

Атаманчук Н. М.

<https://orcid.org/0000-0002-8332-075X>

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ: ГЕНДЕРНИЙ ВИМІР

У статті відмічено важливість дослідження гендерного виміру резильєнтності, оскільки студенти жіночої/чоловічої статі можуть відрізнятися за особливостями емоційного реагування, способами подолання стресу та використанням адаптивних стратегій. Виявлення таких відмінностей сприяє глибшому розумінню механізмів психологічної адаптації студентської молоді та створює підґрунтя для розроблення ефективних програм психологічної підтримки. Встановлено наявність гендерних відмінностей у реагуванні на стресові ситуації та у виборі стратегій їх подолання. Зокрема, чоловіки частіше використовують проблемно-орієнтовані стратегії, спрямовані на активне вирішення труднощів, тоді як жінки більшою мірою схильні до емоційного переживання стресових подій. Результати проведеного емпіричного дослідження дозволяють зробити висновок, що резильєнтність студентів-психологів в умовах війни характеризується неоднорідністю та залежить від комплексу особистісних і соціально-психологічних чинників, зокрема гендерних особливостей. Отримані дані свідчать про домінування у більшості респондентів середнього рівня резильєнтності, що вказує на наявність базового адаптаційного потенціалу, проте водночас відображає потребу у подальшому зміцненні психологічної стійкості в умовах тривалого стресового впливу воєнного часу. Встановлено, що студенти-психологи з вищим рівнем резильєнтності частіше використовують конструктивні стратегії подолання стресу, зокрема асертивні дії, активну соціальну взаємодію та пошук соціальної підтримки. Натомість нижчий рівень психологічної стійкості пов'язаний із більшою схильністю до уникнення, імпульсивних або деструктивних форм реагування на стресові ситуації. Виявлені гендерні відмінності свідчать, що студентки частіше орієнтуються на міжособистісну взаємодію та пошук соціальної підтримки як ресурсу подолання труднощів, тоді як студенти-чоловіки більшою мірою демонструють схильність до асертивних та активних поведінкових стратегій. Така специфіка відображає вплив гендерних ролей та соціальних очікувань на формування способів реагування на стрес і подолання кризових ситуацій. Подальші дослідження резильєнтності студентів-психологів в умовах війни доцільно спрямувати на розробку профілактичних програм і застосування міждисциплінарних підходів для підвищення адаптаційного потенціалу молоді.

Ключові слова: *резильєнтність, гендер, чоловіча/жіноча стать, студенти-психологи, психологічна стійкість, психологічне благополуччя, стрес, війна.*

Постановка проблеми. Війна росії проти України спричинила глибокі соціальні, економічні та психологічні зміни, що суттєво впливають на різні сфери життя суспільства. Однією з найбільш уразливих соціальних груп у цих умовах є студентська молодь, яка перебуває на етапі активного особистісного та професійного становлення. Сучасні студенти змушені здобувати освіту в умовах постійної невизначеності, інформаційного тиску, емоційного напруження, а також під впливом тривалих стресових факторів, пов'язаних із воєнними подіями. Додатковими викликами

виступають порушення соціальних зв'язків, вимушені переміщення, зміни освітнього середовища та переживання за власне майбутнє. Усе це актуалізує проблему збереження психічного здоров'я студентської молоді та формування її психологічних ресурсів.

У цьому контексті особливого значення набуває феномен резильєнтності як здатності особистості успішно адаптуватися до складних життєвих обставин, зберігати психологічну рівновагу та ефективно функціонувати в умовах стресу. Саме ці якості дозволяють людині не лише долати



труднощі, а й використовувати кризові ситуації як чинник особистісного розвитку.

Актуальності набуває вивчення резильєнтності студентів, які здобувають освіту за спеціальністю С4 Психологія. Майбутні психологи повинні не лише володіти теоретичними знаннями щодо подолання кризових станів, але й мати сформовані особистісні ресурси, що забезпечують їхню професійну стійкість, здатність до саморегуляції та ефективної допомоги іншим людям у складних життєвих ситуаціях. Умови воєнного часу висувають підвищені вимоги до рівня психологічної стійкості майбутніх фахівців-психологів, що робить проблему розвитку їхньої резильєнтності особливо важливою.

Водночас науковий інтерес становить дослідження гендерного виміру резильєнтності, оскільки юнаки та дівчата можуть відрізнятися за особливостями емоційного реагування, способами подолання стресу та використанням адаптивних стратегій. Виявлення таких відмінностей сприяє глибшому розумінню механізмів психологічної адаптації студентської молоді та створює підґрунтя для розроблення ефективних програм психологічної підтримки.

