

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК УСПІШНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ВІЙСЬКОВИХ У ПЕРІОД ПОВЕРНЕННЯ ДО ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ

Чиханцова Олена¹

¹ Доктор психологічних наук, старший дослідник, в.о. завідувача лабораторії психології особистості імені П.Р. Чамати Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, м. Київ (Україна)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2661-3265>

UDC: 159.923.2:355.48(477)

АНОТАЦІЯ

Статтю присвячено теоретико-емпіричному дослідженню резильєнтності як ключового психологічного чинника, що забезпечує успішну трансформацію ідентичності військовослужбовців у процесі їхньої реінтеграції до цивільного життя. У контексті сучасних воєнних викликів процес повернення до мирного середовища розглядається як складний етап ресоціалізації, що супроводжується глибокими змінами у системі ціннісно-смыслових орієнтацій, соціальних ролей та Я-концепції особистості. Теоретично обґрунтовано, що резильєнтність виступає інтегративним особистісним ресурсом, який забезпечує ефективну переробку травматичного досвіду, підтримує цілісність ідентичності та сприяє посттравматичному зростанню.

Емпіричне дослідження здійснено на вибірці українських військовослужбовців (n=64), мобілізованих після початку повномасштабної війни у 2022 році. Для збору даних використано стандартизовані психодіагностичні методики: опитувальник резильєнтності Ніколсона–МакБрайда (NMRQ) та шкалу психологічного благополуччя К. Ріфф. Статистичний аналіз проведено із застосуванням кореляційного та регресійного аналізу (SPSS 22.0).

Результати дослідження засвідчили наявність статистично значущого позитивного зв'язку між рівнем резильєнтності та психологічним благополуччям ($r=0,417$; $p<0,01$), що підтверджує її роль як предиктора успішної інтеграції бойового досвіду у структуру особистості. Виявлено, що найбільш вагомими компонентами, пов'язаними з резильєнтністю, є життєва цілеспрямованість, управління середовищем та самоприйняття, що відображають смислову та регуляторну основу трансформації ідентичності. Регресійний аналіз показав, що резильєнтність пояснює 17,4% варіативності психологічного благополуччя, підтверджуючи її значущий прогностичний потенціал.

Отримані результати свідчать, що резильєнтність виконує функцію внутрішнього стабілізатора, який запобігає дезінтеграції Я-концепції та сприяє формуванню інтегрованої, адаптивної ідентичності в умовах переходу до цивільного життя. Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих даних для розробки цілеспрямованих програм психологічної підтримки ветеранів, орієнтованих на зміцнення внутрішніх ресурсів особистості та оптимізацію процесів реінтеграції.

Ключові слова: резильєнтність, ідентичність, трансформація ідентичності, психологічне благополуччя, військовослужбовці, реінтеграція, посттравматичне зростання, Я-концепція, життєстійкість, психологічні ресурси.

Постановка проблеми. Процес перманентних воєнних дій. Перехід до ресоціалізації військовослужбовців набуває цивільного життя супроводжується особливою соціально-психологічною ваги в докорінною трансформацією соціальних умовах сучасних геополітичних викликів та ролей, зміною звичного оточення, способу

Address for correspondence, e-mail: editpsychas@gmail.com
Copyright: © Olena Chykhantsova

This is an Open Access journal. This work is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0)**.
Link: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

життєдіяльності та переформатуванням системи ціннісно-смилових орієнтацій, що створює суттєве психоемоційне навантаження на особистість. Фундаментальною умовою успішної реінтеграції є конструктивне переосмислення комбатантами бойового досвіду та його гармонійна імплементація у загальну структуру життєвого шляху. Проте цей процес нерідко ускладнюється виникненням глибинних внутрішніх суперечностей, зниженням життєвої активності та деструкцією цілісності Я-концепції, що в сукупності підвищує ризики соціальної дезадаптації та розвитку психосоматичних і ментальних розладів.

Бойовий досвід постає як інтенсивний та екстремальний життєвий чинник, здатний детермінувати як особистісне зростання (посттравматичне зростання), так і дезінтеграцію самосвідомості, конфлікт ролей, втрату життєвої перспективи та стагнацію психологічного благополуччя. Ефективність трансформації ідентичності в постконфліктний період детермінується наявністю та мобілізацією внутрішніх особистісних ресурсів, що забезпечують когнітивну та емоційну переробку пережитого досвіду з метою його інтеграції в цілісну структуру особистості.

