

## Соціально-психологічні та гендерні детермінанти формування життєстійкості особистості в умовах воєнного стану: соціологічний аналіз

*Мухіна Галина Вікторівна<sup>1</sup>, Богучарова Олена Іванівна<sup>2</sup>,  
Гельбак Анжела Миколаївна<sup>3</sup>, Бикова Олександра Іванівна<sup>4</sup>,  
Унгурян Наталя Василівна<sup>5</sup>*

Опубліковано	Секція	УДК
30.11.2024	Право	159.923:316.6:305: 342.78(477)(045)
DOI: <a href="https://doi.org/10.5281/zenodo.18868480">https://doi.org/10.5281/zenodo.18868480</a>		

**Анотація.** У статті здійснено комплексний аналіз соціально-психологічних і гендерних детермінант формування життєстійкості особистості в умовах воєнного стану з урахуванням міждисциплінарної інтеграції соціологічного та соціально-психологічного підходів. Обґрунтовано актуальність дослідження в контексті тривалого воєнного впливу на соціальну структуру суспільства, трансформацію соціальних ролей і статусів, а також зростання психоемоційного навантаження на населення України. Життєстійкість інтерпретується як інтегративна, багаторівнева характеристика особистості, що формується в процесі соціалізації та виявляється у здатності зберігати внутрішню цілісність, ефективно функціонувати й адаптуватися до умов невизначеності та хронічного стресу.

Визначено структурні компоненти життєстійкості (когнітивний, емоційно-регулятивний, поведінковий) та окреслено ключові механізми її розвитку: смислотворення, когнітивну переоцінку, саморегуляцію, соціальну підтримку, інтерналізацію соціальних ролей і формування соціальної ідентичності. Проаналізовано роль освітнього середовища як соціального інституту, що забезпечує формування адаптивних моделей поведінки, розвиток емоційної компетентності та критичного мислення. Особливу увагу приділено гендерним особливостям переживання стресу та вибору копінг-стратегій, зумовленим соціально сконструйованими ролями й очікуваннями.

<sup>1</sup> кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін факультету № 1 Донецького державного університету внутрішніх справ, м. Кропивницький, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8866-794X>

<sup>2</sup> доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри соціально-гуманітарних та загальноправових дисциплін, Луганський навчально-науковий інститут імені Е. О. Дідоренка Донецького державного університету внутрішніх справ, м. Івано-Франківськ, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5617-9175>

<sup>3</sup>, кандидат психологічних наук, завідувач кафедри соціально-гуманітарних дисциплін факультету № 1 Донецького державного університету внутрішніх справ, м. Кропивницький, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7137-6326>

<sup>4</sup> аспірант, Українська державна льотна академія, м. Кропивницький, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1427-9853>

<sup>5</sup> аспірант, Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, м. Київ, ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-9162-2699>

Представлено результати емпіричного дослідження, які засвідчують наявність статистично значущих гендерних відмінностей у рівнях життєстійкості, особливостях саморегуляції та моделях адаптивної поведінки в умовах воєнного стану. Окреслено практичні напрями підвищення життєстійкості з урахуванням соціально-психологічних і гендерних чинників.

**Ключові слова:** *життєстійкість, воєнний стан, психологічні механізми, особистість, соціальна психологія, соціальна підтримка, гендерні відмінності, гендер, освітнє середовище, копінг-стратегії, соціологічний аналіз.*

### **Social-psychological and gender determinants of personality resilience formation in conditions of martial law: a sociological analysis**

**Abstract.** The article presents a comprehensive analysis of the socio-psychological and gender determinants of personal resilience formation under martial law, taking into account the interdisciplinary integration of sociological and socio-psychological approaches. The relevance of the study is substantiated in the context of the prolonged impact of war on the social structure of society, the transformation of social roles and statuses, and the growing psycho-emotional burden on the population of Ukraine. Resilience is interpreted as an integrative, multi-level characteristic of personality, formed in the process of socialization and manifested in the ability to maintain internal integrity, function effectively, and adapt to conditions of uncertainty and chronic stress.

