

Анжела Денисенко,

кандидат психологічних наук,

доцент кафедри теорії та методики практичної психології,

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет

імені К.Д. Ушинського»,

вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6647-2209>

Ольга Шувалова,

здобувачка вищої освіти II магістерського рівня

зі спеціальності 053 Психологія,

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет

імені К.Д. Ушинського»,

вул. Старопортофранківська, 26, м. Одеса, Україна,

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-3766-8406>

Тетяна Лазоренко,

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та педагогіки,

Одеський державний університет внутрішніх справ,

вул. Успенська, 1, м. Одеса, Україна

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0416-4104>

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У ЖІНОК В УМОВАХ

У статті розглядаються особливості психологічної стійкості жінок в умовах війни. Суспільні трансформації, спричинені війною в Україні, актуалізували потребу в міждисциплінарному осмисленні ресурсів психологічної адаптації, серед яких стійкість особистості посідає ключове місце. Війна зумовила не лише зміну соціальних функцій жінки, а й радикальну перебудову ідентичності, що створює запит на глибше наукове осмислення динаміки внутрішніх ресурсів. Дослідження психологічної стійкості жінок в умовах війни набуває не лише науково-теоретичного значення, а й має виразну прикладну перспективу як у сфері психотерапії, так і в площині формування національної психічної стійкості в умовах затяжного соціального потрясіння. Мета дослідження полягає в тому, щоб теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості прояву психологічної стійкості у жінок в умовах війни. Для цього були використані наступні методики: Шкала життєстійкості (Коннор–Девідсон), Шкала психологічного благополуччя (К. Ріфф) та Опитувальник психологічної ресурсності (О. Штепи). У дослідженні взяли участь 54 респондентки, віком від 18 до 35 років. Отримані результати показали переважання середнього рівня життєстійкості та ресурсності у досліджуваній вибірці, водночас окремі респондентки мають низькі показники, що вказує на вразливість до психотравмуючих чинників. Проведений кореляційний аналіз за критерієм Пірсона підтвердив наявність статистично значущих позитивних зв'язків між показниками життєстійкості, психологічного благополуччя та окремих шкал ресурсності, що дозволило зробити висновки про взаємозалежність ключових психологічних ресурсів жінки в контексті кризового середовища.

Ключові слова: психологічна стійкість, життєстійкість, психологічне благополуччя, психологічна ресурсність, жінки, війна.

Вступ і сучасний стан досліджуваної проблеми.

Суспільні трансформації, спричинені війною в Україні, актуалізували потребу в міждисциплінарному осмисленні ресурсів психологічної адаптації, серед яких стійкість особистості посідає ключове місце. Особливої уваги потребує аналіз її проявів серед жінок, які зазнають впливу як прямого, так і опосередкованого стресу. Жінки, як одна з найбільш вразливих соціально-психологічних груп у період воєнного конфлікту, стикаються з широким спектром викликів: від виму-

шеного переміщення до втрати близьких, від руйнації звичного життєвого укладу до необхідності виконання ролей у надзвичайних обставинах. Відтак рівень їхньої життєстійкості може виступати як маркер здатності до самозбереження і подальшого відновлення.

Науковий інтерес до проблематики психологічної стійкості в останні роки значно зріс. В українському науковому дискурсі сформувалася низка підходів до аналізу стійкості як особистісного ресурсу в умовах кризових і екстремальних ситуацій (Клочков, 2022;



Грішін, 2021; Кузікова, 2023; Зошій, 2024). Питання резильєнтності та стресостійкості розглядалися в контексті теоретико-методологічних пошуків (Мерзлякова, 2023; Лялюк, 2023; Кудінова, 2019; Федорчук, 2023), психотравматичного досвіду (Асеева, 2024; Москаленко, 2024; Шеленкова, 2024), а також у зв'язку з соціальними ролями жінок в умовах війни (Ніколайчук, 2025; Короцінська, 2024; Коструба, 2023) та інші.

Однак, незважаючи на багато досліджень у цій області, визначення психологічної стійкості жінок в умовах війни набуває не лише науково-теоретичного значення, а має виразну прикладну перспективу в формуванні національної психічної стійкості в умовах затяжного соціального потрясіння.

