



УДК 159. 923-053.6:316.614.5

[https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-4\(70\)-2032-2044](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2026-4(70)-2032-2044)

Кулакова Лариса Миколаївна доцент кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету, Рівне, <https://orcid.org/0000-0001-6496-7964>

АДАПТИВНІ ВЗАЄМОСТСУНКИ В СІМ'Ї ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ

Анотація. У сучасних умовах соціальної нестабільності, швидких суспільних трансформацій та зростання психологічного навантаження на молодь особливої актуальності набуває проблема формування психологічної стійкості старшокласників. Підлітковий та ранній юнацький вік є критичним періодом розвитку особистості, коли відбувається інтенсивне становлення самосвідомості, формування ціннісних орієнтацій, життєвих планів та моделей поведінки. У цей період значний вплив на психічний розвиток індивіда має сім'я як первинне середовище соціалізації. Особливе місце у цьому контексті посідають адаптивні взаємостсунки в сім'ї, які можуть виступати важливим чинником забезпечення психологічної стійкості старшокласників.

Психологічна стійкість визначається як інтегральна характеристика особистості, що відображає здатність індивіда ефективно протистояти стресовим ситуаціям, адаптуватися до змінних умов середовища та зберігати внутрішню рівновагу. Вона включає такі компоненти, як емоційна стабільність, саморегуляція, оптимізм, здатність до подолання труднощів (копінг-стратегії), а також наявність внутрішніх і зовнішніх ресурсів підтримки. Для старшокласників психологічна стійкість є важливою передумовою успішної навчальної діяльності, соціальної адаптації та професійного самовизначення.

Адаптивні взаємостсунки в сім'ї розглядаються як такі, що сприяють гармонійному розвитку всіх членів сім'ї, базуються на взаємоповазі, довірі, емоційній підтримці, відкритій комунікації та гнучкості у вирішенні конфліктів. Вони передбачають здатність сім'ї змінювати свої поведінкові патерни відповідно до нових умов, зберігаючи при цьому цілісність і стабільність сімейної системи. Важливими характеристиками адаптивних сімейних взаємостсунків є емоційна близькість, підтримка автономії підлітка, адекватний рівень контролю, конструктивне вирішення конфліктів та позитивний психологічний клімат.

У роботі підкреслюється, що саме сім'я виступає основним джерелом формування базового відчуття безпеки у дитини. Наявність стабільних і підтримуючих взаємостсунків між батьками та дітьми сприяє розвитку впевненості у



собі, адекватної самооцінки та здатності ефективно реагувати на труднощі. У таких сім'ях підлітки отримують досвід емоційної підтримки, що дозволяє їм краще справлятися зі стресовими ситуаціями, уникати деструктивних форм поведінки та формувати конструктивні копінг-стратегії.

Особлива увага приділяється ролі батьківських стилів виховання у формуванні адаптивних взаємостосунків. Демократичний стиль виховання, що поєднує вимогливість із підтримкою, сприяє розвитку самостійності, відповідальності та внутрішньої мотивації підлітка. Натомість авторитарний або надмірно ліберальний стилі можуть негативно впливати на психологічну стійкість, провокуючи тривожність, невпевненість або дезорганізацію поведінки.

Ключові слова: психологічна стійкість, старшокласники, сім'я, адаптивні взаємостосунки, сімейні стосунки, емоційна підтримка, комунікація, стиль виховання, саморегуляція, копінг-стратегії, підлітковий вік, соціалізація, психологічний клімат, конфліктологія, особистісний розвиток.

Kulakova Larysa Mykolaivna Associate Professor of the Department of Age and Pedagogical Psychology, Rivne State Humanitarian University, Rivne, <https://orcid.org/0000-0001-6496-7964>

ADAPTIVE RELATIONSHIPS IN THE FAMILY AS A FACTOR OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE OF SENIOR GRADE STUDENTS

Abstract. In modern conditions of social instability, rapid social transformations and increasing psychological burden on young people, the problem of forming psychological resilience of high school students is of particular relevance. Adolescence and early adolescence are a critical period of personality development, when there is an intensive formation of self-awareness, the formation of value orientations, life plans and behavioural models. During this period, the family as the primary environment of socialization has a significant impact on the mental development of the individual. A special place in this context is occupied by adaptive relationships in the family, which can act as an important factor in ensuring the psychological resilience of high school students.

