

УДК 159.9:355

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-7\(53\)-1655-1665](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-7(53)-1655-1665)

Черезова Ірина Олександрівна кандидатка психологічних наук, доцентка, доцентка кафедри психології, Бердянський державний педагогічний університет, м. Запоріжжя, тел. (066) 513-44-64, <https://orcid.org/0000-0001-6155-6297>

Сердюк Наталія Іванівна кандидатка психологічних наук, доцентка, доцентка кафедри психології, Бердянський державний педагогічний університет, м. Запоріжжя, тел. (066) 833-68-30, <https://orcid.org/0000-0002-8395-674X>

Федорик Вікторія Володимирівна старша викладачка кафедри психології, Бердянський державний педагогічний університет, м. Запоріжжя, тел. (066) 698-65-31, <https://orcid.org/0000-0002-9446-330X>

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ У ДРУЖИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Анотація. У статті авторами проаналізовані поняття «резильєнтність», визначені найбільш поширені й системні проблеми дружин військовослужбовців. Зазначено, що війна кардинально змінює життя не лише військовослужбовців, а й їхніх родин, особливо дружин, на чий плечі лягає тягар очікування, страху за життя близької людини, а також необхідність самостійно вирішувати повсякденні проблеми, виховувати дітей та підтримувати сімейний устрій в умовах невизначеності. У таких обставинах резильєнтність виступає як ключовий фактор психологічного благополуччя й адаптації.

У рамках дослідження резильєнтності серед 18 дружин військовослужбовців Національної гвардії України було проведено комплексне опитування. Метою було вивчити їхню здатність адаптуватися до складних життєвих обставин, відновлюватися після стресу та зберігати психічне благополуччя. Для цього були використані такі методики як Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC-10), Тест життєстійкості С. Мадді, Методика Н. Холла для діагностики емоційного інтелекту, Методика «Індикатор копінг-стратегій» (ICS) Д. Амірхана для виявлення домінуючих стратегій подолання стресу, таких як вирішення проблем, пошук соціальної підтримки та уникнення. Цей вибір методик забезпечує всебічне вивчення резильєнтності, враховуючи її когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти, що дозволяє ефективно проводити психологічне консультування і розробляти тренінгові програми.

Результати дослідження матимуть значну практичну цінність для психологів, соціальних працівників, військових капеланів та представників державних і громадських організацій, які працюють з родинами військовослужбовців.

Отримані дані можуть бути використані для створення цільових інтервенцій, тренінгів та груп підтримки, спрямованих на підвищення резильєнтності, розвиток адаптивних копінг-стратегій і зміцнення психологічного здоров'я дружин військовослужбовців в умовах сьогодення.

Ключові слова: резильєнтність, психологічна підтримка, психічне здоров'я, дружини військовослужбовців, війна в Україні.

Cherezova Iryna Oleksandrivna PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology, Berdiansk State Pedagogical University, Zaporizhzhia, tel. (066) 513-44-64, <https://orcid.org/0000-0001-6155-6297>

Serdiuk Nataliia Ivanivna PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Psychology, Berdiansk State Pedagogical University, Zaporizhzhia, tel. (066) 833-68-30, <https://orcid.org/0000-0002-8395-674X>

Fedoryk Viktoriia Volodymyrivna Senior Lecturer at the Department of Psychology, Berdiansk State Pedagogical University, Zaporizhzhia, tel. (066) 698-65-31, <https://orcid.org/0000-0002-9446-330X>

PECULIARITIES OF RESILIENCE MANIFESTATION IN MILITARY WIVES IN WAR CONDITIONS

Abstract. In the article, the authors analyse the concept of 'resilience', identify the most common and systemic problems of military wives. It is noted that war dramatically changes the lives of not only servicemen, but also their families, especially wives, who bear the burden of expectation, fear for the life of a loved one, as well as the need to solve everyday problems, raise children and maintain family life in conditions of uncertainty. In such circumstances, resilience is a key factor in psychological well-being and adaptation.

