

СОЦІАЛЬНА РОБОТА

УДК 37.013.77:364-78

DOI <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2026-3-18>

Людмила Кримчак,

кандидат педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри соціальної роботи
та управління соціальними процесами,

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара,
просп. Науки, 72, м. Дніпро, Україна,

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-9624-2953>

РОЗВИТОК ПРОФЕСІЙНОЇ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ІЗ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

У статті здійснено теоретико-емпіричне обґрунтування проблеми розвитку професійної резильєнтності майбутніх фахівців із соціальної роботи в умовах воєнних викликів. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю подолання парадоксу, за якого фахівець, забезпечуючи соціально-психологічну підтримку вразливим категоріям населення (ветерани, ВПО, особи з інвалідністю), сам стає вразливим до вторинної травматизації та професійного вигорання. Метою роботи є теоретичне обґрунтування та визначення педагогічних умов розвитку професійної резильєнтності як ключового чинника готовності фахівців до діяльності в умовах кризових викликів. Методологічний апарат дослідження ґрунтувався на системному підході, що дозволило інтегрувати теоретичний аналіз феномену з емпіричним вивченням професійних труднощів фахівців соціальної сфери ($n=85$). У ході роботи застосовано комплекс методів, зокрема теоретико-методологічний аналіз, анкетування, кейс-стаді та метод педагогічного моделювання. Результати дослідження засвідчують, що професійна резильєнтність є динамічною системною якістю, яка об'єднує когнітивний, емоційний, поведінковий та мотиваційний компоненти. Емпірично доведено існування «методологічного розриву» та дефіциту інституційної супервізії (потреба у підтримці становить $\bar{x} = 7,59$ за 10-бальною шкалою), що є головними чинниками виснаження ресурсів фахівців. На основі виявлених професійних ризиків (когнітивно-бюрократичний тиск, вторинна травматизація) обґрунтовано модель формування професійної стійкості через впровадження проблемно-орієнтованого кейс-менеджменту, навчальних балінтовських груп, тренінгів кризового менеджменту та сократівських діалогів. Запропонований комплекс методів дозволяє трансформувати стан професійного безсилля в експертну впевненість, що є критично важливим для збереження якості соціальних послуг.

Ключові слова: професійна резильєнтність, соціальна робота, професійне вигорання, вторинна травматизація, інституційна підтримка, супервізія, педагогічні умови, професійна ідентичність, кейс-менеджмент.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Соціальна реальність України характеризується масштабними наслідками воєнних дій, зростанням кількості вразливих категорій населення (ветерани війни, внутрішньо переміщені особи (ВПО), сім'ї загиблих та ін.) та підвищенням рівня суспільної психотравматизації. Така реальність висуває безпрецедентні вимоги до фахівців соціальної сфери. З огляду на це, соціальна робота виходить за межі класичного адміністрування послуг, трансформуючись у діяльність, що потребує високого рівня резильєнтності самого фахівця.

Актуальність дослідження професійної резильєнтності майбутніх фахівців із соціальної роботи зумовлена необхідністю подолання парадоксу: фахівець, покликаний допомагати іншим, сам стає вразливим до вторинної травматизації та професійного вигорання.

Відтак, питання розвитку резильєнтності стає стратегічним завданням підготовки кадрів, здатних не лише ефективно виконувати функціональні обов'язки, а й зберігати власну професійну ідентичність у кризових умовах.

Аналіз літературних джерел свідчить про те, що проблема резильєнтності – здатності особистості до відновлення та адаптації після деструктивних кризових впливів – посідає чільне місце в сучасних західних наукових дискурсах.

Так, фундамент досліджень цього феномену було закладено низкою визнаних науковців, серед яких: С. Кобаса (Kobasa, 1979), яка вперше запропонувала концепцію життєстійкості як модель особистості, що забезпечує збереження здоров'я та працездатності в умовах стресу; Д. Бонанно (Bonanno, 2004), який

зробив важливий внесок у розуміння посттравматичної резильєнтності та довів, що здатність до відновлення після надзвичайних подій є скоріше за все нормою, ніж винятком; С. Гобфолл (Hobfoll, 1989), через модель «збереження ресурсів» окреслив механізми професійного вигорання та відновлення фахівців у кризових ситуаціях. Крім того, діагностичний інструментарій цієї сфери був суттєво доповнений К. Коннором та Д. Девідсоном (Connor & Davidson, 2003), які розробили шкалу CD-RISC, що стала визнаним у світі «золотим стандартом» для оцінювання рівня резильєнтності.

Розвиток концепції резильєнтності зумовив перехід від теоретичного осмислення до аналізу конкретних чинників, що сприяють зміцненню внутрішньої стійкості особистості. Зокрема, у межах когнітивного підходу К. Рейвіч та Е. Шатте (Reivich & Shatté, 2002) обґрунтували систему практичних навичок – від розвитку ментальної гнучкості та контролю імпульсів до опанування позитивного мислення. Емпіричний базис цього питання було поглиблено дослідженнями С. Саутвіка та Д. Чарні (Southwick & Charney, 2012), які проаналізували біологічні та психологічні механізми адаптації людини в екстремальних умовах на прикладі досвіду ветеранів бойових дій.

Важливим доповненням до цього дискурсу стали лонгітюдні дослідження Е. Вернер (Werner, 1995), які засвідчили вирішальну роль позитивних соціальних контактів і наставництва як зовнішніх чинників формування стійкості. Водночас Ф. Зімбардо (Zimbardo, 2007) акцентував увагу на феномені моральної резильєнтності, визначаючи її як здатність особистості зберігати цілісність та етичні орієнтири навіть під тиском екстремальних соціальних обставин.