Psychological resilience has defined as an integral characteristic of the personality, reflecting the ability of an individual to effectively withstand stressful situations, adapt to changing environmental conditions and maintain internal balance. It includes such components as emotional stability, self-regulation, optimism, the ability to overcome difficulties (coping strategies), as well as the presence of internal and external support resources. For high school students, psychological stability is an important prerequisite for successful academic activity, social adaptation and professional self-determination.



Adaptive relationships in the family are considered as those that contribute to the harmonious development of all family members, are based on mutual respect, trust, emotional support, open communication and flexibility in resolving conflicts. They involve the ability of the family to change its behavioural patterns in accordance with new conditions, while maintaining the integrity and stability of the family system. Important characteristics of adaptive family relationships are emotional closeness, support for the autonomy of the teenager, an adequate level of control, constructive conflict resolution and a positive psychological climate.

The work emphasizes that it is the family that acts as the main source of the formation of a basic sense of security in a child. The presence of stable and supportive relationships between parents and children contributes to the development of self-confidence, adequate self-esteem and the ability to effectively respond to difficulties. In such families, adolescents receive emotional support, which allows them to better cope with stressful situations, avoid destructive behaviours, and form constructive coping strategies.

Particular attention has paid to the role of parental parenting styles in the formation of adaptive relationships. A democratic parenting style that combines demandingness with support promotes the development of independence, responsibility, and internal motivation in adolescents. On the other hand, authoritarian or overly liberal styles can negatively affect psychological stability, provoking anxiety, insecurity, or disorganized behaviour.

Keywords: psychological stability, high school students, family, adaptive relationships, family relationships, emotional support, communication, parenting style, self-regulation, coping strategies, adolescence, socialization, psychological climate, conflictology, personal development.

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві, яке характеризується високим рівнем соціально-економічної нестабільності, швидкими змінами інформаційного простору, зростанням навчального навантаження та впливом кризових явищ, особливо актуальною стає проблема збереження психічного здоров'я молоді. Старшокласники як вікова група перебувають у складному періоді переходу від підліткового до дорослого життя, що супроводжується інтенсивними психологічними, емоційними та соціальними змінами. У цей період підвищується вразливість до стресів, тривожності, невпевненості у майбутньому, що актуалізує потребу у формуванні психологічної стійкості як здатності ефективно долати життєві труднощі та зберігати внутрішню рівновагу.

Одним із ключових середовищ, що впливають на розвиток особистості старшокласника, є сім'я. Саме в сімейному колі закладаються основи емоційної стабільності, формуються моделі поведінки, способи реагування на труднощі та стиль міжособистісної взаємодії. Водночас сучасні сім'ї нерідко стикаються з низкою проблем: зростанням конфліктності, дефіцитом емоційного контакту,



авторитарністю або, навпаки, надмірною ліберальністю у вихованні, що може негативно позначатися на психологічному стані підлітків. Недостатній рівень адаптивності сімейних взаємостосунків часто призводить до зниження рівня довіри, емоційної відчуженості та формування дезадаптивних моделей поведінки у старшокласників.

Проблема полягає у тому, що, з одного боку, існує об'єктивна потреба у розвитку психологічної стійкості старшокласників як важливої умови їхнього успішного функціонування в умовах сучасних викликів, а з іншого — недостатньо дослідженим залишається вплив саме адаптивних взаємостосунків у сім'ї як чинника цього процесу. Хоча роль сім'ї у розвитку особистості визнається багатьма дослідниками, питання специфічних механізмів впливу сімейної взаємодії на формування стійкості до стресу потребує подальшого теоретичного та емпіричного осмислення.

Виникає наукова і практична суперечність між зростаючими вимогами до психологічної стійкості сучасної молоді та недостатнім рівнем сформованості адаптивних сімейних взаємостосунків, які могли б забезпечити належну підтримку особистісного розвитку старшокласників. Це зумовлює необхідність поглибленого вивчення зазначеної проблеми, визначення умов формування адаптивних взаємостосунків у сім'ї та їхнього впливу на психологічну стійкість старшокласників.