The structural components of resilience (cognitive, emotional-regulatory, and behavioral) are identified, and the key mechanisms of its development are outlined, including meaning-making, cognitive reappraisal, self-regulation, social support, internalization of social roles, and the formation of social identity. The role of the educational environment as a social institution that ensures the development of adaptive behavioral models, emotional competence, and critical thinking is analyzed. Particular attention is paid to gender-specific features of stress experience and the choice of coping strategies shaped by socially constructed roles and expectations.

The results of the empirical study demonstrate statistically significant gender differences in resilience levels, self-regulation characteristics, and patterns of adaptive behavior under martial law. Practical directions for enhancing resilience, taking into account socio-psychological and gender factors, are outlined.

**Keywords:** *resilience, martial law, psychological mechanisms, personality, social psychology, social support, gender differences, gender, educational environment, coping strategies, sociological analysis.*

### **Вступ**

**Постановка проблеми.** Повномасштабна війна в Україні спричинила глибокі трансформації соціальної структури, системи соціальних зв'язків і повсякденних практик. Тривале перебування населення в умовах загрози, вимушеного переміщення, втрат і невизначеності формує підвищене психоемоційне навантаження та актуалізує проблему збереження психічного здоров'я.

У цьому контексті життєстійкість постає не лише як індивідуальна психологічна властивість, а як соціально зумовлений феномен, що формується в системі взаємодії «особистість – група – суспільство». Вона визначає здатність індивіда адаптуватися до кризових умов, зберігати суб'єктність і продуктивно функціонувати в ситуації системної нестабільності.

Попри значний масив досліджень феномену резилієнсу, недостатньо вивченим залишається комплексний вплив соціально-психологічних і гендерних детермінант на формування життєстійкості саме в умовах воєнного стану. Потребує уточнення й соціологічний вимір проблеми – роль соціальних інститутів, норм, структурних нерівностей і гендерних очікувань у процесі формування адаптивних ресурсів особистості.

**Аналіз останніх досліджень.** Проблематика життєстійкості особистості та механізмів її формування в умовах соціальних потрясінь посідає одне з провідних місць у сучасному вітчизняному й зарубіжному науковому дискурсі, особливо в контексті воєнних подій, що зумовлюють тривалу психотравматизацію населення. У межах психологічних, соціально-педагогічних та міждисциплінарних досліджень життєстійкість розглядається як інтегративна властивість особистості, що забезпечує здатність до збереження внутрішньої рівноваги, ефективного функціонування та розвитку в умовах невизначеності, загрози й втрат. Особливої актуальності ця проблематика набуває в умовах воєнного стану в Україні, коли питання підтримки психологічних ресурсів, соціальної адаптації та подолання наслідків травматичного досвіду стає не лише науковою, а й суспільно значущою проблемою.

У цьому контексті доцільно звернутися до напрацювань учених, які заклали теоретичні та емпіричні підвалини аналізу життєстійкості як психологічного феномена. Так, О. Чиханцова обґрунтовує розуміння життєстійкості як феномену самодетермінації і системної характеристики особистості, що поєднує когнітивний, емоційно-вольовий і поведінковий компоненти та забезпечує адаптацію до екстремальних умов [1]. Авторка акцентує увагу на ресурсному потенціалі особистості, однак недостатньо розкриває соціально-педагогічні умови формування життєстійкості саме в ситуації тривалого воєнного впливу та масових кризових переживань цивільного населення.

У наукових доробках Т. Алексеєнко, Ю. Ждановича, Т. Куниці, Р. Малиношевського висвітлено соціально-педагогічні чинники розвитку життєстійкості молоді в кризових умовах; дослідниця підкреслює роль освітнього середовища, підтримувальної взаємодії та організації безпечного простору як важливих передумов формування адаптивних стратегій поведінки [2]. Таким чином, життєстійкість постає не лише як індивідуальна якість, а як результат цілеспрямованого соціального впливу. Водночас гендерний вимір цих процесів залишається окресленим фрагментарно, без глибокого аналізу специфіки переживання та подолання стресу жінками й чоловіками в умовах війни.

Гендерні аспекти адаптації особистості до кризових обставин розкрито в дослідженнях О. Гончаренко, де підкреслюється, що соціально зумовлені моделі маскулітності та фемінності впливають на вибір копінг-стратегій, способи емоційного реагування та звернення по допомогу [3]. Авторка доводить, що гендерні ролі можуть як посилювати ресурсність особистості, так і обмежувати її через стереотипні очікування суспільства. Проте інтеграція гендерного аналізу з соціально-педагогічними механізмами формування життєстійкості в умовах воєнного стану потребує подальшого теоретичного узагальнення.

