

- effective leaders”, [S.p.]: Athena Press, p. 280
8. Conger, J. , Canungo, R. (1994), “Charismatic leadership in organizations: Perceived behavioral attributes and their measurement”, *Journal of Organizational Behavior*, no. 15, pp. 439 – 452
9. Kotter, J. (1995), “Leading change: Why transformation efforts fail”, *Harvard Business Review*, 73, 59 – 67
10. Merrill, M. David (2002), “A Pebble-in-the-Pond Model for Instructional Design”, *Performance Improvement*, 41(7), pp. 41 – 46, available at: doi:10.1002/pfi.4140410709
11. Mojisola Anjorin, Christoph Rensing, Kerstin Bischoff, Christian Bogner, Lasse Lehmann, Anna Lenka Reger, Nils Faltin, Achim Steinacker, Andy Lüdemann, Renato Domínguez García: CROKODIL – a Platform for Collaborative Resource-Based Learning. In: Carlos Delgado Kloos, Denis Gillet, Raquel M. Crespo Garcia, Fridolin Wild, Martin Wolpers: *Towards Ubiquitous Learning*, Proceedings of the 6th European Conference on Technology Enhanced Learning, EC-TEL 2011, no. LNCS 6964, Springer, September 2011, pp. 29 – 42
12. Romanovsky, O. , Ponomarev, O. (2017), “Paradoxes of charismatic leadership”, *Theory and practice of social systems management*, no. 1. pp. 47 – 56
13. Sadeghi, A., Mostafavi Rad, F. (2018), “The role of knowledge-oriented leadership in knowledge management and innovation”, *Management Science Letters*, pp. 151 – 160, available at: doi: 10.5267/j.msl.2018.1.003
14. Sokol, E. I. (2017), “Training of professional leaders as a task of higher school”, *Leader. Elite. Society*, no. 1, pp. 16 – 22
15. “Strategy for the development of higher education in Ukraine for 2021–2031” (2020), available at: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2020/09/25/rozvitku-vishchoi-osviti-v-ukraini-02-10-2020.pdf>
16. Tovazhnyansky, L., Romanovsky, O. , Ponomarev, O. (2004), “The concept of formation of the humanitarian and technical elite in NTU “KhPI” and ways of its implementation”, *Kharkiv: NTU “KhPI”*, p. 416
17. Ferlie, E., Musselin, C., Andresani, G. (2008), “The steering of higher education systems: A public management perspective”, *Higher Education*, 56(3), pp. 325 – 348
18. Hannafin, M., Hill, J. (2008), “Resource-based learning”, *Handbook of Research in Educational Technology*, M. Spector, D. Merrill, J. Van Merriënboer & M. Driscoll (Eds.), 3rd ed., New York: Lawrence Erlbaum, pp. 525 – 536
19. Hall, Jeffrey; Chamblee, Gregory; Slough, Scott (July 2013), “An examination of interactive whiteboard perceptions using the concerns-based adoption model stages of concern and the Apple Classrooms of Tomorrow Model of Instructional Evolution”, *Journal of Technology and Teacher Education*, 21 (3), pp. 301 – 320

Стаття надійшла до редколегії 10.12.2022

Ніна Підбуцька

доктор психологічних наук, професор кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами ім. академіка І. Зязюна, Національний технічний університет “Харківський політехнічний інститут”; Харків, Україна

ORCID: 0000-0001-5319-1996

E-mail: podbutskaya_nina@ukr.net

Анастасія Книш

кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами ім. академіка І. Зязюна, Національний технічний університет “Харківський політехнічний інститут”; Харків, Україна

ORCID: 0000-0003-0211-2535

E-mail: n_knysh@ukr.net

Жанна Богдан

кандидат психологічних наук, доцент кафедри педагогіки і психології управління соціальними системами ім. академіка І. Зязюна, Національний технічний університет “Харківський політехнічний інститут”; Харків, Україна

ORCID: 0000-0003-1560-9516

E-mail: janna.bogdan1979@gmail.com

**РЕСУРСИ РЕЗІЛЬЄНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ, ЩО
ЗАЙМАЮТЬСЯ ВОЛОНТЕРСЬКОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ ПІД ЧАС ВОЄННОГО
СТАНУ**