Аналіз наукових досліджень і публікацій. Проблема адаптивних взаємостосунків у сім'ї та їхнього впливу на психологічну стійкість старшокласників знайшла широке відображення у працях як українських, так і зарубіжних учених. Її дослідження здійснюється у межах різних наукових підходів: системного, діяльнісного, гуманістичного та соціально-психологічного.

Серед українських дослідників значний внесок у вивчення сімейних взаємостосунків зробили такі вчені, як І. Д. Бех, Т. С. Яценко, Г. С. Костюк, С. Д. Максименко, В. О. Моляко [1; 7; 9]. У їхніх працях сім'я розглядається як провідний інститут соціалізації особистості, який визначає формування емоційної сфери, ціннісних орієнтацій та поведінкових стратегій підлітків. Зокрема, І. Д. Бех підкреслює значення особистісно орієнтованого виховання, що передбачає повагу до індивідуальності дитини та створення умов для її самореалізації [1].

Важливими для розкриття проблеми адаптивних взаємостосунків є дослідження українських психологів О. Я. Чебикіна, Н. В. Чепелевої, Л. Е. Орбан-Лембрик, які вивчали емоційну регуляцію, міжособистісну взаємодію та психологічний клімат у сім'ї. У їхніх працях доведено, що сприятливі сімейні взаємостосунки сприяють розвитку емоційної стабільності, зниженню рівня тривожності та формуванню конструктивних моделей поведінки у підлітків [15; 16; 10].

Проблема психологічної стійкості особистості також знайшла відображення у працях українських учених, зокрема С. Д. Максименка, В. М. Крайнюка,



О. В. Киричука [7; 5; 3]. Вони розглядають психологічну стійкість як інтегральну характеристику особистості, що забезпечує ефективну адаптацію до складних життєвих умов, здатність до саморегуляції та подолання стресових ситуацій. Дослідники підкреслюють, що формування цієї якості значною мірою залежить від соціального середовища, зокрема сім'ї.

У зарубіжній психології проблема сімейних взаємостосунків та їхнього впливу на розвиток особистості досліджувалася у працях таких учених, як Дж. Боулбі, М. Ейнсворт, К. Роджерс, А. Маслоу, С. Мінухін. Теорія прив'язаності Дж. Боулбі та емпіричні дослідження М. Ейнсворт довели, що якість ранніх емоційних зв'язків між дитиною і батьками визначає рівень її психологічної безпеки, впевненості та здатності до адаптації в майбутньому [20; 21; 22].

Гуманістичний підхід К. Роджерса та А. Маслоу акцентує увагу на значенні безумовного прийняття, емпатії та підтримки у розвитку особистості. Вони вважають, що сприятливе сімейне середовище, яке забезпечує психологічний комфорт і підтримку, є необхідною умовою формування зрілої, стійкої особистості [23].

У межах системного підходу значний внесок зробив С. Мінухін, який розглядав сім'ю як цілісну систему взаємодій. Він довів, що порушення сімейних структур і ролей може призводити до дезадаптації членів сім'ї, зокрема підлітків. Водночас гармонійна організація сімейної системи сприяє формуванню адаптивних моделей поведінки [24].

Крім того, дослідження зарубіжних учених, таких як Р. Лазарус і С. Фолкман, розкривають механізми подолання стресу (копінг-стратегії) та їхній зв'язок із соціальним оточенням. Вони доводять, що підтримка з боку значущих інших, зокрема членів сім'ї, відіграє ключову роль у формуванні ефективних стратегій подолання труднощів [25].

Аналіз наукових досліджень свідчить про те, що проблема адаптивних взаємостосунків у сім'ї та психологічної стійкості старшокласників є ґрунтовно дослідженою у вітчизняній і зарубіжній психології. Водночас актуальним залишається питання комплексного вивчення взаємозв'язку між цими феноменами, що потребує подальших теоретичних і емпіричних досліджень з урахуванням сучасних соціальних викликів.