У сучасних наукових та практичних дискурсах актуалізується необхідність дослідження не лише деструктивних наслідків пережитого стресу, а й механізмів психологічної пружності, що сприяють адаптивній трансформації особистості в умовах екстремальних життєвих змін [2; 18]. Одним із ключових потенційних механізмів

такого типу виступає резильєнтність — інтегральна здатність індивіда ефективно протистояти стресогенним чинникам, оперативного відновлювати психічну гомеостазу та адекватно адаптуватися до нових вимог соціального середовища [3; 5].

Акцент на резильєнтності як чиннику, що сприяє успішній інтеграції бойового досвіду в структуру особистості, є актуальним з огляду на недостатність емпіричних даних щодо її ролі саме в процесі реінтеграції військових у цивільне життя. Систематичне вивчення цього питання має важливе значення для розробки цілеспрямованих психологічних програм підтримки ветеранів, профілактики психопатологій та сприяння їх успішній адаптації в суспільстві.

Проблема дослідження полягає у з'ясуванні того, чи виступає резильєнтність психологічним чинником, що забезпечує успішну інтеграцію бойового досвіду в структуру особистості та сприяє збереженню цілісності ідентичності в умовах соціальної реадaptaції.

Аналіз останніх досліджень. В умовах війни люди стикаються з численними психологічними викликами, які ставлять під загрозу їхню емоційну стабільність та психологічну стійкість [7; 17]. Стрес, пов'язаний з війною, зокрема втрата безпеки, близьких, змушена міграція та постійне відчуття небезпеки, може призвести до серйозних психологічних наслідків. У цих умовах резильєнтність є важливим ресурсом для підтримки психологічної стійкості українців. Резильєнтність не лише допомагає долати труднощі, але й сприяє особистісному

зростанню та зміцненню внутрішніх ресурсів у складних життєвих обставинах [3; 13]. Із аналізу наукової літератури [4; 5; 12; 15] слідує, що резильєнтність виступає ключовим ресурсом для збереження психологічної стійкості під час війни, сприяючи адаптації та зниженню негативних психологічних наслідків стресу. Вивчення цієї теми сприяє розумінню чинників, які допомагають молодим людям ефективно справлятися з важкими життєвими обставинами.

У зарубіжній та вітчизняній психологічній літературі питанню психологічної адаптації та військових приділяється значна увага. Дослідження доказують, що після завершення служби ветерани можуть переживати різноманітні складнощі, включаючи посттравматичний стресовий розлад [15; 16], зниження якості життя, порушення соціального функціонування та кризи ідентичності [1; 8]. Науковці підкреслюють, що інтеграція бойового досвіду в особистісну структуру є довготривалим процесом, що вимагає активних психосоціальних ресурсів.

Резильєнтність у сучасній психології дедалі частіше розглядається як ключовий фактор адаптації до стресових подій [2; 7]. Зокрема, Р. Лоу та ін. [19] у своїх роботах показали, що високий рівень резильєнтності пов'язаний із кращими показниками психологічного благополуччя, нижчою схильністю до депресивних симптомів та більш ефективною переробкою травматичного досвіду. Аналіз досліджень також засвідчує, що резильєнтність сприяє позитивній переоцінці життя та конструктивному

осмисленню складних подій [10]. У контексті військових М. Поппер та О. Мауселесс [20] підкреслюють, що внутрішні ресурси особистості відіграють важливу роль у формуванні психічних стратегій, що забезпечують адаптацію до значущих життєвих змін.

Дослідження психологічного благополуччя, зокрема концепція К. Ріфф, визначають його як багатовимірне явище, яке охоплює самоприйняття, автономію, життєву цілеспрямованість та міжособистісні стосунки. У численних емпіричних роботах доведено, що високий рівень психологічного благополуччя є показником адаптивної інтеграції життєвого досвіду та внутрішньої цілісності особистості [21].

Незважаючи на значну кількість робіт, які досліджують резильєнтність та психологічне благополуччя в ізоляції, систематичні дослідження їх взаємозв'язку саме у військовому контексті реінтеграції до цивільного життя є фрагментарними. Особливо обмеженою є кількість досліджень, що розглядають резильєнтність як предиктор успішної трансформації ідентичності через індикатори психологічного благополуччя.

У нашому дослідженні, ми розглядаємо резильєнтність як ресурс, що допомагає людям адаптуватися до умов війни та зберігати психологічну рівновагу, акцентуючи увагу на особистісних аспектах у її формуванні.

Психологічне благополуччя розглядається нами як інтегральний показник успішної трансформації ідентичності військових у період повернення до цивільного

життя, оскільки його структурні компоненти (самоприйняття, автономія, життєві цілі, особистісне зростання) відображають рівень інтеграції бойового досвіду в систему «Я». Резильєнтність виступає особистісним ресурсом, що забезпечує конструктивну переробку травматичного досвіду та підтримує цілісність ідентичності.

