

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК МІЖДИСЦИПЛІНАРНИЙ ФЕНОМЕН
RESILIENCE OF PERSONALITY AS AN INTERDISCIPLINARY PHENOMENON

У статті визначено актуальність дослідження феномену резильєнтності як необхідної якості особистості в сучасному світі, що характеризується постійними кризами, викликами війни, емоційним виснаженням, інформаційним перевантаженням і турбулентністю соціальних процесів. Проаналізовано резильєнтність особистості як складне, міждисциплінарне явище, що розглядається крізь призму різних наукових підходів – історичного, психологічного, соціологічного, педагогічного, управлінського, нейробіологічного, генетико-середовищного та цифрового. Підкреслено, що багатовимірне бачення резильєнтності дозволяє глибше зрозуміти її природу й відкриває перспективи для цілісного педагогічного впливу, спрямованого на розвиток особистості, здатної адаптуватися, зберігати внутрішній баланс і діяти ефективно в умовах викликів сучасності.

Визначено, що резильєнтність є не лише індивідуальною характеристикою, а й соціально та культурно зумовленим конструктом, який формується в динамічній взаємодії особистості з середовищем. Підкреслено значення внутрішніх ресурсів особистості, таких як саморегуляція, емоційна стабільність, рефлексивність, а також зовнішніх факторів підтримки – сім'ї, громади, освіти, цифрових інструментів. Особливу увагу приділено ролі освіти та виховання в розвитку життєстійкості, зокрема через формування моральної свідомості, критичного мислення, відповідальності, здатності до співпереживання та конструктивного розв'язання проблем. Аналізуються праці українських дослідників (І. Бех, І. Зязюн, С. Максименко, О. Савченко, Н. Побірченко та ін.), а також зарубіжних учених (А. Masten, R. Feldman, M. Ungar, J. Belsky, B. Northouse, V. Frankl, E. Grotberg та ін.), що дозволяє комплексно осмислити механізми формування та прояву резильєнтності в сучасному світі. Висвітлено перспективи подальших досліджень у контексті викликів цифровізації, воєнних дій, соціальної нестабільності. Отримані результати можуть стати підґрунтям для розробки програм розвитку резильєнтності в системі освіти, соціальній роботі, психолого-педагогічному супроводі.

Ключові слова: резильєнтність, життєстійкість, підходи, адаптація, особистість, освіта, цифрова компетентність.

The article highlights the relevance of studying the phenomenon of resilience as an essential personal quality in today's world, characterized by ongoing crises, war-related challenges, emotional exhaustion, information overload, and the turbulence of social processes. Resilience is analyzed as a complex interdisciplinary construct viewed through multiple scientific lenses – historical, psychological, sociological, pedagogical, managerial, neurobiological, genetic-environmental, and digital. The study emphasizes that a multidimensional understanding of resilience allows for a deeper insight into its nature and opens prospects for comprehensive pedagogical influence aimed at developing individuals capable of adapting, maintaining inner balance, and acting effectively in the face of modern challenges.

The research outlines that resilience is not only an individual trait but also a socially and culturally shaped construct formed through dynamic interaction with the environment. Particular emphasis is placed on internal personal resources such as self-regulation, emotional stability, and reflexivity, as well as external support factors including family, community, education, and digital tools. The critical role of education and upbringing in fostering resilience is underscored – especially through the development of moral awareness, critical thinking, responsibility, empathy, and constructive problem-solving. The works of Ukrainian scholars (I. Bekh, I. Zyzun, S. Maksymenko, O. Savchenko, N. Pobirchenko, and others) and foreign researchers (A. Masten, R. Feldman, M. Ungar, J. Belsky, B. Northouse, V. Frankl, E. Grotberg, among others) are analyzed, providing a comprehensive understanding of the mechanisms underlying the development and manifestation of resilience in the modern world. The article also outlines future research prospects in the context of digitalization, military conflict, and social instability. The findings may serve as a foundation for developing resilience-enhancement programs in education, social work, and psychological-pedagogical support.

