

Олексій Василенко,

здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти

за спеціальністю 053 Психологія,

кафедра педагогіки та психології,

Міжнародний університет,

Фонтанська дорога, 33, м. Одеса,

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-7365-5720>

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ ОСІБ РІЗНОГО РІВНЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ

У статті представлено результати емпіричного дослідження, спрямованого на вивчення індивідуально-психологічних особливостей психологічної ресурсності осіб із різним рівнем посттравматичного зростання. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю поглибленого вивчення психологічних механізмів, що забезпечують позитивну трансформацію особистості після переживання психотравмуючих подій в умовах воєнної травматизації суспільства. Незважаючи на значну кількість наукових праць, присвячених проблематиці посттравматичного зростання та психологічної ресурсності, взаємозв'язок між цими феноменами залишається недостатньо дослідженим, що визначає наукову й практичну значущість представленої роботи. Теоретичний аналіз сучасних досліджень дає підстави розглядати психологічну ресурсність як інтегративну характеристику особистості, що сприяє конструктивному опрацюванню травматичного досвіду та створює психологічні можливості для позитивних особистісних змін після пережитих психотравмуючих подій.

Мета дослідження полягає у вивченні особливостей психологічної ресурсності осіб із різним рівнем посттравматичного зростання. Для досягнення поставленої мети використано теоретичні, емпіричні та математико-статистичні методи. Психодіагностичний комплекс включав: а) «Опитувальник посттравматичного зростання PTGI» (Post Traumatic Growth Inventory, Р. Дж. Тедескі, Л. Дж. Калгун, 1996) (Кузікова та ін., 2024); б) «Опитувальник психологічної ресурсності особистості» (Штепа, 2018). Статистичну обробку результатів здійснено із застосуванням методів описової статистики, кореляційного аналізу з використанням коефіцієнта кореляції Пірсона, t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок факторного аналізу методом головних компонент із варімакс-обертанням та якісного аналізу психологічних профілів. Кореляційний аналіз засвідчив наявність статистично значущих додатних взаємозв'язків між показниками посттравматичного зростання та більшістю компонентів психологічної ресурсності, що свідчить про взаємозв'язок між вираженістю психологічної ресурсності та позитивною трансформацією особистості після пережитої психотравми. Результати якісного аналізу підтвердили наявність значущих відмінностей між особами з високим і низьким рівнем посттравматичного зростання. Встановлено, що представники високого рівня посттравматичного зростання характеризуються більшою вираженістю загальної психологічної ресурсності, любові, творчості, допомоги іншим, роботи над собою, відповідальності, прагнення до мудрості та здатності використовувати й оновлювати власні психологічні ресурси. У осіб із низьким рівнем посттравматичного зростання виявлено недостатню сформованість більшості компонентів психологічної ресурсності, що проявляється в обмежених можливостях використовувати власні психологічні ресурси, недостатній готовності до конструктивного переосмислення травматичного досвіду, меншій відкритості до соціальної взаємодії. Отримані результати розширюють сучасні уявлення про взаємозв'язок психологічної ресурсності та посттравматичного зростання і можуть бути використані під час розроблення програм психологічної допомоги, психологічного супроводу та психореабілітації, спрямованих на розвиток психологічної ресурсності, підтримку позитивних особистісних змін і підвищення ефективності психологічної допомоги особам, які пережили психотравмуючі події.

Ключові слова: посттравматичне зростання, психологічна ресурсність, психологічні ресурси, особистість, психотравмуючі події, психологічний профіль, психологічна допомога, психореабілітація, факторний аналіз.

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.

Сучасний стан українського суспільства характеризується тривалим впливом травматичних подій, зумовлених воєнною агресією, що актуалізує дослідження психологічної адаптації особистості до кризових умов. Масштабність психотравмуючих чинників зумовлює необхідність вивчення не лише негативних наслідків травматизації, а й психологічних змін, що можуть ви-

никати у процесі подолання травматичного досвіду. У цьому контексті особливого значення набуває дослідження посттравматичного зростання та психологічної ресурсності як взаємопов'язаних феноменів, що відображають особливості опрацювання травматичного досвіду, використання особистісних ресурсів та подальшого особистісного розвитку. Ґрунтовною для сучасного розуміння феномену посттравматично-



го зростання є концепція дослідників, які визначають посттравматичне зростання (Posttraumatic Growth, PTG) як досвід позитивних психологічних змін, що виникають у результаті боротьби особистості зі значною життєвою кризою, а не як безпосередній наслідок самої травматичної події. На думку авторів, саме когнітивне осмислення пережитого досвіду, переоцінка базових переконань та зміна життєвих смислів створюють передумови для особистісного розвитку. Відповідно до запропонованої моделі, посттравматичне зростання виявляється у п'яти основних сферах: підвищенні цінності життя, поглибленні взаємин з іншими людьми, посиленні особистісної сили, відкритті нових можливостей та духовно-екзистенційних змінах. (Tedeschi & Calhoun, 1996, 2004, 2017). У вітчизняній психології посттравматичне зростання пов'язують із двома основними механізмами: нарративно-ментативним опрацюванням травматичного досвіду та формуванням зв'язків соціальної підтримки. Виражені симптоми ПТСР можуть ускладнювати цей процес через порушення копінгових механізмів, тоді як зменшення посттравматичної симптоматики та відновлення психологічних ресурсів сприяють осмисленню й інтеграції пережитого досвіду (Климчук, 2021). Встановлено, що посттравматичне зростання у вимушено переміщених осіб пов'язане з нижчою вираженістю симптомів ПТСР та вищими показниками життєстійкості, резильєнтності, конструктивних копінг-стратегій і сприйнятої соціальної підтримки, що підкреслює значення психологічних ресурсів у подоланні наслідків травматичного досвіду (Белов та ін., 2025). У студентській молоді важливими чинниками посттравматичного зростання в умовах війни визначено метакогнітивні процеси, емоційну гнучкість, когнітивну переоцінку та психологічні ресурси (Котовська і Матласевич, 2024). Порівняльний аналіз когнітивної, особистісної, біопсихосоціальної та екзистенційної моделей дає підстави розглядати посттравматичне зростання як багатовимірний конструкт, пов'язаний із взаємодією емоційних, когнітивних, особистісних і соціальних чинників (Харитоновна, 2023). Важливе значення у процесі посттравматичного зростання мають психологічні ресурси особистості. Теоретичним підґрунтям для розуміння їх ролі є теорія збереження ресурсів (Conservation of Resources Theory), відповідно до якої людина прагне зберігати та накопичувати значущі ресурси, тоді як їх втрата або загроза втрати спричиняє психологічний стрес. Втрата ресурсів може утворювати «спіраль втрат», а їх накопичення – «спіраль здобутків», що сприяє адаптації до складних життєвих обставин (Hobfoll, 1989).