Інтегруючи зазначені вище підходи у професійну площину, західні науковці розглядають резильєнтність як фундаментальний захисний механізм для фахівців соціономічних професій (Maslach, 2016). Водночас представники позитивної психології М. Селігман та К. Петерсон (Seligman & Peterson, 2004) наголошують, що резильєнтність є наслідком внутрішньої структури особистості, зокрема домінуючого оптимізму та наполегливості. Таким чином, сучасний дискурс резильєнтності поєднує як набуті когнітивні навички, так і соціальну підтримку та глибокі особистісні ресурси, які є важливими для збереження професійної стійкості фахівця.

Слід зазначити, що окреслена багаторівнева природа резильєнтності стає дедалі актуальнішою для українського наукового простору, де цей феномен активно адаптується до реалій сьогодення та воєнних викликів. Значний внесок у розвиток вітчизняних поглядів робить В. Косс (Koss, 2025), який визначає резильєнтність як інтегральну психологічну характеристику, що охоплює емоційну стабільність, адаптивність, внутрішню мотивацію, саморегуляцію та здатність ефективно долати труднощі.

У контексті прикладної психології особливу увагу дослідників привертають механізми професійної стійкості. Зокрема, В. Синенький, М. Курляк та А. Крук

(Синенький, Курляк, Крук, 2024) фокусуються на вивченні чинників розвитку стресостійкості у працівників правоохоронних органів та психологів, які безпосередньо працюють в умовах воєнного стану. Теоретичне підґрунтя для розуміння адаптаційних можливостей людини в професійній діяльності розширюють праці О. Кокун (Кокун, 2025), чий дослідження в галузі психофізіології дозволяють глибше проаналізувати психологічні ресурси особистості в екстремальних умовах.

Поряд із теоретичними аспектами, вітчизняна наука спрямована і на пошук інноваційних методів формування резильєнтності в освітньому процесі. Прикладом цього є дослідження Н. Сейко, С. Котлового та І. Літяги (Сейко, Котловий, Літяга, 2025), автори якого обґрунтовують роль і місце навчальних кейсів як інструменту розвитку професійної резильєнтності майбутніх магистрів соціальної роботи під час навчальної практики.

Отже, сучасні вітчизняні розвідки не лише доповнюють західний дискурс, а й трансформують його, зосереджуючись на практико-орієнтованих стратегіях підготовки фахівців, здатних до збереження професійної та особистісної цілісності в умовах тривалої соціальної нестабільності. Зважаючи на викладене, проблема розвитку професійної резильєнтності фахівців із соціальної роботи набуває виняткової актуальності. В умовах, коли соціальна сфера стає фронтом психологічної підтримки суспільства, саме рівень резильєнтності стає тим критичним фактором, що визначає не лише ефективність професійної діяльності, а й довгострокову стійкість самого інституту соціальної роботи.

Таким чином, наукове осмислення та впровадження системних підходів до розвитку цього феномену в освітньому просторі ЗВО є не просто теоретичним завданням, а нагальною вимогою часу, спрямованою на збереження професійного потенціалу країни та забезпечення якості допомоги громадянам, які опинилися в складних життєвих обставинах

Мета та завдання. Мета – теоретично обґрунтувати та визначити педагогічні умови розвитку професійної резильєнтності майбутніх фахівців із соціальної роботи як ключового чинника їхньої готовності до професійної діяльності в умовах кризових викликів та воєнної реальності.

Завдання: 1. Розкрити сутність та структурні компоненти професійної резильєнтності фахівця соціальної сфери на основі інтегративного аналізу вітчизняних та зарубіжних наукових підходів. 2. Виокремити ризики, що призводять до вторинної травматизації та професійного вигорання фахівців із соціальної роботи у сучасних українських реаліях. 3. Обґрунтувати ефективні методи та інструменти для цілеспрямованого розвитку резильєнтності в межах професійної підготовки здобувачів вищої освіти за спеціальністю «Соціальна робота та консультування».

Методи дослідження. Методологічний апарат дослідження ґрунтувався на системному підході, що дозволило інтегрувати теоретичне осмислення феномену професійної резильєнтності з емпіричним аналізом

реальних професійних труднощів фахівців соціальної сфери. Для виконання поставлених завдань застосовано комплекс методів:

1) *Теоретико-методологічний аналіз, синтез та узагальнення*, які на основі критичного огляду вітчизняних та зарубіжних підходів (праці S. Kobasa, G. Bonanno, C. Maslach та ін.) дозволили розкрити сутність професійної резильєнтності та визначити її структурні компоненти: когнітивний, емоційний, поведінково-вольовий та мотиваційно-ціннісний.

2) *Діагностику професійних ризиків* (вторинної травматизації та вигорання) здійснено через комплексне емпіричне дослідження, яке проводилося у березні 2026 року на базі Дніпропетровського обласного центру соціальних служб під час проведення тренінгових занять. Вибірка складала 85 осіб. Всі респонденти є практикуючими фахівцями соціальної сфери, які безпосередньо працюють із вразливими категоріями населення. Стаж професійної діяльності варіювався від 1 року до 24 років, що забезпечило репрезентативність результатів. Методологія передбачала триетапний підхід: аналітичну роботу з документацією (організаційно-підготовчий етап), збір первинних даних методом анкетування та кейс-стаді (основний етап) та подальшу кількісно-якісну інтерпретацію отриманих результатів (аналітичний етап).