Key words: resilience, hardiness, approaches, adaptation, personality, education, digital competence.

УДК 37.015.3:159.923
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2025/83.1.16>

Безгинський Ю.С.,

канд. юрид. наук,
студент I курсу
Навчально-наукового інституту
педагогіки і психології Державного
закладу «Луганський національний
університет імені Тараса Шевченка»
(Полтава, Україна)

Постановка проблеми. У сучасному світі, що характеризується постійними кризами, викликами війни, емоційним виснаженням, інформаційним перевантаженням і турбулентністю соціальних процесів, зростає потреба у формуванні особистості, здатної протистояти стресу, зберігати психологічну рівновагу та ефективно діяти в умовах невизначеності. У цьому контексті поняття резильєнтності (життєстійкості) набуває особливої актуальності як міждисциплінарний феномен. Його дослідження виходить за межі психології й охоплює педагогіку, соціологію, біологію, філософію, управління, медицину та інші галузі знань.

Для педагогіки розгляд резильєнтності має особливе значення, оскільки пов'язаний із формуванням таких рис, як стійкість, самоконтроль, віра у власні сили, здатність до самовідновлення й адаптації – як у педагогів, так і у здобувачів освіти. Сучасна освітня практика вимагає не лише високих професійних знань, а й готовності діяти в умовах кризи, нестабільності, емоційного тиску.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Історія наукового вивчення резильєнтності починається у 1970-х роках, коли N. Garmezy [1], M. Rutter [2] і A. Masten [3] розпочали дослідження дітей, які зростали в умовах значної психосоціальної

депривації, але при цьому демонстрували успішну адаптацію. Подальше формування концепції резильєнтності відбувалося в контексті психології розвитку, нейропсихології та соціальної педагогіки, з акцентом на внутрішні ресурси, емоційну регуляцію та вплив середовища. Значний внесок у її осмислення зробили гуманістичні психологи – С. Rogers [4], який підкреслював роль самоактуалізації, та А. Maslow [5], який розглядав резильєнтність як умову реалізації особистісного потенціалу.

Серед українських науковців, які аналізували питання формування стійкості, адаптації та розвитку внутрішніх ресурсів особистості, слід згадати І. Зязюна [6], О. Савченко [7], І. Беха [8], Г. Балла [9], які торкалися тем духовної та моральної стійкості, суб'єктності, психологічного самоконтролю, професійного зростання.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Попри значну увагу до феномена резильєнтності в сучасній психології, педагогіці та суміжних науках, існує проблемне поле, що потребує подальшого теоретичного осмислення. Зокрема, недостатньо розроблені:

- міждисциплінарні підходи до цілісного розуміння резильєнтності особистості;
- механізми формування стійкості в освітньому просторі, особливо в мінливих умовах;
- педагогічні умови, що сприяють розвитку резильєнтності у здобувачів освіти;
- зв'язок між професійною стійкістю педагогів та їхньою резильєнтною поведінкою;
- роль цифрового середовища у трансформації змісту і проявів життєстійкості та ін.

Саме ці аспекти становлять дослідницький інтерес і зумовлюють необхідність інтеграції різних наукових підходів для формування цілісного бачення розв'язання порушеної проблеми.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Мета статті полягає в здійсненні міждисциплінарного аналізу феномену резильєнтності особистості з позицій історичного, психологічного, соціологічного, управлінського, педагогічного, філософського, біопсихологічного та цифрового підходів.

У межах поставленої мети передбачається виконання таких завдань:

- охарактеризувати наукові підходи до розуміння поняття «резильєнтність особистості» у контексті різних наукових галузей;
- виявити теоретичні й прикладні аспекти формування стійкості особистості в педагогічній практиці;
- проаналізувати досвід українських і зарубіжних дослідників у галузі резильєнтності;
- визначити перспективні напрями розвитку міждисциплінарних досліджень з цієї проблематики.

