

## ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ЯК КЛЮЧОВИЙ ЧИННИК АДАПТАЦІЇ ДО НАСЛІДКІВ ВІЙНИ: ДОСЛІДЖЕННЯ СЕРЕД ДОРΟΣЛОГО ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ

### PSYCHOLOGICAL RESILIENCE AS A KEY FACTOR IN ADAPTING TO THE CONSEQUENCES OF WAR: A STUDY AMONG ADULT CIVILIAN POPULATIONS

Стаття присвячена теоретичному дослідженню проблеми психологічної стійкості як ключового чинника адаптації до наслідків війни на предметі вивчення дорослого цивільного населення. Авторами статті був теоретично підтверджений негативний вплив війни на фізіологічне та психічне здоров'я індивіду. Визначено, що велика частка цивільного населення потерпає від згубного впливу дистресу на здоров'я, що є похідною ланкою для розвитку емоційних та поведінкових розладів особистості, таких як посттравматичний стресовий розлад або інші розлади адаптації, що супроводжується важкими, не комфортними для дорослого цивільного населення станами.

Дослідники Є. Головаха, Л. Коробка та О. Ніздрань вбачають однією з головних проблем збереження здоров'я серед цивільного населення України нехтування профілактикою власного здоров'я, що негативно впливає на формування психологічної життєвої стійкості, адаптацію та адаптаційний потенціал особистості. Автори вказують, що в умовах війни та інших екстремальних ситуаціях психологічна стійкість виступає основним захисним механізмом для дорослого цивільного населення, який допомагає підтримувати психічне та фізичне здоров'я. В статті описано теоретичне підґрунтя дослідження проблеми життєстійкості, а також коротко описано проблему невизначеності чіткого поняття життєстійкості, яка виникає як в українськомовних наукових доробках, так і в європейських роботах. Тому в статті розглянуто поняття resilience (психологічна стійкість) та hardiness (витривалість). Також авторами описано психологічну стійкість як багатокomпонентний феномен, що включає в себе когнітивний, емоційний, екзистенційний та поведінковий компоненти. Авторами коротко розглянуто копінг-стратегії, що впливають на позитивне формування психологічної стійкості.

Визначено, що психологічна стійкість постає важливим психологічним механізмом, що сприяє особистісному зростанню, витривалості та успішній адаптації до травматичних подій серед дорослого цивільного населення.

**Ключові слова:** психологічна стійкість, витривалість, резильєнтність, стрес, адаптація, психологічне здоров'я, війна, цивільне населення.

The article is devoted to the theoretical investigation of psychological resilience as a key factor in adapting to the consequences of war, focusing on adult civilian populations. The authors theoretically confirmed the negative impact of war on an individual's physiological and mental health. It was established that a significant portion of the civilian population suffers from the harmful effects of distress on health, which serves as a precursor to the development of emotional and behavioral disorders such as post-traumatic stress disorder or other adaptation disorders, often accompanied by severe, uncomfortable states for the adult civilian population.

Researchers Y. Holovakha, L. Korobka, and O. Nizdran identify the neglect of personal health prevention as one of the main issues affecting the health of Ukraine's civilian population, which negatively impacts the development of psychological resilience, personal adaptation, and adaptive potential. The authors note that in wartime and other extreme situations, psychological resilience acts as the primary protective mechanism for the adult civilian population, helping to maintain mental and physical health. The article outlines the theoretical foundation for studying resilience, along with a brief overview of the challenge of defining the concept of resilience, an issue observed both in Ukrainian academic literature and European works. Thus, the article examines the concepts of resilience (psychological resilience) and hardiness (psychological endurance). The authors describe psychological resilience as a multi-component phenomenon, incorporating cognitive, emotional, existential, and behavioral elements. Brief attention is also given to coping strategies that contribute to the positive development of psychological resilience. It is concluded that psychological resilience emerges as a crucial psychological mechanism that facilitates personal growth, endurance, and successful adaptation to traumatic events among the adult civilian population.

**Key words:** psychological resilience, hardiness, stress, adaptation, mental health, war, civilian population.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.65.33>

Панкова Г.Ш.

