

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ

ОДНОСТАЛКО ОЛЕНА СЕРГІЇВНА

УДК 159.923.-053.8:159:98:316.625 (043.3)

**РЕСУРСИ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ
СКЛАДНИХ ТА НЕТИПОВИХ СИТУАЦІЙ ЖИТТЯ**

19.00.01 – загальна психологія, історія психології

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата психологічних наук

Луцьк – 2020

Дисертацією є рукопис

Робота виконана в Одеському національному університеті імені І.І. Мечникова.

Науковий керівник: доктор психологічних наук, професор
Литвиненко Ольга Дмитрівна
Одеський національний університет
імені І.І. Мечникова,
завідувач кафедри загальної психології і
психології розвитку особистості

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Гошовський Ярослав Олександрович,
Волинський національний
університет імені Лесі Українки,
завідувач кафедри педагогічної та
вікової психології

кандидат психологічних наук, доцент
Луньов Віталій Євгенович,
Національний медичний університет
імені О.О. Богомольця,
доцент кафедри загальної та
медичної психології

Захист відбудеться 18 грудня 2020 року о 13.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 32.051.05 у Волинському національному університеті імені Лесі Українки (м. Луцьк) за адресою: вул. Потапова, 9, м. Луцьк, 43024.

З дисертацією можна ознайомитися на сайті <http://vnu.edu.ua> та у бібліотеці Волинського національного університету імені Лесі Українки за адресою: вул. Винниченка, 30 а, м. Луцьк, 43024.

Автореферат розісланий 18 листопада 2020 р.

Учений секретар

спеціалізованої вченої ради



Л.Я. Малімон

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. Світ, як відомо, не такий однозначний, статичний, стабільний, передбачуваний, як представлялося у класичній науці. Людина, адаптуючись до невизначених, мінливих і несприятливих обставин, через сприйняття і мислення формує усвідомлений образ життєвої ситуації та ставлення до неї і далі вибудовує стратегію реагування. В сучасній психології більша увага дослідників приділяється індивідуальному сприйманню ситуації порівняно з фактами об'єктивної дійсності. Завдяки ситуаційному підходу, що існує поруч з когнітивно - поведінковою парадигмою, вчені враховують суб'єктивне ставлення до ситуації з позицій внутрішнього світу особистості і впливу на її життя (L. Magnusson, A. Furnheim, M. Argyle, L. Ferguson, W. Mischel).

В дослідженнях складних / екстремальних / критичних / нетипових ситуацій життя (Л. Анциферова, Дж. Боулбі, Б. Братусь, Л. Бурлачук, Ф. Василюк, І. Ващенко, Я. Гошовський, Д. Леонт'єв, З. Карпенко, З. Кіреєва, О. Коржова, О. Кочарян, С. Нартова-Бочавер, В. Нуркова, М. Магомед-Емінов, К. Муздибаєв, М. Раттер, Т. Титаренко, Н. Толстих, Д. Хебб, Н. Чепелева, Р. Шпіц та ін.) наголошується на важливості ресурсів у процесі адаптації до них, як функціонального потенціалу, що забезпечує здатність вчитися, змінюватися й іноді зростати в несприятливих обставинах. Окрема роль належить ресурсам стійкості, які є наслідком певної динаміки життєвої ситуації і факторами, що впливають на подальшу успішність та ефективність життєдіяльності (Л. Олександрова, В. Бодров, Н. Водоп'янова, Д. Леонт'єв, К. Муздибаєв, Т. Титаренко, А. Хаммер, М. Цайндер, С. Hobfoll, P. Rossouw, J. Rossouw). Ресурси стійкості забезпечують пристосування до змін, здатність впоратися зі стресом і негараздами життя, не зупинятися перед невдачами; спроможність чітко мислити, зосереджуватися, вміти впоратися з неприємними почуттями (K. Connor, J. Davidson).

Досвід специфічних переживань, що отримується в процесі адаптації до складних ситуацій життя, відображається в особистих історіях, які відбивають особливості інтерпретації моментів «наративної загибелі» (A. Frank) та внутрішні і зовнішні ресурси, що допомогли не втратити або знайти новий сенс, цілі і цінності життя.

Особливо гостро постала ця проблема в складних умовах нашого сьогодення, оскільки більшість людей не має досвіду переживання пандемії і не знайома з особливостями життєдіяльності в період соціальної ізоляції, і тому усвідомлення реальності і себе в цій реальності, створення нових або трансформація старих способів взаємодії з реальністю і з собою, залучення ресурсів, які необхідні для збереження власної ідентичності, є важливим завданням особистості в цей період. Отже, соціально-психологічна значущість і актуальність проблеми зумовили вибір теми дослідження «Ресурси стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертація є складовою частиною науково-дослідної теми кафедри загальної психології та психології розвитку особистості Одеського національного університету імені І. І. Мечникова «Динаміка розвитку особистості у часовій розгортці життя» (номер державної реєстрації 0118U001786). Тема дисертаційної роботи затверджена Вченою радою Одеського національного університету імені І. І. Мечникова (протокол № 10 від 27 червня 2017 р.).

Мета дослідження: теоретико-емпіричним шляхом встановити ресурси стійкості особистості в умовах складних і нетипових ситуацій життя.

Відповідно до поставленої мети визначено такі **завдання:**

1. На основі теоретичного аналізу наукових джерел визначити й узагальнити особливості складних і нетипових ситуацій життя та ресурсів як засобів адаптації до них.
2. Здійснити адаптацію й апробацію психодіагностичної методики, що спрямована на вивчення резильєнтності як ресурсу стійкості особистості.
3. Дослідити і порівняти ресурси стійкості особистості в залежності від сприймання нетипової ситуації, віку і статі та простежити особливості проявів ресурсів стійкості в постсприйнятті нетипової ситуації.
4. Вивчити досвід переживання складних ситуацій життя за допомогою напівструктурованого інтерв'ю в межах нарративного опису.

Об'єкт дослідження – ресурсна сфера особистості.

Предмет дослідження – ресурси стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя.

Теоретико-методологічну основу дослідження становлять такі підходи та концептуальні положення вітчизняної і зарубіжної психології: системний підхід (Б. Ананьєв, О. Асмолов, П. Анохін, Л. фон Берталанфі, В. Зінченко, М. Каган, Б. Ломов, С. Максименко, О. Слюсаревський, А. Уйомов, М. Федоренко), діяльнісний підхід (О. Леонт'єв, С. Рубінштейн, С. Максименко), комплексний підхід (Б. Ананьєв), суб'єктний підхід (Б. Ананьєв, Г. Костюк, С. Рубінштейн, В. Татенко, О. Лактіонов); особистісно-орієнтований підхід до розвитку (К. Абульханова-Славська, О. Асмолов, Г. Балл, І. Бех, Я. Гошовський, Л. Обухова, В. Рибалко, В. Татенко, Т. Титаренко, І. Якіманська та ін.), індивідуально-особистісний підхід (Л. Собчик); ситуаційний підхід (К. Левін, Л. Бурлачук, L. Ross, R. Nisbett, D. Magnusson, H. Murray W. Mischel), ресурсний підхід (Д. Леонт'єв, Н. Родіна, О. Литвиненко, З. Кіреєва), нарративний підхід (М. Боришевський, О. Зарецька, М. Копотун, Н. Чепелева, М. Крослі, D. McAdams).