Виклад основного матеріалу. Історичне осмислення феномена резильєнтності

ґрунтується на аналізі здатності людини зберігати стійкість упродовж різних історичних епох, часто в умовах соціальних потрясінь, воєн, економічних криз і культурних змін. Ще в середині ХХ століття науковці почали фіксувати феномен позитивної адаптації дітей, які, попри складні життєві обставини (бідність, травми, сирітство), демонстрували успішну соціалізацію та внутрішню силу.

Вагомий внесок у розробку теоретичних засад резильєнтності зробили представники американської психологічної школи – N. Garmezy, M. Rutter, A. Masten, які розглядали життєстійкість як прояв внутрішніх ресурсів у взаємодії з підтримувальним середовищем [1, с. 220; 2, с. 316; 3, с. 227].

У подальшому історичний розвиток бачення резильєнтності відбувався під впливом гуманістичної філософії та психології. Погляди С. Rogers і А. Maslow сформували підґрунтя для розуміння особистості як активного суб'єкта, здатного до самоактуалізації й внутрішнього зростання у складних умовах [4, с. 115–117; 5, с. 382].

Поряд із зарубіжними науковцями значну роль відіграли українські дослідники, які вивчали духовну й моральну стійкість особистості в історичному контексті. Зокрема, І. Зязюн акцентував на значенні духовної культури як чинника професійної самореалізації й опору в умовах викликів [6, с. 45]. О. Савченко у своїх педагогічних працях підкреслювала важливість виховання працелюбності, наполегливості та самодисципліни як передумов внутрішньої сили [7]. І. Бех і Г. Балл досліджували формування моральної автономії, здатності до саморегуляції та стійкості в контексті соціально-історичних змін [8, с. 130; 9, с. 98].

Отже, історичний підхід демонструє еволюцію уявлень про стійкість особистості – від інстинктивної здатності до виживання до усвідомленої морально-психологічної сили, що формується в процесі історичного й культурного розвитку.

У межах психологічної науки резильєнтність розглядається як динамічний процес позитивної адаптації, що забезпечується через взаємодію індивідуальних ресурсів особистості з чинниками навколишнього середовища. Згідно з дослідженнями А. Masten, стійкість – це не виняткова здатність, а природний процес, який вона назвала «звичайною магією» повсякденного функціонування у відповідь на стрес [3, с. 227].

Вагомий внесок у психологічне осмислення поняття зробила Е. Grotberg, яка запропонувала трьохкомпонентну модель резильєнтності: «I Am – I Have – I Can» (Я є – Я маю – Я можу), що визначає внутрішні ресурси, підтримку ззовні та здатність до дії [10, с. 25]. Ця модель особливо актуальна для дитячої психології та системи виховання.

Серед інших авторів, які значно вплинули на розвиток психологічного розуміння резильєнтності, слід виділити R. Feldman, яка наголошує на

нейропсихологічних аспектах стійкості, зокрема на ролі емоційної взаємодії, префронтальної активності та регуляції афекту в умовах стресу [11, с. 4]; представників позитивної психології – М. Seligman, С. Peterson, S. Lopez, які розглядали резильєнтність як основу психологічного благополуччя, пов'язану з оптимізмом, надією та розвитком сильних сторін особистості.

Серед українських учених психологічні основи життєстійкості розкрито у працях С. Максименка, який вивчав когнітивну мобільність, емоційну саморегуляцію та ціннісно-смыслову сферу в умовах кризи [12]; І. Беха, який розглядав резильєнтність як прояв моральної зрілості та відповідального самовизначення [8]; Н. Побірченко, яка аналізувала психологічну стійкість педагогів у професійному середовищі та шляхи її підтримки [13].

Отже, психологічний підхід фокусується на внутрішніх механізмах саморегуляції, емоційній стійкості, самооцінці, мотивації, здатності до рефлексії – усіх тих чинниках, які забезпечують здатність особистості долати труднощі та зберігати функціональність у кризових ситуаціях.

Соціологічне бачення резильєнтності ґрунтується на уявленні про особистість як суб'єкта, що формується в постійній взаємодії з соціальним середовищем. Тут життєстійкість трактується не лише як внутрішня властивість, а й результат доступу до ресурсів, наявності підтримки, належності до соціальних груп та інституцій.