Теоретичну основу дослідження психологічної ресурсності становить концепція, відповідно до якої вона розглядається як здатність особистості актуалізувати власні психологічні ресурси для саморозвитку, саморозкриття у стосунках і підтримки інших. До таких ресурсів віднесено впевненість у собі, доброту до людей, допомогу іншим, успіх, любов, творчість, віру у добро, прагнення до мудрості, роботу над собою, самореалізацію у професії та відповідальність. Важли-

вими складовими психологічної ресурсності є також знання власних ресурсів, уміння їх використовувати та оновлювати відповідно до життєвої ситуації (Штепа, 2016, 2018). У межах ресурсного підходу психологічні ресурси визначаються як внутрішні можливості особистості, що активізуються в кризових ситуаціях і можуть виснажуватися під впливом сильного стресу, тому важливого значення набуває здатність людини зберігати та відновлювати їх (Денисенко та ін., 2022). Водночас ресурси охоплюють не лише внутрішні можливості особистості, а й зовнішню підтримку, утворюючи систему особистісних і соціальних складових, важливих для подолання кризових ситуацій (Лукомська, 2020). В умовах тривалого стресу до значущих психологічних ресурсів відносять життєстійкість, самоактивацію, конструктивні копінг-стратегії, емоційну саморегуляцію та здатність діяти в умовах невизначеності, що сприяють психологічній стійкості й адаптації (Дончук та ін., 2024). Психологічні ресурси також розглядаються як важлива складова резильєнтності та адаптивного копіngu, пов'язана зі здатністю особистості мобілізувати власні можливості відповідно до вимог життєвої ситуації (Музичко, 2023). Дослідження, проведені в умовах пандемії COVID-19, показали, що психологічна ресурсність є одним із провідних чинників адаптації студентської молоді до дистанційного навчання та соціальної ізоляції. На думку вчених, у процесі надання психологічної допомоги студентській молоді особливу увагу слід приділяти знанням власних психологічних ресурсів, умінню їх оновлювати й ефективно використовувати. Зростання спрямованості на роботу над собою виявилось недостатнім для компенсації психологічних ресурсів, що виснажуються внаслідок соціальних обмежень, тому виникає потреба в розробленні нових прийомів і механізмів їх збагачення (Казанжи, 2021). Особистісні ресурси розглядаються як важлива основа резильєнтності в умовах невизначеності та кризових ситуацій. Життєстійкість, психологічне благополуччя, внутрішня мотивація, позитивне мислення та саморегуляція формують ресурсний потенціал особистості, що сприяє адаптації та подоланню складних життєвих обставин. До значущих ресурсів також віднесено оптимізм, самоефективність, відповідальність, емоційну стійкість, позитивне самоставлення та внутрішній локус контролю (Chykhantsova & Serdiuk, 2023). Узагальнення наукових досліджень дає підстави розглядати психологічні ресурси як багатовимірну систему внутрішніх і зовнішніх можливостей особистості, що можуть накопичуватися, виснажуватися та відновлюватися залежно від життєвих обставин і соціальної підтримки. Незважаючи на значну кількість праць, присвячених посттравматичному зростанню та психологічній ресурсності, недостатньо вивченими залишаються особливості їх взаємозв'язку, зокрема зв'язки окремих компонентів психологічної ресурсності з рівнем посттравматичного зростання.

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю поглибленого вивчення психологічної ресурсності осіб із різним рівнем посттравматичного зростання, що на-

буває особливого значення в умовах тривалої воєнної травматизації суспільства. Визначення особливостей психологічної ресурсності та її взаємозв'язків із посттравматичним зростанням має теоретичне й практичне значення для поглиблення наукових уявлень про ресурсні аспекти опрацювання травматичного досвіду та вдосконалення психологічного супроводу осіб, які пережили психотравмуючі події.

Мета та завдання. Мета дослідження полягає у вивченні особливостей психологічної ресурсності у осіб із різним рівнем посттравматичного зростання. Для досягнення поставленої мети визначено такі завдання: 1) проаналізувати сучасні теоретичні підходи до дослідження посттравматичного зростання та психологічної ресурсності особистості; 2) дослідити взаємозв'язки між показниками посттравматичного зростання та психологічної ресурсності; 3) виявити особливості психологічної ресурсності осіб із високим і низьким рівнями посттравматичного зростання та перевірити статистичну значущість установлених відмінностей.

Методи дослідження. Емпіричне дослідження проводилося на базі Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» та Міжнародного університету. Вибірку дослідження склали студенти фізико-математичного факультету, художньо-графічного факультету, факультету іноземних мов, Навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та спеціальної освіти, а також факультетів Міжнародного університету. У дослідженні взяли участь 205 осіб. Вибірку сформовано на засадах добровільної участі. Перед проведенням до-

слідження учасників поінформували про його мету та процедуру, а також про забезпечення анонімності й конфіденційності отриманих даних. Усі респонденти надали поінформовану згоду на участь у дослідженні. За величиною індексу посттравматичного зростання досліджуваних було розподілено на дві групи: Ін ПЗ max та Ін ПЗ min. До групи Ін ПЗ max було віднесено осіб із високим рівнем посттравматичного зростання, а до групи Ін ПЗ min осіб із низьким рівнем посттравматичного зростання. Критерієм віднесення до групи з високим рівнем посттравматичного зростання були значення індексу посттравматичного зростання, що відповідали верхній частині розподілу показників, тоді як до групи з низьким рівнем відносилися особи, показники яких відповідали нижній частині розподілу. Такий розподіл дав змогу здійснити подальше порівняння особливостей психологічної ресурсності осіб із різним рівнем посттравматичного зростання. До комплексу методів дослідження увійшли теоретичні, емпіричні та математико-статистичні методи. На теоретичному етапі здійснено аналіз наукової літератури з проблематики посттравматичного зростання та психологічної ресурсності, що дало змогу визначити концептуальні засади дослідження, обґрунтувати вибір психодіагностичного інструментарію та сформулювати програму емпіричного дослідження. Для реалізації поставленої мети використано комплекс стандартизованих психодіагностичних методик: а) «Опитувальник посттравматичного зростання PTGI» (Post Traumatic Growth Inventory, Р. Дж. Тедескі, Л. Дж. Калгун, 1996) (Кузікова та ін., 2024); б) «Опитувальник психологічної ресурсності особистості» (Штепа, 2018). Статистичну обробку отрима-

Таблиця 1

Значимі коефіцієнти кореляцій між показниками посттравматичного зростання та психологічної ресурсності

Показники психологічної ресурсності	Показники посттравматичного зростання					
	Ін ПЗ	СІ	НМ	СО	ДЗ	ПЦЖ
УС	0,258**	0,183**	0,263**	0,159*	0,143*	0,176*
ДЛ				0,139*		
ДІ	0,342**	0,242**	0,334**	0,287**	0,177*	0,272**
Л	0,476**	0,384**	0,454**	0,458**	0,196**	0,409**
Т	0,519**	0,413**	0,443**	0,443**	0,219**	0,446**
ПМ	0,296**	0,143*	0,320**	0,339**		0,225**
РС	0,327**	0,194**	0,346**	0,311**	0,174*	0,238**
СП	0,224**		0,240**	0,172*		0,237**
В	0,272**	0,176*	0,227**	0,216**	0,223**	0,300**
ЗВР				0,143*		
УОВР	0,205**	0,144*	0,173*	0,269**	0,154*	0,188**
УВВР	0,350**	0,263**	0,321**	0,372**	0,170*	0,300**
Зр ПР	0,592**	0,427**	0,544**	0,533**	0,331**	0,503**

Примітка: тут і далі в таблицях: 1) коефіцієнти кореляції подано у стандартному форматі з нулем перед десятковим роздільником; 2) * - $p \leq 0,05$; ** - $p \leq 0,01$; $n = 205$; 3) умовні скорочення показників посттравматичного зростання: Ін ПЗ – індекс посттравматичного зростання, СІ – ставлення до інших, НМ – нові можливості, СО – сила особистості, ДЗ – духовні зміни, ПЦЖ – підвищення цінності життя; показників психологічної ресурсності: УС – упевненість у собі, ДЛ – доброта до людей, ДІ – допомога іншим, Л – любов, Т – творчість, ПМ – прагнення до мудрості, РС – робота над собою, СП – самореалізація у професії, В – відповідальність, ЗВР – знання власних ресурсів, УОВР – уміння оновлювати власні ресурси, УВВР – уміння використовувати власні ресурси, Зр ПР – загальний рівень психологічної ресурсності.

