

УДК 159.944.4-057.87]:355.48

DOI <https://doi.org/10.51547/ppp.dp.ua/2025.3.12>**Стеценко Алла Іванівна,**

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри практичної психології

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

ORCID ID: 0000-0001-7451-2488

Барицька Вікторія Георгіївна,

здобувачка магістрського рівня

кафедри практичної психології

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

ORCID ID: 0009-0008-9519-2776

ПСИХОЛОГІЧНА РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПІДТРИМКИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AS A FACTOR IN MAINTAINING STUDENTS' MENTAL HEALTH IN TIMES OF WAR

У статті розкрито актуальну наукову проблему – підтримка ментального здоров'я студентської молоді в умовах війни через розвиток і цілеспрямоване формування психологічної резильєнтності. Зважаючи на складну соціально-політичну ситуацію, що супроводжується постійними стресовими чинниками, психологічна резильєнтність розглядається як ключовий ресурс збереження психічного благополуччя студентів. На основі аналізу сучасних наукових підходів уточнено понятійний апарат резильєнтності, охарактеризовано її структуру, основні функції та психологічні механізми, які активізуються в умовах кризи та травматичних подій. Обґрунтовано специфіку ментального здоров'я студентської молоді, визначено його основні характеристики, критерії оцінювання та чинники ризику в контексті війни. Показано, що студентська молодь як специфічна вікова та соціальна група є особливо вразливою до впливу тривалих стресогенних факторів, а тому вкрай потребує ефективної психологічної підтримки. У межах дослідження проведено емпіричний аналіз рівня ментального здоров'я студентів, що навчаються в умовах воєнного стану, з подальшою психологічною інтерпретацією отриманих результатів. Визначено кореляційні зв'язки між рівнем резильєнтності та станом психічного здоров'я, що дозволяє зробити висновки щодо захисної ролі цього феномену. Також запропоновано методичні рекомендації для практичних психологів, викладачів та представників освітнього середовища щодо впровадження програм формування резильєнтності як ефективного інструменту збереження ментального здоров'я студентів в умовах війни. Окрему увагу приділено психологічним технологіям розвитку резильєнтності, що передбачають інтеграцію когнітивно-поведінкових, емоційно-регулятивних та мотиваційних компонентів. Наголошено на важливості міждисциплінарного підходу до розв'язання проблеми ментального здоров'я та потребі створення стійкої системи психоемоційної підтримки студентства в українських університетах.

Ключові слова: психологічна резильєнтність, ментальне здоров'я, студенти, воєнний стан, стрес, психічна адаптація, освітнє середовище.

The article addresses a pressing scientific issue – the support of students' mental health during wartime through the development and purposeful cultivation of psychological resilience. Given the complex socio-political situation accompanied by ongoing stressors, psychological resilience is regarded as a key resource for maintaining students' psychological well-being. Based on an analysis of contemporary scientific approaches, the conceptual framework of resilience is clarified, and its structure, core functions, and psychological mechanisms activated in conditions of crisis and traumatic events are described. The article substantiates the specifics of students' mental health, identifying its main characteristics, assessment criteria, and risk factors within the context of war. It is demonstrated that student youth, as a distinct age and social group, is particularly vulnerable to prolonged stressors and therefore requires effective psychological support. The empirical part of the research includes an analysis of mental health levels among students studying under martial law, followed by a psychological interpretation of the results. Correlational links between the level of resilience and the state of mental health are identified, enabling conclusions about the protective role of this phenomenon. Furthermore, methodological recommendations are proposed for practicing psychologists, educators, and representatives of the educational sector on implementing resilience-building programs as effective tools for preserving students' mental health in wartime conditions. Special attention is devoted to psychological technologies for developing resilience, involving the integration of cognitive-behavioral, emotional-regulatory, and motivational components.

The importance of an interdisciplinary approach to solving the issue of mental health is emphasized, as is the need to establish a stable system of psycho-emotional support for students within Ukrainian higher education institutions.

Key words: *psychological resilience, mental health, students, martial law, stress, psychological adaptation, educational environment.*

Постановка проблеми. Повномасштабна війна в Україні, що триває з 2022 року, істотно вплинула на всі сфери життя, зокрема систему освіти та ментальне здоров'я студентської молоді. Постійна загроза, втрата домівок і звичного середовища, вимушене переміщення та соціальна нестабільність створюють хронічне психоемоційне напруження. Це знижує рівень життєвої задоволеності, ускладнює навчання, комунікацію та особистісний розвиток студентів.