Методи дослідження: *теоретичні* (аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, систематизація наукової літератури щодо вивчення ресурсів стійкості особистості в складних ситуаціях життя); *емпіричні*: опитувальник оптимізму (Life Orientation Test – LOT), розроблений

C.Carver та M.Scheier для вимірювання оптимізму як риси (в адаптації Т. Гордєєвої, О. Сичова, Є. Осіна); методика CD-RISC-10, розроблена Campbell-Sills і Stein на основі CD-RISC К. Conner, J. Davidson для визначення рівня резильєнтності (в адаптації З. Кіреєвої, О. Односталко, Б. Бірона), проективна методика «Не дай людині впасти» для вивчення особливостей поведінки людини в стресових, форс-мажорних ситуаціях; напівструктуроване інтерв'ю в межах нарративного опису «Особиста історія» (D.McAdams); анкетування; методи *математичної статистики*: відсотковий аналіз, кореляційний аналіз, факторний аналіз (для мінімізації кількості змінних та концентрації інформації у формі невеликого масиву даних щодо ресурсів стійкості респондентів у складних мовах життя); непараметричний критерій U Манна–Уїтні (для визначення міжгрупових відмінностей у ресурсах стійкості); конфірматорний аналіз (для оцінки відповідності моделей емпіричним даним за допомогою абсолютних індексів χ^2 , RMSEA та SRMR).

Математично-статистична обробка даних здійснювалась за допомогою Microsoft Office World (2007) та комп'ютерного забезпечення SPSS для Windows (версія 13.0.).

Наукова новизна одержаних результатів дисертаційної роботи полягає у тому, що

вперше встановлено комплекс ресурсів стійкості осіб, що переживають нетипову ситуацію життя; показано особливості ресурсів стійкості залежно від віку і статі; продемонстровано, що в осіб пізньої дорослості ресурси стійкості більш розвинуті, ніж в молодших за віком осіб; зафіксовано, що в процесі переживання нетипової ситуації існує тенденція зменшення ресурсу стійкості – резильєнтності у тих, хто мав його високий рівень; запропоновано використання терміну «Crash-етап»;

уточнено, що репрезентація складної / нетипової ситуації в процесі її проживання не впливає на ресурси стійкості; сім'я виступає головним ресурсом соціальної підтримки і з віком її цінність зростає; з віком збільшується резильєнтність жінок; у пізній дорослості крайній ступінь оптимізму є афірмаційним атитюдом – ресурсом, який активізується в нових, складних ситуаціях життя; у постпереживанні ситуації до ресурсів стійкості віднесено репрезентацію ситуації і стану власного здоров'я; існує 10-13% осіб з низьким рівнем резильєнтності, яка утруднює процес адаптації;

дістало подальшого розвитку: поняття резильєнтності; особливості використання ресурсу підтримки самого себе через отримання нових знань та збільшення шансів конкурентоспроможності у постіндустріальному суспільстві; погляд на гроші, які в чоловіків у віці пізньої дорослості не є ресурсом.

Практична значущість роботи. Результати дослідження можуть застосовуватися психологами соціально-психологічних служб навчальних закладів у діагностичній і психокорекційній роботі з особами, що потрапили у складні/нетипові ситуації життя, в діяльності психологічних служб і центрів

психологічної допомоги, які надають психологічні послуги щодо додання складних або нетипових ситуацій життя, а також у процесі підвищення кваліфікації психологів, що працюють у різних галузях психології (екстремальної, вікової, психології здоров'я).

Узагальнені теоретико-емпіричні результати роботи використано в процесі викладання навчальних курсів «Загальна психологія», «Диференціальна психологія», «Вікова психологія», «Психологія праці», «Психодіагностика», «Медико-соціальні основи здоров'я», «Психологічне консультування». Пакет психодіагностичних методик для отримання об'єктивної інформації про ресурси стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя застосовується на практичних заняттях, під час проходження студентами практики, при написанні курсових та дипломних робіт.

Результати дослідження **впроваджено** в навчально-виховний процес та в науково-дослідницьку й практичну діяльність кафедри загальної психології та психології розвитку особистості ОНУ імені І.І. Мечникова (довідка «Акт впровадження» № 06-08-01-736а від 25.05.2020), в навчальний процес Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля (акт впровадження № 507/15.17-01 від 28.05.2020); адаптована й апробована методика вивчення резильєнтності як ресурсу стійкості особистості рекомендована Інститутом психології імені Г.С. Костюка до використання у психодіагностичній практиці (акт впровадження № 162-7-3 від 21.04.2020).

Апробація результатів дослідження. Основні результати дослідження представлено на: II International conference on MENTAL HEALTH CARE (Kyiv, 25-26 October 2018); Міжнародній науковій інтернет-конференції «Людина як цілісність: філософсько-методологічні, соматичні та суспільно-психологічні аспекти здоров'я» (м. Одеса, 21 червня, 2018); Четвертій Міжнародній науково-практичній конференції студентів, аспірантів та молодих вчених «Соціально-психологічні технології розвитку особистості» (м. Херсон, 16 травня, 2019); Міжнародній науково-практичній конференції «Інтеграційний розвиток особистості та суспільства: психологічний і соціологічний виміри» (м. Одеса, 31 травня – 1 червня, 2018); Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми психічного та психологічного здоров'я» (м. Одеса, 26-27 квітня, 2019); Всеукраїнській науково-практичній конференції студентів, аспірантів і молодих вчених з міжнародною участю «Досягнення сучасної психологічної науки і практики» (м. Вінниця, 28 березня, 2019); Scientific and Professional Conference Pedagogue and Psychologist In an Era of Increasing from of Information» (Budapest, 2 february, 2020).

Особистий внесок здобувача. Розроблені теоретичні положення й отримані результати дослідження є самостійним внеском автора у вивчення проблеми. Теоретичний аналіз ресурсів стійкості особистості проводився спільно з З. Кіреєвою, психометрична перевірка методики CD-RISC-10 проводилася спільно з Б. Біроном. Особистим внеском автора є аналіз

сучасних зарубіжних досліджень щодо проблеми ресурсів стійкості особистості, зокрема резильєнтності, а також організація і проведення дослідження, інтерпретація отриманих результатів під час першої хвилі пандемії. Авторський внесок у спільних публікаціях становить 80%.

Публікації. Основні результати дослідження висвітлено в 7 наукових публікаціях, з яких 5 статей опубліковано у виданнях, що включені до переліку фахових у галузі психології, 1 стаття – в міжнародному періодичному виданні з психології, 1 – в збірнику матеріалів конференцій.

Структура й обсяг роботи. Дисертаційна праця складається зі вступу, трьох розділів, висновків, додатків та списку використаних джерел (231 найменувань, з них 52 – іноземними мовами). Загальний обсяг дисертації складає 183 сторінок. Основний текст дисертації викладено на 164 сторінках. Наукова робота містить 19 таблиць, 11 рисунків.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет дослідження; з'ясовано наукову новизну й практичне значення отриманих результатів; наведено дані про апробацію результатів дослідження та публікації; подано відомості про структуру та обсяг дисертації.

У **першому розділі** *«Теоретичний аналіз особливостей складних і нетипових ситуацій життя та ресурсів, як засобів адаптації до них»* розглянуто підходи, визначення та класифікацію життєвих ситуацій у сучасній психології; розглянуто феномени, які вивчаються в контексті подолання складних життєвих ситуацій; представлено ресурси як потенціал адаптації до несприятливих життєвих подій; підкреслено системну організацію й динамічну взаємодію ресурсів та перелічено їх основні функції; зазначено роль ресурсів стійкості в процесі захисту людини від несприятливих обставин життя.