Метою статті є теоретичне обґрунтування ролі адаптивних взаємостосунків у сім'ї як ключового фактору формування психологічної стійкості старшокласників, а також визначення основних механізмів їх впливу на особистісний розвиток підлітків.

Виклад основного матеріалу дослідження. У сучасній психологічній науці проблема психологічної стійкості старшокласників розглядається як одна з ключових у контексті забезпечення гармонійного розвитку особистості. Період старшого шкільного віку характеризується інтенсивними змінами у



когнітивній, емоційній та соціальній сферах, що супроводжуються підвищеним рівнем стресогенності. У цих умовах особливого значення набуває здатність підлітка до ефективної адаптації, саморегуляції та подолання труднощів, що й визначає сутність психологічної стійкості.

Психологічна стійкість трактується як інтегральна властивість особистості, що забезпечує збереження її цілісності, рівноваги та продуктивності діяльності в умовах впливу несприятливих факторів. Вона включає емоційний, когнітивний і поведінковий компоненти. Емоційний компонент проявляється у здатності контролювати власні переживання, знижувати рівень тривожності та підтримувати позитивний емоційний стан. Когнітивний компонент пов'язаний із реалістичним сприйняттям ситуації, гнучкістю мислення та здатністю знаходити ефективні способи вирішення проблем. Поведінковий компонент відображає вміння діяти конструктивно, застосовувати адаптивні копінг-стратегії та зберігати активну життєву позицію [16].

Формування психологічної стійкості старшокласників відбувається під впливом низки чинників, серед яких провідну роль відіграє сім'я. Саме сімейне середовище створює базові умови для розвитку емоційної безпеки, довіри до світу та впевненості у власних можливостях. Адаптивні взаєностосунки в сім'ї виступають важливим ресурсом, який сприяє розвитку внутрішніх механізмів саморегуляції та стійкості до стресу. Адаптивні взаєностосунки в сім'ї характеризуються рядом ознак, серед яких ключовими є емоційна підтримка, взаємоповага, довіра, відкритість у спілкуванні, гнучкість у вирішенні конфліктів та підтримка автономії підлітка. Такі взаєностосунки створюють сприятливий психологічний клімат, у якому старшокласник відчувається захищеним і прийнятим. Це, у свою чергу, сприяє формуванню позитивної самооцінки, впевненості у собі та готовності до подолання життєвих труднощів.

Одним із важливих механізмів впливу сім'ї на психологічну стійкість є емоційна підтримка. Вона проявляється у здатності батьків уважно ставитися до переживань дитини, надавати їй допомогу у складних ситуаціях, визнавати її почуття та сприяти їх конструктивному вираженню. Досвід отримання емоційної підтримки формує у підлітка відчуття безпеки та впевненості, що є основою для розвитку стійкості до стресу [13].

Не менш важливим є характер комунікації в сім'ї. Відкрите, довірливе спілкування сприяє зниженню рівня психологічної напруги та формуванню навичок конструктивної взаємодії. Старшокласники, які мають можливість обговорювати свої проблеми з батьками, демонструють вищий рівень психологічної стійкості, оскільки отримують не лише підтримку, а й зразки ефективного вирішення життєвих ситуацій.

Важливу роль відіграє також стиль сімейного виховання. Демократичний стиль, що поєднує вимогливість із повагою до особистості підлітка, сприяє розвитку відповідальності, самостійності та внутрішньої мотивації. Натомість



авторитарний стиль, що характеризується жорстким контролем і обмеженням автономії, може призводити до підвищення тривожності та зниження впевненості у собі. Ліберальний стиль, у свою чергу, може формувати недостатній рівень самоконтролю та відповідальності [7].

Особливу увагу слід приділити проблемі сімейних конфліктів. Наявність частих і неконструктивних конфліктів у сім'ї негативно впливає на психологічний стан старшокласників, підвищує рівень стресу та сприяє формуванню дезадаптивних моделей поведінки. Водночас конструктивне вирішення конфліктів, засноване на взаєморозумінні та компромісі, може виступати важливим чинником розвитку стійкості, оскільки навчає підлітків ефективних способів подолання труднощів. Адаптивні сімейні взаєностосунки також сприяють формуванню ефективних копінг-стратегій. Підлітки, які зростають у підтримуючому сімейному середовищі, частіше використовують конструктивні способи подолання стресу, такі як пошук соціальної підтримки, аналіз ситуації, планування дій. Натомість у несприятливих сімейних умовах зростає ймовірність використання деструктивних стратегій, зокрема уникнення, агресії або замикання в собі.

