіб виникає низка ключових проблем – передусім через варіативність використовуваних інструментів і самих конструкцій.

Одним із найпряміших наслідків дефініційної нечіткості стало розмаїття інструментів для вимірювання резильєнтності – кожен із яких ґрунтується на різних припущеннях щодо її сутності. Типові шкали, як-от Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), що використовуються у дослідженнях Killgore et al. (2020), Song et al. (2021), визначають резильєнтність здебільшого як рису – здатність індивіда справлятися зі стресом, що базується на суб'єктивному сприйнятті. Процесно-орієнтовані методи, як-от Simplified Coping Style Questionnaire (SCSQ), або динамічні моделі на зразок MTIR у Miller-Graff (2022), вимірюють дії, пов'язані з подоланням, та часові профілі адаптації. Це породжує низку важливих проблем: відсутність можливості порівняння між дослідженнями через різні визначення; невідповідність контексту, коли інструменти, розроблені для клінічного використання, погано переносяться на організаційне або освітнє середовище; і неврахування динамічних змін у складних ситуаціях, де інструменти не фіксують розвиток резильєнтності (та пов'язаної з нею здатності до подолання труднощів) у часі – зокрема у випадках хронічного або епізодичного стресу, як показано в роботах Hofgaard et al. (2021) і в порівняльних дослідженнях Troy et al. (2023).

Ще однією суттєвою методологічною перешкодою є темпоральне обрамлення резильєнтності. Дослідники досі не дійшли згоди щодо того, коли саме слід вимірювати резильєнтність: під час дії

стресору, відразу після нього чи через тривалий час. Від моменту вимірювання залежить актуальність різних адаптивних процесів – від короткострокової емоційної регуляції до довготривалої реконструкції ідентичності. Більшість існуючих досліджень, зокрема Song et al. (2021) [27] і Killgore et al. (2020), базуються на поперечних (крос-секційних) даних, що обмежує здатність адекватно фіксувати змінний, рефлексивний характер процесу резильєнтності. Це особливо проблематично у випадках, як-от посттравматичний розвиток, що може розгортатися лише через місяці або роки після самої події. Натомість такі дизайни, як у Hofgaard et al. (2021), що застосовують cotwin-control підхід, мають значно вищий потенціал для виявлення внутрішньоіндивідуальної варіативності в динаміці. Але навіть ці методи є ресурсозатратними та вимагають спеціальної вибірки. Як зазначають Denckla et al. (2020), дисципліна має все активніше впроваджувати інтенсивні внутрішньоособистісні методології та високочастотне лонгitudне спостереження для моделювання динаміки резильєнтності [13].

Окрім питань часу вимірювання, ще глибшим викликом є проблема екологічної валідності та багаторівневої інтеграції в дослідженнях резильєнтності. Попри те, що поступово формується консенсус щодо того, що резильєнтність визначається не лише індивідуальними, а й реляційними, інституційними та структурними чинниками, багато досліджень досі розглядають її ізольовано як самодостатній змінний конструкт. Такий редукціонізм ігнорує те, як організаційне середовище, системи освіти, соціально-політичні контексти та навіть цифрова інфраструктура співконструюють резильєнтність. У цьому контексті праці Ahmed et al. (2022) та Liang і Cao (2021) акцентують на гнучкості інституцій та управлінській підтримці, тоді як дослідження Rachmad (2022) локалізує освітню та комунікативну резильєнтність у системних умовах. Неврахування таких контекстуальних змінних обмежує як пояснювальну, так і прикладну цінність досліджень резильєнтності. Саме тому заклики до багаторівневих методологічних підходів, що враховують міжмасштабні взаємозв'язки – зокрема те, як інституційні умови впливають на індивідуальні стратегії подолання – є актуальнішими, ніж будь-коли.