Констатовано, що реальність є динамічним нелінійним процесом, і адаптація особистості як складної системи може відбуватись різними шляхами та способами в умовах невизначеності.

Психологія ситуацій є одним із сучасних напрямів психології. Наукові погляди на ситуацію формувалися в межах об'єктивістського (Д. Магнуссон, А. Фернхем, М. Арґайл та ін.), суб'єктивістського (К. Левін, Т. Шибутані), особистісно-ситуаційного, когнітивного, наративного, подієво-ситуаційного підходів, у психосемантичній та еволюційно-синергетичній парадигмах.

Зазначено, що визначення складності ситуації та її концептуалізація і репрезентація є індивідуальним феноменом, який залежить від сприйняття, усвідомлення, суб'єктивної значущості та досвіду людини, що своєю чергою впливає на особливості реагування. Психологічна репрезентація ситуації відображає мотиви, ціннісні орієнтації людини, її взаємодію з оточенням та патерни поведінки. Узагальнено визначення, структуру (І. Ващенко і

І. Ананова) й класифікації життєвих ситуацій, найпоширенішими з яких є поділ ситуацій на: прості, складні і екстремальні (Р. Кадиров, О. Кочарян, К. Муздибаєв, М. Магомед-Емінов, І. Малкіна-Пих, Н. Осухова); нормальні і проблемні (Н. Парфенова); критичні (Ф. Василюк, Д. Леонтьєв); аномальні, травматичні, кризові, надзвичайні, несприятливі, проблемні (Л. Анциферова, Б. Братусь, Л. Бурлачук, Д. Леонтьєв, О. Коржова, С. Нартова-Бочавер, В. Нуркова); психологічні (Н. Чепелева, З. Карпенко).

Зазначено, що поняття «складна життєва ситуація» є родовим для усіх видів ситуацій, в яких вимоги до особистості виходять за звичні норми (О. Олександрова, І. Дерманова). Показано, що складна життєва ситуація характеризується низкою феноменологічних показників (невизначеністю, стресогенністю, психологічним виснаженням, оцінкою ресурсів, валентністю, контрольованістю, обізнаністю). Продемонстровано, що ядром життєвої ситуації є подія (В. Знаков); розглянуто синонімічні поняття: психологічна ситуація (Н. Чепелева, З. Карпенко), суб'єктивна ситуація, власна ситуаційна специфічність (І. Ващенко, І. Ананова). До складних ситуацій з урахуванням крос-культурних досліджень віднесено: смерть близької людини; втрата здоров'я, коханого, роботи; міжособистісний і внутрішньоособистісний конфлікт; розлучення та ситуації, що виходять за межі звичайного людського досвіду: участь у бойових діях, насильство, стихійні лиха і катастрофи (Ф. Василюк, А. Прохоров, Т. Титаренко, В. Dohrenwend).

Нетипові ситуації розглянуто як вид екстремальних, в яких людина не має перевіреного, що базується на власному досвіді, готового способу дії, внаслідок чого актуалізується нераціональне або неадекватне реагування. До нетипових ситуацій віднесено ситуації, що привели до депривації (Дж. Боулбі, І. Дубровіна, У. Голдфарб, Я. Гошовський, М. Раттер, Н. Толстих, Д. Хебб, Р. Шпіц та ін) та ситуації, що пов'язані з соціальною ізоляцією (J. Holt-Lunstad) і пандемією (M. Jurblum, S. Bishop, K. Norris, H. Moffic). Розглянуто феномен «Cabin Fever», що викликає механізми зниження мотивації, розчарування, труднощі з концентрацією уваги, недовіру до оточуючих, дратівливість та неспокійність у режимах сну, відчуття емоційної межі.

Констатовано, що в складних ситуаціях адаптивні процеси особистості протікають за участю не окремих, ізольовано діючих механізмів, а їх комплексів (А. Налчаджан). Розглянуто найважливіші феномени, які вивчаються в контексті подолання складних життєвих ситуацій («особистісний потенціал», «особистісний адаптаційний потенціал», «саногенний потенціал», «життєстійкість», «стресостійкість», «hardiness», «психологічний капітал»).

Зазначено, що в психологічній науці не існує єдиного загальноприйнятого визначення поняття «ресурс». Його розглядають як: теоретичний конструкт; допоміжний засіб (С. Hobfoll), засіб існування (К. Мудзибаєв); функціональний потенціал, що забезпечує високий рівень реалізації активності (В. Бодров); внутрішні і зовнішні змінні, що сприяють стійкості (Н. Водоп'янова), засоби, що сприяють досягненню цілі та підтримці

благополуччя (Д. Леонтьєв); фізичні та духовні можливості людини (В. Бодров). Продемонстровано, що існують різні класифікації видів ресурсів; узагальнено їх основні функції та підкреслено системну організацію і динамічну взаємодію ресурсів. Розглянуто принципи «консервації ресурсів» (С. Hobfoll), що лежать у основі COR-теорії.

Особистісні ресурси розглядаються в роботі як компоненти ресурсної системи (С. Hobfoll), гнучкі властивості особистості («state-like»), що визначають здатність до інтеграції поведінки, мають прижиттєвий генезис і піддаються корекції і розвитку. Констатовано, що ресурси сприяють відновлюванню людини після множинних втрат – психічних, фізичних, соціальних, духовних (Т. Титаренко). Особистісні ресурси включають п'ять сфер життєдіяльності людини: пізнання і уявлення, почуття, стосунки з людьми, духовність і фізичне буття (А. Хаммер, М. Цайндер). Особистісні ресурси можуть знаходитися в активному або потенційному стані, бувають відновлюваними, обмеженими, виснаженими й не відновлювальними. Існує окрема група екзистенціальних і особистісно-екзистенційних ресурсів.

Констатовано, що ресурси стійкості є найнадійнішим захистом особистості від несприятливих обставин життя. До них відносять: життєстійкість (С. Мадді), оптимізм (М. Scheier, С. Carver, К. Peterson, М. Seligman), наявність цілей (Д. Леонтьєв), резильєнтність (G. Bonanno, М. Margalit, Р. J. Rossouw, J. G. Rossouw), когнітивну гнучкість (Т. Benjamin, В. Johnson), досвід (А. Лактіонов), просоціальну поведінку, соціальну підтримку (S. Shumaker, С. Kong, Р. Leahy-Warren) та активне подолання (S. Folkman, R. Lazarus). Детальний аналіз ресурсів стійкості дав змогу акцентувати увагу на резильєнтності, яка, за авторським визначенням, є *вольовим психічним станом, що забезпечує зв'язаність ресурсів у складних ситуаціях життя і сприяє формуванню відповідної особистісної риси, яка сприяє ефективній адаптації і особистісному росту в подальшому житті*. Застосовано модель резильєнтності (Р. J. Rossouw and J. G. Rossouw), що складається або є функцією шести компонентів (PR6): бачення, спокій, впевненість, міркування, співпраця, здоров'я. Зазначено, що цю модель було взято за орієнтир для емпіричного дослідження вивчення ресурсів стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя.