Під час дослідження застосовано авторську анкету з питаннями закритого та відкритого типу. Одиницею вимірювання слугував розрахунковий індекс професійної резильєнтності (0–1).

Аналіз ризиків проводився за чотирма вимірами: когнітивним (адаптивність), емоційним (стабільність до вторинної травматизації), поведінковим (ресурсність у кейс-менеджменті) та мотиваційним (ціннісно-смілова стійкість). Математична оцінка резильєнтності була інтегрована з якісним аналізом кейсів. Такий підхід дозволив поєднати об'єктивні показники (індекс професійної резильєнтності) з суб'єктивним професійним досвідом фахівців, відображеним у відповідях респондентів на ключові питання анкети стосовно характеру запитів клієнтів, наявних перешкод у роботі та ефективності обраних стратегій допомоги.

3) *Метод педагогічного моделювання* використано для обґрунтування системи педагогічних умов розвитку резильєнтності у здобувачів вищої освіти, зокрема шляхом впровадження симуляційного навчання, навчальних балінтовських груп та практик рефлексивного кейс-менеджменту.

Результат. Інтегративний підхід до вивчення професійної резильєнтності дозволяє інтерпретувати цей феномен як динамічну системну якість, що забезпечує фахівцям соціальної сфери здатність адаптуватися до хронічного стресу та мінімізувати наслідки вторинної травматизації. У науковому дискурсі важливо розмежувати загальну та професійну резильєнтність, оскільки остання детермінована специфікою взаємодії за типом «людина–людина». Саме професійний контекст – робота з травмованими клієнтами, особами у складних життєвих обставинах та постраждалими від війни –

визначає резильєнтність як ключовий механізм запобігання професійному вигоранню.

Спираючись на праці О. Кокун, Л. Горошкової, Л. Засєкіної, О. Герасименко, Ю. Карпенко, О. Чиханцової та інших дослідників, ми розглядаємо професійну резильєнтність не як сукупність ізольованих рис характеру, а як цілісну системну динаміку. Це дозволяє кваліфікувати резильєнтність як основу професійної життєстійкості фахівця, що трансформується залежно від інтенсивності зовнішніх викликів.

Як зазначає О. Кокун (2025), фундаментом професійної резильєнтності є когнітивний компонент, який допомагає фахівцеві осмислювати робочі процеси. Завдяки розвиненому професійному мисленню та навичкам рефлексії, фахівець здатний не лише реально оцінювати складні ситуації, а й перетворювати професійні виклики на нові ресурси для розвитку.

Водночас зазначений вище «інтелектуальний каркас» тісно взаємодіє з емоційною регуляцією, яка виступає захисним бар'єром проти вторинної травматизації. Емоційний компонент резильєнтності дозволяє фахівцеві залишатися емпатичним до потреб клієнта, водночас зберігаючи здатність до самоконтролю та свідомої турботи про власне психічне здоров'я. Саме такий, на думку науковців, баланс між професійною чутливістю та навичками самовідновлення є ключовою умовою збереження професійної придатності та ефективності фахівця (Карпенко та Лісовцева, 2026; Мерзлякова, 2023; Засєкіна та Герасименко, 2026).

Однак для переходу від внутрішнього усвідомлення до реальної професійної дії необхідний поведінково-вольовий компонент (Кокун, 2025; Горошкова, 2026 та ін.). Він реалізується через застосування адаптивних стратегій подолання стресу, що дозволяють фахівцеві не лише оперативно реагувати на виклики, а й вчасно встановлювати професійні межі та звертатися по зовнішню підтримку.

Нарешті, вся ця архітектура функціонує лише за наявності мотиваційно-ціннісного стрижня, який консолідує професійну ідентичність (Місєйлова, Лавриненко, Креденцер, 2026). Розуміння глибинного сенсу діяльності, переконаність у її соціальній значущості та вірність етичним принципам надають фахівцеві внутрішньої опори, що дозволяє зберігати ефективність навіть в умовах тривалої невизначеності (Ставицька, 2026 та ін.).

Отже, розуміння професійної резильєнтності як цілісного концепту, що об'єднує когнітивний, емоційний, поведінковий та мотиваційний складники, дозволяє перейти від теоретичного аналізу до емпіричного етапу нашого дослідження. Ключовим завданням цього етапу стало виявлення специфічних професійних ризиків, що провокують вторинну травматизацію та вигорання фахівців у сучасних українських реаліях.

На основі аналізу результатів опитування 85 практикуючих фахівців соціальної сфери Дніпропетровського регіону було виокремлено ключові професійні ризики, що провокують розвиток вторинної травматизації та професійного вигорання. Емпіричні дані свідчать,

що специфіка цих ризиків безпосередньо залежить від характеру запиту отримувача соціальних послуг (клієнта). За допомогою кейсового методу нами було ідентифіковано три типові ситуативні моделі, які демонструють джерела професійного напруження:

1) Кейс №1 – це робота з ветеранами та їхніми сім'ями. Основні труднощі в цій категорії зумовлені високим рівнем закритості клієнтів та гострою потребою в інтенсивній емоційній підтримці. Фахівці зазначають, що робота у цьому напрямі вимагає не лише високої емпатії, а й спроможності до оперативного реагування в умовах екстремального емоційного тиску.

2) Кейс №2 – це соціальний супровід внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Ключовими дестабілізуючими чинниками тут виступають інформаційний вакуум, психологічна розгубленість клієнтів через втрату соціальних зв'язків та тривала адаптація до нового середовища. Робота з ВПО потребує від фахівця постійного мультизадачного супроводу в умовах нестабільності.