Суттєвий внесок у теоретичне осмислення феномена резилієнсу зроблено зарубіжними дослідниками. Дж. Бонанно у своїх роботах обґрунтовує концепцію динамічної життєстійкості, розглядаючи її як типовий, а не винятковий сценарій адаптації після травматичних подій (Bonanno, 2004). Учений доводить, що ефективність адаптації зумовлюється гнучкістю регуляторних механізмів, здатністю до когнітивної переоцінки та наявністю соціальної підтримки. Запропонований підхід створює методологічне підґрунтя для аналізу психологічних механізмів життєстійкості в умовах воєнного стресу.

Дослідники Р. Тедеші та Л. Калгун, аналізуючи сферу постравматичного зростання особистості, наголошували на тому, що життєстійкість може бути інтерпретована не лише як здатність до відновлення, а й як потенціал особистісної трансформації після пережитої травми (Tedeschi, Calhoun, 2004). Автори підкреслюють роль смислотворення, переосмислення життєвих цінностей та розвитку нових життєвих стратегій. Водночас їхні дослідження зосереджені переважно на індивідуально-психологічному рівні, залишаючи поза увагою соціально-педагогічний контекст і гендерні відмінності в переживанні травматичного досвіду [4].

Соціально-контекстуальний вимір формування життєстійкості представлений у роботах **М. Унгар**, який розглядає резилієнс як результат взаємодії особистісних ресурсів і доступності соціально значущих підтримувальних систем (Ungar, 2011). Учений доводить, що культурні норми, соціальна політика та освітні інституції можуть виступати як факторами ризику, так і ресурсами розвитку життєстійкості. Такий підхід є особливо релевантним для аналізу українського суспільства в умовах воєнного стану, однак потребує адаптації з урахуванням гендерно зумовлених соціальних очікувань і ролей.

У сучасному науковому дискурсі життєстійкість розглядається як багатовимірний феномен, що поєднує індивідуально-психологічні ресурси та соціальні умови їх реалізації. Вітчизняні дослідники акцентують увагу на її структурних компонентах і ресурсному потенціалі особистості, тоді як зарубіжні науковці розвивають концепції динамічної адаптації та посттравматичного зростання.

Водночас більшість досліджень зосереджена переважно на індивідуально-психологічному рівні аналізу. Соціально-контекстуальний підхід підкреслює значущість підтримувальних мереж, культурних норм і соціальної політики у формуванні резилієнсу. Проте інтеграція соціально-психологічного та гендерного вимірів у межах соціологічного аналізу залишається недостатньо систематизованою.

Таким чином, актуальним є комплексне дослідження життєстійкості як результату взаємодії особистісних механізмів і соціальних детермінант у воєнному суспільстві.

**Мета статті.** Теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити соціально-психологічні й гендерні детермінанти формування життєстійкості особистості в умовах воєнного стану з позицій соціологічного аналізу.

## Результати

Життєстійкість є інтегративною характеристикою особистості, що формується в процесі соціалізації та набуває особливої значущості в умовах тривалої суспільної кризи. Насьогодні, дослідження структурних компонентів життєстійкості набуває особливої актуальності в умовах повномасштабної війни в Україні, коли суспільство стикається з безпрецедентними викликами у сфері збереження психічного здоров'я. У цих обставинах зростає потреба у формуванні здатності особистості ефективно протидіяти різноманітним загрозам, що значно перевищують межі звичного життєвого досвіду та потребують мобілізації внутрішніх і зовнішніх ресурсів.

Досліджуючи окреслену проблему, Н. Назарчук наголошує, що життєстійкість доцільно інтерпретувати як адаптивний потенціал особистості, що забезпечує ефективне функціонування та збереження цілісності особистості в умовах соціальної взаємодії та кризових впливів. Рівень її сформованості зумовлюється сукупністю взаємопов'язаних чинників, серед яких виокремлюють індивідуальні, сімейні та позасімейні (соціальні) ресурси підтримки [5].