As part of the resilience study, a comprehensive survey was conducted among 18 wives of servicemen of the National Guard of Ukraine. The aim was to study their ability to adapt to difficult life circumstances, recover from stress and maintain mental well-being. For this purpose, we used such techniques as the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10), S. Muddy's Resilience Test, N. Hall's Emotional Intelligence Inventory, and D. Amirkhan's Indicator of Coping Strategies (ICS) to identify dominant coping strategies, such as problem solving, seeking social support, and avoidance. This choice of methods provides a comprehensive study of resilience, taking into account its cognitive, emotional and behavioural aspects, which allows for effective psychological counselling and the development of training programmes.

The results of the study will be of considerable practical value for psychologists, social workers, military chaplains and representatives of governmental and non-governmental organisations working with military families. The data obtained can be

used to create targeted interventions, trainings and support groups aimed at increasing resilience, developing adaptive coping strategies and strengthening the psychological health of military wives in the current context.

Keywords: resilience, psychological support, mental health, military wives, war in Ukraine.

Постановка проблеми. Війна в Україні спричинила кардинальні зміни в житті кожної української родини, зокрема, в родинях військовослужбовців. Особливо вразливою категорією є дружини захисників, які стикаються з екстремальним емоційним навантаженням. Їм доводиться самотійно виконувати численні ролі, пов'язані з вихованням дітей, піклуванням про родичів похилого віку, подоланням значних побутових труднощів, а також боротьбою з власними інтенсивними страхами й тривогою за життя і здоров'я чоловіків [5].

Дружини військовослужбовців мають швидко адаптуватися до нових життєвих умов, що супроводжується обмеженням власних базових потреб та значним психологічним тиском з боку соціального оточення. Нерідко вони відчують дефіцит розуміння і підтримки, що посилює їхню вразливість. Крім того, після повернення чоловіків-військовослужбовців додому, виникають не менш складні психологічні виклики, пов'язані з процесом їх реінтеграції до мирного життя. Цей етап може ускладнюватися наявністю посттравматичних стресових розладів (ПТСР) або інших психічних станів, спричинених травматичним бойовим досвідом. Такі ситуації створюють додатковий стрес для дружин військовослужбовців, які вимушені бути основною опорою для чоловіків у процесі їхньої адаптації та водночас продовжувати виконувати свої повсякденні обов'язки.

Зазначені обставини імперативно потребують від дружин військовослужбовців мобілізації психологічних ресурсів та застосування засобів підтримки емоційної рівноваги для успішної адаптації до складних життєвих обставин.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження резильєнтності представлені в працях українських та зарубіжних вчених, зокрема К. Болтона, Дж. Річардсона, Б. Сміта, М. Конора, С. Богданова, О. Бойка, Н. Гусака, А. Максименка, В. Чернобровкіної та ін.

У психологічних дослідженнях значну увагу приділено важливості вчасного реагування на виклики, перед якими постають дружини військовослужбовців. В цьому аспекті варто відмітити праці Н. Денисевич, Н. Журавльової, І. Лісової, В. Савченко, Л. Шинкарьової, А. Капської, Н. Олексюк та інших, в яких акцент робиться на необхідності своєчасної та професійної психологічної допомоги й підтримки дружин військовослужбовців, особливо в контексті їхньої вторинної травматизації. Це вимагає постійного пошуку та розробки нових дієвих психотерапевтичних стратегій і підходів, здатних ефективно реагувати на специфічні потреби цієї вразливої категорії українців.

У сучасному науковому дискурсі спостерігається зростання кількості публікацій, присвячених проблематиці реінтеграції військовослужбовців у мирне життя після повернення з зони бойових дій. Однак, незважаючи на це, проблеми психологічного переживання ситуації, що склалася, з боку їхніх дружин залишаються недостатньо висвітленими. Саме це визначає актуальність нашого дослідження. Ми наголошуємо на необхідності системного вивчення розвитку резильєнтності у дружин військовослужбовців, що дозволить не лише глибше зрозуміти механізми цього феномену, але й розробити ефективні стратегії підтримки психічного й емоційного благополуччя цієї вразливої соціальної групи.