Одним із провідних представників цього підходу є М. Ungar, який запропонував екологічно-соціальну модель резильєнтності, де ключову роль відіграють не індивідуальні характеристики, а якість соціального середовища: сім'ї, громади, школи, культури [14, с. 12]. Він доводить, що стійкість виникає тоді, коли особа має зовнішні ресурси, які вона здатна використати через активну участь, соціальні ролі та підтримку.

Подібну позицію займає S. Luthar, яка акцентує на значенні соціального капіталу, взаємодії, довіри, стабільних зв'язків і безпечного середовища для формування резильєнтної поведінки [15, с. 600]. R. Blum у своїх дослідженнях також доводить, що соціальна підтримка в підлітковому віці є критично важливою умовою збереження психічного здоров'я та стійкості [16].

В українському дискурсі соціальні аспекти стійкості були розкриті у працях І. Беха, який підкреслював значення ціннісного самовизначення особистості в умовах соціального тиску, здатності зберігати автономність і чинити опір деструктивним впливам [8, с. 270–275]. Г. Балл також вказував на взаємозв'язок соціальної активності, самоідентичності та внутрішньої сили, що розвивається в процесі соціальної взаємодії [9, с. 98].

Отже, соціологічний підхід розкриває резильєнтність як системну взаємодію особистості з її

соціальним простором, де ключову роль відіграють ресурси підтримки, довіра, соціальні інститути та механізми інтеграції.

У межах управлінського підходу резильєнтність розглядається як здатність суб'єкта до прийняття рішень, ефективної організації власної діяльності та адаптації до змін у динамічному середовищі. Цей аспект особливо актуальний у сфері освітнього управління, де ключовим є не лише стабільне функціонування системи, а й її гнучкість та стійкість у кризових ситуаціях.

Згідно з дослідженнями F. Plimmer та P. Hall, резильєнтність управлінця пов'язана із здатністю передбачати ризики, оперативно реагувати на непередбачувані виклики, підтримувати емоційну рівновагу та забезпечувати стабільність у колективі [17]. Особлива увага приділяється розвитку ресурсно-орієнтованого мислення, яке дозволяє бачити в кризі не лише загрозу, а й потенціал для зростання.

Управлінська резильєнтність тісно пов'язана з поняттям лідерства, зокрема адаптивного, трансформаційного, сервісного. Результати досліджень В. Northouse свідчать, що ефективний керівник у період змін – це той, хто здатний мобілізувати ресурси колективу, створити атмосферу підтримки та стимулювати розвиток внутрішньої сили в інших [18, с. 263].

В українській науковій традиції Н. Побірченко звертає увагу на важливість професійної стійкості керівників закладів освіти, яка проявляється у здатності приймати відповідальні рішення, зберігати гуманістичні орієнтири, діяти в умовах дефіциту ресурсів та тиску зовнішнього середовища. Її праці підкреслюють, що ефективний освітній менеджмент неможливий без розвиненої резильєнтності особистості керівника [13].

Отже, управлінський підхід до резильєнтності зосереджує увагу на здатності особистості ефективно діяти в нестабільних умовах, формувати стратегічне бачення, підтримувати баланс між результатом і людським ресурсом, забезпечуючи стійкість і розвиток освітніх організацій.

Педагогічний підхід до аналізу резильєнтності зосереджується на можливостях формування стійкості особистості в умовах навчального процесу. Освітнє середовище розглядається як простір, у якому відбувається не лише передача знань, а й розвиток внутрішньої сили, здатності до саморегуляції, емоційного балансу та відповідального самовизначення.

У межах цього підходу резильєнтність трактується як педагогічна мета, що включає формування навичок долаття труднощів, критичного мислення, самостійності, рефлексії та соціальної відповідальності. Це особливо важливо в умовах сучасних викликів – війни, постстресового стану учасників освітнього процесу, освітньої міграції, цифрового навантаження.