Мета та завдання. *Метою роботи* є теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження особливостей прояву психологічної стійкості у жінок в умовах війни. *А завданнями* є: аналіз поняття психологічної стійкості; її прояв у людей в кризових ситуаціях; визначення особливостей прояву психологічної стійкості у жінок, які перебувають в умовах війни.

Теоретичний аналіз доступної наукової літератури показав, що простежується відсутність уніфікованого визначення психологічної стійкості, що ускладнює його операціоналізацію, особливо в умовах війни. Ми вважаємо, що психологічна стійкість жінки в умовах війни – це інтегральна динамічна характеристика особистості, яка забезпечує збереження функціональної цілісності в умовах хронічного стресу, психотравми та мінливості середовища. Вона формується на перетині внутрішніх ресурсів (емоційних, волевових, когнітивних) та зовнішніх опор (соціальний капітал, підтримка, культура) (Андрусик, 2022).

Узагальнення понятійного поля дозволило чітко розмежувати суміжні терміни: резильєнтність (як процес), емоційна стійкість (як регулятивна здатність) та стресостійкість (як толерантність до навантаження). Така диференціація є важливою умовою уточнення сутності досліджуваного феномену (Грішін, 2021).

Специфіка проявів психологічної стійкості особистості в кризових умовах, зокрема в умовах війни, виявляється в її потенціалі до адаптації, перетворення негативного досвіду на джерело зростання та збереження функціональної цілісності в умовах тривалого стресу (Бобало, 2021).

Кризові обставини постають не лише як деструктивний фактор, а й як стимул до психологічного розвитку. Особливе значення в цьому процесі мають механізми переоцінки цінностей, пошуку смислів, рефлексивного осмислення досвіду, а також копінг-стратегій, що забезпечують адаптацію в умовах невизначеності та загрози. Війна, як множинна криза, інтенсифікує виклики, пов'язані з психологічною стійкістю, посилюючи потребу у внутрішніх опорах, доступі до підтримки та розвитку здатності до відновлення (Васильєв, 2021).

Щодо гендерних особливостей формування та проявів психологічної стійкості варто зауважити, що жіноча стійкість характеризується особливою чутливістю до соціального контексту, схильністю до інтеграції

емоційного досвіду та гнучкістю у виборі стратегій подолання труднощів (Денисовець, Янченко, Магула, Кузьменко, 2025).

Фактори, що опосередковують цей феномен, охоплюють здатність до рефлексії, розвинені навички самопідтримки, а також схильність до пошуку та прийняття соціальної допомоги (Клочков, 2022). Це визначає доцільність створення цільових психокорекційних програм з урахуванням гендерної чутливості, серед яких особливо ефективними виявляються когнітивно-поведінкові методи, практики тілесної усвідомленості, арт-терапевтичні підходи та методи розвитку емоційного інтелекту (Потапчук, 2023).

Методи дослідження. Дослідження проводилося в онлайн-режимі за допомогою таких методик, як шкала життєстійкості (оцінювання рівня психологічної стійкості особистості в умовах дії стресових чинників), розроблена Коннором і Девідсоном; шкала психологічного благополуччя (призначена для виявлення евдемонічної концепції благополуччя), представлена К. Ріфф; опитувальник психологічної ресурсності, запропонований О. Штепою. У дослідженні взяли участь 54 особи жіночої статі віком 18–35 років.

Результати. Аналіз отриманих результатів за методиками Коннора-Девідсона, К. Ріфф та О. Штепи засвідчує (табл. 1), що у наших респонденток переважає середній рівень психологічного благополуччя (55,6%), психологічної ресурсності (48,1%) та життєстійкості (46%). Низький рівень характерний для жінок за шкалами життєстійкості (30%), психологічної ресурсності (20,4%) та психологічного благополуччя (20,4%). А високий рівень простежується за такими шкалами, як: психологічна ресурсність (31,5%), життєстійкість (24%) та психологічне благополуччя (20%).

