



УДК 59.953:371:101

[https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-3\(45\)-1271-1282](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-3(45)-1271-1282)

Прищак Микола Дем'янович кандидат педагогічних наук, доцент кафедри філософії та гуманітарних наук, Вінницький національний технічний університет, вул. Хмельницьке шосе, 95, м. Вінниця, <https://orcid.org/0000-0002-7237-5464>

Гречановська Олена Володимирівна доктор педагогічних наук, професор кафедри філософії та гуманітарних наук, Вінницький національний технічний університет, вул. Хмельницьке шосе, 95, м. Вінниця, <https://orcid.org/0000-0002-8342-5017>

Залюбівська Оксана Броніславівна кандидат педагогічних наук, доцент кафедри філософії та гуманітарних наук, Вінницький національний технічний університет, вул. Хмельницьке шосе, 95, м. Вінниця, <https://orcid.org/0000-0002-3595-9110>

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ: ПОШУК СИСТЕМОУТВОРЮВАЛЬНОГО ПОНЯТТЯ

Анотація. В статті досліджено питання системоутворювальних понять (принципів) означення явища і поняття життєстійкості особистості. Визначено наявність підходів до означення життєстійкості, які базуються на відповідних системоутворювальних поняттях.

Першим підходом, який також можна визначити як перший етап в дослідженні життєстійкості, є підхід, який базується на понятті (принципі, конструкті) «hardiness», яке у перекладі з англійської означає «фортеця, міцність, витривалість». Поняття в українській науковій думці визначається як «життєстійкість» та характеризує здатність особистості витримувати стресові ситуації, не знижуючи успішність діяльності.

Поняття життєстійкості на основі понять міцності, витривалості не враховує таких характеристик буття людини як «адаптивність» та «відновлюваність», не враховує те, що людина та її буття не є статичним явищем (як камінь, порцеляна), а постійно змінюється, перебуває в розвитку.

Тому, наступним до означення життєстійкості особистості став підхід, який базується на основі поняття (концепту) «resilience». Найбільш адекватним є переклад «resilience» з англійської як «пружність» (гнучкість, еластичність, відновлюваність, живучість, «пружна стійкість», амортизація), як здатність швидко відновлювати свій фізичний і душевний стан.



Хоча принцип «resilience» (пружність, гнучкість, амортизація) на відміну від «hardiness» (міцність) акцентує на «відновлюваності» психологічних (і не тільки) ресурсів буття особистості (як гумовий м'ячик), він не актуалізує таку властивість особистості як – «розвиток».

Саме тому, вчені звернули увагу на таку властивість людини як антикрихкість («antifragility»), визначальною характеристикою якої є «розвиток».

Проведений аналіз підходів до поняття життєстійкості, аналіз концептів на яких базуються ці підходи («міцність» («hardiness»), «гнучкість» («resilience»), «антикрихкість» («antifragility»), дає можливість стверджувати, що вони не є взаємовиключаючими, а є формами актуалізації життєстійкості особистості. Тому, «міцність» («hardiness»), «гнучкість» («resilience») та «антикрихкість» («antifragility») можемо визначити системоутворювальними поняттями (концептами) поняття «життєстійкість особистості».

Здійснений в дослідженні підхід до означення явища та поняття життєстійкості особистості допоможе в розробці ефективної теорії життєстійкості особистості.

Ключові слова: особистість, стійкість, життєстійкість, міцність, відновлюваність, пружність, антикрихкість, розвиток, стрес, психологічне благополуччя, суб'єктність.

Pryschak Mykola Demyanovich Candidate of pedagogical sciences, Associate Professor, Associate Professor of Philosophy and Humanities, Vinnytsia National Technical University, St. Nemyrivske Shosse, 95, Vinnitsia, <https://orcid.org/0000-0002-7237-5464>

Hrechanovska Olena Volodymyrivna Doctor of Pedagogical Sciences, professor of the Department of Philosophy and Humanities, Vinnytsia National Technical University, St. Nemyrivske Shosse, 95, Vinnitsia, <https://orcid.org/0000-0002-8342-5017>

Zaliubivska Oksana Bronislavivna Candidate of pedagogical sciences, Associate Professor of the Department of Philosophy and Humanities, Vinnytsia National Technical University, St. Nemyrivske Shosse, 95, Vinnitsia, <https://orcid.org/0000-0002-3595-9110>

VIABILITY OF PERSONALITY: THE SEARCH OF A SYSTEM-FORMING CONCEPT

Abstract. The article examines the issue of system-forming concepts (principles) of defining the phenomenon and concept of resilience of a



personality. The existence of approaches to the definition of resilience based on the relevant systemic concepts is determined.

The first approach, which can also be defined as the first stage in the study of resilience, is the approach based on the concept (principle, construct) of «hardiness», which in English means «strength, durability, endurance». The concept in Ukrainian scientific thought is defined as «life resistance» and characterizes the ability of an individual to withstand stressful situations without reducing the success of activities.

The notion of resilience based on the concepts of strength and endurance does not take into account such characteristics of human existence as «adaptability» and «restorability», does not take into account the fact that a person and his/her existence are not a static phenomenon (like a stone, parcel), but are constantly changing and developing.

Therefore, the next approach to defining the resilience of a personality is based on the concept of «resilience». The most adequate translation of «resilience» from English is «elasticity» (flexibility, elasticity, restorability, resilience, «elastic stability», depreciation), as the ability to quickly restore one's physical and mental state.

Although the principle of «resilience» (elasticity, flexibility, depreciation), in contrast to «hardness» (strength), focuses on the «recoverability» of psychological (and not only) resources of a person's being (like a rubber ball), it does not actualise such a personality property as «development».