У межах даного дослідження ідентичність не вимірюється безпосередньо як окремий психодіагностичний конструкт. Натомість аналіз здійснюється через оцінювання психологічних індикаторів, які відображають рівень її успішної інтеграції в структурі особистості. До таких індикаторів віднесено цілісність Я-концепції, автономність, самоприйняття, життєву цілеспрямованість, суб'єктивне психологічне благополуччя та адаптаційний потенціал.

Зазначені характеристики розглядаються як структурні компоненти інтегрованої ідентичності, оскільки вони відображають ступінь внутрішньої узгодженості особистості, прийняття власного досвіду, здатність до саморегуляції та ефективного функціонування в умовах соціальних змін [6]. Високі показники за цими параметрами свідчать про конструктивну інтеграцію значущого життєвого, зокрема бойового, досвіду в систему «Я» та про збереження особистісної цілісності в період переходу до цивільного життя.

Мета статті – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити роль резильєнтності у процесі трансформації ідентичності військових у період реінтеграції до цивільного середовища.

Гіпотеза полягає у припущенні, що резильєнтність є предиктором успішної інтеграції бойового досвіду в структуру особистості.

Виклад основного матеріалу. У межах даного дослідження трансформація ідентичності не вимірюється безпосередньо як окремий конструкт, а операціоналізується через показники психологічного благополуччя, що відображають рівень інтегрованості особистості (самоприйняття, автономія, особистісне зростання, наявність життєвих цілей, управління середовищем, позитивні міжособистісні взаємини). Емпірична перевірка висунутої гіпотези здійснюється за допомогою шкали резильєнтності та методики психологічного благополуччя, що дозволяє встановити характер і силу зв'язку між внутрішнім ресурсом стійкості та показниками інтегрованої ідентичності.

Анкетування досліджуваних здійснювалося в онлайн-форматі (за допомогою Google Forms) та у паперовому варіанті (у разі обмеженого доступу до Інтернету). Перед заповненням опитувальників учасники отримували інформаційний лист, який містив мету дослідження, гарантії анонімності та інструкцію до заповнення.

Дослідження здійснювалося з листопада 2023 по січень 2024.

Для емпіричного вивчення психологічної стійкості було застосовано наступні психодіагностичні методики [5]:

Опитувальник резильєнтності Ніколсона МакБрайда (NMRQ), що

складається з 12 тверджень, які оцінюються за п'ятибальною шкалою: від 1 (повна незгода) до 5 (повна згода). Підсумковий бал обчислюється шляхом сумування відповідей і вказує на загальний рівень розвитку резильєнтності.

Шкала психологічного благополуччя К. Ріфф застосовувалася для оцінки суб'єктивного відчуття щастя, гармонії та реалізації потенціалу особистості. Вона базується на 6-компонентній моделі, що включає самоприйняття, стосунки, автономію, керованість середовищем, цілі та особистісне зростання. Досліджувані оцінювали 84 твердження за семибальною шкалою – від «повністю не згоден» до «повністю згоден». Обрані методики є валідними, визнаними психологічною спільнотою та адаптованими у вітчизняній психологічній науці, що підтверджує надійність використання даного психодіагностичного інструментарію. Показник надійності внутрішньої узгодженості був високим для всіх використаних шкал (коефіцієнт α -Кронбаха = 0,79).

Обробка отриманих даних здійснювалася за допомогою програмного забезпечення SPSS Statistics 22.0. Для забезпечення достовірності результатів застосовано комбінацію описових та кореляційних методів аналізу.

У дослідженні взяли участь 64 українських військовослужбовці, які брали участь у бойових діях від початку війни в Україні, тобто з лютого 2022 року. Усі учасники — чоловіки віком від 21 до 54 років. Середній вік вибірки становить 35,6 року

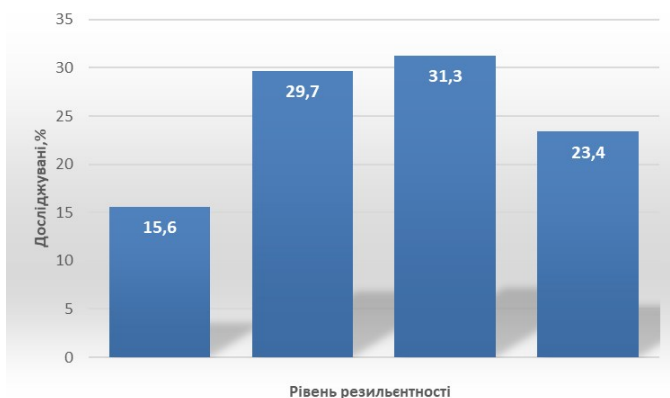


Рис. 1. Рівень резильєнтності серед досліджуваних військовослужбовців

(стандартне відхилення — 7,2). Більша частина опитаних наразі перебувають у шлюбі (54,7%), третина — неодружені (31,3%), а 14% — розлучені. За військовим званням учасники опитування — сержанти та солдати. Проте ми не поділяли їх на окремі групи, оскільки це не

Таблиця 1.