Таким чином, дослідження гендерних особливостей резильєнтності студентів-психологів в умовах війни є актуальним як з наукової, так і з практичної точки зору, оскільки спрямоване на виявлення психологічних ресурсів молоді та пошук шляхів підтримки її психічного благополуччя в умовах тривалого стресового впливу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Для уточнення змісту поняття «резильєнтність» розглянемо наукові підходи до його трактування, представлені в таблиці 1.

Аналіз представлених в таблиці визначень свідчить, що більшість науковців розглядають резильєнтність як комплексну психологічну характеристику особистості, яка відображає здатність адаптуватися до стресових, кризових ситуацій, мобілізувати внутрішні ресурси та відновлювати психологічну рівновагу після пережитих труднощів.

Під резильєнтністю розуміємо інтегративну характеристику особистості, що охоплює емоційну саморегуляцію, когнітивну гнучкість, здатність до рефлексії, конструктивне вирішення проблем і використання соціальної підтримки.

Під час дослідження резильєнтності студентів-психологів в умовах війни важливого значення набуває аналіз гендерного виміру психологічної стійкості. Поняття гендеру розглядаємо як соціально-психологічну характеристику особистості, що формується у процесі соціалізації та відображає засвоєні суспільством уявлення про ролі, поведінкові моделі, очікування щодо чоловіків і жінок [2, с. 5].

Гендер – це так звана «соціальна стать», тобто система взаємин між чоловіками і жінками, створена через соціальні зв'язки (на відміну від природних взаємин) [3, с. 14].

Урахування гендерного аспекту дозволяє глибше зрозуміти особливості формування та

Таблиця 1

Наукові підходи до визначення поняття «резильєнтність»

Сутність поняття «резильєнтність»	Автор
Здатність людини повертатися до нормального стану після або під час потрясінь.	Кокун О. [5, с. 16]
Психологічний ресурс особистості, що забезпечує здатність людини ефективно долати стресові впливи та адаптуватися до нових умов життя після пережитих травматичних подій.	Грішин Е. [4, с. 82]
Здатність особистості адаптуватися до складних життєвих обставин і мобілізувати внутрішні ресурси для подолання труднощів.	Потапчук Є., Поліщук О. [6, с. 46]
Інтегративна характеристика, що включає емоційну стабільність, оптимізм, саморегуляцію та ефективні копінг-стратегії, які сприяють підвищенню адаптивності особистості в кризових ситуаціях.	Ткалич М. [8, с. 71]
Здатність людини адаптуватися перед обличчям трагедії, травми, різних негараздів та постійних життєвих стресорів.	Ришко Г. [7, с. 87]
Захисні фактори, які захищають людину від дезадаптації після стресового впливу.	Bolton K. [9, с. 3]
Процес успішної адаптації особистості попри значні загрози, травми або стресові ситуації.	Masten A. [10, с. 308]
Здатність людини адаптуватися перед обличчям трагедії, травми, різних негараздів та до постійних життєвих стресорів.	Neman R. [11, с. 227]
Персональна характеристика особистості, яка модерує або пом'якшує негативні наслідки стресу і сприяє адаптації.	Wagnild G., Young H. [12, с. 165]

прояву резильєнтності студентів-психологів, а також визначити специфіку використання ними різних стратегій подолання стресу в умовах війни.

Постановка завдання. Емпіричне дослідження гендерних аспектів резильєнтності студентської молоді ґрунтувалося на усвідомленні значущості резильєнтності в умовах воєнного часу. Соціальні, психологічні та емоційні виклики, спричинені війною, потребують від молоді здатності адаптуватися до ситуацій невизначеності та підвищеного стресу. Нами резильєнтність розглядається як важливий особистісний ресурс, що забезпечує ефективне подолання складних життєвих обставин. Водночас дослідження зосереджується на виявленні можливих гендерних відмінностей у способах реагування студентів-психологів на стресові фактори та у виборі стратегій адаптації.

Емпіричну базу дослідження становила вибірка з 40 респондентів, серед яких 20 жінок та 20 чоловіків (18–20 років) – студентів спеціальності С4 Психологія (освітній рівень бакалавр) Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка. Емпіричне дослідження проводилося у період з вересня 2025 року по лютий 2026 року.