аспірант

ПВНЗ «Європейський університет»

На нашу думку, війна представляє собою ніщо інше, як не конструктивну форму організованого насильства на яку не заслуговує ні один народ, і ні одна жива істота. А використання воєнних дій як способу цілеспрямованого примусу для продовження впровадження будь-якої політичної стратегії за допомогою насильницьких методів, не просто негуманно, а надто травматично як

з фізіологічної, так і з психологічної точки зору. Адже використання цієї "легалізованої" форми насильства, як інструменту підтримання влади незворотно та деструктивно впливає на психосоціальне здоров'я суспільства, а також окремих індивідів, що проживають або тимчасово перебувають на територіях, які страждають від бойових дій. Наявність деструктивного впливу на індивіда та суспільство ми можемо

підтвердити, звертаючись до відомостей щодо наукових досліджень, згідно з яким було визначено, що велика частка постраждалих від воєнної агресії, вимушені страждати не лише від фізичних травм, але й від довготривалих проблем пов'язаних з психічним здоров'ям.

Результати досліджень, що були проведені рядом таких науковців, таких як Дж. Міллер (G. Miller), Т. Вайатт (T. Wyatt), Р. Мерті (R. Murthy), А. Йон (A. Yon), а також С. Бетанкурт (S. Betancourt), підкреслюють наявність вище вказаних довготривалих наслідків серед цивільного населення, що призводять до погіршення їх психічного здоров'я. Дослідники зазначають, що особливий вплив приходить на психічний стан та свідомість молоді, що пов'язано з відсутністю повною мірою сформованої особистості та особистісних психічних механізмів захисту й копінг-стратегій [9, с. 107]. Продовжуючи аналізувати тему впливу війни на психічне здоров'я цивільного населення та розглядаючи минулий досвід Балканських країн, які пережили воєнні конфлікти у 1991–2001 роках, ми знаходимо відомості щодо поширеності тривожних розладів серед їх населення на рівні від 16% до 42%, панічних розладів — від 1,5% до 10%, а розладів, пов'язаних із вживанням психоактивних речовин, до 9% [9, с. 109].

Слід також зазначити, що згідно з іншими статистичним даним, які були визначені українською дослідницею М. А. Садовою та її колегами, близько 50% людей, що пережили вимушене переселення з районів постраждалих від бойових дій, скаржаться на наслідки посттравматичних розладів та симптоми порушень, що вказують на наявність розладів адаптації, а також впливають на їх здатність функціонувати у повсякденному житті [8, с. 16]. Викладені вище результати дослідження підтверджує мета-аналіз, що був проведений Т. Н. Хоппенем (T. N. Hoppen) та колегами, які також зазначають у своїх наукових доробках, що високий рівень психічних страждань серед цивільних осіб притаманний постраждалим від війни [7, с. 43–44].

Отже, можемо впевнено сказати, що хоч війна і використовується політиками як інструмент збереження або розширення своєї влади, але все ж таки її вплив, наскільки тривалим він би не був, являє собою крайнє травматичні негативні наслідки на психічне та фізичне здоров'я цивільного населення, яке завжди стає жертвами військових дій. Так, згідно з останніми даними Ради Безпеки Організації Об'єднаних Націй, приблизно 90% жертв війни складають цивільні, які потребують особливого захисту під час конфліктів. Вказані вище деструктивні наслідки воєнного впливу на життя та здоров'я серед дорослого цивільного населення детерміновані дистресом, виклика-

ним травматичними подіями та екстремальними умовами життя, що виникають внаслідок ведення воєнних дій [12, с. 20]. Ці дані вказують на надзвичайну важливість підтримки психічного здоров'я, особливо серед молоді, яка знаходиться у найвразливішому становищі в умовах війни. Таким чином, як результат перебування в екстремальних, насильницьких обставинах, що ставлять під загрозу життя та гідність людини, виникають розлади адаптації, розвиток посттравматичного стресового розладу, тривожні та депресивні розлади, тобто розлади емоційної та поведінкової сфери, що призводять до значного зниження загальної якості життя особистості серед дорослого цивільного населення [8, с. 16–17; 12, с. 20].