У таких умовах особливого значення набуває розвиток внутрішніх психологічних ресурсів, зокрема резильєнтності – здатності людини адаптуватися до змін, зберігати емоційну рівновагу та ефективно долати труднощі. Студентська молодь, як соціально активна, але водночас психоемоційно вразлива група, потребує цілеспрямованої підтримки для збереження ментального благополуччя в умовах тривалої нестабільності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивченням проблематики психологічної резильєнтності в умовах воєнного стану займалися такі науковці, як Г. Афузова, Г. Найдюнова, В. Кротенко, А. Буровицька, Т. Грубі, А. Гуцуляк, В. Коваленко, О. Міщенко, Л. Якуба, Л. П'янківська, В. Федорчук, Н. Белан. У своїх працях вони досліджували особливості прояву, чинники формування та підвищення рівня резильєнтності студентської молоді, зокрема першокурсників, в умовах підвищеного стресу, спричиненого війною, а також вплив цього феномену на психічне здоров'я та адаптаційні можливості. Втім, попри наявні напрацювання, все ще потребують подальшого теоретико-емпіричного осмислення механізми активізації резильєнтності у студентів, а також розробка прикладних програм психологічної підтримки з урахуванням специфіки воєнного контексту.

Мета статті – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічну резильєнтність як ключовий механізм підтримки ментального здоров'я студентської молоді в умовах війни, а також визначити практичні шляхи її розвитку з урахуванням психосоціальних викликів воєнного часу.

Виклад основного матеріалу. У психології резильєнтність розглядається як здатність особистості протистояти життєвим труднощам, адаптуватися до складних ситуацій та швидко відновлю-

вати психічну рівновагу після криз. Структурними складовими резильєнтності є емоційний контроль, здатність до саморегуляції, оптимізм, соціальні навички та віра у власні сили. У стресових ситуаціях вона виступає психічним ресурсом, що сприяє стабільності, трансформації досвіду та позитивному переосмисленню життєвих перешкод.

За дослідженнями вчених, резильєнтність особистості та її формування у студентів залежить від ряду позитивних факторів: самоповаги, усвідомлення життєвих цілей, комунікативних навичок, духовно-ціннісної самопідтримки та особистісної надії.

В. Федорчук та Н. Белан підкреслюють, що до ключових умов розвитку стійкості молоді належать доброзичливе ставлення до себе, вміння будувати реалістичні цілі, асертивність у спілкуванні, орієнтація на цінності, підтримка глибоких міжособистісних зв'язків, а також здатність долати труднощі [1, с. 240].

Поняття ментального здоров'я охоплює не лише відсутність психічних захворювань, а й здатність особистості до самореалізації, адекватного реагування на життєві виклики, побудови ефективних соціальних зв'язків та підтримання внутрішньої рівноваги. У воєнних умовах ці характеристики зазнають серйозних випробувань, особливо в молоді, яка знаходиться в період активного формування психосоціальної зрілості.

Г. Афузова, Г. Найдюнова та В. Кротенко звертають увагу на те, що студенти-першокурсники, які розпочали навчання в умовах воєнного стану, становлять особливо вразливу групу щодо ризику психічних порушень. Вони одночасно переживають першу кризу професійного становлення та вплив травматичної реальності війни, що суттєво ускладнює їх адаптацію та психоемоційне благополуччя [2, с. 2].

З іншого боку, як зауважує Л. П'янківська, попри деструктивний вплив війни, студенти демонструють збереження когнітивного компонента суб'єктивного благополуччя. Молодь здатна оцінювати власні ресурси та можливості реалістично, прагне змінювати умови життя та загалом залишається задоволеною власними досягненнями [3, с. 632]. Це свідчить про наявність внутрішнього потенціалу до збереження ментального здоров'я, який може бути активізований за відповідної психолого-педагогічної підтримки.

Психологічна резильєнтність в умовах війни виступає не лише адаптивним механізмом, а й ключовим фактором збереження ментального здоров'я студентської молоді.

