

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛІЄНТНОСТІ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ

Кошай Адріана

В умовах затяжної війни в Україні особливої актуальності набуває дослідження психологічної стійкості молоді, яка перебуває у складному етапі формування особистості. Юнацький вік є критичним періодом, у якому молода людина не лише проходить через глибокі внутрішні трансформації, а й водночас стикається з надзвичайним зовнішнім тиском. Саме тому резилієнтність - здатність адаптуватися, зберігати функціональність і розвиватися в умовах кризи – стає ключовим чинником психологічного благополуччя осіб цього віку [2].

Резилієнтність трактується сучасною психологічною наукою як динамічний процес взаємодії між індивідом та середовищем, у результаті якого людина демонструє позитивну адаптацію попри суттєві труднощі. Вперше наукові уявлення про цей феномен виникли в дослідженнях дітей з так званих «груп ризику», які незважаючи на складні життєві обставини (бідність, домашнє насильство, ізоляція), демонстрували емоційну рівновагу, мотивацію до навчання та соціальну активність. В подальшому поняття резилієнтності почало використовуватися і в роботі з підлітками, дорослими, особами, що пережили війну, катастрофи, насильство [1–9].

Метою тези є обґрунтування гендерних особливостей резилієнтності осіб юнацького віку в умовах сучасних викликів.

В українській науковій традиції розуміння резилієнтності формується під впливом як західної дослідницької бази, так і власного соціального досвіду. Як зазначає І. Семагіна, резилієнтність – це не лише індивідуальна якість, а цілісна система: вона формується у зв'язку із сімейними стосунками, культурними нормами, суспільними очікуваннями [2]. Таким чином, молодь в умовах війни демонструє різні моделі психологічної адаптації, і саме гендер у цьому контексті відіграє одну з ключових ролей.

Юнацький вік – особливий період становлення особистості, що характеризується пошуком сенсу, формуванням «Я-концепції», автономії та соціального самовизначення. Попри брак життєвого досвіду, молодь стикається з високими вимогами, а саме в цей час закладається база резилієнтності через розвиток саморегуляції, стійкості до фрустрації, рефлексії та гнучкості мислення [1]. Психологічна адаптація у воєнних умовах залежить як від індивідуальної стресостійкості, так і від зовнішніх чинників – стабільності середовища, соціальної підтримки, безпеки. Водночас внутрішні ресурси визначають здатність не лише вижити, а й реалізувати себе попри кризові обставини. Резилієнтність виступає механізмом «психологічного імунітету» [7].

Її компоненти охоплюють когнітивні (усвідомлення труднощів, відповідальність), емоційні (саморегуляція, емоційна компетентність), поведінкові (активна адаптація, пошук ресурсів), мотиваційні (орієнтація на досягнення, надія) та соціальні (підтримка, інтеграція) аспекти [5]. Важливим чинником є гендер: дівчата зазвичай більш емоційно відкриті, схильні до вербалізації почуттів і звернення по допомогу, тоді як юнаки частіше тяжіють до ізоляції та застосовують активні чи агресивні стратегії подолання стресу [4, 6].

Дані дослідження Л. Сохань вказують, що жінки в умовах війни мають кращі показники соціальної взаємодії та здатності до емоційної комунікації, що сприяє формуванню соціальної резилієнтності. У той же час чоловіки виявляють більшу автономність у прийнятті рішень, однак схильні до уникання теми власного емоційного стану, що може ускладнювати процес психологічного відновлення [3].

Гендерні особливості проявляються й у ставленні до психосоціальної допомоги. За даними НСЗУ, жінки частіше звертаються до психологів, беруть участь у групах підтримки, тоді як чоловіки частіше уникають професійної допомоги, що пов'язано з соціальними стереотипами про силу, мужність,

незалежність [4, 8]. Відтак, для ефективного розвитку резилієнтності в молодіжному середовищі важливо враховувати потреби та бар'єри обох статей.

Дослідження показує, що в юнацькому віці рівень резилієнтності у дівчат і хлопців може суттєво відрізнятися не кількісно, а якісно – тобто, не стільки у рівнях, скільки в стратегіях. Дівчата частіше орієнтуються на збереження міжособистісних зв'язків, самоусвідомлення, обговорення проблем. Хлопці вдаються до дій, фізичної активності, конструктивного (а іноді деструктивного) ігнорування загрози [6, 9].

З огляду на це, у науковому та практичному контексті надзвичайно важливо не лише описувати загальний рівень резилієнтності осіб юнацького віку, а й аналізувати ті моделі, які зумовлені їхньою гендерною ідентичністю, соціальним середовищем, культурними очікуваннями та особистими особливостями.

Отже, гендерні особливості резилієнтності в юнацькому віці в умовах війни вимагають системного теоретичного аналізу та подальшого емпіричного вивчення. Це дозволить не лише глибше зрозуміти процеси адаптації молоді до кризових умов, а й розробити ефективні психопрофілактичні, психоедукаційні та реабілітаційні програми з урахуванням гендерної чутливості.

Список використаних джерел

1. Chesnokova I. Gender features of resilience manifestation in youth under conditions of socio-political crisis. Kyiv: Psychological Journal, 2020. №3. С. 44–52.
2. Connor K. M., Davidson J. R. T. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). New York: Depression and Anxiety, 2003. Vol. 18(2). P. 76–82.
3. Masten A. S. Ordinary Magic: Resilience in Development. New York: Guilford Press, 2014. 370 p.
4. UNESCO. Psychological Support for Youth in Conflict Settings. Paris: UNESCO, 2022. 60 p.
5. Werner E. E., Smith R. S. Overcoming the Odds: High Risk Children from Birth to Adulthood. Ithaca: Cornell University Press, 1992. 245 p.
6. Пилипюк Л. Резилієнтність у юнацькому віці: психологічні особливості розвитку. Київ: Наукові записки кафедри педагогіки, 2020. №2. С. 25–31.
7. Семагіна І. В. Резилієнтність особистості: теорія і практика. Київ: Наукова думка, 2019. 214 с.
8. Сохань Л. Особливості формування стресостійкості в молодіжному середовищі. Луцьк: Психологічні перспективи, 2021. №38. С. 104–110.
9. Українська служба здоров'я. Рекомендації щодо психічного здоров'я в умовах війни. Київ: НСЗУ, 2023. 48 с.