Звертаючись до реалій сьогодення в нашій країні та згадуючи що в Україні війна триває з 2014 року, а значна кількість як цивільних, так і військових змушена вимушено адаптуватися до нових реалій, наприклад, таких як участь у волонтерських ініціативах або переживання фізичних травм внаслідок бойових дій, стає неможливим ігнорувати вплив довготривалого стресу, а саме – дистресу [11, с. 157]. Проте, має сенс врахувати, що стресові фактори додатково поглиблюються пандемією COVID-19, яка ускладнює доступ до психологічної та психіатричної допомоги, а також сприяє зростанню рівня психічних розладів серед цивільного населення [7, с. 41–43]. Отже, на сьогоднішній виникнення комплексного гострого або епізодичного стресу серед цивільного населення, який пов'язаний з різного роду соціально-економічними факторами, такими як можлива втрата або пошкодження житла, розрив соціальних зв'язків, втрата родичів, внутрішня еміграція або внутрішнє переміщення громадян в пошуках більш безпечного місця проживання є реальністю кожного українського громадянина [12, с. 20].

Дистрес, який фізіологічно та психічно вже знайомий українському суспільству, викликаний життям в куди більшій (навіть екстремальній) невизначеності, в постійній небезпеці для життя і здоров'я населення представляє собою одну з основних причин погіршення психічного стану та здоров'я у багатьох людей. Адже українці з дня в день живуть відчуючи такий емоційний стан, що характеризується підвищеною пильністю, тривожністю, відчуттям провини й жалю через втрати та зміни у звичному способі життя, що детермінує виникнення та розвиток психічних розладів [12, с. 20].

Вагомою проблемою збереження психічного та фізіологічного здоров'я цивільного населення в умовах війни на думку таких дослідників, як Є. Головаха, Л. Коробка та О. Ніздрань, є те, що для українців часто характерно нехтувати профілактикою власного здоров'я, звертаючись за медичною та психологічною

допомогою переважно у стадіях загострення та в разі крайніх випадків. Дослідники вважають, що таке відношення цивільного населення до свого здоров'я детерміновано відсутністю культури піклування про ментальне та фізичне здоров'я, а також низькою мотивацією до активних дій для його збереження [10, с. 44]. Що призводить до зменшення адаптаційного потенціалу особистості у відповідь на екстремальні умови життя, виникнення гострих стресових розладів та посилення впливу розладів адаптації на здоров'я особистості. А отже, у сучасних умовах війни та соціальної кризи життєстійкість стає ключовим фактором, що дозволяє не тільки долати труднощі, але й мобілізувати внутрішні та зовнішні ресурси, необхідні для успішної адаптації цивільного населення та його відновлення після пережитого згубного впливу дистресу та екстремальних подій [7, с. 35–42]. Тож, саме в таких умовах психологічна стійкість виступає основним захисним механізмом для дорослого цивільного населення, який допомагає підтримувати психічне та фізичне здоров'я індивідів [2, с. 21–22].

Відзначимо, що дослідження психологічної стійкості має багату історію і залишається темою багатьох наукових праць. У закордонних наукових дослідженнях її розглядали такі вчені, як Джек Блок (Jack Block), Майкл Руттер (Michael Rutter), Енн Мастен (Ann Masten), Дайан Чіккетті (Dante Cicchetti), а також Емі Вернер (Emmy Werner) [2, с. 21–22]. Вони досліджували стійкість особистості до життєвих труднощів, її здатність адаптуватися в умовах стресу та криз. Джек Блок (Jack Block) зосереджувався на розумінні стійкості як інтегральної риси особистості, яка дозволяє зберігати внутрішню рівновагу під час труднощів, тоді як Енн Мастен (Ann Masten) вивчала, як сімейні та соціальні фактори впливають на розвиток стійкості у дітей [1, с. 7].

Продовжуючи аналізувати наукові праці з даної теми мусимо зазначити що, Стефані Тейлор (Stephanie Taylor) та Деніс Саутвік (Dennis Southwick) досліджували, як стресові події впливають на психічне здоров'я та як психологічна стійкість допомагає адаптуватися до несприятливих обставин. Сімон Лутар (Suniya Luthar) та Джеффри Блендер (Jeffrey Blender) зосереджувалися на стресостійкості дітей і підлітків, вивчаючи, як сімейне середовище та соціальна підтримка впливають на розвиток стійкості у цих груп [2, с. 21–22]. Тож, теорія психологічної життєстійкості, яка також активно досліджується, особливо в умовах військових конфліктів, допомагає зрозуміти, як люди та громади можуть адаптуватися до важких умов і відновлювати стан добробуту. Дослідники, такі як Н. Гармезі (N. Garmezy), А. Мастен (A. Masten), та Дж. Бонанно

(G. Bonanno), розглядають резилієнс як здатність індивідуумів і громад зберігати життєздатність і долати наслідки травм [10, с. 14]. Резилієнс забезпечує не тільки виживання, але й сприяє відновленню психічного здоров'я та поліпшенню соціальної стійкості.