Взаємозв'язок резильєнтності з компонентами психологічного

Шкали психологічного благополуччя	Резильєнтність
Автономія	0,385**
Управління середовищем	0,489*
Особистісне зростання	0,356**
Відносини з іншими	0,412*
Мета в житті	0,502*
Самоприйняття	0,432*
Загальне психологічне благополуччя	0,417*

Примітка: * кореляція значима на рівні 0,01;
** кореляція значима на рівні 0,01.

було передбачено завданнями нашого дослідження. Усі військовослужбовці були мобілізовані вперше і не мали попереднього бойового досвіду.

Для вимірювання рівня резильєнтності військовослужбовців було використано «Опитувальник резильєнтності». Отримані результати розподілилися наступним чином:

15,6% досліджуваних мають низький рівень резильєнтності, тобто такий, що формується; 29,7% — стабільний рівень; 31,3% — високий рівень, а 23,4% — винятковий рівень резильєнтності (див. рис. 1).

За результатами проведеного статистичного аналізу було виявлено значущий прямо пропорційний кореляційний зв'язок між резильєнтністю та психологічним благополуччям військовослужбовців ($r = 0,417$; $p < 0,01$) (див. табл. 1).

Даний результат свідчить про те, що здатність військовослужбовця до ефективного відновлення після стресових впливів безпосередньо корелює з його внутрішньою рівновагою та суб'єктивним відчуттям задоволеності життям. Зокрема, високий рівень резильєнтності виступає предиктором збереження ментального здоров'я в умовах тривалого перебування в зоні бойових дій.

Результати проведеного емпіричного дослідження дозволяють здійснити цілісний аналіз взаємозв'язку між рівнем резильєнтності та окремими компонентами психологічного благополуччя військовослужбовців, що, у свою чергу, відкриває простір для інтерпретації глибинних процесів трансформації їхньої ідентичності.

Виявлений позитивний кореляційний зв'язок резильєнтності зі шкалою самоприйняття ($r = 0,432$; $p < 0,01$) свідчить про те, що фундаментом психологічної пружності комбатанта є здатність до інтеграції нового, подекуди травматичного бойового досвіду у структуру власного «Я». Адекватне ставлення до власних особистісних змін та минулих подій мінімізує ризик виникнення

когнітивного дисонансу та внутрішньоособистісних конфліктів, що дозволяє зберегти цілісність ідентичності в екстремальних умовах. Цей процес тісно переплетений із розвитком автономії ($r = 0,385$; $p < 0,05$), яка забезпечує військовослужбовцю можливість зберігати внутрішню незалежність від деструктивного зовнішнього тиску та соціальних очікувань, сприяючи прийняттю відповідальних рішень у бойовій обстановці.

Особливої ваги набуває показник управління середовищем, який продемонстрував один із найбільш виражених зв'язків із резильєнтністю ($r = 0,489$; $p < 0,01$). Це вказує на те, що трансформація ідентичності військового відбувається через перехід від цивільних моделей поведінки до формування суб'єктності в умовах воєнної дійсності, де здатність контролювати доступний життєвий простір стає запорукою адаптивності. Паралельно з цим, резильєнтність виступає драйвером особистісного зростання ($r = 0,356$; $p < 0,05$), що дозволяє розглядати військову службу не лише як джерело стресу, а й як простір для набуття нових компетенцій та посттравматичного розвитку, де труднощі трансформуються у ресурс для еволюції особистості.