них результатів здійснено за допомогою програмного пакета SPSS Statistics. Для аналізу даних застосовано методи описової статистики, кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта кореляції Пірсона, порівняння середніх значень за допомогою t-критерію Стюдента для незалежних вибірок, а також якісний аналіз психологічних профілів. Для виявлення латентної структури взаємозв'язків застосовано факторний аналіз методом головних компонент із варімакс-обертанням.

Результати. Для реалізації поставленої мети проведено кореляційний аналіз взаємозв'язків між показниками посттравматичного зростання та психологічної ресурсності. Результати наведено в табл. 1. Встановлено наявність статистично значущих додатних кореляційних зв'язків між показниками посттравматичного зростання та психологічної ресурсності, що свідчить про суттєву роль психологічних ресурсів у формуванні посттравматичного зростання особистості.

За результатами кореляційного аналізу виявлено статистично значущі додатні зв'язки між показниками посттравматичного зростання та психологічної ресурсності. Показник індексу посттравматичного зростання (Ін ПЗ) продемонстрував статистично значущі додатні зв'язки з показниками психологічної ресурсності. Найтісніший зв'язок встановлено із загальним рівнем психологічної ресурсності (Зр ПР; $r = 0,592$; $p \leq 0,01$). Також виявлено статистично значущі додатні зв'язки з творчістю (Т; $r = 0,519$; $p \leq 0,01$), любов'ю (Л; $r = 0,476$; $p \leq 0,01$), умінням використовувати власні ресурси (УВБР; $r = 0,350$; $p \leq 0,01$), допомогою іншим (ДІ; $r = 0,342$; $p \leq 0,01$), роботою над собою (РС; $r = 0,327$; $p \leq 0,01$), прагненням до мудрості (ПМ; $r = 0,296$; $p \leq 0,01$), відповідальністю (В; $r = 0,272$; $p \leq 0,01$), упевненістю у собі (УС; $r = 0,258$; $p \leq 0,01$), самореалізацією у професії (СП; $r = 0,224$; $p \leq 0,01$) та умінням оновлювати власні ресурси (УОВР; $r = 0,205$; $p \leq 0,01$). Отримані коефіцієнти відображають статистично значущу узгоджену варіативність показників і не дають підстав для висновків про причинний вплив психологічної ресурсності на посттравматичне зростання.

Серед окремих компонентів посттравматичного зростання найбільшу кількість кореляційних зв'язків виявили показники: нові можливості (НМ), сила особистості (СО) та підвищення цінності життя (ПЦЖ). Так, показник «нові можливості» (НМ) встановив статистично значущі додатні зв'язки із загальним рівнем психологічної ресурсності (Зр ПР; $r = 0,544$; $p \leq 0,01$), допомогою іншим (ДІ; $r = 0,454$; $p \leq 0,01$), любов'ю (Л; $r = 0,443$; $p \leq 0,01$), прагненням до мудрості (ПМ; $r = 0,346$; $p \leq 0,01$), добротою до людей (ДЛ; $r = 0,334$; $p \leq 0,01$), творчістю (Т; $r = 0,320$; $p \leq 0,01$), знанням власних ресурсів (ЗВР; $r = 0,321$; $p \leq 0,01$), упевненістю у собі (УС; $r = 0,263$; $p \leq 0,01$), роботою над собою (РС; $r = 0,240$; $p \leq 0,01$), самореалізацією у професії (СП; $r = 0,227$; $p \leq 0,01$) та відповідальністю (В; $r = 0,173$; $p \leq 0,05$). Звернемося до показника «сила особистості» (СО), який продемонстрував додатні кореляції із загальним рівнем психологічної ресурсності (Зр ПР; $r = 0,533$; $p \leq 0,01$), любов'ю (Л; $r = 0,458$; $p \leq 0,01$), творчістю (Т; $r = 0,443$;

$p \leq 0,01$), прагненням до мудрості (ПМ; $r = 0,339$; $p \leq 0,01$), роботою над собою (РС; $r = 0,311$; $p \leq 0,01$), допомогою іншим (ДІ; $r = 0,287$; $p \leq 0,01$), знанням власних ресурсів (ЗВР; $r = 0,269$; $p \leq 0,01$), відповідальністю (В; $r = 0,216$; $p \leq 0,01$), а також із упевненістю у собі, добротою до людей, самореалізацією у професії та умінням оновлювати власні ресурси на рівні статистичної значущості $p \leq 0,05$. Аналіз значимих зв'язків показника «підвищення цінності життя» (ПЦЖ) з показниками психологічної ресурсності показав, що він пов'язаний із загальним рівнем психологічної ресурсності (Зр ПР; $r = 0,503$; $p \leq 0,01$), любов'ю (Л; $r = 0,446$; $p \leq 0,01$), допомогою іншим (ДІ; $r = 0,409$; $p \leq 0,01$), знанням власних ресурсів (ЗВР; $r = 0,300$; $p \leq 0,01$), добротою до людей (ДЛ; $r = 0,272$; $p \leq 0,01$), прагненням до мудрості (ПМ; $r = 0,238$; $p \leq 0,01$), роботою над собою (РС; $r = 0,237$; $p \leq 0,01$) та відповідальністю (В; $r = 0,188$; $p \leq 0,01$). Показник «ставлення до інших» (СІ) найбільш тісно корелює із загальним рівнем психологічної ресурсності (Зр ПР; $r = 0,427$; $p \leq 0,01$), любов'ю (Л; $r = 0,413$; $p \leq 0,01$), допомогою іншим (ДІ; $r = 0,384$; $p \leq 0,01$), знанням власних ресурсів (ЗВР; $r = 0,263$; $p \leq 0,01$), добротою до людей (ДЛ; $r = 0,242$; $p \leq 0,01$), прагненням до мудрості (ПМ; $r = 0,194$; $p \leq 0,01$), упевненістю у собі (УС; $r = 0,183$; $p \leq 0,01$), роботою над собою (РС; $r = 0,176$; $p \leq 0,05$), творчістю (Т; $r = 0,143$; $p \leq 0,05$) та самореалізацією у професії (СП; $r = 0,144$; $p \leq 0,05$). Розглянемо зв'язки із показником «духовні зміни» (ДЗ). Слід зазначити, що цей показник виявив найменшу кількість статистично значущих зв'язків серед усіх компонентів посттравматичного зростання. Найменшу кількість статистично значущих взаємозв'язків виявив показник «духовні зміни» (ДЗ). На 1% рівні виявлені додатні зв'язки із загальним рівнем психологічної ресурсності (Зр ПР; $r = 0,331$; $p \leq 0,01$), прагненням до мудрості (ПМ; $r = 0,223$; $p \leq 0,01$), любов'ю (Л; $r = 0,219$; $p \leq 0,01$), допомогою іншим (ДІ; $r = 0,196$; $p \leq 0,01$), добротою до людей (ДЛ; $r = 0,177$; $p \leq 0,05$), творчістю (Т; $r = 0,174$; $p \leq 0,05$), самореалізацією у професії (СП; $r = 0,170$; $p \leq 0,05$), роботою над собою (РС; $r = 0,154$; $p \leq 0,05$) та упевненістю у собі (УС; $r = 0,143$; $p \leq 0,05$). Таким чином, результати кореляційного аналізу вказують на наявність статистично значущих взаємозв'язків між показниками посттравматичного зростання та психологічної ресурсності особистості. Значну роль у системі взаємозв'язків відіграють загальний рівень психологічної ресурсності, любов, допомога іншим, прагнення до мудрості та знання власних ресурсів, які демонструють значущі додатні кореляційні зв'язки на 1% та 5% рівнях із компонентами посттравматичного зростання.