В Україні проблемі психологічної стійкості присвятили свої праці такі вчені, як Тамара Титаренко, Людмила Коробка та Наталія Гусак. Вони акцентували увагу на тому, що в умовах соціальних потрясінь та воєнного конфлікту стійкість виступає важливим фактором збереження психічного здоров'я та соціальної інтеграції особистості. Володимир Чернобровкін та Ольга Хамініч також зробили свій внесок у дослідження, зосереджуючи увагу на адаптаційних стратегіях та їхній ролі в підтримці життєстійкості [10, с. 14].

Цікаво, що у перекладі поняття «resilience» українськими науковцями, такими як А. Чхадзе, О. Самкова та Н. Сергієнко, використовуються терміни «стійкість» або «психологічна стійкість», що найточніше відображає сутність цього феномену в умовах війни. І хоча дослідження цього аспекту є надзвичайно актуальним, оскільки розуміння механізмів психологічної стійкості дозволяє розробити ефективні методи психологічної допомоги дорослому цивільному населенню, яке зазнало наслідків війни, але все ж таки ми стикаємося з проблемою нерозуміння точного визначення поняття психологічної життєстійкості [2, с. 22; 11, с.].

Так, в україномовній та англійській науковій літературі поняття стійкості або психологічна стійкість часто представлене та описане науковцями як термін *resilience*. Однак, існує різниця між поняттями *resilience* (психологічна стійкість) та *hardiness* (витривалість). Отже, як бачимо, психологічна стійкість (*resilience*) описується науковцями як здатність людини швидко оговтатись після труднощів і зберегти притаманну їй функціональність, продовжуючи фокусуватися на процесі власного відновлення після травми або стресової події. Водночас поняття витривалості (*hardiness*) більше стосується здатності особистості протистояти життєвим негараздам, активно долаючи труднощі. Тож, витривалість можна розглядати як механізм подолання труднощів, який забезпечує стабільність та витримку в складних ситуаціях [1, с. 8–9; 5, с. 161; 6, с. 25; 10, с. 42].

З огляду на вказану вище інформацію, в даній статті ми дотримуємося думки, що психологічна стійкість є динамічним психологічним конструктом, який дозволяє індивіду відновлюватися в результаті несприятливих, травматичних подій, а також сприяє подальшому розвитку особистості, акцентуючи увагу на активних стратегіях подолання. Тим самим зберігаючи та формуючи здатність до подолання труднощів, уособлюючи в собі аспект

витривалості, забезпечуючи таким чином процес адаптивності особистості в екстремальних, стресових ситуаціях.

Отже, психологічна стійкість, яка сьогодні є центральною темою в дослідженнях особистості, визначає здатність людини протистояти негативним факторам в стресових ситуаціях, що впливають на психіку, представляючи собою ту саму особистісну ланку яка забезпечує внутрішню гармонію та знижує ризик розвитку психічних розладів [7, с. 35–36; 10, с. 14]. Тож, на нашу думку, у цьому контексті життєстійкість виступає важливим інтегральним ресурсом для збереження психічного здоров'я цивільного населення. Що підтверджує концепція С. Мадді, вказуючи на те, що життєстійкість допомагає людям не лише справлятися з факторами стресу, не тільки зберігаючи психоемоційну стабільність у важких життєвих обставинах, але й використовуючи критичні ситуації як можливості для особистісного зростання [3, с. 104; 4, с. 79].

Таким чином, перебування українців в ситуації тяжких психоемоційних навантажень, таких як вплив інформаційних потоків в умовах російсько-української війни робить актуальність дослідження проблеми психологічної стійкості як ключового чинника адаптації до наслідків війни значущою для генерування дієвих стратегій адаптації та підтримки психічного здоров'я. Тож, особи, що володіють високим рівнем життєстійкості, демонструють більшу здатність до адаптації у кризових умовах, тоді як середній рівень сприяє ефективному вибору копінг-стратегій для подолання нових труднощів. Ті, у кого спостерігається високий рівень життєстійкості, досягають кращих результатів як у професійному, так і в особистому житті [6, с. 28].