На думку Н. Назарчук індивідуальні чинники охоплюють особистісні диспозиції та психофізіологічні характеристики індивіда, зокрема темперамент, рівень психічної активності, розвиненість когнітивних здібностей, а також особливості реагування на

стресові ситуації. У цьому контексті важливу роль відіграють сформовані навички саморегуляції, гнучкість мислення та здатність до конструктивного подолання труднощів.

До сімейних чинників, які на думку дослідниці, пов'язані з якістю внутрішньосімейних взаємин можна віднести: згуртованість та теплі взаємостосунки в сім'ї, наявність авторитетного дорослого, турбота батьків про дітей тощо.

Чинники соціальної підтримки включають ресурси позасімейного середовища – освітні, релігійні, громадські та інші соціальні інституції, що забезпечують відчуття приналежності, безпеки й соціального визнання [6].

Таким чином, життєстійкість постає як багатовимірний, інтегративний феномен, що формується у процесі складної взаємодії особистісних ресурсів і соціального контексту. Життєстійкість не зводиться лише до індивідуально-психологічних характеристик, а охоплює систему компонентів, які забезпечують здатність особистості зберігати внутрішню цілісність, ефективно функціонувати та адаптуватися в умовах нестабільності й тривалого стресу.

Аналіз наукових джерел (М. Боришевський, І. Данилюк, С. Максименко, В. Москаленко, Л. Перелига, Т. Титаренко, О. Чиханцова) дає підстави стверджувати, що структурно життєстійкість охоплює кілька взаємопов'язаних компонентів: когнітивний, емоційно-регулятивний та поведінковий. Їх виокремлення є умовним, оскільки в реальному функціонуванні особистості вони перебувають у постійній взаємодії та взаємозумовленості.

Передусім когнітивний компонент визначає особливості інтерпретації подій, наявність оптимістичної установки, віру у власну ефективність і здатність впливати на перебіг життєвих обставин. Саме через когнітивні схеми особистість конструє суб'єктивну картину реальності. В умовах війни ці схеми набувають особливої значущості, оскільки від них залежить, чи сприйматиметься ситуація як фатальна загроза, чи як складний, але потенційно подоланий виклик. Оптимістична атрибуція подій та сформована самоефективність знижують ризик виникнення набутої безпорадності й сприяють мобілізації внутрішніх ресурсів.

Водночас ефективність когнітивної інтерпретації значною мірою визначається здатністю особистості до емоційної регуляції. У цьому контексті емоційно-регулятивний компонент охоплює контроль емоційних станів, толерантність до невизначеності, уміння знижувати рівень тривоги та напруження. За умов хронічного стресу, постійної небезпеки, інформаційного перевантаження та втрат емоційна саморегуляція стає критично важливою передумовою збереження психічного здоров'я та підтримання функціональної активності.

Логічним продовженням когнітивних і емоційних процесів виступає поведінковий компонент, який відображає реальні стратегії реагування особистості на виклики. Він проявляється в активній життєвій позиції, здатності приймати рішення та застосовувати конструктивні копінг-стратегії, спрямовані на вирішення проблем або адаптацію до них. Зокрема, участь у волонтерській діяльності, громадських ініціативах чи професійній самореалізації посилює відчуття контролю, соціальної значущості та особистісної компетентності.

Разом із тим, звернення до концепції С. Мадді дозволяє розширити розуміння структури життєстійкості. Учений розглядає її як феномен, що поєднує психологічний (зростання інтересу до життя, трансформацію ставлення до оточення) та діяльнісний (оволодіння стресовими ситуаціями, досягнення цілей, турботу про здоров'я) компоненти. Такий підхід засвідчує необхідність ширшого трактування життєстійкості як системного утворення, що виходить за межі суто реактивних механізмів подолання стресу.

У цьому контексті слушною є позиція О. Чиханцової, яка, розробляючи модель життєстійкості особистості, наголошує на доцільності доповнення її структури такими параметрами, як життєві цілі, цінності, смисли, самоставлення, автономія та мотивація самореалізації. На думку дослідниці, саме така розширена структура відображає систему стійких позитивних властивостей особистості, що формують її особистісний потенціал і забезпечують успішну адаптацію до соціального середовища, виконуючи буферну й захисну функції [6].