Як зазначає А. Гуцуляк, резильєнтність є «головним активом у сфері освіти та кар'єрного зростання. Цей фактор допомагає впоратися з академічним тиском, а також запобігти вигорянню, пов'язаному з роботою, про що свідчить критична роль стійкості згідно з останніми відкриттями» [4, с. 6].

Емпіричні дослідження В. Коваленка, О. Міщенко та Л. Якуби підтверджують, що підвищення рівня резильєнтності серед студентів є можливим завдяки їхній участі в неформальній освіті та за умов наявності особистої підтримки з боку куратора й викладачів [5, с. 140].

Додатково, як підкреслює Т. Грубі, формування резильєнтності дозволяє не лише адаптуватися до умов війни, а й сприяє збереженню психічного здоров'я як цілісної характеристики особистості [6, с. 229].

Такий підхід відкриває перспективи для розробки цілісних програм психоемоційної підтримки, які базуються на розвитку індивідуальних ресурсів стійкості та інтеграції їх у навчально-виховний процес.

Водночас, як зазначає А. Буровицька, сучасні студенти в умовах війни стикаються з викликами, які вимагають адаптації до нестабільного середовища, зниження тривожності та формування нових форм поведінкових стратегій. Саме резильєнтність, на її думку, виступає центральним компонентом успішного подолання психологічних труднощів і збереження особистісної рівноваги в період навчання під час воєнного часу [7, с. 18].

У контексті зазначеного виникла необхідність емпіричного вивчення рівня ментального здоров'я студентів та ролі психологічної резильєнтності як ресурсу його підтримки. З цією метою було здійснено емпіричний аналіз стану ментального здоров'я студентів, які навчаються в умовах воєнного стану. Вибіркова сукупність склала 60 студентів. Усі респонденти дали інформовану згоду на участь у дослідженні. З метою комплексного аналізу досліджуваного явища було застосовано низку психодіагностичних методик, серед яких три виявилися найбільш релевантними:

1. Шкала резильєнтності Коннора-Девідсона-10, CD-RISC-10 (адаптація О. Кокуна) – дозволяє визначити рівень психологічної стійкості студентів до стресових факторів та їх здатність до адаптації після кризових подій.

2. Опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма» К. Кіза – оцінює когнітивну, емоційну та поведінкову стабільність як індикатори ментального благополуччя.

3. Тест на рівень стресу (за В. Щербатих) – дає змогу виявити рівень психоемоційного напруження в умовах воєнної нестабільності.

Додатково було розроблено авторське опитування, що включало чотири блоки: соціально-демографічні дані, скринінг тривоги, депресії та ПТСР, суб'єктивна оцінка ментального стану, джерела психологічної підтримки та використання coping-стратегії.

Застосування даного комплексу методик дозволило не лише здійснити кількісну оцінку рівнів ментального здоров'я та резильєнтності, а й виявити статистично значущі кореляційні зв'язки між цими показниками. Це, у свою чергу, дало підстави для психологічної інтерпретації резильєнтності як захисного механізму, що сприяє збереженню психічного благополуччя в умовах високого стресу та невизначеності, викликаних війною.

Першими розглянемо результати Шкали резильєнтності CD-RISC-10 (у адаптації О. М. Кокуна) (табл. 1).

За підсумками обробки результатів встановлено, що найбільша частка респондентів продемонструвала середній рівень резильєнтності – 22 особи (36,7%), що вказує на відносну здатність до адаптації та психічного відновлення у складних умовах. Вищий за середній рівень виявлено у 14 осіб (23,3%), а високий рівень – у 7 студентів (11,7%), що свідчить про наявність сформованих психологічних механізмів стійкості. Водночас 16 студентів (26,6%) продемонстрували нижчий за середній або низький рівень резильєнтності, що потребує додаткової психолого-педагогічної підтримки в освітньому процесі.

Отримані дані свідчать, що більшість студентів мають помірний або достатній рівень резильєнтності, однак майже третина респондентів демонструє знижені показники, що може ускладнювати адаптацію до стресових ситуацій. Це обґрунтовує необхідність запровадження профілактичних та розвивальних програм, спрямованих на формування навичок емоційної саморегуляції, розвиток оптимізму, віри у власні сили та соціальної підтримки в межах університетського середовища.