Цікавою є також концепція такого іноземного дослідника, як Б. Бернард (B. Bernard), що розглядає психологічну стійкість через декілька ключових аспектів, серед яких він виділяє соціальну компетентність, здатність до вирішення проблем, автономію та усвідомлення своєї мети. Так, соціальна компетентність включає комунікабельність, емпатію та альтруїзм. Здатність до вирішення проблем пов'язана з критичним мисленням і гнучкістю, тоді як автономія передбачає позитивну ідентичність і самосвідомість. Усвідомлення мети вказує на націленість на успіх і креативність [5, с. 161].

Тим часом дослідники також виділяють комплексний підхід до дослідження розвитку проблеми життєстійкості як ключового чинника адаптації до наслідків війни серед дорослого цивільного населення, що дає можливість краще зрозуміти психологічні механізми адаптації та реагування на стресові ситуації. В рамках такого підходу варто уваги виглядає

модель Д. Механіка (D. Mechanik), що підкреслює важливість подолання стресових ситуацій через дві ключові фази, серед яких перша фаза включає боротьбу з ситуацією (подолання), а друга – боротьбу з почуттями, викликаними цією ситуацією (захист). Такий підхід, на наш погляд, є досить влучним у зв'язку з тим, що він підкреслює важливість здатності особистістю приймати адекватні рішення для досягнення своїх цілей та свідомо освоювати психологічні ресурси. Однак, дослідники трансактної моделі стресу, а саме Т. Коксом (T. Cox) і Дж. Макеєм (J. Maskey) наполягають на важливості реалізації взаємодії між особистістю та середовищем, як важливого фактору формування психологічної стійкості [3, с. 98]. Такі дослідники як, С. Саутвіка (S. Southwick) та М. Раттера (M. Rutter) також вказують на важливість формування та підтримання соціальних зв'язків як способу отримання підтримки, як фактора розвитку психологічної стійкості під час переживання кризових ситуацій [2, с. 22; 11, с. 166].

Як зазначає у своїй роботі В. О. Готич, психологічна стійкість є багатокомпонентним феноменом, що включає когнітивні, поведінкові, емоційні та екзистенційні складові, які взаємодіють для підтримки адаптації особистості у складних життєвих ситуаціях. Когнітивний компонент охоплює оптимізм, когнітивну гнучкість та здатність зберігати позитивну самооцінку, навіть у періоди страждань. Когнітивна гнучкість дозволяє людині переосмислювати свій досвід та знаходити позитивні аспекти в кризових ситуаціях. Поведінковий компонент зосереджується на активних копінг-стратегіях, соціальній підтримці та розвитку міжособистісних зв'язків, що допомагають особистості долати стрес. Емоційний компонент передбачає емоційну стабільність, здатність контролювати свої емоції та високий рівень емпатії, що сприяє кращій адаптації до життєвих труднощів. Екзистенційний компонент стосується наявності життєвої мети, духовності та релігійних переконань, які відіграють ключову роль у відновленні після травматичних подій [2, с. 22–24].

**Висновки.** Психологічна стійкість представляє собою багатовимірний і динамічний процес, який виступає ключовим чинником адаптації до негативних та екстремальних обставин, зокрема в умовах війни. І хоча психологічна стійкість не є постійною рисою особистості, але вона активно формується під впливом соціального оточення та життєвого досвіду в якому перебуває індивід. Визначено, що психологічна стійкість дозволяє людині зберігати емоційну рівновагу, продуктивність, а також здатність до швидкого відновлення після травматичних подій, таких як втрата близьких людей або вимушене переселення чи еміграція.

Встановлено, що основоположною особливістю психологічної стійкості є її здатність допомагати людині не тільки долати труднощі, але й використовувати їх як наявні та проактивні можливості для розвитку та самовдосконалення. Що набуває особливої актуальності під час перебування в кризових ситуаціях. Наприклад, психологічна стійкість може відігравати відіграє центральну роль у процесі збереженні психічного здоров'я особистості та підтриманні адаптивності.