Анотація: стаття присвячена дослідженню ресурсів резильєнтності майбутніх психологів, що займаються волонтерською діяльністю в сфері надання психологічної допомоги постраждалим від військової агресії. Дослідження сфокусоване на вивченні рівня резильєнтності та копінг механізмів, які забезпечують здатність майбутніх психологів до адаптації в умовах постійного емоційного стресу. В дослідженні взяли участь 50 майбутніх психологів у віці 18-22 роки як респонденти, що були поділені на дві групи залежно від наявності чи відсутності волонтерського досвіду під час воєнного стану. Було виявлено, що майбутні психологи, які займаються волонтерською діяльністю в основному спираються на когнітивні та поведінкові копінги і недостатньо використовують емоційні, що може вказувати на їхню неготовність працювати з власними емоціями.

Ключові слова: майбутні психологи; резильєнтність; копінг-стратегії; ресурси психіки; волонтерство; перша психологічна допомога.

Nina Pidbutska

doctor of psychological sciences, professor of the department of pedagogy and psychology of social systems management by the academician I. Zyazyun, National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”; Kharkiv, Ukraine

E-mail: podbutskaya_nina@ukr.net

© Ніна Підбуцька, Анастасія Книш, Жанна Богдан, 2022

Anastasia Knysh

Phd in psychology, associate professor of the department of pedagogy and psychology of social systems management by the academician I. Zyazyun, National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”; Kharkiv, Ukraine

E-mail: n_knysh@ukr.net

Zhanna Bogdan

Phd in psychology, associate professor of the department of pedagogy and psychology of social systems management by the academician I. Zyazyun, National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”; Kharkiv, Ukraine

E-mail: n_knysh@ukr.net

**RESILIENCE RESOURCES OF FUTURE PSYCHOLOGISTS VOLUNTEERING
DURING MARTIAL LAW**

Abstract: the article is devoted to researching the resources of resilience of future psychologists engaged in volunteer activities in the field of providing psychological assistance to victims of military aggression. The research is focused on studying the level of resilience and coping mechanisms that ensure the ability of future psychologists to adapt in conditions of constant emotional stress. 50 future psychologists aged 18-22 took part in the study, who were divided into two groups depending on the presence or absence of volunteer experience during martial law. It was found that future psychologists who are engaged in volunteer activities mainly rely on cognitive and behavioral coping and do not use emotional coping enough, which may indicate their unwillingness to work with their own emotions.

Key words: future psychologists; resilience; coping strategies; psychological resources; volunteering; psychological first aid.

Nina Pidbutska, Anastasiia Knysh, Zhanna Bogdan

An extended abstract of the paper on the subject of:

“Resilience resources of future psychologists volunteering during martial law”

Problem setting. From the first days of the full-scale invasion, psychology students were on duty at train stations, providing assistance in shelters and volunteer centers. It was their dedicated work that saved hundreds of people who were confused, disoriented and in need of support. At the same time, it should be noted that most student volunteers worked (and often still work) in an unbalanced mode, combining face-to-face and online consultations, which led to their emotional overload and mental exhaustion. In this context, the need to study the personal resources of volunteer students, which ensures their sustainability – resources of

resilience, becomes especially important. The relevance of this study is determined by the need to implement the National Program of Mental Health and Psychosocial Support, initiated by the First Lady of Ukraine, Olena Zelenska. The implementation of this program involves the creation and implementation of tools to ensure the mental health of the residents of Ukraine in conditions of military aggression. The study of resilience resources of volunteer psychologists will allow a deeper understanding of the mechanisms that ensure the stability of the psyche in conditions of excessive loads and develop tools for their formation and support. One of Ukraine's

greatest advantages in confronting the aggressor is a powerful volunteer movement that unites people of various professional orientations and qualifications. From the first weeks of the full-scale invasion, the need for psychological help among broad sections of the population became apparent. Regardless of the place of residence and the proximity of military actions, all residents of Ukraine experienced the shock of the beginning of the war, which negatively affected their ability to plan and self-organize.

Recent research and publications analysis. The term "resilience" was introduced into the scientific apparatus of psychology several decades ago by E. Werner and R. Smith. Scientists saw in this phenomenon the unique ability of the psyche to overcome negative stress and flexibly adapt to new conditions. The concept immediately aroused great interest on the part of Western psychologists and began to be investigated both theoretically and empirically. In domestic science, this question remained out of the attention of scientists for a long time. This was mainly due to the fact that the concept of "sustainability" which is very close in meaning existed and was studied in domestic science. Despite the conceptual similarity of these concepts, psychologists still emphasize their non-identity. T. Tytarenko considers resilience as a person's ability to "resist" difficulties, maintain balance, regulate one's behavior in the face of threats, etc.