На другому етапі було застосовано опитувальник К. Кіза (коротка форма) з метою оцінки загального рівня психічного здоров'я студентів. Методика дозволила виявити, наскільки респонденти переживають емоційне, психологічне та

Таблиця 1

Рівень резильєнтності студентів за результатами CD-RISC-10 (n=60)

№	Рівень резильєнтності	Кількість студентів	Відсоток (%)
1	Низький (0–15 балів)	6	10,0%
2	Нижчий за середній (16–20)	10	16,6%
3	Середній (21–25)	22	36,7%
4	Вищий за середній (26–30)	14	23,3%
5	Високий (31–40)	7	11,7%

соціальне благополуччя. За результатами обробки даних встановлено наступний розподіл респондентів:

– Процвітання (Flourishing) діагностовано у 14 студентів (23,3%). Ці респонденти характеризуються високим рівнем життєвої задоволеності, позитивною самооцінкою, наявністю життєвих цілей і добрих соціальних зв'язків. Вони демонструють внутрішній психологічний ресурс, необхідний для ефективного функціонування навіть в умовах кризи.

– Пригнічення (Languishing) виявлено у 8 осіб (13,3%). Ці студенти демонструють ознаки зниженого емоційного тону, пасивності, соціальної відчуженості та втрати мотивації. Вони є групою ризику щодо погіршення ментального здоров'я в умовах хронічного стресу.

– Помірний рівень (Moderate mental health) зафіксовано у 38 студентів (63,3%). Ця категорія характеризується емоційною змінністю, амбівалентним сприйняттям життєвих подій, частковими труднощами у досягненні цілей і підтриманні стабільних соціальних контактів. Водночас вони не мають клінічних проявів психічного неблагополуччя, однак потребують регулярної підтримки для збереження балансу.

Більшість студентів (понад 60%) перебувають у зоні помірного психічного здоров'я, що вказує на

наявність як внутрішніх ресурсів, так і певної вразливості до впливу зовнішніх стресогенних факторів. Значна частка тих, хто демонструє ознаки пригнічення, потребує додаткової уваги та профілактичних заходів. Результати підтверджують доцільність реалізації програм психоемоційної підтримки та розвитку психологічної резильєнтності як механізму збереження ментального благополуччя.

На третьому етапі дослідження було здійснено оцінювання рівня стресу студентів за допомогою тесту В. Щербатих. Отримані результати засвідчили, що переважна більшість респондентів, а саме 36 осіб (60%) переживають виражений або сильний рівень стресу, що є типовою реакцією в умовах тривалої соціальної нестабільності. У 16 студентів (26,7%) виявлено помірний рівень стресу, який дозволяє зберігати відносну психоемоційну рівновагу. 6 осіб (10%) не продемонстрували ознак значного стресу – ймовірно, завдяки сформованим адаптивним стратегіям. Критичний рівень напруження (виснаження) зафіксовано лише у 2 респондентів (3,3%), що є поодиноким випадком і свідчить про потребу в адресній допомозі. Загалом дані свідчать про те, що значна частина студентів стикається з підвищеним емоційним навантаженням, проте здатна функціонувати в навчальному середовищі, особливо за умов надання цілеспрямованої підтримки.

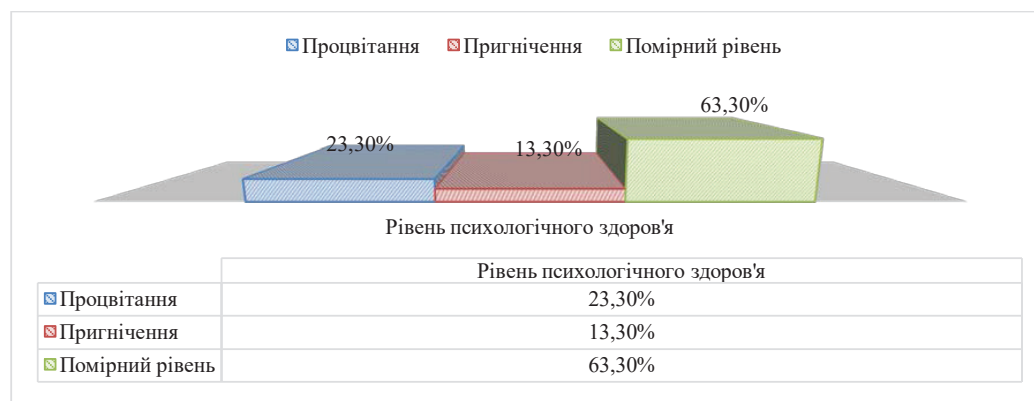


Рис. 1. Розподіл студентів за рівнем психічного здоров'я за результатами опитувальника К. Кіза (коротка форма)