Таблиця 1
Виразність (%) рівнів життєстійкості, психологічного благополуччя та ресурсності у жінок

Шкали	Рівні		
	високий	середній	низький
життєстійкість	24	46	30
психологічне благополуччя	20	55,6	20,4
психологічна ресурсність	31,5	48,1	20,4

Аналіз емпіричних даних, отриманих за методикою О. Штепи (див. рис. 1), дозволив виявити змістовну структурну диференціацію психологічної ресурсності жінок, які проживають в умовах війни. Інтерпретація результатів окремих шкал методики дала змогу глибше зрозуміти, на які саме особистісні опори спираються жінки в процесі подолання щоденних викликів, а також виявити зони психологічної вразливості.

Найвищі результати виявлено за показниками: високий рівень – допомога іншим (51,9%), доброта до людей (42,6%), віра в добро (38,9%) та впевненість у собі (35,2%), що може виступати своєрідним захис-

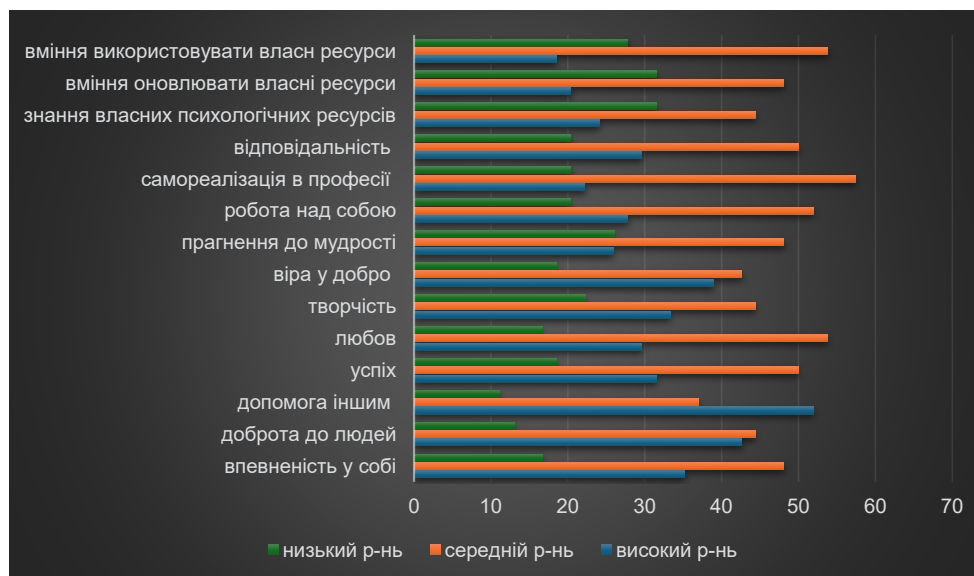


Рис. 1. Виразність психологічної ресурсності

ним буфером у системі саморегуляції та стабілізувати емоційний стан в умовах стресу. Водночас середній рівень простежується за показниками: прагнення до мудрості (48,1%), відповідальність (50%), успіх (50%), любов (54%), робота над собою (52%), самореалізація у професії (58%), а низький – уміння оновлюватися (31,5%), уміння використовувати власні ресурси (27,8%), знання власних ресурсів (31,5%), що свідчить про труднощі з доступом до власного внутрішнього потенціалу в умовах постійного тиску, емоційного виснаження або кризової ригідності.

Отже, результати дослідження життєстійкості нашої загальної вибірки підтверджують, що навіть за умов хронічного стресу значна частина жінок зберігає адаптивний потенціал, але жінки з низьким рівнем стресостійкості потребують допомоги психологів, спрямованої на розвиток механізмів адаптації та саморегуляції.

Дані, отримані за методикою К. Ріфф, свідчать про те, що при середньому рівні психологічного благополуччя жінки можуть приховувати як потенціал для зростання, так і ознаки внутрішнього напруження, яке не досягло критичних проявів. Низький рівень говорить про відсутність внутрішньої гармонії та може призвести до розвитку психоемоційного виснаження, тривожних або депресивних розладів.