Ці труднощі вимірювання ускладнюються також культурними й демографічними обмеженнями. Незважаючи на зростаючий глобальний інтерес, більшість досліджень резильєнтності все ще домінуються вибірками з західного, освіченого, індустріального, багатого та демократичного середовища (WEIRD-популяції). Шкали, як-от CD-RISC і ARS, були створені й валідовані лише в культурно гомогенних контекстах, що викликає сумніви щодо їх кроскультурної переносимості. Це суттєво обмежує можливість генералізації, особливо з огляду на те, що резильєнтність глибоко залежить від локальних норм, спільнотної організації та

Таблиця 1

Ключові варіації концептуального розуміння та проблеми визначення резильєнтності

Концептуальний вимір	Визначення / Підхід	Ключові дослідники	Наслідки для вимірювання
Резильєнтність як риса	Стійка особистісна характеристика подолання труднощів	Killgore та ін. (2020); Connor & Davidson	Статичні шкали (напр. CD-RISC); низька чутливість до змін
Резильєнтність як процес	Динамічна послідовність реакцій, що залежать від контексту і сприйняття	Troy та ін. (2023); Miller-Graff (2022)	Потреба в лонгітюдних дослідженнях; висока екологічна валідність
Резильєнтність як результат	Позитивна адаптація після стресу (напр., благополуччя, зростання)	Hofgaard та ін. (2021); Den Hartigh & Hill	Ретроспективні показники; контекстно-залежні критерії
Мульти-рівневі / системні моделі	Резильєнтність формується на біологічному, психологічному та соціальному рівнях	Denckla та ін. (2020); Tay & Lim (2020)	Потребує міждисциплінарної інтеграції даних
Контекстуальні / галузеві моделі	Пристосування поняття до сфер як підприємництво, освіта чи комунікація	Ahmed та ін. (2022); Rachmad (2022)	Ризик теоретичної фрагментації; потреба у контекстних індикаторах
Ідентичнісні моделі	Резильєнтність як здатність підтримувати цілісність «Я»-схеми під загрозою	Breakwell (2021)	Оцінка самостійності, самоповаги, і безперервності ідентичності
Епігенетичні / біологічні підходи	Здатність змінюватися завдяки взаємодії генетики з середовищем	Smeeth та ін. (2021)	Біологічні дані; розвитковий підхід
Проблеми вимірювання	Відсутність стандартизації інструментів та єдиного розуміння поняття	Denckla та ін. (2020); Hofgaard та ін. (2021)	Ускладнення порівняння та мета-аналізу результатів

культурно специфічних практик подолання. На це звертають увагу Hofgaard et al. (2021), які демонструють, що навіть серед відносно гомогенного норвезького населення різні середовищні обставини та уявлення про сенс призводять до різних типологій резильєнтності. Tay і Lim (2020) підкреслюють потребу в культурно чутливому визначенні та наголошують на адаптивній локалізації методів, яка враховує соціокультурні відмінності.

Нарешті, попри активне зростання біологічних досліджень резильєнтності – особливо в епігенетичній галузі – все ще існує серйозний розрив між психологічними та біологічними підходами. Більшість психологічних досліджень майже не беруть до уваги нейробиологічні процеси, зокрема регуляцію стресових гормонів або нейропластичність. У свою чергу, біологічні дослідження часто ігнорують психосоціальні модератори, що зумовлюють індивідуальні відмінності в прояві резильєнтності. Smeeth et al. (2021) намагаються подолати цей розрив, запропонувавши інтегративну модель, у межах якої резильєнтність розглядається як стан, що формується через епігенетичні модифікації у відповідь на несприятливий досвід і захисний вплив середовища. У цій моделі резильєнтність постає не як фіксована риса, а як явище, що змінюється під впливом досвіду, контексту розвитку й систем соціальної підтримки. Інтеграція таких біологічних даних із психологічними та соціальними моделями відкриває перспективу для більш цілісного розуміння резильєнтності як втіленого, розгорнутого в часі та контекстуально вмотивова-

ного феномена. Основні ідеї нашого дослідження систематизовано в таблиці 1.

Висновки. Дослідження охоплює різні онтологічні статуси, які приписуються резильєнтності – від трактувань як особистісної риси до динамічних, процесуальних та результатодцентричних підходів. Найбільш показовим є те, як різні теоретичні школи впливають як на напрямок теоретизації, так і на емпіричну методологію, формуючи багатовимірний, проте неоднорідний дослідницький ландшафт.