Метою статті є визначення й аналіз особливостей прояву резильєнтності у дружин військовослужбовців в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. У реаліях сьогодення, що характеризуються безпрецедентними соціально-політичними та економічними викликами, здатність особистості до швидкої адаптації у складних умовах життєдіяльності набуває особливої актуальності. У цьому контексті психологічна резильєнтність привертає посилену увагу психологічної науки та практики. Важливо зазначити, що резильєнтність розглядається як відносно новий, проте критично важливий психологічний конструкт, що інтегрує властивості особистості, які дозволяють не тільки ефективно долати стресові чи кризові життєві ситуації, а й відновлюватися після травматичних подій.

Враховуючи зазначене, знаковим кроком у розвитку національної політики у сфері охорони здоров'я є прийняття Верховною Радою України Закону «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні» [2] у 2025 році, основною метою якого є формування сучасної, високоєфективної та злагодженої системи охорони психічного здоров'я, яка відповідатиме європейським нормам та стандартам якості. Зокрема, стратегічними напрямками проголошено забезпечення рівного доступу до якісних послуг всіх громадян країни, захист прав людей із психічними розладами та іншими проблемами, що стосуються психічного здоров'я, впровадження механізмів запобігання виникненню психічних розладів та системне усунення чинників, що негативно впливають на психічне здоров'я українського суспільства.

Незважаючи на підвищений інтерес наукової спільноти до феномену резильєнтності, його уніфіковане й однозначне визначення наразі відсутнє. У широкому розумінні, резильєнтність інтерпретується як фундаментальна здатність людської психіки до відновлення та адаптації після переживання стресових ситуацій та травматичних подій. Проте, у вузькому значенні, кожен дослідник, що вивчав зазначений феномен, пропонує власну концептуалізацію, що відображає багатогранність і комплексність цього психологічного конструкту. Така диверсифікація поглядів зумовлює необхідність подальших емпіричних та теоретичних розвідок для формування більш універсального розуміння резильєнтності.

У психологічних дослідженнях термін «резильєнтність» активно застосовується для характеристики здатності особистості ефективно долати життєві труднощі та складні ситуації. Він описує комплексну здатність індивіда контролювати та керувати подіями у невизначених обставинах, перетворювати негативний досвід на цінний ресурс, успішно долати перешкоди і використовувати їх як каталізатор для особистісного психологічного зростання [6]. Таким чином, резильєнтність відображає динамічну властивість психіки адаптуватися до стресорів і відновлюватися після несприятливих впливів.

Поняття резильєнтності корелюється з поняттям життєстійкості. Як зазначає основоположник цього поняття С. Мадді, життєстійкість – особистісна риса, що передбачає певну структуру установок, здібностей та стратегій, які сприяють набуттю резильєнтності під впливом життєвих подій завдяки перетворенню складних життєвих обставин, стресових подій на можливості для особистісного зростання (підвищення продуктивності праці, набуття життєвого досвіду) [7]. Науковець О. Кокун разом зі своїми колегами [3] відзначали, що резильєнтність включає в себе основну здатність особистості адаптовуватись, відроджуватись та розвиватись в самих напружених і надзвичайно стресових ситуаціях.

У контексті сімейних відносин резильєнтність сприяє підтримці гармонійної взаємодії і формуванню здорового психологічного клімату в родині. Психологічно стійкі дружини відіграють важливу роль у системі підтримки військовослужбовців. Їхня здатність зберігати емоційну рівновагу та адаптивність опосередковано сприяє зниженню рівня стресу у військових, підвищенню їхнього бойового духу та, як наслідок, ефективності виконання службових завдань. Сімейна підтримка, що базується на резильєнтності дружини, є значущим психологічним ресурсом для військовослужбовця, який перебуває в зоні бойових дій. Здатність дружини підтримувати спокій, оптимізм і віру в позитивний результат безпосередньо впливає на морально-психологічний стан військового, підвищуючи його стресостійкість і загальну ефективність виконання професійних обов'язків в екстремальних умовах воєнного часу.

Виклики і труднощі, які постають перед дружинами військовослужбовців, мають комплексний характер і охоплюють практично всі сфери життєдіяльності родини. В умовах воєнного часу вони набувають травматичного потенціалу і мають безпосередній деструктивний вплив на ментальне здоров'я жінок.