The concept of resilience in domestic psychology has been actively studied by psychologists in recent years in the context of the resilience of the human psyche in the conditions of the COVID-19 pandemic (T. Belavina, A. Turubarova, O. Shevchenko). The emphasis in these studies was on the activities of medical workers. The problem of resilience of psychologists is considered in more detail in the works of G. Lazos, who defines resilience as "the ability of the psyche to recover after adverse conditions." The researcher notes that in the process of

contact with victims, psychologists who provide assistance go through a series of difficult emotional experiences, which as a result begin to negatively affect their well-being and physical health. The described studies do not allow us to understand the possibilities and limitations of resilience in the conditions of military aggression. At the same time, the specifics of the events unfolding in Ukraine in the first months of the war did not leave room for a thorough empirical study of the topic. So far, limited attempts have been made to study the hygienic aspects of the work of volunteers during wartime (N. Bilichenko), the factors of the vitality of student youth during military operations (I. Savelchuk), the peculiarities of the training of social workers to provide psychological support during military operations (A. Senyk). But these studies do not reveal the psychological mechanisms and resources of the resilience of future volunteer psychologists.

Paper objective to explore the resilience resources of future wartime volunteer psychologists.

Paper main body. Two samples were formed for the study. The first sample (Group 1) consisted of 25 future psychologists engaged in volunteer activities focused on providing psychological support to displaced persons, military personnel, and victims of violence. The second sample was made up of future psychologists who do not have volunteer experience (Group 2).

The following methods were used to study resilience resources: 1) the Connor-Davidson personality resilience research method - contains 25 questions rated on a 5-point Likert scale (from 0 to 4) and allows one to assess the level of resilience development (low, medium, high); 2) Heim's method of studying coping strategies - contains 26 descriptions of situations, the degree of agreement with which the respondent must express.

It was determined that regardless of the experience of volunteering, future psychologists are characterized by a level of

resilience that corresponds to the norms for this age group. At the same time, the indicators of future psychologists who do not have volunteer experience are higher than those of volunteers. At the same time, no significant differences were identified. The study of coping strategies showed that respondents of both groups are equally inclined to use mainly adaptive coping strategies, which is evidence of the developed ability for effective behavioral self-regulation of future psychologists. At the same time, future volunteer psychologists are statistically more likely to use cognitive and behavioral coping, and future psychologists who do not engage in volunteer activities more often use emotional coping. This may indicate that it is still difficult for volunteer psychologists to stay in touch with their emotions, immerse themselves in them, and try to reflect. Therefore, they focus on those elements that are easier to control consciously: thoughts and actions. Overcoming difficult situations occurs due to the construction of rational explanations for one's behavior, as well as active immersion in activities. It was determined that in a group of future volunteer psychologists, resilience is directly related to cognitive and behavioral coping strategies. Among future psychologists who do not engage in volunteer activities, it is associated with emotional and behavioral coping. Thus, we obtain further confirmation that volunteers' resilience relies on more controlled coping strategies, namely thoughts and actions. On

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Однією з найбільших переваг України у протистоянні з агресією Росії є потужний волонтерський рух, який об'єднує людей різних професійних спрямувань та кваліфікацій. З перших тижнів повномасштабного вторгнення Росії в Україну стала очевидною потреба широких верств населення у психологічній допомозі. Незалежно від місця

proживання та близькості військових дій всі жителі України пережили шок від початку війни, що наклав негативний відбиток на їхній здатності до планування та самоорганізації.

Conclusions of the research: The research made it possible to determine that future psychologists who are engaged in volunteer activities in the field of providing psychological assistance are characterized by: a normal level of resilience; relying on cognitive and behavioral coping, which is expressed in the construction of rationalizing intellectual constructions that facilitate the perception of reality and immersion in work; insufficient use of emotional coping, which indicates the unpreparedness of future volunteer psychologists to perceive difficult emotional experiences and may carry potential risks for mental health in the future. Further research in this direction should be focused on the expanded study of resource sources for maintaining the resilience of volunteer psychologists and on the formation of psychological self-care programs for future psychologists.