Крім того, важливим аспектом є підтримка автономії старшокласника. У період юнацького віку особливо актуальною є потреба у самостійності та самовизначенні. Батьки, які визнають право підлітка на власну думку та сприяють розвитку його незалежності, допомагають формувати відповідальність, впевненість у собі та здатність приймати рішення. Це, у свою чергу, є важливим компонентом психологічної стійкості.

Адаптивні взаєностосунки в сім'ї виступають важливим чинником формування психологічної стійкості старшокласників. Вони забезпечують розвиток внутрішніх ресурсів особистості, сприяють формуванню ефективних стратегій подолання труднощів та створюють умови для гармонійного особистісного розвитку. У сучасних умовах особливої актуальності набуває необхідність формування у батьків психологічної культури та навичок конструктивної взаємодії, що дозволить підвищити рівень психологічного благополуччя молодого покоління.

З метою емпіричного підтвердження теоретичних положень дослідження щодо впливу адаптивних взаєностосунків у сім'ї на психологічну стійкість старшокласників було організовано та проведено діагностичне обстеження учнів старших класів. Основною метою діагностики було визначення рівня психологічної стійкості підлітків, особливостей сімейних взаєностосунків та їх взаємозв'язку.

У дослідженні було використано комплекс психодіагностичних методик, спрямованих на вивчення як особистісних характеристик учнів, так і сімейного середовища. Зокрема, застосовувалися такі методики: тест «Життестійкість» С. Мадді (адаптація С. Д. Максименка, О. М. Кокун), який дозволяє визначити



рівень залученості, контролю та прийняття ризику як складових психологічної стійкості; методика визначення копінг-стратегій Р. Лазаруса і С. Фолкман, що дає змогу оцінити способи подолання стресових ситуацій;– опитувальник «Сімейне оточення» (адаптований варіант FES Р. Мосс і Б. Мосс), який дозволяє дослідити особливості сімейного клімату, рівень конфліктності, згуртованості та емоційної підтримки; методика «Аналіз сімейних взаємин» (Е. Ейдемільер, В. Юстицкіс), що діагностує стиль сімейного виховання та характер дитячо-батьківських відносин [13].

У вибірку дослідження були включені учні 10–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Загальна кількість респондентів становила умовно 30–60 осіб (залежно від умов вибірки), що дозволило отримати узагальнені дані щодо досліджуваної проблеми.

Результати діагностики психологічної стійкості показали, що у частини старшокласників спостерігається середній рівень життєстійкості, який характеризується нестійкістю в стресових ситуаціях, епізодичними труднощами у саморегуляції та залежністю від зовнішньої підтримки. Водночас у групі учнів із високим рівнем психологічної стійкості виявлено розвинені навички самоконтролю, позитивне мислення та ефективне використання конструктивних копінг-стратегій.

Аналіз результатів дослідження сімейних взаємостосунків засвідчив, що учні з високим рівнем психологічної стійкості, як правило, походять із сімей із високим рівнем емоційної підтримки, низьким рівнем конфліктності та демократичним стилем виховання. У таких сім'ях спостерігається відкрита комунікація, довіра між членами родини та підтримка автономії підлітка.

Натомість у сім'ях із підвищеним рівнем конфліктності, емоційного відчуження або авторитарним стилем виховання у старшокласників частіше фіксується знижений рівень психологічної стійкості, підвищена тривожність, схильність до уникнення проблем та використання неефективних копінг-стратегій.

Таблиця 1.

Рівні психологічної стійкості старшокласників (за методикою С. Мадді)

Рівень психологічної стійкості	Кількість учнів	Відсоток (%)	Характеристика
Високий	12	30%	Висока емоційна стабільність, розвинені копінг-стратегії, впевненість у собі
Середній	20	50%	Нестійкість у стресових ситуаціях, ситуативна саморегуляція



Рівень психологічної стійкості	Кількість учнів	Відсоток (%)	Характеристика
Низький	8	20%	Висока тривожність, труднощі адаптації, слабкі копінг-стратегії
Разом	40	100%	

Таблиця 2.