У **другому розділі** «*Організація дослідження ресурсів стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя*» описано етапи дослідження, обґрунтовано методики і математико-статистичний апарат дослідження, охарактеризовано особливості вибірки, надано результати адаптації та апробації психодіагностичної методики CD-RISC-10.

Емпіричне дослідження здійснювалося протягом 2017-2020 років у два основні етапи згідно традиційної моделі організації дослідження. На першому гіпотетико-дедуктивному етапі вивчено стан проблеми, з'ясовано її актуальність, визначено цілі і завдання, предмет і об'єкт дослідження та його методичне забезпечення. На другому індуктивному етапі визначено

контингент дослідження, здійснено збір емпіричних даних, їх обробку, інтерпретацію результатів, формулювання загальних висновків і оцінювання перспектив подальшої розробки проблеми.

У дослідженні взяли участь 354 особи періоду дорослості (від 17 років до старших за 40 років), у тому числі 163 особи, які приймали участь у процедурі адаптації та апробації психодіагностичної методики (CD-RISC-10) та 45 осіб – в дослідженні постпереживання нетипової ситуації життя.

Описано психодіагностичний інструментарій, що використовувався в дослідженні, зокрема процедури кількісного аналізу: описова статистика, кореляційний аналіз, однофакторний дисперсійний аналіз (ANOVA), конфірматорний аналіз, тест сферичності Бартлетта, критерій U - Манна – Вітні, коефіцієнт кореляції Пірсона, τ_b – коефіцієнт рангової кореляції Кендалла, r_{pb} – точково-бісеріальний коефіцієнт кореляції, α Кронбаха. Продемонстровано процедуру адаптації та апробації психодіагностичної методики (CD-RISC-10). Зазначено, що шкали CD-RISC-10 вимірюють резильєнтність як функцію п'яти взаємопов'язаних компонентів: особистісної компетентності, прийняття змін та безпечних відносин, довіри / толерантності, контролю, духовних впливів (K. Conner, J. Davidson). Вивчено психометричні властивості адаптованої версії шкали резильєнтності засобами конфірматорного аналізу. Встановлено, що шкала резильєнтності адаптованої методики виявила статистично значущі кореляції з іншими шкалами, що вимірюють оптимізм та мету. Порівняно значення коефіцієнтів кореляції шкал резильєнтності, що сформована десятьма та дев'ятьма пунктами і встановлено, що вони є практично ідентичними психодіагностичними інструментами. Зазначено, що існуюча адаптація шкали резильєнтності підтвердила високу конструктну валідність для скороченої версії (9 запитань) та конвергентну валідність і надійність за внутрішньою узгодженістю для скороченої та повної версій. Продемонстровано, що адаптована шкала резильєнтності є валідним та надійним інструментом, який рекомендується для використання в скороченій версії (9 запитань) як більш узгоджений варіант.

У **третьому розділі** *«Емпіричне дослідження ресурсів стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя»* узагальнено й інтерпретовано результати представленості ресурсів стійкості в залежності від сприйняття нетипової ситуації, віку і статі досліджуваних та простежено особливості проявів ресурсів стійкості в постсприйнятті нетипової ситуації.

В дослідженні брало участь 146 осіб різного віку, що переживають нетипову ситуацію (пандемію SARS), та надають їй різної суб'єктивної складності. За результатами переживання ситуації та її категоризації і репрезентації сформовано дві групи досліджуваних: «Психологічно складна» і «Середня, нічого особливого». В групі «Психологічно складна» представлено 67,9 % жінок і 32,1 % чоловіків, з них за віковим розподілом: 33 % осіб віком 17-25 років, 49,4 % – 26-40 років і 17,3% – старші за 40 років. В групі «Середня, нічого особливого»: 54,7 % жінок, 45,3 % чоловіків; 20 % осіб віком

17-25 років, 46,3 % – 26-40 років і 33,7 % – старші за 40 років. Продемонстровано, що, незважаючи на різне суб'єктивне сприйняття ситуації, досліджувані обох груп однаково стурбовані власним здоров'ям (відповідно до груп 44,4 % і 40 %) і здоров'ям близьких (75,3 % і 68,4 %).

Вивчено представленість ресурсів стійкості в групах залежно від сприйняття ситуації (табл.1).

Таблиця 1

Представленість ресурсів стійкості в групах залежно від сприйняття ситуації

Ресурси стійкості та їх рівень	Групи за суб'єктивними репрезентаціями		U-критерій Манна-Вітні
	«Психологічно складна» (%)	«Середня, нічого особливого» (%)	
Методика LOT			,388
Крайня ступінь песимізму	8,6	2,1	
Песимісти	14,8	24,2	
Оптимісти	58	42,1	
Крайня ступінь оптимізму	18,5	31,6	
Методика CD-RISC-10			,143
Низький рівень резильєнтності	1,2	1,3	
Середньо-низький рівень	12	9,1	
Середній рівень	71,2	70,1	
Вище середнього рівня	15,6	19,5	
Наявність цілі	63	72,6	,259
Відсутність цілі	37	27,4	
Поведінка в складних ситуаціях			,457
Непередбачлива	21	14,7	
Чекають, що все вирішиться	12,3	11,6	
Активні і рішучі	47,9	48,5	
Вміють знайти вихід	3,7	7,4	
Ресурси соціальної підтримки			,837
Сім'я	51,9	57	
Кохані	19,8	8,4	

В групі «Психологічно складна» зафіксовано більшу кількість оптимістів порівняно з іншою групою. Можна припустити, що репрезентація ситуації як звичної, «робить» людину з крайнім ступенем оптимізму легковажною, такою, що не визнає або невідповідно зменшує проблему; водночас досліджувані з крайнім ступенем песимізму схильні до застосування неконструктивних засобів її подолання.

Вивчено ресурси стійкості особистості в складних та нетипових ситуаціях життя залежно від віку, відповідно до чого виокремлено три групи досліджуваних: 17-25 років (юність, рання дорослість), 26-40 років (середня

дорослість) і старші за 40 років (пізня дорослість). Показано, що «Психологічно складною» вважають ситуацію 55,3 % осіб віком 17-25 років, 49,4 % досліджуваних віком 26-40 років, і 34,1 % осіб, які старші за 40 років. Розглядають ситуацію як «Середня, нічого особливого» відповідно: 29,8 %, 28,2 % і 36,6 % досліджуваних. У свідомості 7,6 % юнаків і 5,6 % осіб у віці середньої дорослості ситуація репрезентується як екстремальна. Статистичні розбіжності встановлено між групами 17-25 років і старші за 40 років ($p < ,049$). Показано, що стурбованість власним здоров'ям і здоров'ям близьких не змінюється впродовж періоду дорослості (табл. 2).