Таблиця 2

Розподіл студентів за рівнем стресу (за В. Ю. Щербатих) (n=60)

№	Рівень стресу	Кількість студентів	Відсоток (%)
1	Відсутність вагомого стресу	6	10,0%
2	Помірний рівень стресу	16	26,7%
3	Виражений рівень стресу	24	40,0%
4	Сильний стрес	12	20,0%
5	Виснаження (критичний рівень)	2	3,3%

Результати вказують на наявність помірного та підвищеного рівня стресу у більшості студентів, що є природною реакцією на сучасні виклики. Водночас спостерігається збереження функціональності, що свідчить про потенціал адаптації та важливість подальшої підтримки. Доцільним є впровадження превентивних програм розвитку стресостійкості, тренінгів з емоційної саморегуляції та підвищення обізнаності студентів щодо доступних форм психологічної допомоги.

У межах дослідження було проведено авторське анкетування, що включало чотири тематичні блоки: соціально-демографічні характеристики, первинний скринінг тривожних і депресивних станів, суб'єктивну оцінку ментального здоров'я, а також джерела психологічної підтримки та застосовувані coping-стратегії:

1. Соціально-демографічні дані. Участь в опитуванні взяли 60 студентів віком від 18 до 24 років, переважно жінки (65%). Кожен п'ятий респондент (20%) мав статус внутрішньо переміщеної особи або біженця, що частково зумовлює підвищену емоційну чутливість та потребу в адаптації до нових умов.

2. Скринінг тривожності, депресії та ПТСР. У більшості студентів не виявлено клінічно значущих симптомів, однак ознаки помірної тривожності спостерігалися у 21 особи (35%), субклінічні прояви депресії – у 15 студентів (25%), ознаки ПТСР – у 8 осіб (13,3%), що узгоджується з типовими реакціями на стресові життєві обставини. Водночас критичних проявів зафіксовано незначну кількість (до 5%).

3. Суб'єктивна оцінка ментального стану. Більшість студентів (33 особи; 55%) оцінюють свій психоемоційний стан як задовільний або стабільний, незважаючи на періодичну втому, напруження чи зниження мотивації. 17 респондентів (28,3%) повідомили про коливання емоційного фону, але при цьому вміють самостійно з ним справлятися. Ще 10 студентів (16,7%) вказали на певну нестабільність, що свідчить про потребу в превентивній підтримці.

4. Джерела психологічної підтримки. Найчастіше студенти звертаються за емоційною підтрим-

кою до родини (63,3%) та друзів (58,3%), активно використовують власні ресурси (41,7%) – творчість, хобі, самоаналіз. До фахівців зверталися 9 студентів (15%), що свідчить про зростання довіри до професійної допомоги.

5. Coping-стратегії. Найпоширенішими є інформаційна гігієна (56,7%), фізична активність (48,3%), дотримання режиму (40%), а також ведення особистих нотаток або рефлексій (26,7%). Це свідчить про наявність у студентів конструктивних підходів до подолання психоемоційної напруги.

Загалом результати демонструють достатньо збалансований психоемоційний стан більшості студентів, водночас виявлено ознаки напруження, характерного для періоду адаптації в умовах невизначеності. Студенти активно використовують доступні ресурси підтримки, демонструють потенціал до емоційного саморегулювання та збереження функціональності. Ці дані вказують на доцільність впровадження профілактичних програм розвитку резильєнтності, а не лише реагування на кризові випадки.

З метою глибшого розуміння взаємозв'язку між психологічною резильєнтністю та ментальним здоров'ям студентів було проведено кореляційний аналіз за методом Спірмена. До статистичної обробки були включені сумарні показники за шкалами CD-RISC-10 (резильєнтність), опитувальником К. Кіза (психічне благополуччя) та тестом на визначення рівня стресу В. Ю. Щербатих.