У даному ракурсі особливого значення набула перша психологічна допомога, яка передбачає надання базової психологічної підтримки людині, що постраждала, і не вимагає наявності повної психологічної освіти. Таку допомогу постраждалим можуть надавати будь-які

волонтери, що пройшли навчання в цій сфері, але допомога від майбутніх психологів була і є особливо цінною, адже представники цієї групи володіють знаннями у сфері психофізіології та можуть вчасно розгледіти психічні порушення, які вимагають втручання професіонала. Ба більше, студенти-психологи володіють цілим арсеналом різноманітних технік, спрямованих на релаксацію та заспокоєння постраждалого, що дозволяє їм бути більш ефективними в наданні допомоги.

З перших днів повномасштабного вторгнення студенти-психологи чергували на вокзалах, надавали допомогу в притулках та волонтерських центрах. Саме їхня віддана робота врятувала сотні людей, що були розгубленими, дезорієнтованими та потребували підтримки. Разом із тим необхідно зазначити, що більшість студентів-волонтерів працювали (а часто й працюють досі) в розбалансованому режимі, поєднуючи очні та онлайн-консультації, що приводило до їхнього емоційного перенавантаження та психічного виснаження. В цьому контексті набуває особливого значення необхідність вивчення особистісних ресурсів студентів-волонтерів, що забезпечує їхню життєстійкість – ресурсів резильєнтності.

Актуальність цього дослідження обумовлюється необхідністю реалізації Національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки, ініційованої першою леді України, О. Зеленською [11]. Реалізація цієї програми передбачає створення та впровадження інструментів забезпечення психічного здоров'я жителів України в умовах військової агресії. Дослідження ресурсів резильєнтності психологів-волонтерів дозволить глибше зрозуміти ті механізми, що забезпечують стійкість психіки в умовах надмірних навантажень та розробити інструменти формування їх та підтримки.

Аналіз останніх досліджень та публікацій, у яких започатковано

розв'язання цієї проблеми і на які спирається автор. Термін “резильєнтності” було введено до наукового апарату психології декілька десятиліть тому Е. Вернером та Р. Смітом. Вчені вбачали в цьому феномені унікальну здатність психіки долати негативні навантаження та гнучко адаптуватися до нових умов [10]. При чому така адаптація передбачала повне подолання негативних станів, з якими людина зіштовхнулася. Важливо, що дослідники розглядали резильєнтність як самостійний механізм, який не зводиться до суми якостей та навичок особистості.

Досліджуваний феномен одразу викликав інтерес зі сторони західних психологів і почав досліджуватися і в теоретичній, і в емпіричній площині. У вітчизняній науковій думці це питання довго залишалося поза увагою науковців, зокрема через те, що існувало і вивчалось дуже близьке за значенням поняття “життєстійкості”. Не зважаючи на концептуальну схожість цих понять, психологи все ж підкреслюють їхню не тотожність. Т. Титаренко розглядає життєстійкість як здатність людини “протистояти” труднощам, зберігати врівноваженість, регулювати свою поведінку перед обличчям загрози тощо [6]. Резильєнтність же робить акцент саме на здатності психіки до гнучкості, адаптації, у певному сенсі “переродження” для щасливого та повноцінного життя [2].

Американський дослідник Б. Волкер відзначає, що можна виділити два основні показники резильєнтності: 1) здатність долати труднощі, зокрема за рахунок використання адекватних ситуації копінг-механізмів; 2) здатність навчатися [9]. Під здатністю навчатися дослідник має на увазі здатність до раціонального дослідження та розуміння середовища, що змінюється для відпрацювання найбільш ефективних сценаріїв діяльності. Е.Мастен із колегами відмічають важливість ще одного показника – здатності до інтеграції до соціуму. Вони вбачають в ній особливу

“зцілювальну” силу, адже саме соціальна підтримка є необхідною умовою проходження через “важкі часи” [7].

Поняття резильєнтності у вітчизняній психології активно почало вивчатися психологами протягом останніх років у контексті стійкості людської психіки в умовах пандемії COVID-19 (Т. Белавіна, А. Турубарова, О. Шевченко). Акцент в цих дослідженнях робився на діяльності працівників медичної сфери.