Таблиця 2

Ресурси стійкості особистості в складних та нетипових ситуаціях життя залежно від віку

Ресурси стійкості та їх рівень	Групи за віком, (%)		
	Рання дорослість	Середня дорослість	Пізня дорослість
Методика LOT			
Крайня ступінь песимізму	10,6	5,6	-
Песимісти	29,8	23,9	4,5
Оптимісти	51,1	46,5	52,3
Крайня ступінь оптимізму	8,5	23,9	36,4
Методика CD-RISC-10			
Низький рівень резильєнтності	2,1	-	2,4
Середньо-низький рівень	7	14	12,2
Середній рівень	67,6	66,4	58,6
Вище середнього рівня	23,3	19,6	26,8
Ціль			
Наявність	57,4	62	82,9
Відсутність	42,6	38	17,1
Поведінка в складних ситуаціях			
Непередбачлива	10,6	22,5	24,4
Чекають, що все вирішиться	19,1	11,3	4,9
Активні і рішучі	48,9	49,3	39,1
Вміють знайти вихід	10,6	4,2	12,3
Ресурси соціальної підтримки			
Сім'я	38,3	54,9	73,2
Кохані	19,1	16,9	2,4
Знання / навчання / розвиток	10,6	7	12,2

Встановлено статистичні розбіжності за U-критерієм Манна-Вітні між групами за ступенем оптимізму: досліджувані віком 17-25 років відрізняються від досліджуваних середньої дорослості ($p < ,048$) і пізньої дорослості ($p < ,000$), досліджувані віком 26-40 років відрізняються від досліджуваних, які старші за 40 років ($p < ,005$); за резильєнтністю між групами «Пізня дорослість» і

«Середня дорослість» ($p < ,012$), «Пізня дорослість» і «Рання дорослість» ($p < ,000$), «Середня дорослість» і «Рання дорослість» ($p < ,052$); за наявністю цілі між групами: «Пізня дорослість» і «Середня дорослість» ($p < ,021$), «Пізня дорослість» і «Рання дорослість» ($p < ,010$); за соціальною підтримкою між групами «Рання дорослість» і «Пізня дорослість» ($p < ,039$).

За результатами кореляційного та факторного аналізів отриманих результатів в досліджуваних групах виокремлено два чинники, які дають змогу описати матрицю кореляційних зв'язків. В групі досліджуваних віком 17-25 років перший фактор складає 21,69 % дисперсії загального масиву даних, другий – 19,4 %; в групі досліджуваних віком 26-40 років перший фактор складає 22,1 % дисперсії, другий – 17,42 %; в групі осіб, які старші сорока років – відповідно 27,65 %, 19,7 % дисперсії.

В групі досліджуваних віком 17-25 років: 1 фактор «Здоров'я» (Здоров'я близьких (,791), Здоров'я власне (,635), Наявність цілі (,661)); 2 фактор «Ресурси стійкості» (Оптимізм (,876), Резильєнтність (,621)).

В групі досліджуваних віком 26-40 років: 1 фактор «Ресурси стійкості у теперішньому» (Оптимізм (,837), Резильєнтність (,790), Наявність цілі (-,716); 2 фактор «Здоров'я близьких» (Здоров'я близьких (,752), Здоров'я власне (,579), Соціальна підтримка (,508)).

В групі досліджуваних, які старші 40 років: 1 фактор «Здоров'я власне» (Здоров'я власне (,710), Здоров'я близьких (,676)); 2 фактор «Стійкість у теперішньому» (Наявність цілі (-,800), Оптимізм (,810), Резильєнтність (,637)).

Встановлено, що у всіх вікових групах у нетиповій ситуації життя ресурси стійкості (оптимізм і резильєнтність) представлені комплексно, власне здоров'я і здоров'я близьких також усвідомлюються невиокремлено. Але існують такі розбіжності: в групах осіб 26-40 років і старших за 40 років досліджувані так зосереджені на ресурсах стійкості у теперішньому, що не спрямовані в майбутнє; досліджувані 26-40 років більше хвилюються за здоров'я близьких, а старші за 40 років – за власне здоров'я; у старших за 40 років з ресурсів стійкості найголовнішим є афірмаційний атитюд (оптимізм); тільки для досліджуваних 26-40 років важлива соціальна підтримка; у досліджуваних 17-25 років формування майбутніх цілей пов'язане з відчуттям здоров'я в сьогоденні.

Визначено розбіжності за ресурсами стійкості в складних і нетипових ситуаціях життя за статтю у досліджуваних віком 17-25 років і 26-40 років за змінною «Соціальна підтримка». Так, жінки у віці 17-25 років розраховують більшою мірою порівняно з чоловіками на сім'ю (53,1 %) та творчість (3,1 %), а чоловіки – на друзів (35,7 %), гроші (7,1 %) та самотність (14,3 %). Приблизно однаково досліджувані обох статей можуть звернутися за підтримкою до коханої людини (18,8 % жінок і 21,4 % чоловіків) та актуалізувати такий ресурс, як отримання нових знань (9,4 % жінок і 7,1 % чоловіків). Жінки у віці 26-40 років розраховують більше, ніж чоловіки, на

сім'ю (63,4 %), самостійність (4,9 %), а чоловіки на отримання нових знань (12,9 %), гроші (9,7 %), самотність (9,7 %) і друзів (6,5 %). Приблизно однаково досліджувані обох статей віком 26-40 років розраховують на кохану людину (19,5 % жінки і 16,1 % чоловіки).

Порівняння результатів жінок усіх вікових груп дало змогу встановити статистично значущі розбіжності між жінками 26-40 років і старшими за 40 років за такими змінними: Оптимізм ($p < 0,007$), Резильєнтність ($p < 0,005$), Наявність цілі ($p < 0,033$). За описовими статистиками 41,5 % жінок віком 26-40 років і 58,6 % жінок, старших за 40 років, є оптимістами. Крайня ступінь оптимізму представлена у 34,5 % жінок, що старші за 40 років, і у 19,5 % жінок віком 26-40 років. Крайня ступінь вираження песимізму характеризує 4,9 % жінок середньої дорослості і, водночас, таких не виявлено в групі пізньої дорослості, песимізму – 34,1 % і 6,9 % відповідно. За описовими статистиками з віком збільшується резильєнтність жінок: у 37,7 % жінок у віці «Пізня дорослість» представлений високий рівень резильєнтності. За описовими статистиками 58,5 % жінок віком 26-40 років і 82,8 % жінок, які старші за 40 років, мають мету в житті.

Порівняльний аналіз результатів чоловіків усіх вікових груп дав змогу встановити, що чоловіки ранньої дорослості і середньої дорослості відрізняються за змінною «Оптимізм» ($p < 0,018$). За описовими статистиками у віці 26-40 років зменшується кількість чоловіків з крайнім ступенем песимізму та песимізму і збільшується кількість чоловіків з крайнім ступенем оптимізму (29%). Встановлено статистичні розбіжності між чоловіками, які старші за 40 років, і чоловіками 17-25 років за такими змінними: Оптимізм ($p < 0,001$), Соціальна підтримка ($p < 0,015$). За описовими статистиками 50 % старших за 40 років чоловіків є оптимістами, і в 50 % встановлений крайній ступінь оптимізму. І навпаки, 20 % чоловіків віком 17-25 років є песимістами з крайнім ступенем вираження, 20 % песимістами і 60 % є оптимістами, крайній ступінь оптимізму в цій віковій групі не виявлений.

Продемонстровано, що головним зовнішнім ресурсом для переживання і подолання складної / нетипової ситуації для 33,3 % чоловіків віком 17-25 років виступають друзі, а для чоловіків, які старші за 40 років, – сім'я. Кохана людина може виступати підтримкою для 20 % чоловіків у віці ранньої дорослості і для 8,3 % чоловіків у віці пізньої дорослості. Нові знання, навчання, розвиток і самотність представлена як ресурс у юнаків (по 13,3 % відповідно), у старших за 40 років чоловіків отримання нових знань є ресурсом тільки для 8,3 %. Сім'я та гроші є важливими для 6,7 % молодих чоловіків, і відповідно для 66,7 % і 0 % зрілих чоловіків.