Середній рівень психологічної ресурсності визначає наявність базових особистісних сил, які дозволяють адаптуватися до умов тривалого стресу, а низький – про виснаження або нестачу внутрішніх сил, необхідних для успішного функціонування у кризовій ситуації (труднощі з прийняттям підтримки, ригідність мислення, втрата цілеспрямованості).

Проведений кореляційний аналіз за критерієм Пірсона показав, що життєстійкість позитивно взаємо-

Таблиця 2

Взаємозв'язок показників психологічної ресурсності зі шкалами життєстійкості та психологічного благополуччя

№	Показники психологічної ресурсності	Життєстійкість	Психологічне благополуччя
1	Впевненість у собі	0,650**	0,590**
2	Доброта до людей	0,310*	0,440**
3	Допомога іншим	0,350*	0,480**
4	Успіх	0,540**	0,500**
5	Любов	0,330*	0,510**
6	Творчість	0,420**	0,360*
7	Віра у добро	0,610**	0,560**
8	Прагнення до мудрості	0,400*	0,390*
9	Робота над собою	0,570**	0,490**
10	Самореалізація у професії	0,450**	0,400*
11	Відповідальність	0,520**	0,470**
12	Знання власних ресурсів	0,580**	0,550**
13	Уміння оновлювати ресурси	0,600**	0,500**
14	Уміння використовувати власні ресурси	0,630**	0,530**

Примітка: шкала життєстійкості ($p < 0,01$, при $r < 0,410$; $p < 0,05$, при $r < 0,300$); шкала психологічного благополуччя ($p < 0,01$, при $r < 0,420$; $p < 0,05$, при $r < 0,330$).

діє на рівні ($p < 0,01$) з психологічною ресурсністю ($r = 0,710$) та психологічним благополуччям ($r = 0,640$). Водночас психологічна ресурсність позитивно корелює на рівні ($p < 0,01$) із психологічним благополуччям ($r = 0,590$).

Також ми розглянули кореляційні зв'язки показників психологічної ресурсності з психологічним благополуччям та життєстійкістю. Нами було встановлено (див. табл. 2), що життєстійкість перебуває у позитивному зв'язку на рівні ($p < 0,01$) з такими показниками, як: впевненість у собі ($r = 0,650$), віра у добро ($r = 0,610$), уміння використовувати власні ресурси ($r = 0,630$), уміння оновлювати ресурси ($r = 0,600$), робота над собою ($r = 0,570$), відповідальність ($r = 0,520$), знання власних ресурсів ($r = 0,580$), творчість ($r = 0,420$), самореалізація у професії ($r = 0,450$), а також на рівні ($p < 0,05$) – доброта до людей ($r = 0,310$), допомога іншим ($r = 0,350$), любов ($r = 0,330$) та прагнення до мудрості ($r = 0,400$).

Водночас психологічне благополуччя зафіксовано у позитивній взаємодії на рівні ($p < 0,01$) із впевненістю у собі ($r = 0,590$), добротою до людей ($r = 0,440$), допомогою іншим ($r = 0,480$), відповідальністю ($r = 0,470$), знанням власних ресурсів ($r = 0,550$), вмінням оновлювати ресурси ($r = 0,500$), вмінням використовувати власні ресурси ($r = 0,530$), вірою у добро ($r = 0,560$), любов'ю ($r = 0,510$), успіхом ($r = 0,500$) та на рівні ($p < 0,05$) з творчістю ($r = 0,360$), прагненням до мудрості ($r = 0,390$) та самореалізацією у професії ($r = 0,400$).

Дискусія. Загальна картина емпіричних результатів свідчить про досить складну, внутрішньо диференційовану, але загалом адаптивну психологічну структуру жінок в умовах війни. На основі комплексного аналізу даних, отриманих за трьома психодіагностичними методиками, можна констатувати, що у більшості респонденток зберігається базовий рівень психологічної стійкості, достатній для підтримки функціонального рівня життєдіяльності. У вибірці домінують середні показники за ключовими змінними, зокрема життєстійкістю, психологічним благополуччям і ресурсністю, що інтерпретується як наявність потенціалу до подальшого зростання за сприятливих умов зовнішнього й внутрішнього впливу.