3) Кейс №3 – робота з особами з інвалідністю. Специфіка цього напрямку полягає в обмеженій мобільності клієнтів та високому рівні побутової залежності. Це вимагає від фахівця з соціальної роботи тривалого супроводу та пошуку нестандартних ресурсів, що, на фоні обмежених можливостей системи, створює додаткове навантаження на мотиваційний компонент професійної стійкості.

Деталізовані результати аналізу ідентифікованих професійних ризиків за кожним із описаних типів кейсів систематизовано в таблиці 1.

Представлені в таблиці дані свідчать про багатфакторний характер професійних ризиків, оскільки сума відсотків перевищує 100 %. Це вказує на те, що більшість респондентів одночасно стикаються з кількома ризиками, які взаємно посилюють негативний вплив на їхній психоемоційний стан.

Найвищий показник ризику – брак системної супервізії та психологічної підтримки (58,8%) – охоплює всі типи кейсів. Це свідчить про те, що професійне вигорання фахівців зумовлене не лише складністю клієнтських запитів, а й відсутністю зовнішнього ресурсу для відновлення. Найбільш вразливим у цьому контексті виявляється емоційний компонент резильєнтності, що робить фахівця беззахисним перед тривалим стресом.

Для об'єктивізації отриманих даних та мінімізації впливу суб'єктивних оцінок було застосовано метод описової статистики, зокрема розраховано середнє арифметичне значення ($\bar{x}$) показника потреби в підтримці за формулою:

$$\bar{x} = \frac{1}{N} \sum_{i=1}^N x_i,$$

де x_i – індивідуальна оцінка респондента, а N – загальний обсяг вибірки. Отриманий показник $\bar{x} = 7,59$ (за 10-бальною шкалою) переконливо засвідчує високу інтенсивність запиту на інституційну підтримку. Даний індикатор підтверджує, що потреба в супервізії та психологічному супроводі не є випадковою, а суттєво посилюється специфічними стресорами, притаманними кожному з проаналізованих типів кейсів.

Системна нестача ресурсів ускладнює роботу фахівців і провокує професійні деформації, перетворюючи когнітивну та емоційну сфери на головні «зони ризику». Зокрема, поєднання бюрократичного навантаження (41,2%) та постійної роботи з емоційно нестабільними клієнтами (40,0%) створює подвійний тиск на працівника. Наприклад, робота з ветеранами та їхніми родинами (кейс № 1) вимагає значної емоційної віддачі, тоді як необхідність дотримання складних бюрократичних процедур викликає когнітивну фрустрацію. У результаті фахівець змушений одночасно мобілізувати свої інтелектуальні ресурси для адаптації та долати виснаження, спричинене емоційним перевантаженням.

Поряд із цим, не менш руйнівними для професійної цілісності є ризики, пов'язані з роботою з іншими вразливими категоріями: емпатичне виснаження під час супроводу внутрішньо переміщених осіб (30,6%, кейс № 2) та відчуття професійного безсилля у роботі з особами з інвалідністю (22,4%, кейс № 3). Ці виклики безпосередньо вражають мотиваційний і поведінковий компоненти резильєнтності, що призводить до втрати фахівцем професійних смислів та деформації мотиваційної сфери. Таким чином, сукупний негативний вплив емоційного, когнітивного та мотиваційного перевантаження наочно засвідчує необхідність розробки та впровадження комплексних інструментів психологічного самозбереження фахівців із соціальної роботи.

Таблиця 1

Професійні ризики та їхній прояв за типами кейсів

Професійний ризик	Кількість респондентів	Основний кейс (№)	Наслідки для фахівця	Компонент резильєнтності, що страждає
Постійний контакт з агресивністю та емоційною нестабільністю клієнтів	40,0% (34 особи)	1	Вторинна травматизація, інтерналізація травми	Емоційний
Емпатичне виснаження від роботи з ВПО	30,6% (26 осіб)	2	Емоційне перевантаження, втрата професійної дистанції	Емоційний + мотиваційний
Відчуття професійного безсилля через відсутність швидких результатів	22,4% (19 осіб)	3	Апатія, демотивація, вигорання	Мотиваційний + поведінковий
Бюрократичне навантаження та відсутність чітких алгоритмів	41,2% (35 осіб)	1	Когнітивне перевантаження, фрустрація	Когнітивний (адаптивність)
Брак системної супервізії та психологічної підтримки	58,8% (50 осіб)	1, 2, 3	Прискорене вигорання, емоційне виснаження	Емоційний

На додаток до загальних ризиків аналіз емпіричних даних виявив стійку залежність між типом запиту отримувачів соціальних послуг та специфікою професійного виснаження фахівців. Отримані результати демонструють диференційований вплив на різні компоненти резильєнтності, що проявляється у наступних тенденціях:

– Кейс № 1 (ветерани та їхні сім'ї) є найбільш критичним напрямом, що поєднує високу вторинну травматизацію з когнітивною фрустрацією, спричиненою надмірним бюрократичним тиском;

– Кейс № 2 (соціальний супровід ВПО) переважно дестабілізує емоційний та мотиваційний компоненти, провокуючи втрату фахівцем із соціальної роботи професійної дистанції та розвиток емпатичного виснаження;

– Кейс № 3 (особи з інвалідністю) актуалізує вразливість мотиваційно-поведінкового блоку, де через відсутність швидких позитивних змін та обмеженість системних ресурсів фахівець стикається з кризою власної професійної ефективності.