Виявлено, що з психологічної точки зору, поняття психологічної стійкості розглядається в термінах “resilience”, що визначається як здатність людини швидко відновлюватися після стресу та “hardiness”, що фокусується на витривалості та здатності протистояти життєвим труднощам. В нашому дослідженні психологічна стійкість визначається, як динамічний психологічний конструкт, що дозволяє індивіду відновлюватися в результаті несприятливих, травматичних подій, а також сприяє подальшому розвитку особистості, акцентуючи увагу на активних стратегіях подолання, уособлюючи в собі аспект витривалості.

Визначено, що високий рівень психологічної стійкості допомагає не лише переживати важкі ситуації, але й формувати нові стратегії подолання, що дозволяє особистості зберігати та розвивати свою адаптивність в екстремальних умовах. Таким чином, психологічна стійкість стає важливим психологічним механізмом, що сприяє особистісному зростанню, витривалості та успішній адаптації до травматичних подій.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Готич В. О. Resiliens, Hardiness, психологічна стійкість, життєстійкість: порівняльний аналіз понять у соціально-психологічних дослідженнях. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. 2023. Том 34 (73), № 3. С. 7–12. URL: [https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/3\\_2023/2.pdf](https://psych.vernadskyjournals.in.ua/journal/3_2023/2.pdf)
2. Готич В. О. Структурна модель психологічної стійкості студентів в умовах війни. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Психологія*. 2023. Вип. 1. С. 21–25. URL: <http://psychvisnyk.uzhnu.uz.ua/index.php/psy/article/view/188/274>
3. Грузинська І. М. Проблема емоційного реагування на стресові ситуації в умовах воєнного стану. *Вісн. Нац. авіац. ун-ту. Педагогіка. Психологія*. 2022. Вип. 2 (21). С. 97–107. URL: <https://www.academia.edu/123561358/>
4. Кондратюк С. М. Життєстійкість як ресурс подолання життєвих труднощів в умовах війни. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. № 4. С. 78–83. URL: <https://chasopys-ppp.dp.ua/index.php/chasopys/article/view/265/232>
5. Кравцов Д. Р. Психологічна стійкість особистості: напрями дослідження. *Підготовка охоронців правопорядку в Харкові (1917–2017 рр.)*. Харків, 2017. URL: [https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/25\\_11\\_2017/pdf/82.pdf](https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/25_11_2017/pdf/82.pdf)
6. Кузікова С. Б., Щербак Т. І. Життєстійкість як адаптаційний ресурс особистості у реальності невизначеності життя. *Слобожанський науковий вісник. Серія: Психологія*. 2023. № 2. С. 24–29. URL: <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/psy/article/view/63/56>
7. Кузікова С., Зликов В., Лукомська С., Щербак Т., Котух О. Психологічний супровід особистості в умовах війни: навч. посібник. Київ-Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2024. 260 с. URL: <https://emed.library.gov.ua/wp-content/uploads/tainacan-items/8476/110552/Psykholohichnyu-suprovid-osobystosti-v-umovakh-viynny.pdf>
8. Мурза О. В., Придибайло Н. Ю. Надання психореабілітаційної допомоги українцям, що постраждали від військово-політичної агресії. *Роль психології в часі відстоювання незалежності країни : зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції молодих вчених*, Київ, 14 жовтня 2022 р. – Київ: НУБіП України, 2022. – С. 16–17. URL: <https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u178/1667324438949208.pdf>
9. Пєша І., Андріюченко Т. Збереження психічного здоров'я молоді в умовах повномасштабної війни. *Соціальна робота та соціальна освіта*. 2023. Вип. 2 (11). С. 106–113. URL: <http://srso.udpu.edu.ua/article/view/291876>
10. Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації : колективна монографія / за наук. ред. Л. М. Коробки ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 286 с. URL: <https://www.ispp.org.ua/wp-content/uploads/Static/KorobkaSpilnotaMonograph.pdf>
11. Топоренко Г. Життєві стратегії життєдіяльності особистості в умовах війни в Україні. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2023. № 2 (6). С. 157–170. URL: [http://repositc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/20278/1/2023\\_2\\_2\\_13.pdf](http://repositc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/20278/1/2023_2_2_13.pdf)
12. Чернобродський Л. О. Психологія особистості в умовах невизначеності та ризику. *Роль психології в часі відстоювання незалежності країни : зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції молодих вчених*, Київ, 14 жовтня 2022 р. Київ: НУБіП України, 2022. С. 20. URL: <https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u178/1667324438949208.pdf>