Аналіз наукових досліджень [4;3;5;6] дозволяє виокремити найбільш поширені й системні проблеми дружин військовослужбовців:

1. Хронічний страх і відчуття відсутності безпеки. Це невід'ємні супутники життя дружин військовослужбовців. Постійні, неконтрольовані хвилювання за безпеку та стан здоров'я рідної людини, яка перебуває в зоні ризику, є джерелом перманентної тривоги. Загальна відсутність безпечного простору в країні, що спричинена воєнними діями, додатково посилює відчуття стресу, вразливості та непередбачуваності.

2. Соціальна ізоляція й відчуження. Тривала відсутність чоловіка призводить до глибокого відчуття самотності та емоційної ізоляції. Немоżliвість поділитися власними думками, планами, отримати підтримку чи пораду від партнера значно обмежує соціально-емоційне функціонування, що сприяє загостренню стресових станів та відчуттю відстороненості від звичного кола спілкування.

3. Втрата соціальних зв'язків. Ця проблема проявляється в кількох аспектах. Нерозуміння або відсутність належної підтримки з боку знайомих та друзів, а також постійна зміна місця проживання перешкоджають розвитку й підтримці тісних дружніх взаємин. Вимушені професійні паузи або зміна роботи можуть призводити до віддалення від колег. Сукупність цих чинників має потужний негативний вплив на психологічний стан особистості, спричиняючи відчуття відчуженості й зменшення соціальної підтримки.

4. Фінансові труднощі. Постійні переїзди, пов'язані з викликами війни, а також потенційно нестабільне фінансове забезпечення військовослужбовця можуть створювати умови для формування перманентної невпевненості і фінансової тривоги, що посилює загальний рівень стресу.

5. Проблеми з психічним здоров'ям. Значний відсоток дружин військовослужбовців стикається з діагностуванням різних психічних розладів. До них належать хронічна тривога, депресивні стани, вторинна травматизація, а в окремих випадках – посттравматичний стресовий розлад. Ці стани є наслідком постійного перебування в стресу, хронічної невизначеності та перманентної загрози.

6. Проблеми з фізичним здоров'ям. Хронічне психологічне напруження безпосередньо впливає на фізичне здоров'я жінок. Це проявляється через порушення сну (інсомнія - нічні жахіття, ранні пробудження, поверхневий сон), а також через зниження імунітету, що робить організм більш вразливим до загострення хронічних соматичних захворювань.

7. Подвійна відповідальність. На дружин військовослужбовців покладається значно розширений обсяг сімейних функцій: виховання дітей, фінансове забезпечення родини, догляд за літніми батьками тощо. Таке екстремальне збільшення навантаження може викликати синдром перевтоми, емоційне вигорання та значний психологічний стрес.

8. Виснаження адаптаційних можливостей. В умовах постійних життєвих змін, хронічної втоми, безперервного очікування та зміни соціального оточення, рівень адаптаційних можливостей жінок максимально знижується. Це призводить до значних труднощів у пристосуванні до нового соціального середовища, життєвих обставин, місця проживання та роботи, поглиблюючи загальний дистрес.

В межах нашого дослідження було проведено опитування серед 18 дружин військовослужбовців Національної гвардії України, метою якого стало вивчення особливостей їх резильєнтності як здатності адаптуватися до складних життєвих

обставин, відновлюватися після стресу та негативних подій, зберігаючи при цьому психічне та емоційне благополуччя.

З метою здійснення комплексної психологічної діагностики резильєнтності, було обрано низку валідизованих та надійних психологічних методик, стислий опис яких представлено далі.

Для оцінки загального рівня резильєнтності як психологічної стійкості ми застосували шкалу резильєнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC-10), яка включає 10 найбільш інформативних тверджень. Респондентам пропонується оцінити ступінь своєї згоди з кожним твердженням за п'ятибальною шкалою Лікерта, де «повністю невірно» відповідає 0 балам, а «вірно майже у всіх випадках» – 4 балам. Інтерпретація отриманих балів здійснюється відповідно до наступних нормативних показників рівня резильєнтності: низький рівень - 0-15 балів, нижчий за середній рівень - 16-20 балів, середній рівень - 21-25 балів, вищий за середній рівень - 26-30 балів, високий рівень - 31-40 балів [3].