Для проведення дослідження гендерних особливостей резильєнтності студентів-психологів нами було застосовано психодіагностичні методики: шкалу резильєнтності Коннора-Девідсона (CD-RISC-10), методику SACS (Strategic Approach to Coping Scale) С. Хобфолла.

Виклад основного матеріалу. За допомогою Шкали резильєнтності Коннора-Девідсона-10 визначили загальну життєстійкість респондентів у стресових умовах. Характеристика отриманих результатів представлена в таблиці 2.

Згідно даних, наведених у таблиці 2, як серед осіб жіночої (45%) так і чоловічої (40%) статі найбільша частина вибірки демонструють середній рівень резильєнтності. Це свідчить про наявність у більшій частини досліджуваних помірної здатності до адаптації та протидії стресовим ситуаціям. Такі студенти характеризуються певним

рівнем життєстійкості, проте у складних життєвих умовах їм може бракувати внутрішніх ресурсів для подолання кризових ситуацій.

Високий рівень резильєнтності частіше спостерігається у осіб чоловічої статі (35%) порівняно з жінками (20%). Результати дають підстави стверджувати про дещо вищу здатність чоловіків до психологічної саморегуляції, відновлення після стресових подій. Респонденти як чоловічої так і жіночої статі з високим рівнем резильєнтності, як правило, демонструють оптимізм, впевненість у собі самих, здатні мобілізувати внутрішні ресурси у складних життєвих умовах.

Низький рівень резильєнтності частіше зустрічається серед осіб жіночої статі (35%), ніж серед осіб чоловічої статі (25%). Це може свідчити про вищу емоційну чутливість, схильність до переживання стресових подій та труднощі у відновленні психологічної рівноваги. Студенти із низьким рівнем резильєнтності складніше адаптуються до змін, частіше потребують соціальної підтримки.

Отже, прослідковується наявність певних гендерних відмінностей у розвитку студентів-психологів: серед осіб чоловічої статі частіше спостерігається високий рівень резильєнтності, а серед жінок переважають середні та низькі показники психологічної стійкості.

Відповідно отриманих даних бачимо, що чоловіки та жінки по-різному реагують на стресові ситуації та використовують різні стратегії їх подолання. Так, представники чоловічої статі частіше застосовують проблемно-орієнтовані стратегії подолання життєвих труднощів, а представниці жіночої статі схильні до емоційного переживання стресових подій. Крім того, соціально зумовлені гендерні ролі можуть впливати на формування психологічної стійкості, визначаючи особливості прояву резильєнтності.

Важливо також враховувати, що формування резильєнтності сучасної студентської молоді відбувається в умовах повномасштабної війни в Україні, яка супроводжується постійною невизначеністю, емоційним напруженням, переживанням загрози безпеці та змінами у звичному способі

Таблиця 2

Гендерні особливості розвитку резильєнтності студентів-психологів (n=40)

Стать респондентів	Показники резильєнтності							
	Низький		Середній		Високий		Усього	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Жіноча	7	35	9	45	4	20	20	100
Чоловіча	5	25	8	40	7	35	20	100

життя. Такі обставини посилюють прояви стресу, тривожності та психологічного виснаження, що, у свою чергу, впливає на рівень життєстійкості молоді. Проте, тривале перебування в умовах кризової ситуації може сприяти формуванню нових адаптаційних ресурсів, розвитку психологічної витривалості та здатності до подолання складних життєвих викликів.

Зупинимося на аналізі домінуючих стратегій реагування на стрес та рівні адаптивності студентів-психологів різних статей. Отримані результати наведено в таблиці 3.

Аналіз результатів дослідження стратегій поведінки студентів-психологів у стресогенних ситуаціях розглядали з урахуванням сучасного соціального контексту, зокрема тривалого перебування українського суспільства в умовах війни.

Аналізуючи показник асертивних дій, зазначимо, високий рівень частіше проявляється у чоловіків (7 осіб) порівняно з жінками (5 осіб), тоді як середній рівень переважає у жінок (5 осіб) у порівнянні з чоловіками (3 особи). Асертивна поведінка передбачає здатність відстоювати власну позицію, приймати самостійні рішення, активно діяти у складних життєвих обставинах. В умовах воєнного часу така стратегія особливо значима, оскільки сприяє мобілізації внутрішніх ресурсів, подоланню труднощів студентською молоддю.

Щодо стратегії вступу у соціальний контакт, високий рівень частіше спостерігається серед жінок (8 осіб), тоді як серед чоловіків він становить 6 осіб. Це може свідчити про більшу схильність жінок до соціальної взаємодії, підтримки у спілкуванні, обговоренні проблем. У контексті війни така поведінка може виступати важливим психологічним ресурсом, адже соціальна

взаємодія сприяє зниженню емоційної напруги, підтриманню психологічної стабільності.