Соціальний аспект ідентичності відображається у кореляції резильєнтності з позитивними відносинами з іншими ($r = 0,412$; $p < 0,01$). В умовах війни ідентифікація себе як частини бойового братерства стає «буфером», що захищає психіку від деструкції, перетворюючи міжособистісну

підтримку на внутрішню психологічну стійкість. Проте найбільш значущим чинником виявилася наявність цілей у житті ($r = 0,502$; $p < 0,01$), що свідчить про домінуючу роль смислової вертикалі у структурі благополуччя. Розуміння вищої мети власної діяльності та віра у значущість особистого внеску дозволяють військовослужбовцям витримувати критичні навантаження, зберігаючи ментальне здоров'я.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що трансформація ідентичності військовослужбовців у процесі адаптації до бойових дій має вектор переходу від індивідуалізованого цивільного «Я» до соціально-інтегрованої, смислово-орієнтованої та резильєнтної ідентичності комбатанта. Така трансформація базується на синергії внутрішнього самоприйняття, здатності до управління складним середовищем та чіткій цілепокладності, що в сукупності забезпечує не лише виживання, а й збереження психологічного благополуччя особистості в умовах воєнного стану.

Водночас у ході дослідження не було виявлено статистично значущих кореляційних зв'язків між рівнем резильєнтності та віком ($r = 0,061$) військовослужбовців. Отримані дані вказують на те, що віковий чинник не є детермінантою формування резильєнтності у військовому середовищі. Це дозволяє зробити висновок, що резильєнтність військовослужбовця значною мірою базується на індивідуально-типологічних особливостях, ціннісних орієнтаціях та специфіці набутого професійного досвіду, а не на біологічному віці.

Для глибшого розуміння механізмів впливу резильєнтності на адаптаційний потенціал особистості було здійснено процедуру лінійної регресії. У побудованій моделі рівень резильєнтності виступив предиктором (незалежною змінною), а загальний показник психологічного благополуччя — залежною змінною.

Результати регресійного аналізу підтвердили статистичну значущість моделі ($F = 13,04$; $p < 0,001$). Встановлено, що коефіцієнт детермінації становить $R^2 = 0,174$. Це вказує на те, що 17,4% дисперсії психологічного благополуччя військовослужбовців безпосередньо зумовлено рівнем їхньої резильєнтності. Отримане значення коефіцієнта $\beta = 0,417$ ($p < 0,001$) дозволяє стверджувати, що зростання показників резильєнтності є достовірним прогностичним чинником успішної трансформації ідентичності та збереження ментального здоров'я в умовах переходу до цивільного життя.

Обговорення. Аналіз отриманих емпіричних даних дозволяє виокремити кілька ключових аспектів, що мають значення для розуміння природи резильєнтності в умовах сучасного збройного конфлікту.

Встановлений кореляційний зв'язок психологічного благополуччя та резильєнтності ($r = 0,417$; $p < 0,01$) свідчить про те, що попри безпрецедентну специфіку та інтенсивність конвенційної війни в Україні, базові механізми регуляції психологічного благополуччя залишаються стабільними. Отримані результати корелюють із класичними дослідженнями К. Коннора та

Дж. Девідсона [14], які визначили резильєнтність як ключовий предиктор успішної адаптації до травматичних подій. Помірна позитивна кореляція підтверджує тезу С. Саусвіка та С. Черні [22] про те, що психологічна пружність виступає універсальним захисним ресурсом, а обраний інструментарій є релевантним для вивчення українського військового контингенту.

Зазначимо, що відсутність статистично значущого зв'язку між резильєнтністю та віком військовослужбовців узгоджується з теоретичною концепцією Дж. Бонанно [9; 10]. Згідно з його підходом, резильєнтність слід розглядати не як сталу особистісну рису, детерміновану віковим досвідом, а як динамічну траєкторію адаптації, що дозволяє підтримувати функціонування навіть після екстремального впливу. У межах нашого дослідження це підтверджує тезу, що в бойових умовах вирішальне значення має не хронологічний вік, а оперативна когнітивна оцінка загрози та гнучкість опановуваної поведінки, що також описується в роботах з вивчення військового персоналу США під час операцій в Іраку та Афганістані [23].

Окремого наукового осмислення потребує факт високої резильєнтності українських військовослужбовців, мобілізованих після лютого 2022 року. Це дещо відрізняється від результатів досліджень професійних армій [11], де рівень стійкості зазвичай пов'язують із тривалою фаховою підготовкою. В українському контексті висока адаптивність військовослужбовців, чий перехід до бойової діяльності відбувся безпосередньо з цивільного статусу, може

пояснюватися залученням додаткових ресурсів — національної ідентичності та ціннісної мотивації, що перегукується з ідеями С. Хобфолла [13] про соціальні ресурси як основу екології стійкості.