Виявлені проблеми – зокрема відсутність чітких робочих інструкцій та системної підтримки фахівців – вказують на необхідність оновлення програм підготовки майбутніх фахівців із соціальної сфери в ЗВО. Сучасна професійна освіта має змістити фокус із простого викладання теорії на формування у здобувачів освіти практичних «інструментів безпеки», що дозволять їм ефективно працювати у складних реаліях.

На основі результатів дослідження нами виділено три ключові прогалини в підготовці майбутніх фахівців із соціальної роботи, які необхідно усунути в межах освітнього процесу ЗВО:

1. *Когнітивний дефіцит*: труднощі з прийняттям рішень в умовах невизначеності через відсутність чітких алгоритмів роботи (це підтверджують 41,2% опитаних).

2. *Емоційний дефіцит*: брак навичок емоційної саморегуляції та професійної дистанції, що не дозволяє фахівцям вчасно «відмежовуватися» від травматичних історій отримувачів послуг для власного захисту.

3. *Інструментальний дефіцит*: недостатнє володіння сучасними методами кейс-менеджменту, яке призводить до відчуття професійної безпорадності та поступової втрати мотивації до довгострокової допомоги клієнтам.

З огляду на зазначені виклики, для цілеспрямованого формування професійної резильєнтності у здобувачів вищої освіти пропонується наступна система методів та інструментів розвитку:

1. *Метод «Проблемно-орієнтованого кейс-менеджменту»* (когнітивний компонент). Коли замість ідеальних моделей, здобувачі отримують завдання з «неідеального середовища» – ситуації з неповними даними або дефіцитом нормативної бази. Інструментом тут має виступати симуляційне моделювання «Складний кейс». Такий інструмент дозволить здобувачам освіти вчитися приймати рішення в умовах браку інструкцій, розвиваючи когнітивну гнучкість, що запобігає хронічній фрустрації у майбутній роботі.

2. *Технологія «Навчальної супервізії»* (емоційний компонент). З огляду на високий запит на підтримку ($\bar{x} = 7,59$), супервізія має стати невід'ємною частиною практики. Застосовуючи щоденники рефлексії та балінтовські групи (Kannai R., Krontal S., Freud T., Biderman A., 2024) під час навчальної/виробничої практики, здобувачі освіти можуть аналізувати не лише проблему отримувача послуги, а власні емоційні стани («Що я відчуваю при роботі з ветераном?»). Це вчить «екологічному» відстороненню та запобігає інтерналізації травми.

3. *Тренінги «Кризового менеджменту»* (поведінковий компонент). Здобувачі мають вийти з ЗВО з «технологічним пакетом» дій. Тому інструментом, який застосовується під час таких тренінгів, мають бути рольові ігри з високою інтенсивністю та моделювання роботи з агресією, розпачем або апатією клієнта з обов'язковим використанням технік «заземлення» та активного слухання. Такий підхід сприяє формуванню впевненості у володінні інструментом, що знижує тривожність.

4. *Дискусійні панелі «Смисложиттєві орієнтири»* (мотиваційний компонент), інструментом яких мають бути Сократівські діалоги. Адже обговорення етичних дилем соціальної роботи дозволяє зміцнити професійну ідентичність, перетворюючи фахівця з «рятувальника» на «експерта», що є запорукою захисту від вигорання.

Дискусія. Отримані результати засвідчують, що рівень професійної резильєнтності фахівців соціальної сфери перебуває під значним тиском комплексних стресорів, що відображає загальну кризу професійного самопочуття в умовах воєнного часу. Виявлений індекс потреби у професійній підтримці ($\bar{x} = 7,59$) є кількісним індикатором того, що система соціального захисту функціонує на межі емоційних ресурсів персоналу.

Ключовим чинником, що визначає цей стан, є «методологічний розрив» між високою мотивацією фахівців до розвитку та дефіцитом інституційних інструментів (супервізії, чітких алгоритмів роботи). Наш аналіз показує, що проблеми фахівців із соціальної роботи не є виключно індивідуальною «емоційною втомою», а виступають системним наслідком відсутності «інфраструктури турботи». Висока поширеність запиту на супервізію (58,8%) свідчить про те, що фахівці вимушені покладатися на власну інтуїцію. За відсутності формалізованих методик це призводить до «інтерналізації» травматичного досвіду клієнтів, особливо при роботі з ветеранами, а також до розвитку емпатичного виснаження та професійного безсилля.

Важливо підкреслити, що професійні ризики мають різну природу походження. Якщо когнітивний дефіцит (41,2% респондентів) зумовлений надмірним бюрократичним навантаженням, то емоційне вигорання є наслідком трансформації професійної ідентичності. Часто фахівці заміщують експертний соціальний супровід моделлю «гуманітарного рятування», що за відсутності системної супервізійної підтримки призводить до втрати професійних орієнтирів та зниження ефективності діяльності.

Порівняльний аналіз даних засвідчує: наявність системної підтримки та чітких алгоритмів дій суттєво знижує рівень емоційного напруження фахівців. Даний факт підтверджує, що резильєнтність не слід розглядати виключно як внутрішню характеристику особистості; вона є продуктом взаємодії індивідуального ресурсу фахівця та інституційного середовища. Отже, превенція професійного вигорання потребує зміни пріоритетів – від суто індивідуальних стратегій саморегуляції до розбудови сталої системи інституційної підтримки.

Особливе місце у цьому процесі посідає вища школа. Наші результати вказують на необхідність «інструменталізації» підготовки здобувачів, коли замість теоретизування майбутні фахівці мають опановувати технології «безпечної роботи». Впровадження навчальних супервізій та балінтовських груп, які дозволяють фахівцям опрацьовувати власний емоційний відгук на «важкі кейси», є критично необхідним кроком. Це дозволить трансформувати стан професійного безсилля в експертну впевненість, забезпечуючи збереження смисложиттєвих орієнтирів та якості соціальних послуг навіть в умовах тривалої дії професійних стресорів.