З метою виявлення особливостей психологічної ресурсності осіб із різним рівнем посттравматичного зростання було проведено якісний аналіз профілів психологічної ресурсності та побудовано психологічні профілі ресурсності, на основі яких з'ясовано специфіку прояву психологічної ресурсності осіб із різним рівнем посттравматичного зростання (рис. 1). За величиною індексу посттравматичного зростання досліджуваних було розподілено на дві групи: Ін ПЗ max та Ін ПЗ min. До групи Ін ПЗ max було віднесено осіб із високим

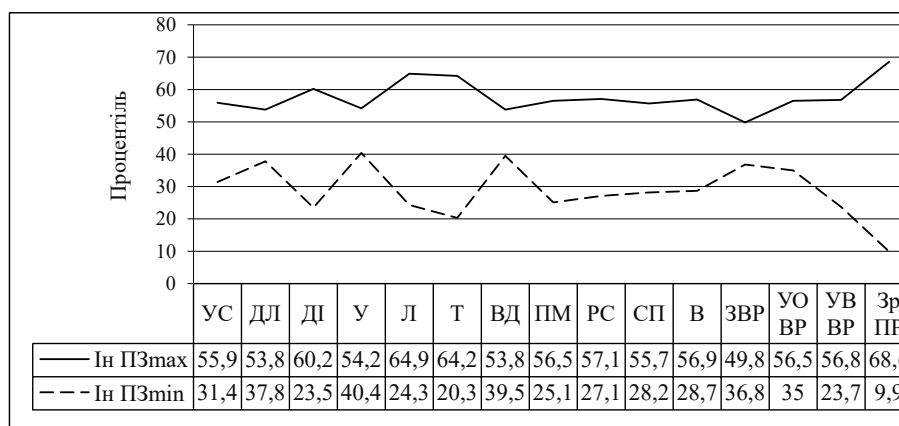


Рис. 1. Профілі показників психологічної ресурсності осіб з високим (Ін ПЗ max) та низьким (Ін ПЗ min) індексом посттравматичного зростання

Примітка. тут і далі: Умовні скорочення: 1) Ін ПЗ max – група осіб із високим індексом посттравматичного зростання; Ін ПЗ min – група осіб із низьким індексом посттравматичного зростання; Показники психологічної ресурсності: УС – упевненість у собі, ДЛ – доброта до людей, ДІ – допомога іншим, У – успіх, Л – любов, Т – творчість, ВД – віра у добро, ПМ – прагнення до мудрості, РС – робота над собою, СП – самореалізація у професії, В – відповідальність, ЗВР – знання власних ресурсів, УОВР – уміння оновлювати власні ресурси, УВВР – уміння використовувати власні ресурси, Зр ПР – загальний рівень психологічної ресурсності.

рівнем посттравматичного зростання, а до групи Ін ПЗ min осіб із низьким рівнем посттравматичного зростання. Критерієм віднесення до групи з високим рівнем посттравматичного зростання були значення індексу посттравматичного зростання, що відповідали верхній частині розподілу показників, тоді як до групи з низьким рівнем відносилися особи, показники яких відповідали нижній частині розподілу. Такий розподіл дав змогу здійснити подальше порівняння особливостей психологічної ресурсності осіб із різним рівнем посттравматичного зростання.

Як видно на рис. 1, профілі психологічної ресурсності суттєво розрізняються у представників двох досліджуваних груп. Так, у групі Ін ПЗ max більшість показників розташована вище середньої лінії ряду (50-й перцентиль), тоді як у групі Ін ПЗ min вони переважно розташовані нижче. Конфігурація профілів відображає відмінності у ступені вираженості окремих компонентів психологічної ресурсності в осіб із різним рівнем посттравматичного зростання та дає змогу охарактеризувати особливості отриманих профілів.

Представникам групи з високим індексом посттравматичного зростання (ІнПЗ max) властива вираженість усіх компонентів психологічної ресурсності і, як наслідок, достатньо високий загальний її рівень (ЗрПР⁺). Це, з одного боку, свідчить про їхню здатність здійснювати саморозвиток, бути компетентними у життєвих і професійних питаннях, прагнути до аналізу особистісного потенціалу; з іншого – вказує на виражену автономність у прийнятті рішень та самодостатність у подоланні складних життєвих ситуацій. На думку вчених, посттравматичне зростання є результатом боротьби з наслідками травми, а не лише переживання самої травматичної події, тобто виникає у процесі сві-

домого й конструктивного переосмислення пережитого (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Із показників психологічної ресурсності найбільш вираженим є показник любові (Л⁺), що характеризує зазначених осіб як здатних сприяти саморозвитку близької людини, підтримувати її у складних ситуаціях та радуватися її успіхам. Це вказує на їх відкритість до взаємин і до життя загалом, відсутність заздрощів, що може бути пов'язане з формуванням глибоких стосунків, які мають значення для посттравматичного зростання. У поєднанні з такими характеристиками як неординарність у професійних та життєвих ситуаціях, уміння діяти по-своєму в нових обставинах, що потребують адаптації (Т⁺), вищезазначені властивості вказують на відмову від типових життєвих сценаріїв та наявність власних критеріїв оцінювання себе, інших і життєвих подій – із погляду власних інтересів та цінностей. Здатність до творчого підходу може сприяти пошуку нестандартних способів осмислення травматичного досвіду та формуванню нових життєвих перспектив. Проте, що у осіб із високим індексом посттравматичного зростання розвинений не лише творчий, а й просоціальний ресурс, свідчить висока вираженість показника допомоги іншим (ДІ⁺). Це дає підстави вважати їх активними альтруїстами, у яких домінують цінності співпраці й толерантності, а також виражене прагнення підтримувати та надихати оточуючих, надаючи їм впевненості у собі. Психологічний портрет представників групи ІнПЗ max доповнюється вираженим показником роботи над собою (РС⁺), що вказує на їхню здатність до саморозуміння та самозмін на основі рефлексії й аналізу власних особистісних рис, поведінки та вмінь. Поряд із цим виражений показник відповідальності (В⁺) відображає здатність передбачати наслідки влас-

них дій та діяти узгоджено з власними переконаннями. Серед притаманних цим особам якостей слід відзначити також уміння використовувати власні психологічні ресурси (УВВР⁺), що виражається у здатності самостійно долати складні життєві ситуації та допомагати у цьому іншим, проявляти творчість та злагоду в взаєминах, а також реалізовувати особисті життєві й професійні задуми, спираючись на себе, тобто за рахунок власних ресурсів. Помірна вираженість прагнення до мудрості (ПМ⁺) демонструє здатність отримувати та збагачувати як власний досвід, так і досвід інших людей, прагнення за допомогою знань побудувати власну картину світу та стати освіченішим, бажання шукати сенс життя через наближення до істини, а також уміння передавати іншим свої знання. Зазначені характеристики у поєднанні з творчим ресурсом і показником допомоги іншим складають досить повний психологічний портрет особистостей із вираженим посттравматичним зростанням, що схильні до активного використання набутого досвіду для подальшого саморозвитку і підтримки оточуючих. Показник уміння оновлювати власні психологічні ресурси (УОВР⁺) у представників групи ІнПЗ тах вказує на знання засобів зменшення напруги та позбавлення від неї, вміння їх застосовувати задля відчуття внутрішньої рівноваги та спокою, а також на здатність поповнювати свої психологічні ресурси шляхом творчості, успіху та любові. Упевненість у собі (УС⁺) характеризує цих осіб як самодостатніх у прийнятті рішень, здатних наполягати на своєму в робочих та життєвих ситуаціях, адекватно сприймати причини неуспіхів та довіряти собі – своїй інтуїції, почуттям, життєвому досвіду – в ситуаціях вибору. Виражені значення показників самореалізації у професії (СП⁺) та успіху (У⁺) свідчать про задоволення та успіх у самостійно обраній і цікавій роботі, здатність спрямовувати власні здібності та знання на користь суспільству, а також уміння відповідати об'єктивним критеріям високого професіоналізму при суб'єктивному відчутті вдалої самореалізації. Портрет осіб із високим рівнем посттравматичного зростання доповнюється такими якостями, як доброта до людей (ДЛ⁺) та віра у добро (ВД⁺), що свідчить про сформоване у представників цієї групи переконання, що людина за своєю природою є доброю, а також про здатність вибудовувати неконфліктні взаємини з оточенням.