Більш детально проблема резильєнтності психологів розглядається в роботах Г. Лазос, яка визначає її як “здатність психіки відновлюватися після несприятливих умов” [3]. Вона звертає увагу, що під час контакту з потерпілими психологи, що надають допомогу, проходять через цілий ряд важких емоційних переживань, які в результаті починають негативно впливати на їхнє самопочуття та фізичне здоров'я [4]. Резильєнтність вимагає наявності цілого ряду навичок самотурботи та механізмів реагування на стрес, які зможуть допомогти вчасно подолати негативний стан.

Команда дослідників під керівництвом І. Котери вивчала особливості резильєнтності студентів-психологів, що дозволило їм продемонструвати міцні зв'язки між резильєнтністю, мотивацією та залученістю у соціальні відносини. Згідно з результатами дослідження більше резильєнтність демонструють саме ті майбутні психологи, що добре інтегровані в соціальне середовище, мотивовані до саморозвитку та мають навички турботи за собою [8].

Описані дослідження не дозволяють досягнути можливості та обмеження резильєнтності в умовах військової агресії. Водночас, особливості подій, що розгорталися в Україні в перші місяці війни, не залишали місця для ґрунтовного емпіричного дослідження теми. Наразі були здійснені обмежені спроби вивчення гігієнічних аспектів роботи волонтерів у воєнний час (Н. Біліченко) [1], особливості підготовки соціальних працівників до надання

психологічної підтримки під час військових дій (А. Сенік) [5]. Але ці дослідження не розкривають психологічних механізмів та ресурсів реильєнтності майбутніх психологів-волонтерів.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття. Наразі залишаються недослідженими ресурси психіки майбутніх психологів, що займаються волонтерською діяльністю під час воєнних дій. Ця тема є недослідженою повністю, жоден із її аспектів не досліджувався емпірично і потребує детального вивчення.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Мета статті – визначити і описати ресурси резильєнтності майбутніх психологів, що займаються волонтерською діяльністю під час війни.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Дослідження було проведене протягом квітня-вересня 2022 року викладачами НТУ “ХП”, які є авторами статті, для якого було сформовано дві вибірки. Першу вибірку (Група 1) склали 25 майбутніх психологів, що займаються волонтерською діяльністю, яка зосереджена на наданні психологічної підтримки переміщеним особам, військовим, жертвам насильства. Критеріями включення до першої вибірки стали: 1) вік 18-22 роки; 2) навчання в університеті за спеціальністю 053 “Психологія”; 3) досвід волонтерства в сфері надання психологічної підтримки з початку військової агресії, який є актуальним і на час дослідження. Другу вибірку склали майбутні психологи, що не мають досвіду волонтерської діяльності (Група 2). Критеріями включення до другої вибірки були: 1) вік 18-22 роки; 2) навчання в університеті за спеціальністю 053 “Психологія”; 3) відсутність досвіду волонтерства. Пошук студентів-волонтерів здійснювався в університетах центру та заходу

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

України, для того, щоб зменшити ризик впливу на результати дослідження близькості військових дій.

Для дослідження ресурсів резильєнтності були використані методики:

1) методика дослідження резильєнтності особистості Коннора-Девідсона – містить 25 питань, що оцінюються за 5-бальною шкалою Лайкерта (від 0 до 4) та дозволяє оцінити рівень розвитку резильєнтності (низький, середній, високий);

2) методика дослідження копінг-стратегій Хейма – містить 26 описів ситуацій, ступінь згоди з якими має виразити респондент. Цінність методики полягає в тому, що вона дозволяє визначити наявність в поведінці респондента 26 різних

копінг стратегій (за принципом є / немає), для кількісного аналізу доступні загальні категорії: адаптивні, відносно адаптивні та неадаптивні копінг-стратегії. Крім того, можливо здійснювати кількісний аналіз за переважаючою сферою дії копінгу: когнітивний, емоційний, поведінковий. Ці методики дозволяють виявити не лише рівень резильєнтності, але й особливості поведінки респондентів за умови її реалізації.

Для обробки результатів дослідження було використано: методи описової статистики (середнє арифметичне, стандартне відхилення, відсотки), непараметричний критерій порівняння незалежних вибірок U-Манна-Уїтні, коефіцієнт кореляції Спірмена.