Тест життєстійкості С. Мадді спрямований на діагностику внутрішньої готовності особистості до подолання стресових та складних життєвих подій, оцінку рівня її здатності протистояти стресу та депресивним станам. Методика складається з 45 запитань, на які респонденти обирають одну з чотирьох запропонованих варіантів відповідей («Ні», «Скоріше ні, ніж так», «Скоріше так, ніж ні», «Так»). За результатами тесту визначаються наступні показники: залученість (рівень активної участі та зацікавленості у подіях), контроль (віра у власні сили та здатність впливати на події свого життя), прийняття ризику (готовність діяти в умовах невизначеності та ризику). На основі цих трьох складових розраховується загальний інтегральний рівень життєстійкості особистості.

Для діагностики рівня емоційного інтелекту нами була використана методика Н. Холла, яка оцінює здатність особистості розуміти та ефективно управляти емоційною сферою, інтегруючи її у процес прийняття рішень. Опитувальник складається з 30 тверджень і охоплює п'ять ключових шкал: емоційна обізнаність, управління своїми емоціями, самомотивація, емпатія, розпізнавання емоцій інших людей.

Методика «Індикатор копінг-стратегій» (ICS), розроблена Д. Амірханом, була застосована для діагностики домінуючих стратегій подолання стресу — копінг-стратегій, а саме:

- вирішення проблем (активна стратегія, орієнтована на використання особистісних ресурсів для пошуку ефективних шляхів розв'язання складної ситуації);
- пошук соціальної підтримки (активна стратегія, що передбачає звернення за допомогою та підтримкою до соціального оточення (сім'ї, друзів, значущих інших) для подолання проблеми);
- уникнення (поведінкова стратегія, спрямована на уникнення контакту з реальністю або ухилення від вирішення проблеми; може проявлятися через

дезадаптивні форми поведінки (відхід у хворобу, зловживання психоактивними речовинами, суїцид) і нерідко свідчить про недостатність особистісних ресурсів).

Методика визнана одним з ефективних психометричних інструментів для дослідження базисних поведінкових стратегій людини. Ефективність подолання стресу залежить від гнучкого використання всіх трьох стратегій залежно від конкретної ситуації, віку та ресурсного стану особистості.

Такий вибір методик забезпечує багатоаспектне вивчення феномену резильєнтності, охоплюючи її когнітивні, емоційні та поведінкові аспекти, а також дозволяє швидко та надійно визначити індивідуальний рівень резильєнтності, що є важливим для подальшого психологічного консультування та розробки тренінгових програм.

Першим етапом нашого дослідження було з'ясування загального рівня резильєнтності кожної досліджуваної за допомогою шкали резильєнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC-10). Результати діагностики рівня резильєнтності у дружин військовослужбовців свідчать про перевагу середніх показників у 88% досліджуваних. Це вказує на наявність внутрішнього потенціалу для подолання труднощів, проте підкреслює ризик зниження адаптивних можливостей без подальшої підтримки. Високий рівень резильєнтності зафіксовано у 6% респонденток, що демонструє їхню значну здатність протистояти стресу. Водночас, у 6% учасниць виявлено низький рівень резильєнтності, що свідчить про нагальну потребу в наданні невідкладної психологічної допомоги для розвитку їхньої психологічної стійкості та збереження ментального здоров'я.

Наступним етапом емпіричного дослідження стало виявлення рівня життєстійкості респонденток та її ключових складових (тест життєстійкості С. Мадді). Аналіз даних демонструє наступну картину: 75% жінок мають середній рівень життєстійкості, 25% – низький, тоді як високий рівень не виявлено. Це свідчить про стан виснаження та спустошення досліджуваних, мінімальний рівень їх внутрішніх ресурсів. Показники за окремими шкалами підкреслюють цю тенденцію: низький рівень «Залученості» відзначено у 25% жінок, «Контролю» – 34%, а найвищий відсоток низьких показників спостерігається за шкалою «Прийняття ризику» – 42%.