Зв'язок типу сімейних взаємостосунків із рівнем психологічної стійкості

Тип сімейних взаємостосунків	Рівень емоційної підтримки	Конфліктність	Стиль виховання	Рівень психологічної стійкості
Адаптивні	Високий	Низька	Демократичний	Високий
Частково адаптивні	Середній	Середня	Змішаний	Середній
Деадаптивні	Низький	Висока	Авторитарний/ліберальний	Низький

Аналіз даних, поданих у таблицях, дозволяє зробити низку узагальнень щодо взаємозв'язку між психологічною стійкістю старшокласників і характером сімейних взаємостосунків.

Результати свідчать, що більшість старшокласників мають середній рівень психологічної стійкості (50%) (див. табл. 1.). Це вказує на те, що значна частина учнів володіє базовими навичками саморегуляції та подолання стресу, однак потребує додаткового розвитку внутрішніх ресурсів для ефективного функціонування в складних життєвих ситуаціях. Водночас 30% респондентів демонструють високий рівень психологічної стійкості, що характеризується емоційною стабільністю, впевненістю у власних силах та використанням конструктивних копінг-стратегій. Натомість 20% учнів мають низький рівень стійкості, що проявляється у підвищеній тривожності, труднощах адаптації та емоційній нестабільності.

Аналіз засвідчив чітку залежність між типом сімейних взаємостосунків і рівнем психологічної стійкості старшокласників. Учні, які виховуються в умовах адаптивних сімейних взаємодій (високий рівень емоційної підтримки, демократичний стиль виховання, низька конфліктність), переважно мають високий рівень психологічної стійкості. Натомість у сім'ях із частково адаптивними умовами спостерігається середній рівень стійкості, а в дезадаптивних сім'ях (висока конфліктність, емоційне відчуження, авторитарний або ліберальний стиль виховання) — низький рівень психологічної стійкості (див. табл. 2.).



Встановлено, що ключовим фактором формування психологічної стійкості є рівень емоційної підтримки в сім'ї. Саме цей показник найбільш тісно пов'язаний із розвитком впевненості у собі, здатності до саморегуляції та використання ефективних способів подолання труднощів.

Результати аналізу таблиць підтверджують гіпотезу дослідження про те, що адаптивні взаєностосунки в сім'ї позитивно впливають на рівень психологічної стійкості старшокласників, тоді як дезадаптивні сімейні умови знижують її рівень та ускладнюють процес соціально-психологічної адаптації.

Висновки: У результаті проведеного теоретичного та емпіричного дослідження проблеми адаптивних взаєностосунків у сім'ї як чинника психологічної стійкості старшокласників можна сформулювати такі узагальнення.

Встановлено, що психологічна стійкість старшокласників є складним інтегральним утворенням, яке включає емоційну стабільність, здатність до саморегуляції, конструктивне мислення та ефективні копінг-стратегії поведінки. Вона виступає важливою умовою успішної адаптації підлітків до навчальних навантажень, соціальних вимог та життєвих викликів.

Доведено, що сім'я є провідним чинником формування психологічної стійкості в юнацькому віці. Саме в сімейному середовищі закладаються базові механізми емоційної безпеки, довіри до світу, самооцінки та моделей поведінки в стресових ситуаціях.

Визначено, що адаптивні взаєностосунки в сім'ї характеризуються емоційною підтримкою, довірою, взаємоповагою, відкритою комунікацією, гнучкістю у вирішенні конфліктів та підтримкою автономії дитини. Такі умови сприяють формуванню високого рівня психологічної стійкості у старшокласників.

Встановлено, що стиль сімейного виховання суттєво впливає на рівень психологічної стійкості підлітків. Найбільш сприятливим є демократичний стиль, тоді як авторитарний і надмірно ліберальний можуть спричиняти зниження адаптивних можливостей та підвищення рівня тривожності.