Отже, резильєнтність у представленому дослідженні концептуалізується як інтегративний психологічний ресурс, що забезпечує успішну трансформацію ідентичності військовослужбовців у період їхньої реінтеграції до цивільного життя. Процес повернення до цивільного середовища супроводжується докорінною зміною соціальних ролей, життєвих стратегій і ціннісно-сміслових орієнтацій, що створює ризик дезінтеграції ідентичності. У цьому контексті резильєнтність виконує функцію внутрішнього стабілізатора, який запобігає дифузії «Я» та сприяє збереженню особистісної цілісності. Високий рівень резильєнтності пов'язаний із більш ефективною інтеграцією екстремального досвіду, зниженням внутрішньоособистісних конфліктів та підтриманням психоемоційної рівноваги.

Висновки. У ході теоретико-емпіричного дослідження було підтверджено роль резильєнтності як фундаментального психологічного ресурсу, що забезпечує конструктивну трансформацію ідентичності військовослужбовців. Проведене дослідження дозволяє зробити такі узагальнення:

Емпірично встановлено значущий прямо пропорційний кореляційний зв'язок між рівнем резильєнтності та загальним показником психологічного благополуччя військовослужбовців. Це підтверджує

висунути гіпотезу про те, що резильєнтність виступає базовим особистісним ресурсом, який забезпечує конструктивну інтеграцію екстремального бойового досвіду в структуру «Я» та підтримує цілісність ідентичності в період переходу до цивільного життя.

Найбільш вагомим компонентом у структурі психологічного благополуччя військових виявлено «цілі в житті», що мають найсильніший кореляційний зв'язок із резильєнтністю. Це свідчить про те, що наявність вищої мети та усвідомлення значущості власного внеску є ключовими чинниками, які дозволяють особистості витримувати критичні навантаження без руйнування ментального здоров'я.

Встановлено, що успішна трансформація ідентичності військовослужбовця базується на взаємозв'язку самоприйняття та здатності до управління складним середовищем. Резильєнтність драйвує процес особистісного зростання, що дозволяє розглядати досвід війни не лише як травматичний чинник, а й як простір для набуття нових компетенцій та посттравматичного розвитку.

Дослідження виявило відсутність статистично значущого зв'язку між рівнем резильєнтності та віком учасників. Це дозволяє стверджувати, що резильєнтність у військовому середовищі детермінується не біологічним віком чи життєвим стажем, а індивідуально-типологічними особливостями, ціннісними орієнтаціями та специфікою когнітивної оцінки загроз.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці та апробації

цілеспрямованих програм психологічної підтримки, що базуються на зміцненні компонентів резильєнтності та смисложиттєвих орієнтацій для ветеранів на різних етапах їхньої реінтеграції у суспільство.

References:

- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59(1), 20–28.
- Bonanno, G. A. (2021). The resilience paradox. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1), Article 1942642.
- Britt, T. W., Shen, M. J., Sinclair, R. R., Grossman, M. R., & Klieger, D. M. (2016). How typical are typical trajectories of resilience? *Journal of Occupational Health Psychology*, 21(2), 209–221.
- Chorna, V. V., Serebrennikova, O. A., Kolomiets, V. V., et al. (2023). *Posttravmatychnyi stresovyi rozlad pid chas povnomasshtabnoi viiny u viiskovoslužhbovtsiv* [Post-traumatic stress disorder during the full-scale war among military personnel]. <https://dspace.vnmu.edu.ua/123456789/6413>
- Chykhantsova, O. (2024). Hardiness among Ukrainians: Challenges and opportunities. *Social Science and Humanities Journal*, 8(2), 34484–34492. <https://doi.org/10.18535/sshj.v8i02.928>
- Chykhantsova, O. A. (2023). Rozvytok rezylentnosti osobystosti v sytuatsiakh nevyznachenosti [Development of personal resilience in situations of uncertainty]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia*, 34(73), 35–40. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/07>
- Clarke, J., & Nicholson, J. (2010). *Resilience: Bounce back from whatever life throws at you*. Crimson Publishing.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82.
- Heshmat, S. (2020). The 8 key elements of resilience. *Psychology Today*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/science-choice/202005/the-8-key-elements-resilience>
- Hobfoll, S. E. (2011). Conservation of resources theory: Its implication for stress, health, and resilience. In S. Tipping (Ed.), *The Oxford handbook of stress, health, and psychology* (pp. 127–147). Oxford University Press.
- Klymkiv, R., Kulmatytskyi, A., & Bilobryn, M. (2015). *Posttravmatychnyi stresovyi rozlad u veteraniv: Innovatsiini metody terapii ta profilaktyky* [Post-traumatic stress disorder in veterans: Innovative