Вивчено особливості ресурсів стійкості особистості в постпереживанні нетипової ситуації життя ($n=45$, 97,8 % жінок, з них 11,1 % віком 17-25 років, 53,3 % віком 26-40 років і 35,6 % осіб, які старші за 40 років. 37,8 % досліджуваних констатують, що в них були «хвилювання середнього рівня»,

33,3 % «практично не хвилювалися» і 28,9 % «вважали ситуацію з SARS як хворобу». Загалом ситуацію карантину і соціальну ізоляцію 51,1 % досліджуваних вважали «психологічно складною», 20 % – середньою, 26,7 % – суб'єктивно сприйняли як «нічого особливого». В постпереживанні нетипової ситуації 37,8 % досліджуваних стурбовані власним здоров'ям і 64,4 % – здоров'ям близьких. Показано, що такий ресурс стійкості, як оптимізм, представлений у 48,9 % досліджуваних, 35,6 % мають виражений ступінь оптимізму, у 13,3 % досліджуваних встановлено песимістичний атрибутивний стиль і тільки у 2,2 % – крайній ступінь песимізму. Ресурс резильєнтності середнього рівня притаманний 82,3 % досліджуваних, вище середнього рівня – лише 4,4 % осіб і 13,3 % осіб характеризуються середньо-низьким рівнем резильєнтності. Ці досліджувані не здатні протистояти стресовій / нетиповій ситуації. Вони втрачають власні ресурси, складно вирішують нові виклики і життєві питання. Головна мета життя у постситуації переживання нетипової ситуації представлена у 75,6 % досліджуваних і відсутня – у 24,4 % осіб. Щодо домінуючого типу поведінки в нетиповій ситуації життя, то 17,8 % та 13,3 % осіб є рішучими і активними, практичними, надають перевагу діям над роздумами; 26,7 % досліджуваних непередбачливі і пускають все на самоплив, 15,6 % – передбачливі і у них завжди є «запасний план», 13,3 % досліджуваних є креативними і вміють знайти дотепний вихід із складного становища. В ієрархії видів соціальної підтримки перші дві позиції займають: сім'я та нові знання (розвиток). Сім'я є головним ресурсом для 62,2 % досліджуваних, що пережили нетипову ситуацію життя і 17,8 % осіб розраховують на нові знання, які були отримані під час карантину, і які є енергетичними та інвестиційними ресурсами (S. Novfol). На допомогу коханих та друзів можуть розраховувати по 6,7 % досліджуваних. Гроші, як ресурс, не обрав ніхто з досліджуваних, що пережили нетипову ситуацію карантину.

За допомогою факторного аналізу методом головних компонент із обертанням Варімакс з нормалізацією Кайзера ми виявили 2 фактори, що відображають складові ресурсів стійкості у постпереживанні нетипової ситуації: 1 фактор «Ресурси стійкості» (Оптимізм (,830), Резильєнтність (,757), Здоров'я власне (,684); 2 фактор «Сприйняття ситуації» (Сприйняття ситуації (,667), Здоров'я близьких (,627), Соціальна підтримка (,603). Отже, в постпереживанні нетипової ситуації життя до ресурсів віднесено власне здоров'я і сприйняття ситуації.

Встановлено статистичні розбіжності за порівнянням середніх між групами досліджуваних 26-40 років і старшими за 40 років, які знаходяться в постпереживанні нетипової ситуації, за змінними: «Власне здоров'я» ($p < 0,002$) та за «Особливості поведінки в складних ситуаціях життя» ($p < 0,029$). Досліджувані 26-40 років (52,2 %) більше стурбовані власним здоров'ям, ніж досліджувані, які старші за 40 років (18,8%), але у відповідях старших за 40

років осіб частіше трапляються такі, що віднесені до категорії «інше», наприклад: «намагаюся стежити за його (здоров'я) підтримкою на робочому рівні», «турбуюся коли щось болить», «періодично, коли трапляються проблеми». Щодо поведінки в нетипових ситуаціях життя, то досліджувані 26-40 років є рішучими і активними, досліджувані старші за 40 років – передбачливі і креативні.

Проведено порівняння досліджуваних двох груп віком 26-40 років, що знаходяться в нетиповій ситуації життя і постнетиповій ситуації життя (з урахуванням особливостей вибірки). Встановлено, що існують розбіжності за змінною «Резильєнтність» ($p < 0,05$), зокрема у 82,3 % досліджуваних в постситуації переживання нетипової ситуації представлений середній рівень резильєнтності, цей рівень також наявний у 66,4 % досліджуваних, що проживають соціальну ізоляцію. Встановлено, що в процесі переживання нетипової ситуації є тенденція зменшення ресурсу стійкості – резильєнтності у тих, хто мав високий його рівень. Кількість досліджуваних, що мають низький рівень стійкості, майже не змінилася. Це дає підстави припускати, що в популяції існує близько 10-13% індивідів, що мають низку резильєнтність, яка утруднює процес адаптації.

Застосування нарративного опису «Особиста історія» у вигляді напівструктурованого інтерв'ю дало змогу проаналізувати описи досліджуваних і класифікувати їх на: позитивні спогади дитинства та юності, негативні спогади в дитячому віці і у власних дорослих стосунках. Більшість негативних життєвих спогадів описують події, що відносяться до складних ситуацій життя (смерть близької людини, розрив відносин, розлучення, хвороби, згвалтування). Встановлено ресурси, які використали досліджувані для їх подолання: конструктивні зовнішні (соціальна підтримка сім'ї, коханої людини, друзів; робота, навчання, час) і внутрішні (оптимізм, віра, досягнення мети, наполегливість, впертість, самотність, самоорганізація і дисципліна) і деструктивні – алкоголь, нерозбірливі статеві зв'язки. Проектування майбутнього досліджуваними є розмитим і невиразним. Зазначено, що наявність цілей, в яких відображається абстрактний сенс життя, що не пов'язаний з чіткими засобами їх досягнення, може призвести до нечіткості в усіх сферах життя людини, зумовлювати фрустрації і депресії.

На основі нарративного підходу за допомогою метафоричного опису розглянуто динаміку суб'єктивного проживання складної ситуації життя. Запропоновано використання терміну «Crash-етап», до якого віднесено ситуації життя, що пов'язані з негативними подіями (важка хвороба, інвалідність, крах кар'єри, бізнесу, репутації і статусу). У «crash-етапі» представлені: до-стадія, «crash-точка»; пост-стадія і результат-стадія. Ключовою подією є «crash-точка», що розділила життя особи і людей, що оточували її, на до-стадію і пост-стадію. Кожній стадії властиві особливості проживання та певний рівень усвідомлення. Результат-стадія припускає

декілька варіантів, відповідно до яких буде розвиватися подальша особиста життєва історія: 1) функціонування, що зберігає, підтримує і вибудовує, таке, що дає не тільки «мужність продовжувати» (У. Черчіль), а й передбачає нове визначення самого себе, своїх сенсів, цілей і цінностей, що може вести до розвитку і самодетермінації (це модель функціонування людини «пораненої, але не переможеної»); 2) функціонування, що підтримує помилково, з негативним результатом (наприклад, запропоновані Е. Кюблер-Рос емоційні стадії (заперечення, злість, торг, депресія, прийняття); 3) функціонування, що руйнує (вживання транквілізаторів, алкоголю, наркотиків; суїцидальна поведінка). «Crash-етап» визначено як стресогенний / травматичний період життя людини, в якому зруйновані життєдіяльність та соціальні стосунки, порушені суб'єктивна течія часу й транспектива (майбутнє майже не проглядається), який концентрує і напружує адаптаційні ресурси в теперішньому і призводить до різного результату в майбутньому.