Значний внесок у розробку педагогічного бачення життєстійкості зробили українські науковці. О. Савченко підкреслювала, що виховання наполегливості, відповідальності, працелюбності та самодисципліни – це не лише моральна, а й стратегічна педагогічна задача, яка сприяє формуванню стійкої особистості [7]. І. Зязюн розглядав процес становлення педагога через призму духовної культури, де внутрішня сила, моральна стійкість і професійна відповідальність є ключовими орієнтирами [6, с. 5]. І. Бех вказував на необхідність розвивати ціннісне ставлення до себе й світу як основу педагогічної резильєнтності [8, с. 30].

Серед зарубіжних дослідників варто згадати Л. Katz, яка вивчала вплив емоційно-безпечного освітнього середовища на стійкість дітей, а також С. Claxton, що акцентував увагу на розвитку навчальної гнучкості й здатності вчитись з помилок – як складової резильєнтної поведінки в навчанні [19; 20].

Отже, педагогічний підхід інтерпретує резильєнтність як мету та результат педагогічного впливу, що має бути системною, інтегрованою складовою освітнього процесу. Розвиток життєстійкості розглядається як один з головних орієнтів сучасної освіти.

Філософський підхід до аналізу резильєнтності особистості ґрунтується на осмисленні життєстійкості як прояву глибинного сенсу людського існування, здатності особистості чинити опір руйнівним впливам світу завдяки внутрішній духовній силі, ціннісним орієнтирам і екзистенційній наповненості.

Цей підхід спирається на ідеї екзистенціалізму, зокрема праці V. Frankl, який розглядав здатність людини знаходити сенс навіть у стражданні як головну умову виживання та відновлення. У книзі «Людина в пошуках справжнього сенсу» V. Frankl описує досвід перебування в концтаборі, де люди виживали не завдяки фізичній силі, а завдяки внутрішньому переконанню, що життя має сенс [21, с. 112–115].

У філософській думці поняття резильєнтності перетинається з категоріями цінності, свободи, відповідальності, гідності. Саме на цих засадах вибудовується розуміння життєстійкості як етичного й духовного явища, що дає змогу особистості зберігати ідентичність у ситуаціях екзистенційної загрози.

В українському філософсько-педагогічному дискурсі Г. Балл досліджував взаємозв'язок ціннісного вибору та стійкості особистості, підкреслюючи, що духовна зрілість є чинником протистояння зовнішнім деструктивним впливам [9]. І. Зязюн також розглядав розвиток духовного потенціалу як умову професійного самовдосконалення педагога й підтримання внутрішньої рівноваги [6].

Отже, філософський підхід розкриває резильєнтність як онтологічну якість особистості, що формується в процесі осмислення сенсу буття, усвідомлення відповідальності за власне життя та прийняття ціннісних орієнтирів.

Біопсихологічний підхід розглядає резильєнтність як результат взаємодії біологічних, нейрофізіологічних та психологічних чинників, що забезпечують адаптивну поведінку особистості в умовах стресу, небезпеки чи втрат. У цьому контексті резильєнтність тлумачиться як вбудований механізм самозбереження, що забезпечує стабільність емоційного й когнітивного функціонування.

Вагомий внесок у розвиток цього підходу зробили А. Masten, R. Feldman, B. Benard, які у своїх дослідженнях довели, що формування стійкості пов'язане з активацією певних нейрональних мереж, особливо в префронтальній корі головного мозку, що відповідає за регуляцію емоцій, прийняття рішень і поведінковий контроль [3, с. 227; 11, с. 135; 22, с. 12]. Так, R. Feldman наголошує на значенні окситоцинової системи, біологічної реактивності та раннього емоційного досвіду у формуванні стійких адаптивних моделей [11, с. 140].

Дослідники J. Belsky і A. Oshri звертають увагу на генетично обумовлену чутливість до середовища, яка зумовлює різний рівень резильєнтності залежно від зовнішніх умов. У моделях «differential susceptibility» і «biological sensitivity to context» стійкість розглядається не як універсальна риса, а як індивідуальна властивість, що змінюється під впливом середовища [23; 24].