- tive methods of therapy and prevention]. *Psykhiatriia, nevrolohiia ta medychna psykholohiia*, 12(1(27)), 37–47. <https://doi.org/10.26565/2312-5675-2025-27-03>
- Kokun, O. (2023). Incidence of occupational hardiness under the influence of extreme war factors. *Journal of Workplace Behavioral Health*. <https://doi.org/10.1080/15555240.2023.2251681>
- Kokun, O. M. (2025). *Zhyttiistiikist i rezylentnist liudyny v suchasnomu sviti: Teoriia, doslidzhennia, praktyka* [Hardiness and resilience of a person in the modern world: Theory, research, practice]. Instytut psykholohii im. H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/744751/>
- Kokun, O. M., & Melnychuk, T. I. (2023). *Rezylents-dovidnyk* [Resilience handbook]. Instytut psykholohii im. H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy.
- Kokun, O., Agayev, N., Pishko, I., & Stasiuk, V. (2020). Characteristic impacts of combat stressors on posttraumatic stress disorder in Ukrainian military personnel who participated in the armed conflict in Eastern Ukraine. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 20(3), 315–326. <https://www.ijpsy.com/volumen20/num3/554.html>
- Low, R., King, S., & Foster-Boucher, C. (2019). Learning to bounce back: A scoping review about resiliency education. *Journal of Nursing Education*, 58, 321–329. <https://doi.org/10.3928/01484834-20190521-02>
- Popper, M., & Mayselless, O. (2003). Back to basics: Applying a parenting perspective to transformational leadership. *The Leadership Quarterly*, 14(1), 41–65. [https://doi.org/10.1016/S1048-9843\(02\)00183-2](https://doi.org/10.1016/S1048-9843(02)00183-2)
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Serdiuk, L. Z. (Ed.). (2021). *Samodeterminatsiia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti* [Self-determination of psychological well-being of personality]. Viktoriia Kundelska. <https://lib.iitta.gov.ua/729023/>
- Serdiuk, L. Z. (Ed.). (2024). *Psykholohichni tekhnolohii spriannia pozytyvnomu psykhiichnomu zdoroviu riznykh verstv naseleння Ukrainy v umovakh voiennoho stanu ta pislivoiennoho vidnovlennia* [Psychological technologies for promoting positive mental health of different population groups under martial law and post-war recovery]. Instytut psykholohii im. H. S. Kostiuka NAPN Ukrainy. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742839/>
- Southwick, S. M., & Charney, D. S. (2012). *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges*. Cambridge University Press.
- Vogt, D., Smith, B. N., King, L. A., King, D. W., & Knight, J. (2013). Deployment Risk and Resilience Inventory-2 (DRRI-2): An updated set of measures of post-deployment psychological health. *Journal of Traumatic Stress*, 26(6), 710–718.
- Zlyvkov, V., Zavorodnia, O., Kopylov, S., et al. (2025). *Formuvannia militarnoi identychnosti uchniv Ukrainy v umovakh voiennoho chasu* [Formation of military identity of students in Ukraine under wartime conditions]. Instytut psykholohii im. H. S. Kostiuka. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/747593/>

Чиханцова Олена

Доктор психологічних наук, старший дослідник, в.о. завідувача лабораторії психології особистості імені П.П. Чамати Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, м. Київ (Україна)

РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК УСПІШНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ВІЙСЬКОВИХ У ПЕРІОД ПОВЕРНЕННЯ ДО ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ

АНОТАЦІЯ

Статтю присвячено комплексному теоретико-емпіричному дослідженню резильєнтності як ключового психологічного ресурсу, що забезпечує успішну трансформацію ідентичності військовослужбовців у період їхньої реінтеграції до цивільного життя. У контексті повномасштабної війни в Україні процес повернення військових до мирного середовища розглядається як складна багатовимірна трансформація, що охоплює зміну соціальних ролей, ціннісно-сміслових орієнтацій та структури Я-концепції. Теоретично обґрунтовано, що резильєнтність виступає інтегративною здатністю особистості до ефективної переробки травматичного досвіду, підтримання психоемоційної рівноваги та збереження цілісності ідентичності в умовах екстремальних впливів.

Емпіричне дослідження проведено на вибірці українських військовослужбовців (n=64), мобілізованих після лютого 2022 року. Для збору даних застосовано валідний психодіагностичний інструментарій, зокрема опитувальник резильєнтності Ніколсона–МакБрайда (NMRQ) та шкалу психологічного благополуччя К. Ріффа. Обробка результатів здійснювалася із використанням кореляційного та регресійного аналізу (SPSS 22.0).