Підхід, орієнтований на рису, забезпечує чіткість з огляду на можливість вимірювання, але має ризик редукаціоністського спрощення резильєнтності до стабільної особистісної характеристики. Натомість процесуальні й результатодцентричні моделі є більш тонкими та екологічно валідними, проте потребують складніших, часто довготривалих методологій. Багаторівневі та системні моделі спонукають дослідників визнавати взаємозалежність між біологічними, психологічними та соціальними змінними й інтегрувати їх. Моделі, що розвиваються у підприємстві, освіті та комунікації, ілюструють, як потенційна втрата теоретичної цілісності є наслідком адаптації резильєнтності до потреб конкретних сфер, але водночас демонструють необхідність таких адаптацій.

Інтеграція моделей, зосереджених на ідентичності та епігенетиці, збагачує наше розуміння, пов'язуючи резильєнтність із досвідом, когніцією, нейробиологічними процесами та структурою самоконцепції. Проте це концептуальне розмаїття

супроводжується нагальною потребою в стандартизації методологій. Без стандартизованих визначень і міжконтекстуальних інструментів, валідованих на основі доказових підходів, емпіричні порівняння залишаються обмеженими й фрагментованими.

Підсумовуючи, концептуальна та операційна фрагментація довкола психологічної резильєнтності підкреслює потребу в інтегративних теоретичних конструктах. Без концептуального каркасу дисципліна ризикує скотитися до подальшого семантичного зсуву та емпіричної неузгодженості. Укладені в цьому синтезі висновки закладають підґрунтя для більш структурованого теоретизування та вказують на нагальну необхідність чіткості у подальшому визначенні меж резильєнтності як у науці, так і в практиці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балахтар К. С. Резильєнтність викладача ЗВО в умовах військового стану. Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія : зб. наук. пр. К. : Національний авіаційний університет, 2022. Вип. 1(20). С. 55–62.
2. Білинська М. М., Корольчук О. Л. Терміни: Національна резильєнтність (стресостійкість). Публічне управління : термінолог. слов. / уклад. : В. С. Куйбіда, М. М. Білинська, О. М. Петроє та ін. ; за заг. ред. В. С. Куйбіди, М. М. Білинської, О. М. Петроє. Київ : НАДУ, 2018. С. 101.
3. Бокоч О. О. Резильєнтність особистості в сучасних умовах розвитку суспільства. Молодіжна наука: інновації та глобальні виклики. 2024. № 59.
4. Лозель Ф., Локтіонова А., Мазілов В., Махнач А., Муравйова А., Олійников О. Резильєнтність як запорука збереження психічного здоров'я особистості. Освіта України в умовах воєнного стану: управління, цифровізація, євроінтеграційні аспекти. 2022. С. 227.
5. Мельник О., Кузнєцов О. І. Резильєнтність як чинник соціально-психологічної адаптації особистості : дис. д-ра філософії. Вінниця : КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти», 2024.
6. Мерзлякова О. Л. Резильєнтність або психологічна стійкість: концепт, вимірювання, розвиток (аналітичний огляд). Аналітичний вісник у сфері освіти й науки. 2023. № 18. С. 96–120.
7. Музичко Л. Психологічна ресурсність особистості та її резильєнтність. Журнал соціальної та практичної психології. 2023. № 1. С. 28–33.
8. Пирожков С. І., Божок Є. В., Хамітов Н. В. Національна стійкість (резильєнтність) країни: стратегія і тактика випередження гібридних загроз. Вісник НАН України. 2021.
9. Потапчук Є., Поліщук О. Резильєнтність – потенціал відновлення особистості у складних життєвих обставинах. Психологічний журнал. 2023. № 11. С. 45–52.
10. Стражник Ю. І. Аналіз сутності і генеза поняття «резильєнтність» у науковій літературі. Наукові інновації та передові технології. Серія «Психологія». 2023. № 14(28). С. 1290–1300. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-14\(28\)-1290-1300](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2023-14(28)-1290-1300).