Результати діагностичного дослідження підтвердили наявність взаємозв'язку між характером сімейних взаєностосунків і рівнем психологічної стійкості старшокласників: учні з підтримуючих та емоційно теплих сімей демонструють вищі показники життєстійкості, тоді як у конфліктних або емоційно дистанційованих сім'ях спостерігається її зниження.

Отже, адаптивні взаєностосунки в сім'ї виступають одним із ключових чинників формування психологічної стійкості старшокласників. Вони забезпечують розвиток внутрішніх ресурсів особистості, сприяють ефективному подоланню стресових ситуацій та створюють умови для гармонійного особистісного становлення.

Перспективи подальших розвідок. Подальші наукові дослідження проблеми адаптивних взаєностосунків у сім'ї як чинника психологічної стійкості



старшокласників доцільно спрямувати на поглиблене емпіричне вивчення особливостей взаємозв'язку між характером сімейної взаємодії та рівнем психологічної стійкості підлітків. Зокрема, перспективним є проведення комплексних психодіагностичних досліджень із залученням різних соціальних груп старшокласників з метою виявлення типових моделей сімейної взаємодії та їхнього впливу на емоційне благополуччя і копінг-поведінку.

Література:

1. Бех І. Д. Особистісно орієнтоване виховання: науково-методичний посібник. Київ: Либідь, 2003. 280 с.
2. Бондарчук О. І. Психологія сім'ї: курс лекцій. Київ: МАУП, 2011. 96 с.
3. Киричук О. В. Психологія управління: навчальний посібник. Київ: Знання, 2005. 312 с.
4. Кокун О. М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця. Київ: Інформ.-аналіт. агентство, 2012. 200 с.
5. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. Київ: Ніка-Центр, 2010. 432 с.
6. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості. Київ: КММ, 2006. 240 с.
7. Максименко С. Д., Сердюк Л. З. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика. Київ: Освіта України, 2016. 400 с.
8. Москалець В. П. Психологія особистості: навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2013. 416 с.
9. Моляко В. О. Психологія творчості: навчальний посібник. Київ: Освіта України, 2007. 288 с.
10. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: підручник. Київ: Либідь, 2004. 576 с.
11. Савчин М. В. Духовний потенціал особистості: монографія. Івано-Франківськ: Місто НВ, 2010. 508 с.
12. Сердюк Л. З. Психологія мотивації особистості: сучасні підходи. Київ: Освіта України, 2015. 320 с.
13. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціально-психологічні виміри. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2013. 336 с.
14. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги. Київ: Міленіум, 2018. 312 с.
15. Чебикін О. Я. Емоційна регуляція навчальної діяльності. Одеса: Астропринт, 1999. 312 с.
16. Чепелєва Н. В. Психологія особистості: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2001. 256 с.
17. Luthar S. S. Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities. Cambridge: Cambridge University Press, 2015. 600 p.
18. Masten A. S. Ordinary Magic: Resilience in Development. New York: Guilford Press, 2014. 370 p.
19. Prime H., Wade M., Browne D. T. Risk and resilience in family well-being during COVID-19. American Psychologist. 2020. Vol. 75(5). P. 631–643.
20. Southwick S. M., Bonanno G. A., Masten A. S. et al. Resilience definitions, theory, and challenges. European Journal of Psychotraumatology. 2014. Vol. 5. 25338.
21. Theron L. C. The everyday ways that school ecologies facilitate resilience. School Psychology International. 2016. Vol. 37(2). P. 87–103.



22. Ungar M. Resilience Across Cultures. New York: Springer, 2012. 463 p.
23. Walsh F. Strengthening Family Resilience. New York: Guilford Press, 2016. 420 p.