Водночас дані свідчать про наявність окремих вразливих груп із нижчими показниками за низкою параметрів: це стосується вміння ефективно використовувати власні ресурси, здатності до оновлення психологічного потенціалу та глибини суб'єктивного благополуччя. У сукупності все це вказує на те, що навіть за наявності загальної адаптивності окремі компоненти внутрішньої стійкості можуть бути недостатньо мобілізованими, що створює ризики психологічного виснаження за умов тривалого стресу.

Також простежується низка позитивних тенденцій, які можна трактувати як компенсаторні механізми: прагнення допомагати іншим, збереження віри в добро, соціальна емпатійність і готовність до альтруїстичної взаємодії. Ці характеристики, ймовірно, віді-

грають роль не лише індивідуального, а й колективного ресурсу, що набуває особливої актуальності в умовах національної кризи.

Із роботи Є. Потапчук видно, що стресостійкість жінок більш орієнтована на подолання перешкод. Вони здатні зберігати спокій, намагаються приймати вірне рішення у складних ситуаціях, швидко орієнтуються та зберігають ефективність діяльності (високий рівень). Вміють долати проблеми, тверезо оцінити ситуацію (середній рівень). ухвалити рішення після аналізу ситуації. Однак тривожні жінки проявляють занепокоєння, нервозність та не можуть аналізувати події (низький рівень) (Потапчук, 2023).

У наших респонденток зберігається психологічна стійкість для підтримки їхньої життєдіяльності.

Кореляційний аналіз не тільки поглибив розуміння структури психологічної стійкості жінок в умовах війни, а й дозволив емпірично обґрунтувати вибір ключових мішеней для подальшого психокорекційного впливу на формуючому етапі дослідження. Найбільш тісні взаємозв'язки виявлено між життєстійкістю та показниками ресурсного функціонування, що дозволяє інтерпретувати ресурсність як провідний психологічний механізм підтримки стійкості особистості. Додатковий аналіз взаємозв'язків між окремими шкалами опитувальника О. Штепи та інтегральними показниками адаптивного функціонування поглибив розуміння внутрішньої структури психологічної стійкості, а також окреслив конкретні ресурси, які відіграють провідну роль у підтримці життєвої рівноваги жінок у період війни.

Враховуючи результати емпіричного дослідження, а також сучасні виклики, з якими стикаються жінки в умовах повномасштабної війни, була розроблена психокорекційна програма. Метою програми є активне формування й розвиток психологічної стійкості у жінок шляхом усвідомлення й актуалізації внутрішніх ресурсів та здатності до адаптивного реагування на кризові ситуації. Структурно програма включає 8 занять, кожне з яких спрямоване на активізацію одного або кількох компонентів психологічної стійкості.

Результати апробації програми свідчать про її ефективність у контексті формування та посилення психологічної стійкості жінок в умовах воєнного часу. Порівняльний аналіз показників до і після участі в програмі демонструє позитивну динаміку за всіма досліджуваними параметрами: життєстійкістю, психологічним благополуччям та ресурсністю. Водночас характер змін зберігає помірний рівень, що підтверджує доцільність її використання як одного з ефективних напрямів психопрофілактики та психологічної підтримки жінок у кризових умовах.

Висновки. Проведене дослідження містить всебічний аналіз феномену психологічної стійкості жінок в умовах війни, визначення її структурних особливостей та специфіки проявів.

Узагальнення літературних джерел дозволило уточнити визначення психологічної стійкості як внутрішнього ресурсу, що забезпечує збереження функціональної цілісності особистості в умовах дії дестабілізуючих факторів.

З'ясовано, що в умовах хронічного стресу, загрози життю, втрати контролю та порушення базових екзистенційних опор стійкість постає як механізм збереження адаптаційного балансу та інтеграції травматичного досвіду. Особливу роль у цьому процесі відіграють рефлексивність, переосмислення цінностей, ціннісні орієнтації та гнучке використання копінг-стратегій, що забезпечують суб'єктивне відновлення контролю над життєвими обставинами.

Доведено, що жіноча психологічна стійкість має свою специфіку: вона формується в умовах мультирольового навантаження, характеризується високою сенситивністю до міжособистісного контексту, схильністю до використання емоційно-когнітивних стратегій подолання та потребує соціальної підтримки як одного з ключових стабілізаторів.