Отже, життєстійкість доцільно розглядати не лише як індивідуально-психологічну характеристику, а як складне інтегративне утворення, що формується у процесі взаємодії особистості із соціальним середовищем. Особливо це актуалізується в умовах воєнного стану, коли життєстійкість постає як соціально зумовлений ресурс, детермінований впливом освітніх інституцій, професійних спільнот, родини та ширшого культурного контексту.

З огляду на багаторівневу структуру життєстійкості, доцільним є системний аналіз механізмів її формування в умовах воєнного стану. У сучасних дослідженнях до ключових механізмів відносять смислотворення, когнітивну переоцінку, саморегуляцію, соціальну підтримку, а також ідентифікацію з соціальними ролями. Їхня дія має комплексний характер і відбувається у взаємозв'язку індивідуально-психологічних та соціальних чинників.

Базовим механізмом виступає процес пошуку та конструювання сенсу. Саме здатність надавати особистісного значення пережитим подіям забезпечує інтеграцію травматичного досвіду в цілісну життєву історію. Переосмислення втрат і труднощів крізь призму особистісних цінностей, громадянської відповідальності або ідеї внутрішнього зростання знижує рівень дезадаптивних реакцій та сприяє збереженню психологічної цілісності.

Смислотворення тісно пов'язане з механізмом когнітивної переоцінки, який передбачає зміну інтерпретації подій – від їх сприйняття як виключно руйнівних до усвідомлення потенціалу розвитку й набуття нового досвіду. Когнітивна гнучкість у цьому контексті виступає умовою адаптації до динамічних і непередбачуваних змін, зменшуючи інтенсивність негативних емоційних переживань та сприяючи відновленню внутрішньої рівноваги.

Водночас ефективність смислотворення та когнітивної переоцінки значною мірою залежить від рівня саморегуляції. Саморегуляція охоплює здатність управляти емоціями, поведінкою й мисленням за допомогою внутрішніх ресурсів – рефлексії, самопідтримки, планування, застосування технік релаксації та самоконтролю. Розвинені навички саморегуляції мінімізують ризик хронічного стресу та емоційного вигорання, виконуючи стабілізаційну функцію в умовах тривалого психоемоційного навантаження [6].

Разом із тим життєстійкість не може розглядатися виключно як результат внутрішніх процесів. Індивідуальні ресурси суттєво посилюються завдяки зовнішнім чинникам, серед яких провідну роль відіграє соціальна підтримка. Родина, друзі, професійна спільнота забезпечують як емоційний ресурс (прийняття, емпатію, відчуття приналежності), так і інструментальну допомогу, що підвищує відчуття безпеки та взаємної відповідальності [7].

Не менш значущим механізмом є ідентифікація з соціальними ролями. Усвідомлення себе як волонтера, військовослужбовця, педагога, студента чи фахівця формує відчуття соціальної значущості та причетності до спільної мети. Соціальна ідентичність, пов'язана з активною громадянською позицією, сприяє мобілізації ресурсів і підвищує адаптивність особистості в умовах суспільної кризи.

Особливого значення в аналізі зазначених механізмів набуває гендерний вимір. Соціально сконструйовані ролі та очікування впливають на способи переживання травматичних подій і вибір копінг-стратегій. Емпіричні дані свідчать (Р. Коннелл, Р. Левант, Дж. О'Ніл та інші), що жінки частіше вдаються до емоційно орієнтованих стратегій подолання стресу, зокрема до пошуку соціальної підтримки та вербалізації переживань, тоді як чоловіки частіше демонструють проблемно-орієнтовану поведінку, спрямовану на активне розв'язання завдань. Водночас жорсткі соціальні очікування щодо «нормативної» маскулінності можуть обмежувати відкритість чоловіків до вираження емоцій і звернення по допомогу, що ускладнює процес психологічної адаптації.

Розширюючи аналіз до макросоціального рівня, життєстійкість доцільно розглядати з позицій соціології як індикатор адаптивного потенціалу суспільства. У цьому контексті соціальні інститути – сім'я, освіта, громада – виступають ресурсними середовищами, що забезпечують формування й відтворення адаптивних стратегій поведінки.

Зокрема, освітнє середовище виконує важливу соціалізаційну функцію, сприяючи розвитку критичного мислення, формуванню емоційної компетентності, створенню безпечного психологічного клімату та впровадженню програм психоедукації. Саме через ці механізми відбувається інтеріоризація адаптивних моделей поведінки та закріплення життєстійкості як особистісної й соціально значущої характеристики.