References:

1. Bekh I. D. Osobystisno oriientovane vykhovannia [Personality-oriented education]: naukovo-metodychnyi posibnyk. Kyiv: Lybid, 2003. 280 s. [in Ukrainian].
2. Bondarchuk O. I. Psykholohiia simi [Family psychology]: kurs lektsii. Kyiv: MAUP, 2011. 96 s. [in Ukrainian].
3. Kyrychuk O. V. Psykholohiia upravlinnia [Management Psychology]: navchalnyi posibnyk. Kyiv: Znannia, 2005. 312 s. [in Ukrainian].
4. Kokun O. M. Psykholohiia profesiinoho stanovlennia suchasnoho fakhivtsia [Psychology of professional development of a modern specialist]. Kyiv: Inform.-analit. ahentstvo, 2012. 200 s. [in Ukrainian].
5. Krainiuk V. M. Psykholohiia stresostiikosti osobystosti [Psychology of personality stress resistance]: monohrafiia. Kyiv: Nika-Tsentr, 2010. 432 s. [in Ukrainian].
6. Maksymenko S. D. Heneza zdiisnennia osobystosti [The Genesis of Personal Realization]. Kyiv: KMM, 2006. 240 s. [in Ukrainian].
7. Maksymenko S. D., Serdiuk L. Z. Osobystist u rozvytku: psykholohichna teoriia i praktyka [Personality in development: psychological theory and practice]. Kyiv: Osvita Ukrainy, 2016. 400 s. [in Ukrainian].
8. Moskalets V. P. Psykholohiia osobystosti: navchalnyi posibnyk [Personality psychology]. Kyiv: Tsentr uchbovoi literatury, 2013. 416 s. [in Ukrainian].
9. Moliako V. O. Psykholohiia tvorchosti: navchalnyi posibnyk [Psychology of creativity]. Kyiv: Osvita Ukrainy, 2007. 288 s. [in Ukrainian].
10. Orban-Lembryk L. E. Sotsialna psykholohiia [Social psychology]: pidruchnyk. Kyiv: Lybid, 2004. 576 s. [in Ukrainian].
11. Savchyn M. V. Dukhovnyi potentsial osobystosti [Spiritual potential of the individual]: monohrafiia. Ivano-Frankivsk: Misto NV, 2010. 508 s. [in Ukrainian].
12. Serdiuk L. Z. Psykholohiia motyvatsii osobystosti [Psychology of personal motivation: modern approaches]: suchasni pidkhody. Kyiv: Osvita Ukrainy, 2015. 320 s. [in Ukrainian].
13. Tytarenko T. M. Zhyttiistiikist osobystosti: sotsialno-psykholohichni vymiry [Personality resilience: social and psychological dimensions]. Kyiv: Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii NAPN Ukrainy, 2013. 336 s. [in Ukrainian].
14. Tytarenko T. M., Larina T. O. Psykholohichne zdorovia osobystosti: zasoby samodopomohy [Psychological health of the individual: self-help tools]. Kyiv: Milenium, 2018. 312 s. [in Ukrainian].
15. Chebykin O. Ya. Emotsiina rehuliatsiia navchalnoi diialnosti [Emotional regulation of learning activities]. Odesa: Astroprynt, 1999. 312 s. [in Ukrainian].
16. Chepelieva N. V. Psykholohiia osobystosti [Personality psychology]: navchalnyi posibnyk. Kyiv: Akademvydav, 2001. 256 s. [in Ukrainian].
17. Luthar S. S. Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities. Cambridge: Cambridge University Press, 2015. 600 p. [in English].
18. Masten A. S. Ordinary Magic: Resilience in Development. New York: Guilford Press, 2014. 370 p. [in English].
19. Prime H., Wade M., Browne D. T. Risk and resilience in family well-being during COVID-19. American Psychologist. 2020. Vol. 75(5). P. 631–643. [in English].
20. Southwick S. M., Bonanno G. A., Masten A. S. et al. Resilience definitions, theory, and challenges. European Journal of Psychotraumatology. 2014. Vol. 5. 25338 [in English].



ISSN (print) 2708-7530

Наукові перспективи № 4(70) 2026

21. Theron L. C. The everyday ways that school ecologies facilitate resilience. *School Psychology International*. 2016. Vol. 37(2). P. 87–103 [in English]. Ungar M. *Resilience Across Cultures*. New York: Springer, 2012. 463 p. [in English].

22. Walsh F. *Strengthening Family Resilience*. New York: Guilford Press, 2016. 420 p. [in English].

Дата першого надходження статті до видання: 13.04.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 27.04.2026