Виокремлено також психологічні чинники, які актуалізуються в умовах війни (зростання відповідальності за дітей і близьких, переоцінка життєвих цілей, зміщення фокусу з особистісного на колективне), що вимагає розробки інтервенцій, чутливих до гендерних і соціокультурних змінних.

Отримані результати на високому рівні (допомога іншим, доброта до людей, віра в добро та впевненість у собі) та на середньому (прагнення до мудрості, відповідальність, успіх, любов, робота над собою, самореалізація у професії) показали, що у жінок є потенціал до подальшого зростання. Однак є жінки, які мають знижений адаптаційний потенціал в умовах хронічного стресу, тому що вони емоційно виснажені.

Результати кореляційного аналізу підтвердили наявність статистично значущих зв'язків між життєстійкістю, ресурсністю та показниками психологічного благополуччя.

Апробація розробленої нами психокорекційної програми засвідчила позитивну динаміку показників життєстійкості, психологічного благополуччя та ресурсності, що свідчить про її ефективність. Попри те, що зміни не були радикальними, вони мають високу практичну значущість і вказують на перспективність подібних програм психопрофілактики в умовах війни. Отримані дані можуть слугувати основою для подальших досліджень, а також бути впроваджені в роботу практичних психологів, зокрема у сферах освіти, охорони здоров'я, соціального захисту та кризового консультування.

Виконане дослідження дозволило висунути ряд актуальних питань для подальшого вивчення поставленої проблеми. Наприклад: визначити психоемоційний стан військовослужбовців, які були в полоні; виявити психоемоційний стан жінок, які покинули свої домівки; дослідити психічний стан молоді, яка перебуває в Україні, та тих, хто виїхав за кордон під час воєнного стану.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андрусик О.О. Проблема емоційної стійкості особистості як психологічний феномен. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського*. Серія: Психологія. 2022. Т. 33 (72). № 2. С. 1–6. DOI: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/01>

2. Асеева Ю. О., Аймедов К. В., Яцишина А. М. Визначення поняття ПТСР у військових: теоретичні основи, клінічні прояви та фактори ризику. *Ментальне здоров'я*. 2024. № 2. С. 8–17. DOI: <https://doi.org/10.11603/1681-2786.2025.1.15358>

3. Бобало С. Психологічні особливості стресостійкості працівників медичної сфери. *Магістерський науковий вісник*. 2021. № 37. С. 34–38. <http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/23766/1/Bobalo.pdf> (Дата звернення березень 2025 року)

4. Васильєв С. Психологічні умови розвитку психологічної стійкості (резилієнсу) у військовослужбовців у процесі базової загальновійськової підготовки. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. № 61 (3). С. 5–13. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-61-3-5-13>

5. Грішин Е. О. Резилієнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Серія: Психологія*. 2021. Вип. 64. С. 62–81. DOI: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04>

6. Денисовець А., Янченко І., Магула О., Кузьменко Н. Фітнес як ресурс психологічної стійкості жінок в умовах війни та стресу. *Вісник Національного університету Чернігівський колегіум імені Т. Г. Шевченка*. 2025. № 189 (33). С. 216–221. DOI: <https://doi.org/10.58407/visnik.253334>

7. Єрмакова Н., Сауленко О. Психологічні особливості проявів стресостійкості у сучасній молоді. *Молодий вчений*. 2020. № 11 (87). С. 59–63. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-11-87-13>

8. Зошій І. В. Психологічна стійкість особистості в екстремальних умовах життєдіяльності. *Наукові записки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. Серія: Педагогіка і психологія*. 2024. № 2 (4). С. 104–106. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-1297/2024-2-17>

9. Ключков В. В. Психологічні чинники стійкості особистості: наукові погляди. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. Вип. 5 (69). С. 58–66. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-69-5-58-66>

10. Кокун О.М. Професійна життєстійкість особистості: аналіз феномена. *Актуальні проблеми психології*, 2020. № 20 (5). С. 68–81. <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v5/i20/9.pdf> (Дата звернення березень 2025 року)