Висновки. У межах наукового дослідження, спрямованого на обґрунтування педагогічних умов розвитку професійної резильєнтності майбутніх фахівців соціальної сфери, було досягнуто таких результатів:

1. Щодо сутності та структури професійної резильєнтності.

На основі інтегративного аналізу вітчизняних та зарубіжних підходів визначено, що професійна резильєнтність – це не лише здатність до «виживання» у стресових умовах, а динамічний інтегративний ресурс особистості, що дозволяє фахівцю зберігати професійну ефективність, смисложиттєві орієнтири та психічне здоров'я в умовах кризи. Структурно вона охоплює чотири компоненти: когнітивний (здатність до адаптивної оцінки та прийняття рішень), емоційний (навичка сепарації власного «Я» від травматичного досвіду клієнта), поведінковий (володіння інструментами кейс-менеджменту) та мотиваційний (збереження професійної ідентичності та ціннісних орієнтирів).

2. Щодо професійних ризиків.

Емпіричне дослідження (n=85) засвідчило, що професійна резильєнтність фахівців перебуває під впливом системного «методологічного розриву». Виявлено високий рівень потреби в інституційній підтримці ($\bar{x} = 7,59$ за 10-бальною шкалою), що вказує на вичерпання внутрішніх ресурсів фахівців. Виокремлено три ключові зони ризику:

- інституційно-супервізійний дефіцит (58,8% опитаних) – спричиняє емоційне виснаження;
- когнітивно-бюрократичний тиск (41,2%) – провокує хронічну фрустрацію;
- травматичне навантаження – сприяє виникненню вторинної травматизації.

Системний характер цих ризиків доводить, що професійне вигорання в сучасних реаліях є наслідком відсутності «інфраструктури турботи», а не індивідуальною неспроможністю фахівця.

3. Щодо педагогічних умов та інструментів розвитку.

Теоретично обґрунтовано та емпірично підтверджено, що розвиток професійної резильєнтності майбутніх фахівців у системі вищої освіти потребує впровадження таких педагогічних умов:

- когнітивна гнучкість (перехід до проблемно-орієнтованого навчання («кейс-стаді» в умовах невідомості);
- інструментальна озброєність (обов'язкова апробація технік кризового менеджменту та кейс-менеджменту в умовах симуляційних тренінгів);
- супервізійна культура (впровадження навчальних балінтовських груп та рефлексивних практик як бази для формування навичок емоційної сепарації).

Таким чином, успішна готовність майбутніх фахівців із соціальної роботи до діяльності в умовах воєнної реальності можлива лише за умови трансформації вищої освіти з трансляції теорії до створення технологічного середовища професійної стійкості. Інтеграція цих інструментів у навчальний процес дозволяє трансформувати стан потенційного професійного безсилля в експертну впевненість, що є ключовим чинником якості соціальних послуг у кризовий період.

ЛІТЕРАТУРА

1. Горошкова Л. А., Засекина Т. М., Герасименко Ю. С. Професійне благополуччя та психологічна стійкість викладачів вищої школи в умовах війни. *Наука і техніка сьогодні* (Серія «Педагогіка», Серія «Право», Серія «Економіка», Серія «Фізико-математичні науки», Серія «Техніка»). 2026. Т. 1. №. 55. С. 1218–1231. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2026-1\(55\)-1218-1231](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2026-1(55)-1218-1231)
2. Карпенко О., Лісовцева О. Форми і методи профілактики професійного вигорання соціальних працівників: теоретичні підходи та сучасні виклики. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2026. № 2 (17). С. 34–47. [https://doi.org/10.31499/2618-0715.2\(17\).2026.361098](https://doi.org/10.31499/2618-0715.2(17).2026.361098)
3. Кокун О. М. Життєстійкість і резильєнтність людини в сучасному світі: теорія, дослідження, практика : монографія. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2025. 214 с.
4. Мерзлякова О. Л. Резильєнтність або психологічна стійкість: концепт, вимірювання, розвиток (аналітичний огляд). *Аналітичний вісник у сфері освіти й науки*. 2023. №. 18. С. 96–120. DOI: <https://doi.org/10.33407/lib.NAES.737306>
5. Мойсеюк В. П., Столяренко О. Б., Жияк Н. В. Наукові основи формування резильєнтності соціальних працівників і психологів. *Інклюзія і суспільство*. 2025. № 1. С. 100–106. DOI: <https://doi.org/10.32782/2787-5137-2025-1-12>
6. Місайлова К., Лавриненко Д., Креденцер О. Шкала резильєнтності на робочому місці (R@ W SCALE): адаптація та психометричні властивості. *Наука і освіта*. 2025. № 4. С. 60–69. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2025-4-7>
7. Сейко Н. А., Котловий С. А., Літєга І. В. Навчальна практика майбутніх магістрів соціальної роботи: кейси для розвитку резильєнтності. *Науковий вісник Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної*

академії імені Тараса Шевченка. Серія: Педагогічні науки. 2025. №. 20. С. 148–155. DOI: <https://doi.org/10.32782/2410-2075-2025-20.19>

8. Синенький В. М., Курляк М. Д., Крук А. Я. Психологічні чинники розвитку стресостійкості працівників правоохоронних органів в умовах воєнного стану: українські реалії та закордонний досвід. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія юридична*. 2024. № 2. С. 66–72. DOI: <https://doi.org/10.32782/2311-8040/2024-2-10>