Результати показника пошуку соціальної підтримки також демонструють, що високий рівень частіше притаманний жінкам (8 осіб), тоді як серед чоловіків – 5 осіб. Це може свідчити про те, що жінки більш активно використовують міжособистісні ресурси для подолання стресу. В умовах війни така стратегія є адаптивною, оскільки дозволяє особистості отримувати емоційну, інформаційну та інструментальну допомогу від соціального оточення.

Щодо обережних дій, середній рівень цієї стратегії спостерігається у більшості досліджуваних (5 жінок і 6 чоловіків). Це може свідчити про прагнення студентів-психологів діяти виважено, ретельно оцінювати ситуацію, уникати зайвого ризику. Наше сьогодення формує потребу в обережній поведінці, оскільки багато життєвих рішень пов'язані з підвищеним рівнем невизначеності.

Зазначимо, що високий рівень за стратегією поведінки імпульсивні дії дещо частіше проявляється у чоловіків (5 осіб), ніж у дівчат (4 особи). Імпульсивність може бути наслідком емоційного напруження, накопичення стресу, психологічного виснаження, які характерні для життя в умовах тривалих кризових подій.

За стратегією поведінки уникнення високий рівень частіше спостерігається серед жінок (5 осіб) порівняно з чоловіками (3 особи). Це може свідчити про прагнення частини студентської молоді дистанціюватися від стресогенних факторів, що виступає своєрідним механізмом психологічного захисту в умовах постійної напруги.

Високий рівень показника за стратегією маніпулятивних дій частіше проявляється у жінок

Таблиця 3

Розподіл рівнів вираженості стратегій поведінки у стресогенних ситуаціях серед чоловіків та жінок (n=40, у %)

Стратегії поведінки	Рівні вираженості					
	Низький		Середній		Високий	
	жінки	чоловіки	жінки	чоловіки	жінки	чоловіки
Асертивні дії	0	0	5	3	5	7
Вступ у соціальний контакт	0	0	2	4	8	6
Пошук соціальної підтримки	0	1	2	4	8	5
Обережні дії	2	3	5	6	3	2
Імпульсивні дії	1	1	5	4	4	5
Уникнення	1	2	4	5	5	3
Маніпулятивні дії	1	2	4	4	6	4
Асоціальні дії	3	2	6	6	1	2
Агресивні дії	2	1	5	3	3	6

(6 осіб), тоді як у чоловіків – 4 особи. Така стратегія може виникати як спроба непрямого впливу на ситуацію або інших людей у тих умовах, коли прямі способи вирішення проблеми здаються недостатньо ефективними.

Аналіз асоціальних дій показує, що високий рівень цієї стратегії має незначна частина студентів-психологів (1 жінка та 2 чоловіки). Очевидно, це пов'язано з тим, що більшість студентської молоді не схильна до деструктивних форм поведінки навіть у складних життєвих умовах.

Щодо агресивних дій, високий рівень частіше спостерігається у чоловіків (6 осіб), ніж у жінок (3 особи). Така тенденція може бути пов'язана з підвищеним рівнем емоційного напруження та переживанням загрози, що характерно для умов війни.

Порівняння результатів дослідження резильєнтності та стратегій поведінки у стресогенних ситуаціях свідчить про наявність певних взаємозв'язків між цими показниками.

З другої таблиці бачимо, високий рівень резильєнтності частіше спостерігається серед чоловіків (35%), тоді як серед жінок він становить 20%. Водночас низький рівень резильєнтності більш характерний для жінок (35%), ніж для чоловіків (25%). Це дає підстави припустити наявність взаємозв'язку між рівнем психологічної стійкості та характером поведінкових стратегій у стресових ситуаціях.

Аналіз третьої таблиці показує, що конструктивні стратегії поведінки (асертивні дії, вступ у соціальний контакт, пошук соціальної підтримки) мають високий рівень вираженості як у жінок, так і у чоловіків. Зокрема, серед жінок спостерігається високий рівень таких стратегій, як вступ у соціальний контакт (8 осіб) та пошук соціальної підтримки (8 осіб), що може свідчити про орієнтацію на соціальну взаємодію як спосіб подолання стресу.

У чоловіків відносно вищий рівень асертивних дій (7 осіб) та агресивних дій (6 осіб), що може вказувати на більш активні або прямі способи реагування на стресові ситуації.