Отже, особливості прояву психологічної ресурсності в осіб із високим індексом посттравматичного зростання характеризуються достатньою вираженістю більшості її компонентів, що узгоджується з можливістю конструктивного когнітивного переосмислення травматичного досвіду, перегляду базових переконань та інтеграції кризових переживань у нову систему життєвих смислів. Визначене співвідношення компонентів психологічної ресурсності та посттравматичного зростання не дає підстав робити висновок про причинний вплив ресурсності на посттравматичне зростання.

У представників групи з низьким індексом посттравматичного зростання (ІнПЗ min) спостерігаються низькі значення більшості компонентів психологічної

ресурсності та її загального рівня (Зр ПР⁻). Це свідчить про недостатню здатність до саморозвитку, обмежену компетентність у розв'язанні життєвих і професійних завдань, невисоку автономність у прийнятті рішень та труднощі у самостійному подоланні складних життєвих ситуацій. Порівняно з іншими компонентами психологічної ресурсності у представників групи ІнПЗ min дещо вищим є показник успіху (У⁻), хоча його значення також залишаються низькими. Це свідчить про те, що серед усіх складових ресурсності найбільш збереженими є здатність відповідати об'єктивним критеріям професіоналізму та суб'єктивне відчуття успішної самореалізації, однак рівень їх сформованості залишається недостатнім. Низькі показники доброти до людей (ДЛ⁻) та віри у добро (ВД⁻) відображають недостатню переконаність у доброзичливості людей, нездатність до неупередженого сприйняття оточення, скептичне ставлення до справедливості та амбівалентність у сприйнятті життя й інших людей. Такі особливості звужують можливості формування підтримувальних соціальних зв'язків і отримання соціальної підтримки. Недостатнє знання власних психологічних ресурсів (ЗВР⁻) свідчить про неповне усвідомлення власних психологічних можливостей, особистісного потенціалу та шляхів його розвитку. Недостатньо сформоване уміння оновлювати власні психологічні ресурси (УОВР⁻) відображає обмежене володіння способами зниження психоемоційної напруги, труднощі у відновленні внутрішньої рівноваги та недостатню здатність поповнювати власні психологічні ресурси після пережитих життєвих труднощів. Низькі значення показника упевненості у собі (УС⁻) у представників групи ІнПЗ min свідчать про недостатню самостійність у прийнятті рішень, труднощі у відстоюванні власної позиції та недостатню довіру до власних почуттів і життєвого досвіду. Показник відповідальності (В⁻) відображає обмежену готовність прогнозувати наслідки власних дій, діяти відповідно до особистих переконань і брати відповідальність за результати власної діяльності. Самореалізація у професії (СП⁻) пов'язана з недостатньою задоволеністю професійною діяльністю, труднощами у реалізації власних здібностей і знань та невисоким відчуттям професійної успішності. Показник роботи над собою (РС⁻) вказує на недостатню схильність до рефлексії, обмежену готовність до самопізнання, самовдосконалення та особистісних змін, а також недостатню спрямованість на розвиток власних якостей і корекцію поведінки. Особи з низьким індексом посттравматичного зростання (ІнПЗ min) характеризуються низькою вираженістю прагнення до мудрості (ПМ⁻), що свідчить про недостатню спрямованість на осмислення життєвого досвіду, пізнання та особистісний розвиток. Ресурс любові (ЛГ⁻) також виражений недостатньо, що проявляється у труднощах встановлення довірливих взаємин, недостатній відкритості до інших людей, обмеженій здатності до співпереживання, підтримки їхнього саморозвитку та щирого прийняття їхніх успіхів. Недостатньо розвинене уміння використовувати власні психологічні ресурси (УВВР⁻) свідчить про обмежену здатність мобілізувати

внутрішні ресурси для подолання складних життєвих ситуацій, реалізації життєвих, професійних і творчих задумів та досягнення поставлених цілей. Показник допомоги іншим (ДІ⁻) відображає обмежену готовність до співпраці, підтримки й натхнення інших людей, а також недостатню орієнтацію на цінності взаємодопомоги й толерантності. Показник творчості (Т⁻) засвідчує переважання стереотипних способів мислення й поведінки, труднощі у пошуку нестандартних рішень у нових життєвих ситуаціях, недостатню готовність до перегляду усталених життєвих сценаріїв та обмежену здатність оцінювати себе й життєві події на основі власних критеріїв. Сукупність зазначених особливостей зводить можливості конструктивного переосмислення травматичного досвіду, знижує відкритість до особистісних змін і може бути пов'язане з меншою вираженістю посттравматичного зростання.

За результатами якісного аналізу здійснено порівняння профілів осіб із високим (Ін ПЗ max) та низьким (Ін ПЗ min) індексом посттравматичного зростання. Встановлено якісні відмінності у конфігурації показників психологічної ресурсності представників досліджуваних груп. Зокрема, представники групи Ін ПЗ max відзначаються високим рівнем розвитку більшості компонентів психологічної ресурсності. Провідне місце у профілі посідають загальний рівень психологічної ресурсності, любов, творчість, допомога іншим, робота над собою, відповідальність, прагнення до мудрості, а також уміння використовувати й оновлювати власні психологічні ресурси. Сукупність цих показників характеризує вищу вираженість психологічної ресурсності в групі Ін ПЗ max. Профіль осіб із низьким індексом посттравматичного зростання характеризується нижчою вираженістю більшості компонентів психологічної ресурсності. Найменш вираженими є загальний рівень психологічної ресурсності, творчість, допомога іншим, уміння використовувати власні психологічні ресурси, любов, робота над собою, прагнення до мудрості, відповідальність і професійна самореалізація. Таке поєднання показників характеризує нижчу вираженість психологічної ресурсності у групі Ін ПЗ min. Виявлені відмінності описують особливості профілів досліджуваних груп і не дають підстав для висновку про причинний вплив психологічної ресурсності на посттравматичне зростання.

Перевірка означених відмінностей на статистичну достовірність за допомогою t-критерію Стьюдента під-

твердила результати візуального аналізу профілів і виявила статистично значущі розбіжності між особами з високим (Ін ПЗ max) та низьким (Ін ПЗ min) індексом посттравматичного зростання за більшістю показників психологічної ресурсності (табл. 2).

Результати статистичного аналізу свідчать, що представники першої групи (Ін ПЗ max) характеризуються статистично значущо вищими значеннями за показниками загальної психологічної ресурсності (Зр ПР), творчості (Т), любові (Л), допомоги іншим (ДІ), впевненості у собі (УС), роботи над собою (РС), прагнення до мудрості (ПМ), відповідальності (В), самореалізації у професії (СП), а також уміння використовувати (УВВР) й оновлювати (УОВР) власні психологічні ресурси. Таким чином, значення t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок підтвердили наявність статистично значущих відмінностей між досліджуваними групами за зазначеними показниками.