11. Коструба Н., Ляшко Л. Особистісні особливості психологічної стійкості молоді в умовах війни. *Психологічні перспективи*. 2023. Вип. 42. С. 82–96. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-kos>

12. Кудінова М. Теоретичні підходи до визначення сутності поняття «стресостійкість». *Молодий вчений*, 2019. № 3 (67). С. 137–143. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-3-67-28>

13. Кузікова С. Б., Щербак Т. І. Життєстійкість як адаптаційний ресурс особистості у реальності невизначеності життя. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. 2023. № 2. С. 24–29. DOI: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2023.2.4>

14. Потапчук Є. Стратегії подолання стресу жінками та їх стресостійкість в умовах воєнного стану в Україні. *Psychology Travelogs*. 2023. № 3. С. 90–99. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT-2023-3-9>

REFERENCES

1. Andrusyk, O. (2022). Problema emotsiinoi stiiikosti osobystosti yak psykholohichniy fenomen. [The problem of emotional stability and specialness as a psychological phenomenon]. *More notes from TNU named after V.I. Vernadsky*. Seriiia psykholohichna, Vol 33 (72), 2, 1–6. DOI: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/01> [in Ukrainian].
2. Asieieva Yu. O., Aimeedov K. V., & Yatsyshyna A. M. (2024). Vyznachennia poniattia PTSR u viiskovykh: teoretychni osnovy, klinichni proiavy ta faktory ryzyku. [The meaning of PTSD in civilians: theoretical foundations, clinical manifestations and risk factors]. *Mentally healthier*, 2, 8–17. DOI: <https://doi.org/10.11603/1681-2786.2025.1.15358> [in Ukrainian].
3. Bobalo, S. (2021). Psykholohichni osoblyvosti stresostiykosti pratsivnykiv medychnoi sfery. [Psychological characteristics of stress resistance of medical professionals]. *Master's Science Newsletter*, 37, 34–38. <http://dspace.tnpu.edu.ua/bitstream/123456789/23766/1/Bobalo.pdf> [in Ukrainian].
4. Vasyliiev, S. (2021). Psykholohichni umovy rozvytku psykholohichnoi stiiikosti (rezylientsu) u viiskovosluzhbovtziv u protsesi bazovoi zahalnoviiskovoi pidhotovky. [Psychological development of psychological stability (resilience) among military servicemen during the process of basic military training]. *Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 61 (3), 5–13. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2021-61-3-5-13> [in Ukrainian].
5. Hrishyn, E. (2021). Rezyliientnist osobystosti: sutnist fenomenu, psykhodiahnostyka ta zasoby rozvytku. [Resilience of specialness: the essence of the phenomenon, psychodiagnostics and development]. *Newsletter of KhNPU named after G.S. Frying pan*. Seriiia psykholohichna, 64, 62–81. DOI: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04> [in Ukrainian].
6. Denysovets, A., Yanchenko, I., Mahula, O., & Kuzmenko, N. (2025). Fitnes yak resurs psykholohichnoi stiiikosti zhinok v umovakh viiny ta stresu. [Fitness as a resource of psychological resilience of women in the minds of war and stress]. *Newsletter of the National University of Chernihiv Collegium named after T. G. Shevchenko*, 189 (33), 216–221. DOI: <https://doi.org/10.58407/visnik.253334> [in Ukrainian].
7. Yermakova, N., & Saulenko, O. (2020). Psykholohichni osoblyvosti proiaviv stresostiiikosti u suchasnoi molodi. [Psychological characteristics of stress resistance in young adults]. *Young ideas*, 11 (87), 59–63. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-11-87-13> [in Ukrainian].
8. Zoshii, I. (2024). Psykholohichna stiiikist osobystosti v ekstremalnykh umovakh zhyttiedialnosti. [Psychological stability of specialness in extreme minds of living]. *Scientific notes of the Lviv State University of Life Safety*. Pedagogical and Psychological Series, 2 (4), 104–106. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-1297/2024-2-17> [in Ukrainian].
9. Klochkov, V. (2022). Psykholohichni chynnyky stiiikosti osobystosti: naukovi pohliady. [Psychological officials of stability of specialness: scientific views]. *Newsletter of the National Defense University of Ukraine*, 5 (69), 58–66. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-69-5-58-66> [in Ukrainian].
10. Kokun, O. (2020). Profesiina zhyttiistiiikist osobystosti: analiz fenomenu. [Professional living resilience: analysis of the phenomenon]. *Current problems in psychology*, 20 (5), 68–81. <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v5/i20/9.pdf> [in Ukrainian].
11. Kostruba N., & Liashko L. (2023). Osobystisni osoblyvosti psykholohichnoi stiiikosti molodi v umovakh viiny. [Particular features of the psychological stability of young people in the minds of war]. *Psychological Perspectives*, 42, 82–96. DOI: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2023-42-kos> [in Ukrainian].
12. Kudinova, M. (2019). Teoretychni pidkhody do vyznachennia sutnosti poniattia «stresostiiikist». [Theoretical approaches to defining the essence of the concept of «stress resistance»]. *Young people*, 3 (67), 137–143. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-3-67-28> [in Ukrainian].
13. Kuzikova, S. B., & Shcherbak, T. I. (2023). Zhyttiistiiikist yak adaptatsiinyi resurs osobystosti u realnosti nevyznachenosti zhyttia. [Liveability as an adaptive resource of specialness in the reality of the insignificance of life]. *Slobozhansky scientific journal*. Seriiia psykholohichna, 2, 24–29. DOI: <https://doi.org/10.32782/psyspu/2023.2.4> [in Ukrainian].
14. Potapchuk Ye. (2023). Stratehii podolannia stresu zhinkamy ta yikh stresostiiikist v umovakh voiennoho stanu v Ukraini. [Strategies for dealing with stress by women and their resistance to stress in the minds of the military camp in Ukraine]. *Psychology Travelogs*, 3, 90–99. DOI: <https://doi.org/10.31891/PT-2023-3-9> [in Ukrainian].