Отримані результати засвідчили наявність статистично значущого позитивного зв'язку між рівнем резильєнтності та психологічного благополуччя ($r=0,417$; $p<0,01$), що підтверджує її роль як предиктора успішної інтеграції бойового досвіду в структуру

DOI (Issue): <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.1>

особистості. Встановлено, що найбільш вагомими компонентами, пов'язаними з резильєнтністю, є життєва цілеспрямованість ($r=0,502$), управління середовищем ($r=0,489$) та самоприйняття ($r=0,432$), які формують смислову та регуляторну основу трансформації ідентичності. Регресійний аналіз підтвердив, що резильєнтність пояснює 17,4% варіативності психологічного благополуччя, що свідчить про її значущий прогностичний потенціал.

Показано, що в умовах відсутності попереднього бойового досвіду у значної частини військовослужбовців ключову роль у формуванні резильєнтності відіграють додаткові ресурси, зокрема національна ідентичність та ціннісно-смислова мотивація. Узагальнено, що резильєнтність виконує функцію внутрішнього стабілізатора, який запобігає дезінтеграції Я-концепції та сприяє формуванню інтегрованої, адаптивної ідентичності. Практичне значення дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів для розробки цілеспрямованих програм психологічної підтримки ветеранів, орієнтованих на зміцнення особистісних ресурсів та оптимізацію процесів реінтеграції.

Ключові слова: резильєнтність, трансформація ідентичності, психологічне благополуччя, військовослужбовці, реінтеграція, Я-концепція, посттравматичне зростання, життєва цілеспрямованість, психологічні ресурси, адаптація

Olena Chykhantsova

Doctor of Psychological Sciences, Senior Researcher, Acting Head of the P.R. Chamata Laboratory of Personality Psychology, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv (Ukraine)

RESILIENCE AS A FACTOR IN THE SUCCESSFUL TRANSFORMATION OF MILITARY PERSONNEL IDENTITY DURING REINTEGRATION INTO CIVILIAN LIFE

ABSTRACT

The article is devoted to a comprehensive theoretical and empirical study of resilience as a key psychological resource that ensures the successful transformation of military personnel identity during their reintegration into civilian life. In the context of the full-scale war in Ukraine, the process of returning military personnel to a peaceful environment is considered a complex multidimensional transformation involving changes in social roles, value-meaning orientations, and the structure of the self-concept. It is theoretically substantiated that resilience acts as an integrative capacity of the individual to effectively process traumatic experience, maintain psycho-emotional balance, and preserve the integrity of identity under conditions of extreme impact.

The empirical study was conducted on a sample of Ukrainian military personnel ($n = 64$) mobilized after February 2022. Valid psychodiagnostic instruments were used, including the Nicholson–McBride Resilience Questionnaire (NMRQ) and Ryff's Psychological Well-Being Scale. Data processing was carried out using correlation and regression analysis (SPSS 22.0).

The results demonstrated a statistically significant positive relationship between resilience and psychological well-being ($r = 0.417$; $p < 0.01$), confirming its role as a predictor of successful integration of combat experience into the personality structure. It was found that the most significant components associated with resilience are purpose in life ($r = 0.502$), environmental mastery ($r = 0.489$), and self-acceptance ($r = 0.432$), which form the semantic and regulatory basis of identity transformation. Regression analysis confirmed that resilience explains 17.4% of the variance in psychological well-being, indicating its significant predictive potential.

It is shown that in the absence of prior combat

experience among a significant proportion of military personnel, additional resources such as national identity and value-based motivation play a key role in the formation of resilience. It is concluded that resilience functions as an internal stabilizer that prevents the disintegration of the self-concept and promotes the formation of an integrated, adaptive identity. The practical significance of the study lies in the possibility of applying the obtained results to develop targeted psychological support programs for veterans aimed at strengthening personal resources and optimizing reintegration processes.

Key words: resilience, identity transformation, psychological well-being, military personnel, reintegration, self-concept, post-traumatic growth, purpose in life, psychological resources, adaptation.

How to cite (як цитувати):

Chykhantsova, O. RESILIENCE AS A FACTOR IN THE SUCCESSFUL TRANSFORMATION OF MILITARY PERSONNEL IDENTITY DURING REINTEGRATION INTO CIVILIAN LIFE . *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 12(1), 25–26. <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.1.2> [in Ukrainian]

Чиханцова , О. РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК УСПІШНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ВІЙСЬКОВИХ У ПЕРІОД ПОВЕРНЕННЯ ДО ЦИВІЛЬНОГО ЖИТТЯ. *ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧАСОПИС*, 12(1), 25–26. <https://doi.org/10.31108/1.2026.12.1.2>

Дата отримання статті: 21.10.2025

Дата рекомендації до друку: 21.12.2025

Дата оприлюднення: 30.01.2026