Дискусія. Результати проведеного дослідження засвідчили наявність статистично значущого взаємозв'язку між психологічною ресурсністю та посттравматичним зростанням. Виявлені додатні взаємозв'язки між індексом посттравматичного зростання та загальним рівнем психологічної ресурсності, любов'ю, допомогою іншим, творчістю, прагненням до мудрості, роботою над собою і знанням власних ресурсів свідчать про узгоджену варіативність досліджуваних показників. Встановлені взаємозв'язки узгоджуються з концепцією посттравматичного зростання Р. Дж. Тедескі та Л. Дж. Калгун, згідно з якою позитивні зміни після переживання травми виникають унаслідок когнітивного переосмислення життєвого досвіду, трансформації базових переконань, усвідомлення власних можливостей та переоцінки міжособистісних взаємин. Виявлені зв'язки між посттравматичним зростанням, любов'ю, допомогою іншим, творчістю та прагненням до мудрості підтверджують, що позитивні наслідки пережитої травми проявляються не лише у внутрішніх особистісних змінах, а й у розвитку про-соціальної спрямованості, здатності до співпереживання, творчого переосмислення життєвого досвіду та формування нових життєвих смислів.

Одержані результати також узгоджуються з положеннями ресурсного підходу С. Гобфолл, відповідно до якого ефективне подолання наслідків стресових і травматичних подій пов'язане зі здатністю людини накопичувати, зберігати, відновлювати та примножувати влас-

Таблиця 2

Значення t-критерію Стьюдента між однойменними показниками психологічної ресурсності у підвибірках, що порівнюються

Група 1 / група 2	Показники психологічної ресурсності, що порівнюються										
	УС	ДІ	Л	Т	ПМ	РС	СП	В	УОВР	УВВР	Зр ПР
t-критерій	3,648***	3,701***	6,535***	6,873***	2,745**	3,435***	2,208*	3,222**	1,997*	3,334***	8,266***

Примітка: 1) група 1 – високі значення загального індексу посттравматичного зростання (Ін ПЗ max), група 2 – низькі значення індексу посттравматичного зростання (Ін ПЗ min); 2) «*» – $p \leq 0,05$; «**» – $p \leq 0,01$; «***» – $p \leq 0,001$; 3) додатний знак перед значенням t-критерію Стьюдента означає, що відповідний показник має вище значення у першій групі; від'ємний знак укажує на вище значення показника у другій групі.

ні ресурси. Установлені взаємозв'язки дають підстави розглядати посттравматичне зростання у взаємозв'язку з цілісною системою взаємопов'язаних особистісних ресурсів, однак не дозволяють стверджувати, що саме ця система безпосередньо спричиняє посттравматичне зростання або забезпечує його виникнення. Порівняльний аналіз профілів психологічної ресурсності осіб із високим і низьким рівнями посттравматичного зростання, а також результати застосування t-критерію Ст'юдента підтвердили наявність статистично значущих відмінностей між досліджуваними групами за низькою показників. Особи з високим рівнем посттравматичного зростання характеризуються більшою вираженістю загальної психологічної ресурсності, любові, творчості, допомоги іншим, роботи над собою, відповідальності, прагнення до мудрості та здатності використовувати власні психологічні ресурси. Представники групи з низьким рівнем посттравматичного зростання демонструють нижчу вираженість більшості складників психологічної ресурсності. Отримані результати дають підстави говорити про відмінності у вираженості психологічних ресурсів у досліджуваних групах, але не про причинний вплив цих ресурсів на рівень посттравматичного зростання.

На відміну від попередніх досліджень, проведених у воєнних умовах, у яких посттравматичне зростання переважно розглядалося у взаємозв'язку з резильєнтністю, життєстійкістю, самоефективністю та іншими адаптаційними ресурсами, у цьому дослідженні акцентовано увагу на психологічній ресурсності та її окремих компонентах. Встановлено, що з посттравматичним зростанням пов'язані такі особистісні й міжособистісні ресурси, як любов, допомога іншим, творчість, прагнення до мудрості, робота над собою та знання власних ресурсів. Це доповнює результати попередніх досліджень та конкретизує уявлення про ресурсні характеристики посттравматичного зростання в умовах тривалого воєнного стресу. Встановлені відмінності засвідчили, що особи з різним рівнем посттравматичного зростання відрізняються вираженістю як загального показника психологічної ресурсності, так і окремих її складників.

Наукова новизна дослідження полягає у визначенні особливостей психологічної ресурсності осіб із різними рівнями посттравматичного зростання, встановленні взаємозв'язків між її окремими компонентами та показниками посттравматичного зростання, а також у визначенні психологічних ресурсів, за вираженістю яких найбільшою мірою розрізняються особи з високим і низьким рівнями посттравматичного зростання. Отримані результати доповнюють наукові уявлення про ресурсні характеристики посттравматичного зростання в умовах тривалого воєнного стресу та можуть бути використані в подальших дослідженнях психологічної ресурсності й розробленні програм психологічного супроводу осіб, які пережили психотравмуючі події.

Висновки. Результати дослідження психологічної ресурсності осіб із різним рівнем посттравматичного зростання свідчать про наявність статистично значу-

щих відмінностей між особами з високим і низьким індексом посттравматичного зростання за більшістю досліджуваних компонентів психологічної ресурсності. Виявлено статистично значущі взаємозв'язки між індексом посттравматичного зростання та окремими компонентами психологічної ресурсності, а також встановлено суттєві відмінності у вираженості показників психологічної ресурсності осіб із високим і низьким рівнями посттравматичного зростання. Результати порівняльного аналізу профілів і застосування t-критерію Ст'юдента для незалежних вибірок підтвердили наявність статистично значущих відмінностей між досліджуваними групами. Встановлені відмінності проявляються у ступені вираженості окремих компонентів психологічної ресурсності та в особливостях конфігурації профілів, що дає змогу описати різний рівень вираженості психологічної ресурсності в осіб із різним рівнем посттравматичного зростання. З'ясовано, що особи з високим рівнем посттравматичного зростання характеризуються більшою вираженістю загальної психологічної ресурсності, а також більшості її складових, що відображає вищі показники усвідомлення, актуалізації та використання власних психологічних ресурсів. У представників із низьким рівнем посттравматичного зростання переважають нижчі показники психологічної ресурсності, що проявляється в меншій вираженості окремих особистісних ресурсів. Визначено, що високий рівень посттравматичного зростання статистично співвідноситься з більшою вираженістю психологічної ресурсності, тоді як низький рівень посттравматичного зростання характеризується нижчою вираженістю більшості її компонентів. Практичне значення одержаних результатів полягає у можливості їх використання як теоретичної та емпіричної основи під час розроблення програм психологічного супроводу та психокорекційної роботи, спрямованих на розвиток психологічної ресурсності й підтримку посттравматичного зростання осіб, які пережили психотравмуючі події. Перспективи подальших досліджень полягають у поглибленому вивченні посттравматичного зростання особистості із залученням представників різних вікових і соціальних груп, що сприятиме розширенню наукових уявлень про закономірності його прояву та вдосконаленню підходів до психологічної підтримки особистісних змін після переживання травматичного досвіду.

ЛІТЕРАТУРА

1. Белов О. О., Маркова М. В., Марков А. Р. Посттравматичне зростання: дослідження взаємодії інтра- та інтерпсихічних ресурсів особистості. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2025. Т. 12, № 1(27). С. 22–36. DOI: <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-27-02>.
2. Денисенко Є.В., Пенюкова Н.Є., Медведєва О.В. Психологічні ресурси особистості в умовах життєвої кризи. *Габітус*. 2022. № 42. С. 142–146. DOI: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.24>.
3. Дончук Н., Бронзель Л., Іванов І. Психологічні ресурси особистості в умовах організації національного спротиву. *Вісник Національного університету*

оборони України. 2024. № 6(82). С. 34–44. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-82-6-34-44>.