Anzhela Denysenko,

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Theory and Methods of Practical Psychology,

The state institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky"

26, Staroportofrankivska, Str., Odesa, Ukraine,

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6647-2209>

Olga Shuvalova,

Graduate Student at the Department of Theory and Methods of Practical Psychology,

The state institution "South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky"

26, Staroportofrankivska, Str., Odesa, Ukraine,

ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-3766-8406>

Tetyana Lazorenko,

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor at the Department of Psychology and Pedagogy,

Odessa State University of Internal Affairs,

1, Uspenska, Str., Odesa, Ukraine

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0416-4104>

FEATURES OF THE MANIFESTATION OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN WOMEN IN TIMES OF WAR

This article examines the characteristics of psychological resilience in women in wartime. The societal transformations brought about by the war in Ukraine have highlighted the need for an interdisciplinary understanding of the resources of psychological adaptation, amongst which personal resilience plays a key role. War has led not only to a change in women's social roles but also to a radical restructuring of their identity, creating a need for a deeper scientific understanding of the dynamics of internal resources. Research into women's psychological resilience in wartime is not only of scientific and theoretical significance but also has clear practical implications, both in the field of psychotherapy and in terms of fostering national psychological resilience amidst protracted social upheaval. The aim of the study is to theoretically substantiate and empirically investigate the characteristics of psychological resilience in women in wartime. The following instruments were used for this purpose: the Resilience Scale (Connor–Davidson), the Psychological Well-being Scale (K. Riff) and the Psychological Resiliency Questionnaire (O. Shtepa). The study involved 54 female respondents aged between 18 and 35. The results showed that the sample as a whole exhibited a predominantly moderate level of resilience and resourcefulness; however, some respondents scored low, indicating vulnerability to psychotraumatic factors. A correlation analysis using Pearson's correlation coefficient confirmed the presence of statistically significant positive correlations between measures of resilience, psychological well-being and specific resourcefulness scales, enabling conclusions to be drawn regarding the interdependence of women's key psychological resources in the context of a crisis environment.

Key words: *psychological resilience, resilience, psychological well-being, psychological resourcefulness, women, war.*

Дата першого надходження статті до видання: 23.07.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 18.09.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 19.10.2026