Певні кореляційні тенденції простежуються і щодо неконструктивних стратегій поведінки. Наприклад, уникнення, маніпулятивні та імпульсивні дії переважно представлені на середньому рівні вираженості, що узгоджується з домінуванням середнього рівня резильєнтності у вибірці. Це може свідчити про те, що при помірному рівні психологічної стійкості студентська молодь вдається як до конструктивних, так і до менш адаптивних способів подолання стресу.

Таким чином, результати дослідження дозволяють припустити позитивний взаємозв'язок між високим рівнем резильєнтності та використанням конструктивних стратегій поведінки (асертивні дії, соціальний контакт, пошук підтримки). Водночас нижчий рівень резильєнтності може бути пов'язаний із більш частим використанням уникнення, імпульсивних або маніпулятивних дій.

Особливої значущості ці результати набувають у контексті навчання студентів в умовах війни в Україні, коли здатність до психологічної адаптації та використання конструктивних стратегій подолання стресу є важливим чинником збереження психічного здоров'я та ефективної професійної підготовки майбутніх психологів.

Викладачі кафедри кризової психології Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка приділяють значну увагу формуванню резильєнтності майбутніх фахівців у галузі кризової психології. У процесі професійної підготовки студентів-психологів реалізується комплекс освітніх і практико-орієнтованих заходів, спрямованих на розвиток їхньої психологічної стійкості та здатності ефективно функціонувати в умовах підвищеного стресу, зокрема: студенти опановують техніки розвитку стресостійкості, серед яких релаксаційні практики, медитація дихальні вправи, що сприяють зниженню рівня психоемоційного напруження, підтриманню психофізіологічної рівноваги; розвиток навичок саморефлексії, що забезпечує усвідомлення власних емоційних станів, когнітивних установок і поведінкових реакцій у різних життєвих ситуаціях; організація групових форм навчання, які сприяють розвитку комунікативної компетентності, навичок співпраці та ефективної міжособистісної взаємодії, уміння аналізувати проблемні ситуації, приймати обґрунтовані рішення та розробляти стратегії подолання труднощів, що є важливою складовою професійної діяльності кризового психолога; формування оптимістичного стилю мислення та здатності до позитивної переоцінки складних життєвих обставин [1, с. 13].

Висновки. Отримані дані емпіричного дослідження свідчать про домінування у більшості респондентів середнього рівня резильєнтності, що вказує на наявність базового адаптаційного потенціалу, проте водночас відображає потребу у подальшому зміцненні психологічної стійкості в умовах тривалого стресового впливу воєнного часу.

Встановлено, що студенти-психологи з вищим рівнем резильєнтності здебільшого

використовують конструктивні стратегії подолання стресу, зокрема асертивні дії, активну соціальну взаємодію та пошук соціальної підтримки. Натомість нижчий рівень психологічної стійкості пов'язаний із більшою схильністю до уникнення, імпульсивних або деструктивних форм реагування на стресові ситуації.

Виявлені гендерні відмінності свідчать, що студентки частіше орієнтуються на міжособистісну взаємодію та пошук соціальної підтримки як ресурсу подолання труднощів, тоді як студенти-чоловіки більшою мірою демонструють схильність до асертивних та активних поведінкових стратегій. Така специфіка відображає вплив гендерних ролей та соціальних очікувань у формування способів реагування на стрес і подолання кризових ситуацій.

Важливим внутрішнім ресурсом розвитку резильєнтності студентів-психологів виступає аксіологічна сфера особистості, у якій провідними є цінності сім'ї, здоров'я, свободи та професійної самореалізації. Саме ціннісні орієнтації

сприяють збереженню психологічної рівноваги, підвищенню мотивації до подолання труднощів та формуванню здатності трансформувати травматичний досвід у ресурс особистісного зростання.

Таким чином, розвиток резильєнтності студентів-психологів у сучасних умовах війни має передбачати комплексний підхід, що поєднує формування навичок психологічної саморегуляції, розвиток адаптивних стратегій подолання стресу та підтримку ціннісно-смыслових ресурсів особистості. Урахування гендерного виміру в цьому процесі сприятиме більш ефективному формуванню психологічної стійкості майбутніх фахівців, здатних надавати професійну допомогу людям у кризових та травматичних життєвих обставинах.

Подальші дослідження резильєнтності студентів-психологів в умовах війни доцільно спрямувати на розробку профілактичних програм і застосування міждисциплінарних підходів для підвищення адаптаційного потенціалу молоді.