4. Казанжи М.Й. Психологічна ресурсність студентської молоді в умовах карантинних обмежень. *Наука і освіта*. 2021. № 1. С. 27–34. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-1-4>.

5. Климчук В.О. *Психологія посттравматичного зростання*. 2-ге вид., переробл. і допов. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2021. 158 с.

6. Котовська Ю.О. Аналіз співвідношення поняття «посттравматичне зростання» та суміжних із ним понять. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2023. № 16. С. 44–52. DOI: <https://doi.org/10.25264/2415-7384-2023-16-44-52>.

7. Котовська Ю., Матласевич О. Особливості посттравматичного зростання студентської молоді в умовах війни: результати емпіричного дослідження. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2024. Вип. 21. С. 154–164. DOI: <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.19>.

8. Кузікова С., Зликов В., Лукомська С., Щербак Т., Котух О. *Психологічний супровід особистості в умовах війни: навч. посіб.* Київ; Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М.. 2024. 260 с. URL: <https://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/14947>.

9. Лазос Г.П. Посттравматичне зростання: теоретичні моделі, нові перспективи для практики. *Актуальні проблеми психології*. 2016. Т. 1, вип. 45. С. 120–127.

10. Лукомська С.О. Ресурсний підхід до подолання особистістю кризових ситуацій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2020. Вип. 1. С. 190–195. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-1-26>.

11. Музичко Л.В. Психологічна ресурсність особистості та її резильєнтність. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2023. № 1. С. 28–33. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-2023-1-5>.

12. Харитоновна Н. Посттравматичне зростання, як основа психологічного супроводу ветеранів російсько-української війни: огляд досліджень. *Psychology Travels*. 2023. № 1. С. 167–189. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT-2023-1-17>.

13. Штепа О.С. Психологічна ресурсність як критерій індивідуального здоров'я. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 32. С. 571–585.

14. Штепа О.С. Опитувальник психологічної ресурсності особистості: результати розробки й апробації авторської методики. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 39. С. 380–399. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-39.380-399>.

15. Calhoun L.G., Tedeschi R.G. *Handbook of Posttraumatic Growth: Research and Practice*. Mahwah, NJ : Lawrence Erlbaum Associates, 2006. 408 p. DOI: <https://doi.org/10.4324/9781315805597>.

16. Christopher M.A. A broader view of trauma: A biosychosocial-evolutionary view of the role of the traumatic stress response in the emergence of pathology and/or growth. *Clinical Psychology Review*. 2004. Vol. 24, № 1. P. 75–98. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.12.003>.

17. Chykhantsova O., Serdiuk L. Personal Features and Their Impact on an Individual's Hardiness. *Problems of Modern Psychology*. 2023. Issue 62. P. 23–43. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2023-62.23-43>.

18. Favaretto T.C., Both L.M., Benetti S.P. C., Freitas L. H. M. Understanding the psychodynamic functioning of patients with PTSD and CPTSD: Qualitative analysis from the OPD-2 interview. *Psicologia: Reflexão e Crítica*. 2022. Vol. 35. Article 9. DOI: <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00211-5>.

19. Ganai U.J., Sachdev S., Bhat N.A., Bhushan B. Associations between posttraumatic stress symptoms and posttraumatic growth elements: A network analysis. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2024. Vol. 16, № 5. P. 731–740. DOI: <https://doi.org/10.1037/tra0001411>.

20. Hamby S., Taylor E., Segura A., Weber M.C. A dual-factor model of posttraumatic responses: Which is better, high posttraumatic growth or low symptoms? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2022. Vol. 14, Suppl. 1. P. S148–S156. DOI: <https://doi.org/10.1037/tra0001122>.

21. 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>.

22. Janoff-Bulman R. Posttraumatic growth: Three explanatory models. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, № 1. P. 30–34. URL: <http://www.jstor.org/stable/20447198>.

23. Joseph S., Linley P.A. Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology*. 2005. Vol. 9, № 3. P. 262–280. DOI: <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.3.262>.

24. Romeo A., Castelli L., Zara G., Di Tella M. Posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: Associations with core beliefs and rumination. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. Vol. 19, № 23. Article 15938. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph192315938>.

25. Russell B., Mussap A.J. Rumination and threat-biased interpretation mediate posttraumatic stress and growth responses to military stressors. *Military Psychology*. 2023. Vol. 35, № 6. P. 537–552. DOI: <https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2127618>.

26. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*. 1996. Vol. 9, № 3. P. 455–471. DOI: <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>.

27. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15, № 1. P. 1–18. DOI: https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1501_01.

28. Tedeschi R.G., Cann A., Taku K., Senol-Durak E., Calhoun L. G. The Posttraumatic Growth Inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*. 2017. Vol. 30, № 1. P. 11–18. DOI: <https://doi.org/10.1002/jts.22155>.

REFERENCES

1. Belov, O.O., Markova, M.V., & Markov A.R. (2025). Posttravmatychnе zrostannia: doslidzhennia vzaemodii intra-та interpsykhichnykh resursiv osobystosti [Posttraumatic growth: A study of the interaction between intrapsychic and interpsychic personality resources]. *Psykhiiatriia, nevrolohiia ta medychna psykhologhiia – Psychiatry, Neurology and Medical Psychology*, 12(1(27)), 22–36. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-27-02> [in Ukrainian].