В українських наукових дослідженнях елементи біопсихологічного підходу простежуються у працях С. Максименка, де аналізується взаємозв'язок між біологічною основою особистості та її когнітивною гнучкістю, здатністю до відновлення після стресу й мобілізації ресурсів. Також важливими є сучасні міждисциплінарні студії, що поєднують нейропсихологію, психосоматику та педагогіку [12].

Отже, біопсихологічний підхід розкриває резильєнтність як нейропсихологічний потенціал особистості, який формується на основі спадкових чинників, гормональної регуляції, мозкової пластичності та взаємодії з соціальним середовищем.

Цифровий підхід до аналізу резильєнтності особистості є відносно новим, але надзвичайно актуальним у сучасних умовах глобалізації, цифровізації та зростання впливу інформаційного середовища на психіку людини. У цьому підході життєстійкість трактується як здатність особистості адаптуватися до цифрового простору, зберігати емоційну рівновагу, критичне мислення та ціннісну орієнтацію в умовах інформаційного перевантаження, онлайн-комунікації та віртуалізації досвіду.

Згідно з дослідженнями М. Kavak і D. Dinsmore, цифрова резильєнтність – це психологічна

здатність протистояти впливу негативного цифрового контенту, зокрема дезінформації, кібербулінгу, цифрової залежності, а також вміння використовувати цифрові ресурси для саморозвитку та навчання [25; 26]. М. Кавак наголошує на важливості формування цифрових навичок, які включають не лише технічну компетентність, а й цифрову етику, інформаційну грамотність і самоорганізацію в онлайн-середовищі.

Дослідниця Г. Baizhumanova пропонує модель цифрової резильєнтності для молоді, яка охоплює емоційне дистанціювання від шкідливого контенту, розвиток рефлексії, вміння керувати цифровими ризиками та будувати безпечні інформаційні зв'язки [27].

В українському контексті аспект цифрової резильєнтності досліджується у зв'язку з медіаосвітою, формуванням критичного мислення в учнів і студентів, розвитком стресостійкості у вчителів, що працюють в умовах дистанційного навчання. Зокрема, у працях Н. Побірченко та С. Максименка простежується міждисциплінарне бачення цифрової стійкості як поєднання когнітивних, соціальних і моральних механізмів адаптації до цифрового світу [13; 12].

Отже, цифровий підхід інтерпретує резильєнтність як комплексну здатність особистості зберігати функціональність, самостійність і критичність у цифровому середовищі, активно використовувати його ресурси для розвитку, залишаючись при цьому в межах особистісного балансу й безпеки.

Висновки. Резильєнтність особистості є складним міждисциплінарним феноменом, що розглядається в контексті психологічної, соціальної, педагогічної, філософської, біологічної, управлінської та цифрової перспектив. Кожен із підходів акцентує на різних механізмах формування життєстійкості – від нейропсихологічних і емоційно-вольових до соціально-контекстуальних та морально-ціннісних.

Таке багатовимірне бачення резильєнтності дозволяє глибше зрозуміти її природу й відкриває перспективи для цілісного педагогічного впливу, спрямованого на розвиток особистості, здатної адаптуватися, зберігати внутрішній баланс і діяти ефективно в умовах викликів сучасності.

Наступним кроком дослідження проблеми резильєнтності особистості буде визначення сутності і структури формування цього феномену в закладі вищої освіти в умовах сучасних викликів війни, соціальної нестабільності, цифровізації.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Garnezy N. Stress-resistant children: The search for protective factors. In J. E. Stevenson (Ed.), *Recent research in developmental psychopathology*. 1985. Vol. 4. P. 213–233.
2. Rutter M. Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry*.

1987. 57(3). P. 316–331. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x>

3. Masten A. S. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*. 2001. 56(3). P. 227–238. DOI: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>

4. Rogers C. R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin. 1961. URL: https://teots.org/wp-content/uploads/2021/08/On-becoming-a-person-by-Rogers-Carl-R.-z-lib.org_.pdf

5. Maslow A. H. *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row. 1954. URL: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1983768>

6. Зязюн І. А. Філософія педагогічної дії : монографія. УНУ ім. Б. Хмельницького. Черкаси, 2008. 608 с.