11. Сукач С. А. Резильєнтність особистості як здатність мобілізувати та відновлювати психологічні ресурси. The VII International Scientific and Practical Conference «Theoretical methods and improvement of science», December 12–14. Bordeaux, France, 2022. С. 287.
12. Troy A. S., Willroth E. C., Shallcross A. J., Giuliani N. R., Gross J. J., Mauss I. B. Psychological resilience: an affect-regulation framework. Annual Review of Psychology. 2023. Vol. 74, № 1. P. 547–576.
13. Denckla C. A., Cicchetti D., Kubzansky L. D., Seedat S., Teicher M. H., Williams D. R., Koenen K. C. Psychological resilience: An update on definitions, a critical appraisal, and research recommendations. European Journal of Psychotraumatology. 2020. Vol. 11, № 1. Article 1822064.
14. Ahmed, A. E., Ucbasaran, D., Cacciotti, G., & Williams, T. A. Integrating psychological resilience, stress, and coping in entrepreneurship: A critical review and research agenda. Entrepreneurship Theory and Practice. 2022. Vol. 46, No. 3. P. 497–538.
15. Anasori, E., De Vita, G., & Gürkan Küçükergin, K. Workplace bullying, psychological distress, job performance and employee creativity: the moderating effect of psychological resilience. The Service Industries Journal. 2023. Vol. 43, No. 5–6. P. 336–357.
16. Breakwell, G. M. Identity resilience: Its origins in identity processes and its role in coping with threat. Contemporary Social Science. 2021. Vol. 16, No. 5. P. 573–588.
17. Brooks, S., Amlot, R., Rubin, G. J., & Greenberg, N. Psychological resilience and post-traumatic growth in disaster-exposed organisations: overview of the literature. BMJ Military Health. 2020. Vol. 166, No. 1. P. 52–56.
18. Den Hartigh, R., & Hill, Y. Conceptualizing and measuring psychological resilience: What can we learn from physics?. New Ideas in Psychology. 2022. Vol. 66. Article 100934.
19. Fletcher, D., & Sarkar, M. Psychological resilience. European Psychologist. 2013. Vol. 18, No. 1. P. 12–23.
20. Hofgaard, L. S., Nes, R. B., & Røysamb, E. Introducing two types of psychological resilience with partly unique genetic and environmental sources. Scientific Reports. 2021. Vol. 11. Article 8624.
21. Killgore, W. D., Taylor, E. C., Cloonan, S. A., & Dailey, N. S. Psychological resilience during the COVID-19 lockdown. Psychiatry Research. 2020. Vol. 291. Article 113216.
22. Miller-Graff, L. E. The multidimensional taxonomy of individual resilience. Trauma, Violence, & Abuse. 2022. Vol. 23, No. 2. P. 660–675.
23. Rachmad, Y. E. Communication Resilience Theory. – Santarém: Gótico Publicações Internacionais, 2022. – (Edizione Speciale).
24. Rachmad, Yoesoep Edhie. Educational Resilience Theory. – Ravenna: Mosaici Libri Internazionali, 2022. – (Edizione Speciale). URL: <https://doi.org/10.17605/osf.io/w84rs>
25. Schäfer, S. K., von Boros, L., Schaubrich, L. M., Kunzler, A. M., Lindner, S., Koehler, F., et al. Digital interventions to promote psychological resilience: A systematic review and meta-analysis. NPJ Digital Medicine. 2024. Vol. 7, No. 1. Article 30.
26. Smeeth, D., Beck, S., Karam, E. G., & Pluess, M. The role of epigenetics in psychological resilience. The Lancet Psychiatry. 2021. Vol. 8, No. 7. P. 620–629.
27. Song, S., Yang, X., Yang, H., Zhou, P., Ma, H., Teng, C., et al. Psychological resilience as a protective factor for depression and anxiety among the public during the outbreak of COVID-19. Frontiers in Psychology. 2021. Vol. 11. Article 618509.
28. Tay, P. K. C., & Lim, K. K. Psychological resilience as an emergent characteristic for well-being: a pragmatic view. Gerontology. 2020. Vol. 66, No. 5. P. 476–483.
29. Wu, Y., Yu, W., Wu, X., Wan, H., Wang, Y., & Lu, G. Psychological resilience and positive coping styles among Chinese undergraduate students: a cross-sectional study. BMC Psychology. 2020. Vol. 8. Article 1.