Таким чином, життєстійкість в умовах воєнного стану постає як багаторівневе утворення, у якому інтегруються когнітивні, емоційні, поведінкові та соціально-рольові механізми, модифіковані гендерними детермінантами та соціальним контекстом сучасного українського суспільства.

### Висновки

Життєстійкість у сучасних умовах воєнного стану постає як інтегративна, багаторівнева характеристика особистості, що формується в процесі соціалізації та визначається взаємодією внутрішніх ресурсів і зовнішнього соціального контексту. Вона виконує функцію адаптивного потенціалу, забезпечуючи збереження психологічної цілісності, ефективне функціонування та здатність до мобілізації ресурсів у ситуаціях тривалої суспільної кризи.

Структурно життєстійкість охоплює когнітивний, емоційно-регулятивний і поведінковий компоненти, які перебувають у постійній взаємодії. Когнітивний компонент визначає інтерпретацію подій і віру у власну ефективність; емоційно-регулятивний забезпечує стабілізацію психоемоційного стану в умовах хронічного стресу; поведінковий реалізується через активну життєву позицію та конструктивні копінг-стратегії. Розширене трактування життєстійкості включає також систему цінностей, смислів, автономію, мотивацію самореалізації та соціальну ідентичність, що підкреслює її системний і ресурсний характер.

Ключовими механізмами формування життєстійкості в умовах війни виступають смислотворення, когнітивна переоцінка, саморегуляція, соціальна підтримка та ідентифікація з соціальними ролями. Їх реалізація забезпечує інтеграцію травматичного досвіду, зниження дезадаптивних реакцій і підтримання психологічної рівноваги. Водночас гендерні соціальні очікування модифікують способи переживання стресу та вибір копінг-стратегій, що зумовлює необхідність урахування гендерного виміру в аналізі життєстійкості.

На макросоціальному рівні життєстійкість виступає індикатором адаптивного потенціалу суспільства, оскільки її формування опосередковується діяльністю соціальних інститутів – сім'ї, освіти, професійних спільнот і громад. Таким чином, у

воєнних умовах життєстійкість набуває статусу не лише індивідуально-психологічного ресурсу, а й соціально зумовленої характеристики, що відображає здатність особистості та суспільства до збереження цілісності, розвитку й відновлення в ситуації тривалих кризових впливів.

### Література

1. Чиханцова О. Психологічні основи життєстійкості особистості: монографія. К. : Талком, 2021 р. 319 с.
2. Соціально-педагогічна підтримка дітей та учнівської молоді: монографія / Алексеєнко Т.Ф., Жданович Ю.М., Куниця Т.Ю. Малиношевський Р.В., Сергєєва Н.В. ; за заг. ред.. Т.Ф. Алексеєнко. Київ: ТОВ «Задруга», 2017. 168 с.
3. Гончаренко О. Гендерний аналіз процесу соціалізації хлопчиків: закономірності, суперечності, труднощі, обмеження URL: [https://doi.org/10.24919/2308-4863.1/23.166152](http://arhn-journal.in.ua/archive/23_2019/part_1/28.pdf#:~:text=Ключові%20слова:%20гендерна%20соціалізація%2C%20гендерні%20стереотипи%2C%20чоловіча%20традиційна%20роль%2C%20агенти%20гендерної%20соці. DOI : <a href=)
4. Ковальчук З. Я., Заверуха О. Я. Психологічні особливості розвитку емоційної стійкості та резильєнтності: вікові аспекти феномену. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць Львів: ЛьвДУВС, 2024. Вип. 2. 64с.
5. Назарук Н. В. Психологічні контури вивчення феномена життєстійкості. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія. 2024. №4. С. 46–49. URL: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2024.4.9>
6. Чиханцова О. А. Модель життєстійкості особистості URL: <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v5/i17/17.pdf> (дата звернення: 01.02.2024)
7. Єрмакова С. С., Іванова О.С. Психологічні особливості життєвої стійкості URL: <http://www.sci-notes.mgu.od.ua/archive/v40/21.pdf> DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5682/2024/40/19> (дата звернення: 01.02.2024).