Наступним етапом дослідження резильєнтності дружин військовослужбовців стало вивчення рівня емоційного інтелекту в цілому та аналіз його складових за тестом емоційного інтелекту Н. Холла. Зокрема, ми зосередилися на таких компонентах, як емоційна обізнаність, управління власними емоціями, самомотивація, емпатія та здатність до розпізнавання емоцій інших.

Аналіз інтегрального показника емоційного інтелекту (EI) у дружин військовослужбовців виявив, що у 50% респонденток він відповідає низькому рівню. Це свідчить про виражену емоційну відстороненість та байдужість, ймовірно, спричинену надмірним емоційним перевантаженням. Середній рівень EI характерний для 44% жінок, що проявляється у вибірковості емпатії, частковому контролі емоцій та мінливості самомотивації.

Детальний аналіз шкал EI показав наступне:

□ Емоційна обізнаність. У більшості респонденток переважає середній рівень (56%) при 19% високих та 25% низьких показниках, що вказує на усвідомлення жінками власних емоцій та прагнення до розширення знань у цій сфері.

□ Управління емоціями. 75% жінок виявили низький рівень здатності до управління емоціями, 25% - середній, високий рівень не виявлено. Це вказує на відсутність здатності довільного контролю й емоційної гнучкості, що пояснюється емоційним виснаженням та активацією захисних механізмів психіки.

□ Самомотивація. У більшості респонденток (56%) зафіксовано низький рівень, середній — 31 %, високий — 13%. Такі показники є закономірним наслідком труднощів щодо емоційного контролю та низьким позитивним емоційним підкріпленням.

□ Емпатія. Показники розподілені приблизно рівномірно між середнім та низьким рівнями (по 44%), що свідчить про часткове або повне нерозуміння емоцій інших, вибірковість у співпереживанні й обмежену готовність надавати підтримку. Високий рівень має 12% респонденток.

□ Розпізнавання емоцій інших людей. У 50% дружин військовослужбовців спостерігається низький рівень, що проявляється у майже повній відсутності здатності впливати на емоційний стан оточуючих. Середній рівень притаманний 44% жінок (вибіркова демонстрація вміння), і лише 6% володіють цією здатністю на високому рівні.

Загалом, результати вказують на значне емоційне виснаження та потребу в цілеспрямованій роботі з розвитку емоційного інтелекту, особливо в сфері управління власними емоціями та емпатії.

Завершальним етапом нашого дослідження стало з'ясування домінуючих копінг-стратегій в поведінці дружин військовослужбовців за методикою «Індикатор копінг-стратегій» (ICS), розробленою Д. Амірханом. За результатами дослідження, стратегію вирішення проблем на високому рівні прояву обирають 13% респонденток. Переважна більшість вибірки, а це 62%, має середній рівень прояву цієї стратегії. Низький рівень притаманний 25% досліджуваних. Результати рівнів прояву стратегії пошуку соціальної підтримки вказують, що у 6% дружин військовослужбовців ця стратегія має високий рівень прояву. Середній рівень прояву продіагностовано у 62% респонденток, а для 32% жінок ця стратегія не є характерною та має низький рівень прояву. Отримані дані за стратегією уникнення вказують на те, що переважна більшість респонденток (88%) мають низький та дуже низький рівень прояву цієї стратегії.

Таким чином, проведене нами емпіричне дослідження розкрило загальну картину прояву резильєнтності у дружин військовослужбовців в умовах війни. Переважна більшість досліджуваних жінок мають середній рівень розвитку резильєнтності, емоційний інтелект діагностується на низькому рівні, особливо складно жінкам управляти власними емоціями, контролювати їх та констру-

тивно проявляти. В подоланні труднощів досліджувані найчастіше використовують стратегії вирішення проблем та пошуку соціальної підтримки, що підтверджує їх потенційну можливість долати складні життєві обставини та зберігати внутрішню рівновагу.

Результати дослідження підтверджують, що ресурсний стан жінок — дружин військовослужбовців є критично виснаженим, що може суттєво ускладнювати процеси адаптації та функціонування в складних життєвих обставинах, а також обмежувати їхню здатність бути психологічною опорою для своєї родини.