Таблиця 1

Оцінка резильєнтності в групах дослідження

Показник	Середнє арифметичне		U-Манна-Уїтні	p
	Група 1	Група 2		
Резильєнтність	71,8±4,3	75,2±3,7	281	-

Було визначено, що незалежно від досвіду волонтерської діяльності майбутні психологи характеризуються рівнем резильєнтності, що відповідає нормам для цієї вікової групи. При цьому

показники майбутніх психологів, що не мають волонтерського досвіду є вищими, ніж у волонтерів. При цьому достовірні розбіжності визначені не були.

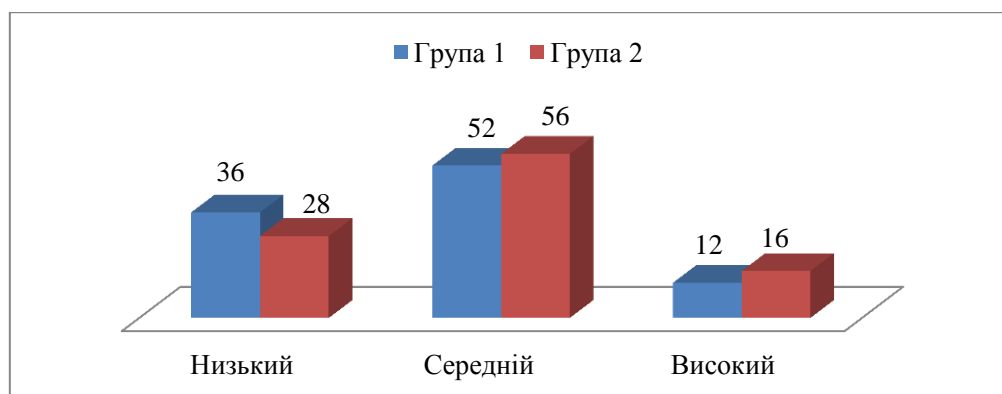


Рис. 1 Результати дослідження резильєнтності майбутніх психологів із різним досвідом волонтерської діяльності

Розподіл рівнів резильєнтності (рис.1) також вказує на те, що в групі студентів-волонтерів він є дещо нижчим, що виражається у більшій частці осіб із низьким рівнем резильєнтності. Це вказує

на те, що студентам-волонтерам доводиться зіштовхуватися з більшою кількістю складних емоційних переживань.

Копінг-стратегії в групах дослідження

Показник	Середнє арифметичне		U-Манна-Уїтні	p
	Група 1	Група 2		
Адаптивні	2,5±0,2	2,1±0,3	311	-
Відносно неадаптивні	1,4±0,1	1,1±0,1	315	-
Неадаптивні	1,1±0,1	0,9 ±0,2	291	-
Когнітивні	2,7±0,4	2,2±0,2	201	≤0,01
Емоційні	1,5±0,1	2,3±0,2	192	≤0,01
Поведінкові	2,8±0,3	2,2±0,2	204	≤0,01

*-p≤0,05, **-p≤0,01

Дослідження копінг-стратегій продемонструвало, що респонденти обох груп однаково схильні до використання переважно адаптивних копінг-стратегій, що є свідченням розвиненої здатності до ефективної поведінкової саморегуляції майбутніх психологів. При цьому майбутні психологи-волонтери статистично вірогідно частіше використовують когнітивні та поведінкові копінги, а майбутні психологи, що не займаються волонтерською діяльністю, частіше використовують саме емоційні копінги. Це може вказувати на те, що психологам-волонтерам

все ж таки важко залишатися в балансі зі своїми емоціями, занурюватися в них, намагатися рефлексувати. Тому вони зосереджуються на тих елементах, які простіше контролювати свідомо: думки та дії. Подолання складних ситуацій відбувається за рахунок побудови раціональних пояснень своєї поведінки, а також активного занурення в діяльність.

З метою визначення зв'язків між показником резильєнтності та копінг-стратегіями було підраховано коефіцієнт кореляції Спірмена (табл. 3).