ВИСНОВКИ

В дисертації здійснено теоретичний аналіз і вирішення поставлених наукових завдань, що полягали у виявленні ресурсів стійкості особистості в умовах складних і нетипових ситуацій життя. Результати, отримані в ході дослідження, дають змогу сформулювати такі висновки:

1. Визначено особливості складних і нетипових ситуацій життя та ресурсів, як засобів адаптації до них; розглянуто підходи, з позицій яких вивчаються ситуації: об'єктивістський, суб'єктивістський, особистісно-ситуаційний, когнітивний, наративний, подієво-ситуаційний та в руслі психосемантичної та еволюційно-синергетичної парадигм. Надано визначення, структуру і класифікації життєвих ситуацій. Нетипові ситуації розглянуто як вид екстремальних, в яких людина не має перевіреного готового способу дії, який базується на власному досвіді, внаслідок чого актуалізується різне, в тому числі нераціональне або неадекватне реагування. Розглянуто ресурси особистості і, зокрема, ресурси стійкості, що утворюють найнадійніший захист від несприятливих обставин життя.

2. Здійснено адаптацію і апробацію психодіагностичної методики, що спрямована на вивчення резильєнтності як ресурсу стійкості. Вивчено психометричні властивості адаптованої версії шкали резильєнтності засобами конфірматорного аналізу. Встановлено, що шкала резильєнтності адаптованої методики виявила статистично значущі кореляції зі шкалами, що вимірюють оптимізм та мету. Продемонстровано, що адаптована шкала резильєнтності є валідним та надійним інструментом, який рекомендується для використання в скороченій версії як більш узгоджений варіант методики.

3. Досліджено й порівняно ресурси стійкості особистості залежно від сприйняття нетипової ситуації, віку і статі та простежено особливості проявів ресурсів стійкості в постсприйнятті нетипової ситуації. Продемонстровано, що

незалежно від репрезентації ситуації в більшості досліджуваних у віці дорослості представлені оптимізм на середньому і високому рівнях, резильєнтність на середньому рівні, глобальна мета, орієнтація на потенційні рішення, рішучість і активність, а також ресурси соціальної підтримки (сім'я, кохані, освіта (розвиток)). Показано, що попри встановлені факти в досліджуваних групи, що репрезентують ситуацію як «психологічно складну», превалює емоційне відображення ситуації та ігнорування рефлексії власних ресурсних особливостей і досвіду. Констатовано розбіжності в представленості ресурсів стійкості за віком. Зазначено, що з віком накопичуються ресурси оптимізму, резильєнтності, цілепокладання. В ранній, середній та пізній дорослості в нетиповій ситуації життя оптимізм і резильєнтність представлені комплексно, власне здоров'я і здоров'я близьких також усвідомлюються інтегровано, але окремо від ресурсів стійкості. Встановлено такі розбіжності: в процесі проживання нетипової ситуації досліджувані середньої і пізньої дорослості зосереджені на ресурсах стійкості в теперішньому і не спрямовані в майбутнє; досліджувані 26-40 років більше хвилюються за здоров'я близьких, а старші за 40 років особи – за власне здоров'я; в осіб, які старші за 40 років, з ресурсів стійкості головнішим є афірмаційний атиюд (оптимізм); для досліджуваних 26-40 років важливою є соціальна підтримка; у 17-25-річних відчуття здоров'я в сьогоднішній пов'язане з майбутніми цілями. Вивчення розбіжностей за ресурсами стійкості в складних і нетипових ситуаціях життя за статтю дало змогу порівняти результати осіб усіх вікових груп і продемонструвало, що в жінок з віком збільшуються ресурси стійкості; до періоду середньої дорослості збільшується кількість чоловіків з крайнім ступенем оптимізму; існують розбіжності в ресурсах соціальної підтримки і готовності до отримання нових знань. Вивчено особливості ресурсів стійкості в постпереживанні нетипової ситуації життя: зазначено, що існує 10-13 % осіб, які не здатні протистояти складній / нетиповій ситуації і їх адаптація ускладнена; встановлено тенденцію зменшення такого ресурсу стійкості, як резильєнтність, в осіб з високим його рівнем; до ресурсів стійкості в постпереживанні нетипової ситуації життя віднесено власне здоров'я і сприйняття ситуації.

4. Вивчено досвід переживання складних ситуацій життя за допомогою напівструктурованого інтерв'ю в межах нарративного опису. Встановлено ресурси, які використовували досліджувані для їх подолання: конструктивні зовнішні (соціальну підтримку сім'ї, коханої людини, друзів; роботу, навчання, час) і внутрішні (оптимізм, віру, досягнення мети, наполегливість, впевненість, самотність, самоорганізацію і дисципліну) і деструктивні – алкоголь. Розглянуто на основі нарративного підходу за допомогою метафоричного опису (ідеографічний підхід) динаміку суб'єктивного проживання складної ситуації життя. Запропоновано використання терміну «Crash-етап» як стресогенного / травматичного періоду в житті людини, в

якому зруйновані життєдіяльність та соціальні стосунки, порушена суб'єктивна течія часу та транспектива (майбутнє майже не проглядається), який концентрує і напружує адаптаційні ресурси в теперішньому і веде до різного результату в майбутньому. Розглянуто стадії «crash-етапу»: до-стадію, «crash-точку», пост-стадію і результат-стадію, ключовою подією з яких є «crash-точка».

Перспективою подальших досліджень вважаємо вивчення резильєнтності у невиліковних (важкохворих) пацієнтів, військовослужбовців, що мали досвід бойових дій, осіб третього віку.

СПИСОК ПРАЦЬ, ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Статті, надруковані у виданнях, що затверджені як фахові в галузі психології:

1. **Односталко Е.С., Киреева З.А.** Трансформация компонентов состояния резильентности в трудной жизненной ситуации. *Вісник ХДУ. Серія Психологічні науки.* № 2. Т. 1. 2018. С. 52-57. *Режим доступу:* http://pj.kherson.ua/file/2018/psychology_02/ukr/part_1/11.pdf.
2. Односталко О.С., Киреева З.О. Відображення проживання важкої життєвої ситуації («crash-етапу») за допомогою наративу. Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. *Актуальні проблеми психології.* Том X. Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. Вип. 32. Київ, 2018. С. 42-49 *Режим доступу:* file:///C:/Users/Home/Downloads/Aktual_.pdf
3. Односталко Е.С., Киреева З.А. Использование нарративного подхода при проживании «crash-этапа». *Теоретичні і прикладні проблеми психології.* 2018. № 2(46). С. 153-162.
4. Односталко О.С., Харченко Н.М. Особливості часової перспективи юнаків, що мають різний досвід переживання складних життєвих ситуацій. *Теоретичні і прикладні проблеми психології.* 2020. № 1(51). С. 253-263.
5. Односталко О.С., Киреева З.О., Бірон Б.В. Психометричний аналіз адаптованої версії Шкали резильєнтності (cd-risc-10). *Габітус.* 2020. № 13. С. 110-117.