Висновки. Війна в Україні спричинила кардинальні зміни в житті військовослужбовців та їхніх родин, створюючи екстремальне психоемоційне навантаження на дружин, які стикаються зі страхом, самотністю, подвійною відповідальністю та ризиком вторинної травматизації. Це зумовлює гостру потребу в розвитку психологічної резильєнтності як ключового ресурсу для збереження психічного здоров'я, адаптації та посттравматичного відновлення. Результати дослідження підтверджують, що дружини військовослужбовців перебувають у стані значного психоемоційного напруження і виснаження, а виявлені особливості прояву резильєнтності сприятимуть визначенню ключових напрямків психологічної підтримки та допомоги для даної групи жінок.

Література:

1. Грішин Е. О. Резилієнтність особистості: Сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія. Вип. 64, 2021. С. 62– 81
2. Закон України «Про систему охорони психічного здоров'я в Україні».4223-IX від 15.01.2025.URL:<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4223-20#Text>
3. Кокурн О., Клочков В., Мороз В., Пішко І., Лозінська Н. Забезпечення психологічної стійкості військовослужбовців в умовах бойових дій : метод. посібник. Київ-Одеса : Фенікс. 2022. 128
4. Лазос Г. П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. Актуальні проблеми психології: Консультативна психологія і психотерапія, 14. 2018. С.26– 64.
5. Потапчук Н. Життєдіяльність сімей військовослужбовців в умовах війни як психологічна проблема. Psychology Travelogs. 2024. №3. С. 241–250.
6. Психічне здоров'я та резильєнтність особистості : колективна монографія. Академія праці, соціальних відносин і туризму / За заг. ред. : Г. А. Пріба, Л. Є. Бегези – Київ : Ф-ОП Гуляєв О.В., 2025. 392 с
7. Maddi S., Khoshaba D. How to Succeed No Matter What Life Throws at You. Resilience at Work. New York, USA, 2005.

References:

1. Hrishyn E. O. (2021). Rezylieyntnist osobystosti: Sutnist fenomenu, psykhodiahnostyka ta zasoby rozvytku [Resilience of the personality: The essence of the phenomenon, psychodiagnostics and means of development]. Visnyk KhNPU imeni H.S. Skovorody. Psykhohihiia. Vyp. 64, S. 62– 81 [in Ukrainian]
2. Zakon Ukrainy «Pro systemu okhorony psykhichnoho zdorovia v Ukraini» [The Law of Ukraine ‘On the Mental Health Care System in Ukraine].4223-IX vid 15.01.2025. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4223-20#Text>[in Ukrainian]

3. Kokun O., Klochkov V., Moroz V., Pishko I., Lozinska N.(2022). Zabezpechennia psykholohichnoi stiikosti viiskovosluzhbovtziv v umovakh boiovykh dii : metod. Posibnyk [Ensuring the psychological stability of servicemen in combat conditions: methodological manual]. Kyiv-Odesa: Feniks. 128[in Ukrainian]

4. Lazos H. P. (2018).Rezilientnist: kontseptualizatsiia poniat, ohliad suchasnykh doslidzhen [Resilience: conceptualisation of concepts, review of modern research]. Aktualni problemy psykholohii: Konsultatyvna psykholohiia i psykhoterapiia, 14. S.26– 64. [in Ukrainian]

5. Potapchuk N. (2024).Zhyttiediialnist simei viiskovosluzhbovtziv v umovakh viiny yak psykholohichna problema [Life of military families in wartime as a psychological problem. Psychology Travelogs]. Psychology Travelogs. №3. S. 241–250. [in Ukrainian]

6. Psykhichne zdorovia ta rezylitentnist osobystosti : kolektyvna monohrafiia [Mental health and resilience of the individual: a collective monograph]. Akademiia pratsi, sotsialnykh vidnosyn i turyzmu /Za zah. red. : H. A. Priba, L. Ye. Behezy – Kyiv : F-OP Hulciaiev O.V.,2025. 392 s[in Ukrainian]

7. Maddi S., Khoshaba D. (2005). How to Succeed No Matter What Life Throws at You. Resilience at Work. New York, USA. [in English]