Результати аналізу засвідчили наявність статистично значущого прямого кореляційного зв'язку між рівнем резильєнтності та психічним благополуччям студентів ($r = +0,56$, $p < 0,01$). Це свідчить про те, що вищий рівень життєстійкості супроводжується емоційною стабільністю, оптимізмом, впевненістю у власних силах, здатністю будувати ефективні соціальні зв'язки та досягати особистісних цілей.

Крім того, було встановлено негативний кореляційний зв'язок між резильєнтністю та рівнем стресу ($r = -0,49$, $p < 0,01$), що підтверджує захисну функцію цього феномену. Студенти з вищими показниками резильєнтності рідше демонстру-

Таблиця 3

Кореляційні зв'язки між рівнем резильєнтності, психічним благополуччям та стресом

Показники, що зіставлялися	Коефіцієнт кореляції (r)	Рівень значущості (p)	Напрямок зв'язку
Резильєнтність ↔ Психічне благополуччя	+0,56	p < 0,01	Позитивний
Резильєнтність ↔ Рівень стресу	-0,49	p < 0,01	Негативний

вали ознаки психоемоційного виснаження, краще справлялися з напругою та мали сформовані адаптаційні механізми подолання труднощів.

Кореляційний аналіз підтвердив, що психологічна резильєнтність виконує функцію захисного механізму, який сприяє підтриманню ментального здоров'я студентів. Вищі показники життєстійкості асоціюються з емоційною стабільністю, здатністю до відновлення та нижчим рівнем стресу. Це підкреслює важливість розвитку резильєнтності в межах освітнього середовища як ефективного напрямку превентивної психологічної підтримки в умовах воєнного стану.

Спираючись на отримані емпіричні результати, можна зробити висновок, що психологічна резильєнтність відіграє ключову роль у збереженні ментального здоров'я студентської молоді в умовах підвищеного психоемоційного навантаження. Встановлені кореляційні зв'язки свідчать про її позитивний вплив на емоційну стабільність, здатність до адаптації та протистояння стресовим чинникам. У зв'язку з цим доцільним є формування комплексу рекомендацій для психологів, викладачів і фахівців освітньої сфери щодо впровадження цілеспрямованої психолого-педагогічної підтримки.

1. Інтеграція тематики резильєнтності в освітній простір. Рекомендується включити питання розвитку психологічної стійкості до навчальних курсів (зокрема, у межах дисциплін з психології, педагогіки, самоменеджменту), а також реалізовувати тематичні тренінги, воркшопи, інтерактивні заняття. Такий підхід сприятиме підвищенню саморефлексії студентів, формуванню навичок емоційної саморегуляції та зміцненню внутрішніх ресурсів.

2. Розвиток індивідуальних coping-стратегій. Враховуючи, що значна частина студентів уже користується конструктивними механізмами самодопомоги, доцільно працювати над їх усвідомленням та посиленням. Психологічна робота має бути спрямована на розвиток адаптивних стратегій подолання, зокрема: управління інформаційним навантаженням, ресурсне планування, підтримка режиму дня, використання тілесних та творчих практик.

3. Психологічне консультування та групова підтримка. Доцільно організовувати регулярні

індивідуальні консультації, а також малі групи підтримки для студентів із зниженим рівнем резильєнтності або підвищеним рівнем тривожності й стресу. У таких форматах ефективним буде використання методів когнітивно-поведінкової терапії, арттерапії, майндфулнес-практик.

4. Формування ресурсного соціального середовища. Підвищення якості міжособистісної взаємодії в освітньому середовищі є важливою умовою збереження психічного здоров'я. Рекомендується створення менторських програм, кураторської підтримки, середовища психологічної безпеки, що передбачає довіру, відкритість, визнання особистісної унікальності кожного студента.

5. Моніторинг психоемоційного стану. З метою раннього виявлення груп ризику варто періодично проводити скринінгові опитування та діагностичні заходи (на добровільній основі), результати яких можуть лягти в основу індивідуальних рекомендацій та психологічного супроводу.