9. Ставицька С. О. Теоретичний аналіз психологічних чинників стійкості професійного «Я» викладачів соціономічної сфери в умовах освітнього стресу. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2026. № 1. С. 94–99. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2026.1.16>

10. Чиханцова О. А. Розвиток резильєнтності особистості в ситуація невизначеності. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2023. Том 34 (73). № 1. С. 35–40. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/07>

11. Bonanno G. A. Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*. 2004. Vol. 59, № 1. P. 20–28. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>

12. Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*. 2003. Vol. 18, № 2. P. 76–82. DOI: <https://doi.org/10.1002/da.10113>

13. Hobfoll S. E. Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*. 1989. Vol. 44, № 3. P. 513–524. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>

14. Kannai R., Krontal S., Freud T., Biderman A. Balint groups: an effective tool for improving health professionals' perceived well-being. *Israel Journal of Health Policy Research*. 2024. Vol. 13, no. 1. 31 p. DOI: [10.1186/s13584-024-00618-8](https://doi.org/10.1186/s13584-024-00618-8).

15. Kobasa S. C. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. 37(1). P. 1–11. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1>

16. Koss, V. The concept and essence of professional resilience in psychology and professional resilience as a psychological characteristic of activity in extreme conditions. *Baltic Journal of Legal and Social Sciences*. 2025. № 4. P. 271–278. DOI: <https://doi.org/10.30525/2592-8813-2025-4-34>

17. Maslach C., Leiter M. P. Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*. 2016. Vol. 15, № 2. P. 103–111. DOI: <https://doi.org/10.1002/wps.20311>

18. Peterson C., Seligman M. E. P. Character strengths and virtues: A handbook and classification. Oxford : Oxford University Press, 2004. 800 p. URL: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=138655>

19. Reivich K., Shatté A. The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. New York : Broadway Books, 2002. 308 p.

20. Southwick S. M., Charney D. S. Resilience: The science of mastering life's greatest challenges. Cambridge : Cambridge University Press, 2012. 340 p. DOI: <https://doi.org/10.1017/CBO9781139013857>

21. Werner E. E. Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*. 1995. Vol. 4, № 3. P. 81–85. DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772327>

22. Zimbardo P. G. The Lucifer effect: Understanding how good people turn evil. New York : Random House, 2007. 551 p. URL: https://www.academia.edu/59130385/The_Lucifer_Effect_Understanding_How_Good_People_Turn_Evil

REFERENCES

1. Horoshkova, L. A., Zasiakina, T. M., & Herasy-menko, Yu. S. (2026). Profesiine blahopoluchchia ta psykhologichna stiiikist vykladachiv vyshchoi shkoly v umovakh viiny [Professional well-being and psychological resilience of higher education teachers in wartime]. *Nauka i tekhnika sohodni – Science and Technology Today (Series «Pedagogy», Series «Law», Series «Economics», Series «Physics and Mathematics», Series «Engineering»)*, 1 (55), 1218–1231. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-6025-2026-1\(55\)-1218-1231](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2026-1(55)-1218-1231) [in Ukrainian].

2. Karpenko, O., & Lisovtseva, O. (2026). Formy i metody profilaktyky profesiinoho vyhorannia sotsialnykh pratsivnykiv: teoretychni pidkhody ta suchasni vyklyky [Forms and methods of preventing professional burnout of social workers: theoretical approaches and modern challenges]. *Sotsialna robota ta sotsialna osvita – Social Work and Social Education*, 2 (17), 34–47. [https://doi.org/10.31499/2618-0715.2\(17\).2026.361098](https://doi.org/10.31499/2618-0715.2(17).2026.361098) [in Ukrainian].

3. Kokun, O. M. (2025). *Zhyttiistiiikist i rezyliientnist liudyny v suchasnomu sviti: teoriia, doslidzhennia, praktyka* [Human resilience and buoyancy in the modern world: theory, research, practice]. Kyiv : Instytut psykhologii imeni H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 214 p. [in Ukrainian].

4. Merzliakova, O. L. (2023). Rezyliientnist abo psykhologichna stiiikist: kontsept, vymiriuvannia, rozvytok (analytychnyi ohliad) [Resilience or psychological stability: concept, measurement, development (analytical review)]. *Analitichnyi visnyk u sferi osvity i nauky – Analytical Bulletin in the Field of Education and Science*, 18, 96–120. DOI: <https://doi.org/10.33407/lib.NAES.737306> [in Ukrainian].

5. Moiseiuk, V. P., Stoliarenko, O. B., & Zhyliak, N. V. (2025). Naukovi osnovy formuvannia rezyliientnosti sotsialnykh pratsivnykiv i psykhologiv [Scientific foundations of forming resilience of social workers and psychologists]. *Inkluziia i suspilstvo – Inclusion and Society*, (1), 100–106. DOI: <https://doi.org/10.32782/2787-5137-2025-1-12> [in Ukrainian].

6. Misailova, K., Lavrynenko, D., & Kredentser, O. (2025). Shkala rezyliientnosti na robochomu mistsi (R@W SCALE): adaptatsiia ta psykhometrychni vlastyivosti [Resilience at Work Scale (R@W SCALE): adaptation and psychometric properties]. *Nauka i osvita – Science and Education*, (4), 60–69. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2025-4-7> [in Ukrainian].