Таблиця 3

Кореляційна матриця в групах дослідження

Показник	Резильєнтність	
	Група 1	Група 2
Адаптивні	0,23	0,29
Відносно неадаптивні	0,25	0,28
Неадаптивні	0,11	0,09
Когнітивні	0,54**	0,33
Емоційні	0,23	0,64**
Поведінкові	0,67**	0,61**

*-p≤0,05, **-p≤0,01

Було визначено, що в групі майбутніх психологів-волонтерів резильєнтність прямо пов'язана з когнітивними та поведінковими копінг-стратегіями. У майбутніх психологів, що не займаються волонтерською діяльністю, вона пов'язана з емоційними і поведінковими допінгами. Тому отримуємо ще одне підтвердження того, що резильєнтність волонтерів спирається на більш контрольовані стратегії подолання, а саме думки та дії. З одного

боку, це вказує на те, що майбутні психологи, що займаються волонтерством, змогли успішно напрацювати здорові на конструктивні стратегії подолання, які дозволяють їм зберігати психічне здоров'я та рухатися вперед до своїх цілей. З іншого боку, констатуємо недостатню опору на емоційні копінги, що може вказувати на небажання зіштовхуватися з власними переживаннями через їхню непередбачуваність та силу. З цієї точки

зору дуже важливо підсилити програми підготовки психологів-волонтерів прийомами роботи з власними емоційними станами.

Висновки з даного дослідження та перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Дослідження дозволило визначити, що майбутні психологи, які займаються волонтерською діяльністю в сфері надання психологічної допомоги, характеризуються:

- нормальним рівнем резильєнтності;
- опорою на когнітивні та поведінкові копінги, що проявляється в побудові раціоналізуючих інтелектуальних конс-

Список літератури:

1. Біличенко Н. Деякі гігієнічні аспекти роботи волонтерів під час воєнного стану в Україні / Н. Біличенко, Ю. Шевченко, С. Байдак // Матеріали V науково-практичної конференції з міжнародною участю на вшанування пам'яті М. Гуревича (1891–1937), засновника та керівника першої в Україні кафедри соціальної гігієни при Харківському медичному інституті, Харків, 28 жовтня 2022 р. Ред. кол. В. М'ясоєдов, В. Огнев, Т. Пересипкіна та ін. – Харків. - 2022. – С. 140

2. Кузнецов М. Цінність власного життя у студентів: Структура, чинники, особливості переживання / М. Кузнецов, Н. Діаб, Н. Підбуцька // Монографія. – Харків: Діса Плюс. – 2022. – С. 304

3. Лазос Г. Особливості емоційних станів волонтерів – психологів/психотерапевтів у стосунках з постраждалими / Г. Лазос // Особливості стосунків “психотерапевт – клієнт” у сучасному соціокультурному середовищі: монографія. За ред. З. Г. Кісарчук. К.: Видавничий Дім “Слово”. – 2017. – С. 154 – 176

4. Лазос Г. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень / Г. Лазос // Актуальні проблеми психології. – 2018. – 3. – С. 26 – 64

5. Сенік А. Підготовка майбутніх соціальних працівників до мобільності у

трукцій, які полегшують сприйняття реальності та занурення в роботу;

- недостатнім використанням емоційних копінгів, що вказує на неготовність майбутніх психологів-волонтерів до сприйняття важких емоційних переживань та може нести потенційні ризики для здоров'я психіки у майбутньому.

Подальші дослідження в цьому напрямі мають бути зосереджені на розширеному вивченні ресурсних джерел підтримання резильєнтності психологів-волонтерів та на формування програм психологічної само турботи для майбутніх психологів.

наданні соціально-психологічної підтримки населенню в умовах війни / А. Сенік // Наукові проекти соціально-гуманітарного факультету ЗУНУ. – 2022. – С. 337 – 339

6. Титаренко Т. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека / Т. Титаренко, Т. Ларіна. – К.: Марич. – 2009. – С. 76

7. Masten, A. S., Nelson, K. M., Stallworthy, I. C. (2021), “Resilience in development and psychopathology: Multisystem perspectives”, *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, pp. 521 – 549

8. Kotera, Y., Green, P., Sheffield, D. (2022), “Positive psychology for mental wellbeing of UK therapeutic students: relationships with engagement, motivation, resilience and self-compassion”, *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(3), pp.1611 – 1626

9. Walker, B. (2020), “Resilience: what it is and is not”, *Ecology and Society*, 25(2), p. 11

10. Werner, E., Smith, R. (1992), “Overcoming the odds: high risk children from birth to adulthood”, Ithaca, New York: Cornell University Press, p. 304

11. Національну програму психічного здоров'я та психосоціальної підтримки. – [електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.kmu.gov.ua/news/ofis-pershoyiledi-moz-ta-partneri-zapuskayut-nacionalnu>