7. Савченко О. Я. Дидактика початкової освіти : підручник. Київ : Грамота, 2012. 504 с.

8. Бех І. Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. Київ – Чернівці : «Букрек», 2018. 320 с.

9. Балл Г. О. Психологія особистісно орієнтованої професійної підготовки учнівської молоді : наук.-метод. посіб. АПН України. Ін-т педагогіки і психології проф. освіти. К. 2002. 388 с.

10. Grotberg E. H. *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit*. The Hague: Bernard van Leer Foundation. 1995. URL: <https://bibalex.org/baifa/Attachment/Documents/115519.pdf>

11. Feldman R. What is resilience: An affiliative neuroscience approach. *World Psychiatry*. 2020. 19(2). P. 132–150. DOI: <https://doi.org/10.1002/wps.20729>

12. Максименко С. Д. Загальна психологія : навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2021. 272 с.

13. Побірченко Н. А. Психологічний потенціал мотивації досягнень підростаючої особистості. *Психолінгвістика*. 2011. Вип. 8. С. 65–74. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psling_2011_8_11

14. Ungar M. *The Social Ecology of Resilience: A Handbook of Theory and Practice*. New York: Springer. 2012. URL: <https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4614-0586-3>

15. Luthar S. S. Vulnerability and resilience: A study of high-risk adolescents. *Child Development*. 1991. 62(3). P. 600–616. DOI: <https://doi.org/10.2307/1131134>

16. Blum R. W., Mmari K. Adolescent connectedness: Cornerstone for health and wellbeing. *The BMJ*. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj-2021-069213>

17. Plimmer F., Hall P. The Rural Planning Perspective at an Opportune Time. *Journal of Planning Literature*, 2010. 25(1). P. 3–15. DOI: <https://doi.org/10.1177/0885412214542050>

18. Northouse P. G. *Leadership: Theory and Practice* (8th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications. 2019. URL: <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=3568102>

19. Sokal L., Katz J. Social Emotional Learning and Inclusive Education. *The Oxford Encyclopedia of Education*. 2017. URL: https://www.researchgate.net/publication/317284026_Sokal_L_Katz_J_2017_Social_emotional_learning_and_inclusive_education_The_Oxford_Encyclopedia_of_Education_DOI_101093acrefore9780190264093013146_Retrieveable_from_httpeducatonoxfordrecomview101093acref

20. Claxton G. Building Learning Power: Helping Young People Become Better Learners. Bristol: TLO Ltd. 2002. URL: <https://research-information.bris.ac.uk/en/publications/building-learning-power-helping-young-people-become-better-learners>

21. Frankl V. E. Man's Search for Meaning. Boston: Beacon Press. 2006. URL: https://books.google.com.ua/books?id=umJ8DgAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

22. Benard B. Resiliency: What We Have Learned. San Francisco: WestEd. 2004. URL: <https://www.wested.org/resources/resiliency-what-we-have-learned/>

23. Belsky J., Pluess M. Beyond Diathesis-Stress: Differential Susceptibility to Environmental Influences. *Psychological Bulletin*. 2009. 135(6). P. 885–908. DOI: <https://doi.org/10.1037/a0017376>

24. Oshri A., Liu S., Huffman L. G., Caughy M. O. Biological sensitivity to context as a dyadic construct: An investigation of child–parent RSA synchrony among low-SES youth. *Development and Psychopathology*. 2021. 35(1), P. 95–108. DOI: <https://doi.org/10.1017/S095457942100078X>

25. Kavak M. Digital Resilience in the Age of Information Overload. *Journal of Digital Psychology*. 2025. 12(3). P. 45–60.

26. Dinsmore D. R. Navigating the Digital Landscape: Building Psychological Resilience Online. *Cyberpsychology Review*. 2024. 8(2). P. 88–102.

27. Baizhumanova G. Developing Digital Resilience Among Youth: Strategies and Frameworks. *Journal of Digital Education*. 2024. 10(2). P. 45–60.