7. Seiko, N. A., Kotlovyyi, S. A., & Litiaha, I. V. (2025). Navchalna praktyka maibutnikh mahistriv sotsialnoi roboty: keisy dlia rozvytku rezyliientnosti [Educational practice of future masters in social work: cases for development resilience]. *Naukovyi visnyk Kremenetskoi oblasnoi humanitarno-pedahohichnoi akademii imeni Tarasa Shevchenka. Serii: Pedahohichni nauky – Scientific Bulletin of Kremenets Taras Shevchenko Regional Humanitarian-Pedagogical Academy*.

Series: *Pedagogical Sciences*, 20, 148–155. DOI: <https://doi.org/10.32782/2410-2075-2025-20.19> [in Ukrainian].

8. Synenkyi, V. M., Kurliak, M. D. & Kruk, A. Ya. (2024). Psykholohichni chynnyky rozvytku stresostiikosti pratsivnykiv pravookhoronnykh orhaniv v umovakh voiennoho stanu: ukrainski realii ta zakordonnyi dosvid [Psychological factors influencing the development of stress resistance among law enforcement officers in conditions of martial law: Ukrainian realities and foreign experience]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav (seriia yurydychna) – Scientific Bulletin of Lviv State University of Internal Affairs (juridical series)*, (2), 66–72. URL: <https://doi.org/10.32782/2311-8040/2024-2-10> [in Ukrainian].

9. Stavyska, S. O. (2026). Teoretychnyi analiz psykholohichnykh chynnykiv stiikosti profesiinoho «Ya» vykladachiv sotsionomichnoi sfery v umovakh osvithnoho stresu [Theoretical analysis of psychological factors of professional «Self» stability of socioeconomic sphere teachers under educational stress]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Psykholohiia – Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology*, (1), 94–99. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2026.1.16> [in Ukrainian].

10. Chikhantsova, O. A. (2023). Rozvytok rezylitentnosti osobystosti v sytuatsiiakh nevyznachenosti [Development of personality resilience in situations of uncertainty]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Serii: Psykholohiia – Scientific Notes of V. I. Vernadsky TNU. Series: Psychology*, 34 (73), 1, 35–40. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/07> [in Ukrainian].

11. Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59 (1), 20–28. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20> [in English].

12. Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18 (2), 76–82. DOI: <https://doi.org/10.1002/da.10113> [in English].

13. Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American*

Psychologist, 44 (3), 513–524. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513> [in English].

14. Kannai, R., Krontal, S., Freud, T., & Biderman, A. (2024). Balint groups: an effective tool for improving health professionals' perceived well-being. *Israel Journal of Health Policy Research*, 13 (1), 31. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13584-024-00618-8> [in English].

15. Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37 (1), 1–11. DOI: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1> [in English].

16. Koss, V. (2025). The concept and essence of professional resilience in psychology and professional resilience as a psychological characteristic of activity in extreme conditions. *Baltic Journal of Legal and Social Sciences*, (4), 271–278. DOI: <https://doi.org/10.30525/2592-8813-2025-4-34> [in English].

17. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15 (2), 103–111. DOI: <https://doi.org/10.1002/wps.20311> [in English].

18. Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues: A handbook and classification. Washington, DC: American Psychological Association; New York: Oxford University Press. URL: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=138655> [in English].

19. Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books. 308 p. [in English].

20. Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2012). *Resilience: The Science of Mastering Life's Greatest Challenges*. Cambridge University Press. 340 p. DOI: <https://doi.org/10.1017/CBO9781139013857> [in English].

21. Werner, E. E. (1995). Resilience in development. *Current Directions in Psychological Science*, 4 (3), 81–85. DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772327> [in English].

22. Zimbardo, P. G. (2007). *The Lucifer effect: Understanding how good people turn evil*. Random House. URL: https://www.academia.edu/59130385/The_Lucifer_Effect_Understanding_How_Good_People_Turn_Evil [in English].

Liudmyla Krymchak,

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Head of the Department of Social Work
and Management of Social Processes,
Oles Honchar Dnipro National University,
72, Nauky Ave., Dnipro, Ukraine,
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-9624-2953>

DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL RESILIENCE OF FUTURE SOCIAL WORK SPECIALISTS

The article provides a theoretical and empirical justification of the problem of developing professional resilience of future social work specialists in conditions of military challenges. The relevance of the study is due to the need to overcome the paradox, in which a specialist, providing socio-psychological support to vulnerable categories of the population (veterans, IDPs, persons with disabilities), himself becomes vulnerable to secondary traumatization and professional burnout. The aim of the work is to theoretically substantiate and determine the pedagogical conditions for the development of professional resilience as a key factor in the readiness of specialists to work in conditions of crisis challenges. The methodological apparatus of the study was based on a systemic approach, which allowed integrating theoretical analysis of the phenomenon with empirical study of professional difficulties of social sphere specialists (n=85). In the course of the work, a set of methods was used, in particular theoretical

and methodological analysis, questionnaires, case studies and the method of pedagogical modeling. The results of the study show that professional resilience is a dynamic systemic quality that combines cognitive, emotional, behavioral and motivational components. The existence of a «methodological gap» and a deficit of institutional supervision (the need for support is $X = 7.59$ on a 10-point scale) has been empirically proven, which are the main factors of depletion of specialists' resources. Based on the identified professional risks (cognitive-bureaucratic pressure, secondary traumatization), a model of professional resilience formation through the implementation of problem-oriented case management, Balint training groups, crisis management training and Socratic dialogues has been substantiated. The proposed set of methods allows transforming the state of professional powerlessness into expert confidence, which is critically important for maintaining the quality of social services.

Key words: professional resilience, social work, professional burnout, secondary traumatization, institutional support, supervision, pedagogical conditions, professional identity, case management.

Дата першого надходження статті до видання: 15.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 01.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 19.10.2026