2. Denysenko, Ye.V., Penkova, N.Ye., & Medvedieva, O.V. (2022). Psykholohichni resursy osobystosti v umovakh zhyttievoi kryzy [Psychological resources of personality in a life crisis]. *Habitus*, 42, 142–146. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.24> [in Ukrainian].
3. Donchuk, N., Bronzel, L., & Ivanov, I. (2024). Psykholohichni resursy osobystosti v umovakh orhanizatsii natsionalnoho sprotyvu [Psychological resources of personality in the context of organizing national resistance]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National Defence University of Ukraine*, 6(82), 34–44. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2024-82-6-34-44> [in Ukrainian].
4. Kazanzhy, M.Y. (2021). Psykholohichna resursnist studentskoi molodi v umovakh karantynnykh obmezhen [Psychological resourcefulness of student youth under quarantine restrictions]. *Nauka i osvita – Science and Education*, 1, 27–34. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2021-1-4> [in Ukrainian].
5. Klymchuk, V.O. (2021). Psykholohiia posttravmatychnoho zrostannia [Psychology of posttraumatic growth] (2nd ed., revised and expanded). Imeks-LTD. [in Ukrainian].
6. Kotovska, Yu. O. (2023). Analiz spivvidnoshennia poniattia «posttravmatyчне zrostannia» ta sumizhnykh iz nym poniat [Analysis of the relationship between the concept of posttraumatic growth and related concepts]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademii»*. Seriiia «Psykhologichni nauky» – Scientific Notes of the National University of Ostroh Academy. *Psychology Series*, 16, 44–52. <https://doi.org/10.25264/2415-7384-2023-16-44-52> [in Ukrainian].
7. Kotovska, Yu., & Matlasevych, O. (2024). Osoblyvosti posttravmatychnoho zrostannia studentskoi molodi v umovakh viiny: rezultaty empyrychnoho doslidzhennia [Features of posttraumatic growth among student youth during wartime: Results of an empirical study]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriiia psykholohichni nauky – Visnyk of Lviv University. Series Psychological Sciences*, 21, 154–164. <https://doi.org/10.30970/PS.2024.21.19> [in Ukrainian].
8. Kuzikova, S., Zlyvko, V., Lukomska, S., Shcherbak, T., & Kotukh, O. (2024). Psykholohichniy suprovod osobystosti v umovakh viiny [Psychological support of personality in wartime]: Navchalnyi posibnyk [Textbook]. Vydavets PP Lysenko M. M. <https://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/14947> [in Ukrainian].
9. Lazos, H.P. (2016). Posttravmatyčne zrostannia: teoretychni modeli, novi perspektyvy dlia praktyky [Posttraumatic growth: Theoretical models and new perspectives for practice]. *Aktualni problemy psykholohii – Current Problems of Psychology*, 1(45), 120–127. [in Ukrainian].
10. Lukomska, S.O. (2020). Resursnyi pidkhid do podolannia osobystistiu kryzovykh sytuatsii [Resource approach to personality overcoming the effects of the crisis situations]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia «Psykhologichni nauky» – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series «Psychological Sciences»*, 1, 190–195. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-1-26> [in Ukrainian].
11. Muzychko, L.V. (2023). Psykholohichna resursnist osobystosti ta yii rezylientnist [Psychological resourcefulness and resilience of personality]. *Zhurnal sotsialnoi ta praktychnoi psykholohii – Journal of Social and Practical Psychology*, 1, 28–33. <https://doi.org/10.32782/psy-2023-1-5> [in Ukrainian].
12. Kharytonova, N. (2023). Posttravmatyčne zrostannia, yak osnova psykholohichnoho suprovodu veteraniv rosiisko-ukrainskoi viiny: ohliad doslidzhen [Posttraumatic growth as a basis for psychological support of veterans of the Russian-Ukrainian war: A review of studies]. *Psychology Travelogs*, 1, 167–189. <https://doi.org/10.31891/PT-2023-1-17> [in Ukrainian].
13. Shtepa, O.S. (2016). Psykholohichna resursnist yak kryterii indyvidualnoho zdorovia [Psychological resourcefulness as a criterion of individual health]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of Modern Psychology*, 32, 571–585. [in Ukrainian].
14. Shtepa, O.S. (2018). Opytuvalnyk psykholohichnoi resursnosti osobystosti: rezultaty rozrobky y aprobatzii avtorskoi metodyky [Psychological Resourcefulness Questionnaire: Results of the development and validation of the author's methodology]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of Modern Psychology*, 39, 380–399. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2018-39.380-399> [in Ukrainian].
15. Calhoun, L.G., & Tedeschi, R.G. (2006). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Lawrence Erlbaum Associates. <https://doi.org/10.4324/9781315805597>
16. Christopher, M.A. (2004). A broader view of trauma: A biopsychosocial-evolutionary view of the role of the traumatic stress response in the emergence of pathology and/or growth. *Clinical Psychology Review*, 24(1), 75–98. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.12.003>
17. Chykhantsova, O., & Serdiuk, L. (2023). Personal Features and Their Impact on an Individual's Hardiness. *Problems of Modern Psychology*, 62, 23–43. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2023-62.23-43>.
18. Favaretto, T. C., Both, L. M., Benetti, S. P. C., & Freitas, L. H. M. (2022). Understanding the psychodynamic functioning of patients with PTSD and CPTSD: Qualitative analysis from the OPD-2 interview. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 35, Article 9. <https://doi.org/10.1186/s14155-022-00211-5>
19. Ganai, U. J., Sachdev, S., Bhat, N. A., & Bhushan, B. (2024). Associations between posttraumatic stress symptoms and posttraumatic growth elements: A network analysis. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 16(5), 731–740. <https://doi.org/10.1037/tra0001411>
20. Hamby, S., Taylor, E., Segura, A., & Weber, M. C. (2022). A dual-factor model of posttraumatic responses: Which is better, high posttraumatic growth or low symptoms? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 14(Suppl. 1), S148–S156. <https://doi.org/10.1037/tra0001122>
21. Hobfoll, S.E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
22. Janoff-Bulman, R. (2004). Posttraumatic growth: Three explanatory models. *Psychological Inquiry*, 15(1), 30–34. <http://www.jstor.org/stable/20447198>
23. Joseph, S., & Linley, P.A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology*, 9(3), 262–280. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.3.262>
24. Romeo, A., Castelli, L., Zara, G., & Di Tella, M. (2022). Posttraumatic growth and posttraumatic depreciation: Associations with core beliefs and rumination. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), Article 15938. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315938>

25. Russell, B., & Mussap, A.J. (2023). Rumination and threat-biased interpretation mediate posttraumatic stress and growth responses to military stressors. *Military Psychology*, 35(6), 537–552. <https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2127618>

26. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455–471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>

27. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1501_01

28. Tedeschi, R.G., Cann, A., Taku, K., Senol-Durak, E., & Calhoun, L.G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30(1), 11–18. <https://doi.org/10.1002/jts.22155>

Oleksii Vasylenko,

*Postgraduate Student at the Department of Pedagogy and Psychology, International University,
33, Fontanska Doroha, Odesa, Ukraine,*

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-7365-5720>

INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL RESOURCEFULNESS OF INDIVIDUALS WITH DIFFERENT LEVELS OF POST-TRAUMATIC GROWTH

The article presents the results of an empirical study aimed at investigating the individual psychological characteristics of psychological resourcefulness of individuals with different levels of posttraumatic growth. The relevance of the study is determined by the need for a deeper understanding of the psychological mechanisms that facilitate positive personality transformation following psychologically traumatic events under the conditions of wartime traumatization of society. Despite the substantial body of research devoted to posttraumatic growth and psychological resourcefulness, the relationship between these phenomena remains insufficiently explored, which determines the scientific and practical significance of this study. A theoretical analysis of contemporary research provides grounds for considering psychological resourcefulness as an integrative personality characteristic that facilitates constructive processing of traumatic experience and creates psychological opportunities for positive personal changes following psychologically traumatic events. The aim of the study was to investigate the characteristics of psychological resourcefulness of individuals with different levels of posttraumatic growth.

Methods. The study employed theoretical, empirical, and mathematical-statistical methods. The psychodiagnostic battery included: (a) the Posttraumatic Growth Inventory (PTGI) developed by R. G. Tedeschi and L. G. Calhoun; and (b) O. S. Shtepa's Psychological Resourcefulness Questionnaire (Shtepa, 2018). Statistical data analysis involved descriptive statistics, correlation analysis, Student's t-test, and qualitative analysis of psychological profiles. The correlation analysis revealed statistically significant positive relationships between posttraumatic growth and the majority of psychological resourcefulness components, indicating a close association between the level of psychological resourcefulness and positive personality transformation following traumatic experiences. The results of the qualitative analysis confirmed significant differences between individuals with high and low levels of posttraumatic growth. Individuals with a high level of posttraumatic growth demonstrated higher overall psychological resourcefulness, greater love, creativity, willingness to help others, self-development, responsibility, aspiration for wisdom, as well as a stronger ability to use and renew their psychological resources. In contrast, individuals with a low level of posttraumatic growth showed insufficient development of most components of psychological resourcefulness, manifested in limited ability to use their psychological resources, reduced readiness for constructive reinterpretation of traumatic experience, and lower openness to social interaction. The study expands current understanding of the relationship between psychological resourcefulness and posttraumatic growth and may be applied in the development of psychological support, counseling, and rehabilitation programs aimed at enhancing psychological resourcefulness, promoting positive personal change, and improving psychological assistance for individuals who have experienced psychologically traumatic events.

Key words: *posttraumatic growth, psychological resourcefulness, psychological resources, personality, psychologically traumatic events, psychological profile, factor analysis, psychological support, psychological rehabilitation.*

Дата першого надходження статті до видання: 22.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 23.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 19.10.2026