Список літератури:

1. Атаманчук Н.М. Психологічні фактори й особливості розвитку резильєнтності студентів-психологів. Стратегічні орієнтири освіти та реабілітації в умовах воєнного стану та повоєнного часу: проблеми, рішення, перспективи : збірник тез доповідей Міжнародної науково-практичної конференції (м. Запоріжжя, 26–27 жовтня 2023 р.) / за заг. ред. В. В. Нечипоренко. Запоріжжя : Вид-во Хортицької національної академії, 2023. С. 12–13. ISBN 978-617-7929-11-5
2. Атаманчук Н. М., Мирошниченко А.В., Сахно М.Т. Соціально-психологічні характеристики суб'єкта спілкування з різною гендерно-рольовою поведінкою: методичні рекомендації для студентів педагогічних закладів, соціальних педагогів, психологів. Полтава, 2013. 53 с.
3. Гендерні дослідження : прикладні аспекти : монографія / [В. П.Кравець, Т.В. Говорун, О. М. Кікінежді та ін.]; за наук. ред. В. П. Кравця. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2013. 448 с. ISBN 978-966-10-3838-6
4. Грішин Е. О. Резилієнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди*, 2023. С. 62–81. DOI: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04>
5. Кокур О. М., Мельничук Т. І. Резилієнс-довідник: практичний посібник. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2023. 25 с. ISBN 978-617-7745-24-1
6. Потапчук Є. М., Поліщук О. Р. Резильєнтність як потенціал відновлення особистості у складних життєвих обставинах. *Психологічний журнал*, №11, 2023. С. 45–52. DOI: <https://doi.org/10.31499/2617-2100.11.2023.298404>
7. Ришко Г. М. Психологічна технологія розвитку і підтримки стресостійкості особистості науково-педагогічних працівників вищих навчальних закладів. Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ. : Фенікс, 2014. Т. XII. Психологія творчості. Вип. 19. С. 86–93.
8. Ткалич, М. Г. Емоції та резилієнтність особистості у складних життєвих обставинах. *Журнал сучасної психології*, (2), 2023. 70-75. DOI: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2023-2-8>
9. Bolton K. The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis. *The University of Texas*. 2013. P. 3.
10. Masten A. Ordinary magic: resilience in development. New York: The Guilford press. 2014. P.308. ISBN: 978-1-4625-1238-9
11. Neman R. APA's resilience initiative. *Professional psychology : research and practice*, № 36, 2005. P. 227.
12. Wagnild G. M., Young H. M. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, № 1, 1993. P. 165.

**Atamanchuk N. M. RESILIENCE OF PSYCHOLOGY STUDENTS IN WAR CONDITIONS:
THE GENDER DIMENSION**

The article notes the importance of studying the gender dimension of resilience, as female and male students may differ in their emotional responses, ways of coping with stress, and use of adaptive strategies. Identifying such differences contributes to a deeper understanding of the mechanisms of psychological adaptation among students and creates a basis for the development of effective psychological support programs. Gender differences have been found in responses to stressful situations and in the choice of strategies for coping with them. In particular, men are more likely to use problem-oriented strategies aimed at actively solving difficulties, while women are more prone to emotional experiences of stressful events. The results of the empirical study allow us to conclude that the resilience of psychology students in wartime is characterized by heterogeneity and depends on a complex of personal and socio-psychological factors, in particular gender characteristics. The data obtained indicate that most respondents have an average level of resilience, which indicates the presence of basic adaptive potential, but at the same time reflects the need for further strengthening of psychological stability in conditions of prolonged stress during wartime. It has been established that psychology students with higher levels of resilience are more likely to use constructive strategies for coping with stress, including assertive actions, active social interaction, and seeking social support. In contrast, lower levels of psychological resilience are associated with a greater tendency to avoid, impulsive, or destructive forms of response to stressful situations. The gender differences identified indicate that female students are more likely to focus on interpersonal interaction and seeking social support as a resource for overcoming difficulties, while male students are more likely to demonstrate a tendency toward assertive and active behavioral strategies. This specificity reflects the influence of gender roles and social expectations on the formation of ways of responding to stress and overcoming crisis situations. Further research on the resilience of psychology students in wartime should be directed toward the development of preventive programs and the application of interdisciplinary approaches to increase the adaptive potential of young people.

Keywords: *resilience, gender, male/female, psychology students, psychological stability, psychological well-being, stress, war.*

Дата першого надходження статті до видання: 13.03.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 11.04.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 18.05.2026