Стаття в міжнародному періодичному фаховому виданні:

6. Односталко О.С. Емоційно орієнтований характер репрезентацій при виражених ресурсах стійкості. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology.* Issue : 228, 2020. № VIII (80). P. 58–61.

Стаття, опублікована у збірнику матеріалів наукової конференції:

7. Odnostalko Olena, Kireeva Zoia. The research of the «courage to continue» using narrative and ideographic approaches. II **International conference on MENTAL HEALTH CARE. National Academy of Educational Science of Ukraine, 25-26 oktober, 2018.**

АНОТАЦІЇ

Односталко О. С. Ресурси стійкості особистості в умовах складних та нетипових ситуацій життя. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. – Волинський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 2020.

Проведено теоретичний аналіз особливостей складних і нетипових ситуацій життя та ресурсів, як засобів адаптації до них. Надано визначення, структуру і класифікації життєвих ситуацій. Здійснено апробацію психодіагностичної методики, що спрямована на вивчення резильєнтності, як ресурсу стійкості.

Здійснено порівняння ресурсів стійкості залежно від сприйняття нетипової ситуації, віку і статі та простежено особливості проявів ресурсів стійкості в постсприйнятті нетипової ситуації. Продемонстровано, що незалежно від репрезентації ситуації в більшості досліджуваних у віці дорослості представлені оптимізм на середньому і високому рівнях, резильєнтність на середньому рівні, наявна глобальна мета, орієнтація на потенційні рішення, рішучість і активність, а також ресурси соціальної підтримки (сім'я, кохані, освіта (розвиток)).

Показано, що в період дорослості в нетиповій ситуації життя оптимізм і резильєнтність представлені комплексно, власне здоров'я і здоров'я близьких також усвідомлюються інтегровано, але окремо від ресурсів стійкості. Досліджено особливості ресурсів стійкості в постпереживанні нетипової ситуації життя. Зазначено, що потенційно існує частка осіб, які мають ускладнену адаптацію. Встановлено тенденцію зменшення ресурсу стійкості – резильєнтності. В постпереживанні нетипової ситуації життя до ресурсів стійкості віднесено власне здоров'я і сприйняття ситуації.

Вивчено досвід переживання складних ситуацій життя за допомогою напівструктурованого інтерв'ю в межах наративного опису.

Ключові слова: особистість, ресурси стійкості, ситуації, складні життєві ситуації, нетипові ситуації.

Односталко А. С. Ресурсы устойчивости личности в условиях сложных и нетипичных ситуаций жизни. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 – общая психология, история психологии. – Волинский национальный университет имени Лесы Украинки, Луцк, 2020.

Проведен теоретический анализ особенностей сложных и нетипичных ситуаций жизни и ресурсов, как средств адаптации к ним. Дано определение, структура и классификация жизненных ситуаций. Осуществлена апробация психодиагностической методики, направленной на изучение резильентности, как ресурса устойчивости.

Произведено сравнение ресурсов устойчивости в зависимости от восприятия нетипичной ситуации, возраста и пола и прослежены особенности проявлений ресурсов устойчивости в поствосприятии нетипичной ситуации. Продемонстрировано, что независимо от репрезентации ситуации у индивидов в периоде взрослости представлены оптимизм на среднем и высоком уровне, резильентность на среднем уровне, имеется глобальная цель, ориентация на потенциальные решения, решимость и активность; ресурсы социальной поддержки (семья, любимые, образование (развитие)).

Показано, что в периоде взрослости в нетипичной ситуации жизни оптимизм и резильентность представлены комплексно, собственное здоровье и здоровье близких также осознается интегрировано, но отдельно от ресурсов устойчивости. Исследованы особенности ресурсов устойчивости в постпереживании нетипичной ситуации жизни. Отмечено, что потенциально существует часть испытуемых, имеющих осложненную адаптацию. Установлено тенденцию уменьшения ресурса устойчивости – резильентности. В постпереживании нетипичной ситуации жизни к ресурсам отнесены собственное здоровье и восприятие ситуации.

Изучен опыт переживания сложных ситуаций жизни с помощью полуструктурированного интервью в рамках нарративной истории.

Ключевые слова: личность, ресурсы устойчивости, ситуации, сложные жизненные ситуации, нетипичные ситуации

Odnostalko O.S. The personality's resilience resources in the conditions of difficult and atypical life situations. - Manuscript.

Dissertation for Candidate Degree in Psychology (Ph.D.): Specialty 19.00.01 – General Psychology, History of Psychology. – Lesya Ukrainka Volyn National University, Lutsk, 2020.

The dissertation research presents the personality's resilience resources in the conditions of difficult and atypical life situations. The theoretical analysis of features of difficult and atypical situations of life and resources as means of adaptation to them was carried out. The definition, structure, and classification of life situations were given. Atypical situations are considered as an extreme one, when a person does not have a proven ready-to-use mode of action based on their own experience, this fact actualizes various, irrational or inadequate responses as well. The resources and in particular the resilience resources, which form the most reliable protection against adverse life circumstances, were examined. Adaptation and approbation of psychodiagnostic methods aimed at studying resilience as a resource of sustainability has been carried out. The adapted resilience scale was shown to be a valid and reliable tool, which is recommended to be used in the form of the concise version (9 questions provided) as a more consistent option. The resources of resilience depending on the perception of an atypical situation, age and sex were studied and compared, and the peculiarities of the manifestations of resilience resources in the post-perception of an atypical situation were traced. It is

demonstrated that regardless of the representation of the situation the majority of the adult examinees possess optimism at the middle and high level, resilience at the middle level, the existing global goal, focus on potential solutions, determination and activity; social support resources (family, loved ones, education (development)). It was shown that optimism and resilience are presented in a complex way in early, middle and late adulthood in an atypical life situation, one's own health and the health of loved ones are also perceived in an integrated way, but separately from the resilience resources. It was stated that the resilience resources accumulate with age. It was established that the examinees in the middle and late adulthood are focused on the resilience resources in the present and not headed to the future; the examinees aged 26-40 are more concerned about the health of loved ones, and those aged over 40 are more concerned about their own health; the affirmative attitude (optimism) is more important in sustainability resources among the examinees aged over 40; social support is important only for those examinees who are 26-40 years old; the feeling of health today is connected with future goals for examinees at the age of 17-25. Differences by sex in the resilience resources in complex and atypical situations of life were studied. Peculiarities of the resilience resources in the post-experience of an atypical life situation were investigated. It is noted that there are 10-13% of examinees who are not able to withstand a difficult/atypical situation, their adaptation is complicated. There is a tendency to reduce the resilience-sustainability resource among those who had it on a high level. The resources include one's own health and perception of the situation in the post-experience of an atypical life situation.

The experience of going through difficult life situations with the help of a semi-structured interview in the framework of a narrative description was studied. It was proposed to use the term "Crash-stage" as a stressful/traumatic period in the person's life path when life and social relations are destroyed, the subjective flow of time and perspective is disrupted (the future is almost not visible), which concentrates and strains adaptive resources in the present and leads to a different outcome in the future. The pre-stage, "crash-point"; post-stage and result-stage are presented in "crash-stage". The key event is "Crash-point".

Keywords: personality, resources of stability, situation, difficult vital situations, offtype situations

Підписано до друку 17.11.20. Формат 60*84/16
Наклад 100 прим.
Замовлення № 328