6. Підвищення психологічної культури студентів і викладачів. Необхідно розширювати просвітницьку діяльність: проводити лекції, інформаційні кампанії, публікації, які формують розуміння важливості ментального здоров'я та резильєнтності як ключового ресурсу життєдіяльності.

Ефективне впровадження системи заходів, спрямованих на розвиток психологічної резильєнтності, дозволить не лише знизити рівень дистресу у студентів, а й підвищити їхню здатність до продуктивного навчання, самореалізації та збереження психічного благополуччя в умовах воєнного часу.

Висновки. Проведене дослідження підтвердило, що психологічна резильєнтність є ключовим захисним чинником збереження ментального здоров'я студентів в умовах воєнного часу. Виявлені емпіричні зв'язки між рівнем резильєнтності, психічним благополуччям та стресостійкістю свідчать про її визначальну роль у формуванні адаптивних механізмів подолання кризи. Більшість студентів демонструють достатній потенціал до емоційної саморегуляції, однак значна частина респондентів потребує цілеспрямованої психологічної підтримки. Це обґрунтовує необ-

хідність інтеграції програм розвитку резильєнтності в освітнє середовище як превентивного та зміцнювального ресурсу для забезпечення емо-

ційного добробуту, стабільності й життєстійкості студентської молоді в умовах соціальної турбулентності.

REFERENCES:

1. Fedorchuk, V., & Belan, N. (2024). Psykholohichni chynnyky rezyliientnosti yak umova adaptatsii molodi do voiennoho stanu. *Innovatsii partnerkoi vzaiemodii osvity, ekonomiky ta sotsialnoho zakhystu v umovakh inkluzii ta prahmatychnoi rehabilitatsii sotsiumu: materialy VIII Mizhnarodnoi nauk.-prakt. konferentsii (m. Kamianets-Podilskyi, 21–22 travnia 2024 r.)*, 238–241. Kamianets-Podilskyi: NRZVO KPDI. [in Ukrainian].
2. Afuzova, H.V., Naidionova, H.O., & Krotenko, V.I. (2023). Osoblyvosti rezyliientnosti pershokursnykiv zakladu vyshchoi osvity v umovakh voiennoho stanu. *Natsionalna bezpeka Ukrainy v umovakh suchasnykh vyklykiv: materialy Mizhnar. nauk.-prakt. konf., m. Chernihiv, 22 serpnia 2023 r.*, 22–25. Chernihiv: HO «Naukovo-osvitnii innovatsiinyi tsentr suspilnykh transformatsii». [in Ukrainian].
3. P'iankivska, L.V. (2023). Osoblyvosti proiavu rezyliientnosti u studentiv v umovakh voiennoho chasu. *Perspektyvy ta innovatsii nauky (Serii «Pedahohika», Serii «Psykhologhiia», Serii «Medytsyna»)*, 10(28), 623–633. [in Ukrainian].
4. Hutsuliak, A.O. (2024). Osoblyvosti rezyliientnosti molodi v umovakh viiny: kvalifikats. robota na zdobuttia stupenia mahistra za spets. 053 «Psykhologhiia». Z.M. Miroshnyk (Nauk. ker.) Kryvyi Rih: Kryvorizkyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet, Psykhologo-ped. fak., Kaf. praktych. psykhologhii. 95 s. [in Ukrainian].
5. Kovalenko, V.Ye., Mishchenko, O.A., & Yakuba, L.S. (2023). Faktory pidvyshchennia rezyliientnosti u zdobuvachiv vyshchoi osvity v umovakh voiennoho stanu. *Scientists and modern theoretical ideas: Abstracts of XXXV International Scientific and Practical Conference, Haifa, Israel, September 04–06, 2023*, 138–145. Haifa. [in Ukrainian].
6. Hrubii, T.V. (2022). Rezyliientnist yak zaporuka zberezhennia psykhychnoho zdorovia osobystosti. *Osvita Ukrainy v umovakh voiennoho stanu: materialy Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi onlain-konferentsii*, 227–230. Izmail: Izmailskyi derzhavnyi humanitarnyi universytet. [in Ukrainian].
7. Burovytska, A.I. (2024). Osoblyvosti rezyliientnosti studentiv pid chas navchannia v umovakh voiennoho chasu. *Naukovi zapysky. Serii: Psykhologhiia*, (2), 17–23. [in Ukrainian].