For this reason, scientists have drawn attention to such a human property as antifragility, the defining characteristic of which is «development».

The analysis of the approaches to the concept of resilience, the analysis of the concepts on which these approaches are based («hardiness», «resilience», «antifragility»), makes it possible to assert that they are not mutually exclusive, but are forms of actualisation of the personality's resilience. Therefore, «hardiness», «resilience» and «antifragility» can be defined as system-forming concepts of the concept of «personality resilience».

The approach to the definition of the phenomenon and concept of personality resilience carried out in the study will help in the development of an effective theory of personality resilience.

Keywords: personality, resilience, vitality, strength, restorability, elasticity, antifragility, development, stress, psychological well-being, subjectivity.

Постановка проблеми. Життєвий шлях сучасної людини складний і завжди супроводжується проблемами (духовні, психологічні, соціальні, професійні, матеріальні, сімейні), які актуалізуються в життєвих кризах, конфліктах, стресах, неврозах, «станах здоров'я» та ін. Це пояснюється, в



першу чергу, прискореним темпом життя, інформаційною насиченістю, збільшенням інтелектуального навантаження. Для українців ці фактори суттєво доповнюються впливами процесів політичних, суспільних, економічних, духовних трансформацій (реформ), а ще в більшій мірі, повільністю або взагалі відсутністю цих трансформацій. Особливим стресогенним чинником, який впливає на життя українців стала війна з Росією. Наслідком цього є зниження почуття безпеки та захищеності. Ситуація загрози здоров'ю та життю людини стає все більш звичним атрибутом.

Подолання викликів, які постають на життєвому шляху людини, є можливим, коли особистість є вільною, відповідальною, такою що покладається на власні сили – є суб'єктом. Нажаль, сучасна людина, в своїй більшості, такою не являється.

Для того щоб адаптуватися до інтенсивного та активного, а часто і екстремального, загрозливого для здоров'я людини життя, успішно себе реалізувати, людині потрібно придбати таку властивість особистості, такий внутрішній потенціал (ресурс), що допомагає їй протистояти зовнішнім впливам, важким умовам життя, при цьому зберігаючи свою людську сутність, цілісність, ідентичність, суб'єктність. Такою властивістю і є «стійкість».

«Стойкість» досить складне та неоднозначне поняття. Воно досліджується вченими в контексті різних сфер буття особистості та визначається як особистісна стійкість, психологічна стійкість, психічна стійкість, емоційна стійкість, духовна (моральна) стійкість, опірність, адаптивність, психологічна пружність, саногенний потенціал, життєздатність, стресостійкість, психологічна живучість, антикрихкість та ін. Але, при цьому, поняття «життєстійкість» є загальним, системоутворювальним поняттям, який поєднує, синтезує всі інші види «стійкості».

Важливим методологічним принципом дослідження питання життєстійкості особистості є усвідомлення того, що життєстійкість не являється суто психологічним явищем, а поєднує в собі як психологічні, так і етичні, світоглядні та інші особистісні явища.

«Життєстійкість особистості» також досить складне та невизначене поняття. Підтвердженням цього є науковий дискурс (особливо в психологічній науці), системоутворювальних понять (принципів) означення явища і поняття життєстійкості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питанню життєстійкості у сучасній науковій (особливо психологічній) думці, приділяється значна увага.

Вагомий внесок в дослідження явища та концептуалізацію поняття життєстійкості особистості зробили зарубіжні вчені (С. Кобейса, С. Мадді, Д. Кошаба та ін.). З початку ХХ ст. до дослідження питання життєстійкості активно стали долучатися українські науковці (М. Варій, Г. Варіна, І. Візнюк,



С. Кондратюк, К. Маннапова, Т. Титаренко, Т. Ларіна, О. Чиханцова та ін.) Життестійкість в контексті концепту «резилієнтності» («пружності») аналізують зарубіжні науковці: А. Мастен, С. Лутхар, М. Раттер та ін. В Україні цю проблему досліджують О. Бойко, Л. Коробка, С. Кравчук, А. Максименко, О. Шклярська та ін.

Питання антикрихкості особистості в контексті життестійкості почала активно досліджувати зарубіжна наукова думка: Н. Талеб, Г. Лук'янофф, Дж. Гайдт та ін.

Аналіз наукових джерел, які присвячені дослідженню питання життестійкості особистості засвідчує, що існує невизначеність методологічних засад означення життестійкості особистості. Існують різні концептуальні підходи до визначення поняття «життестійкість», що ускладнює можливість вироблення ефективної теорії життестійкості.

Мета статті – дослідження питання системоутворювальних понять (принципів) означення явища і поняття життестійкості особистості.

Виклад основного матеріалу. Поняття психологічної життестійкості було введено в кінці 1970-х років Сьюзен Кобейса [1]. Але основний вклад в дослідження цієї проблеми належить Сальватору Мадді [2; 3; 4].

Дослідники звернули увагу на те, що життєві труднощі по різному впливають на поведінку людей. Одні, під впливом стресу мобілізуються, знаходять резервні особистісні ресурси, досягають успіху, а інші навпаки, впадають у стан апатії, байдужості, намагаються сховатися від нових можливостей, прагнуть зберігати попередній звичний стан, бояться змінювати що-небудь [5].

Ще в 1975 р. С. Мадді із командою науковців розпочав дослідження менеджерів Іллінойської телефонної компанії, з метою перевірки гіпотези про те, що така якість особистості як «життестійкість» дає змогу їй успішно долати складні ситуації, зберігаючи при цьому здоров'я. Протягом чотирьох років учені відстежували всі складні життєві ситуації, які переносили досліджувані. Результатом спостережень став висновок, що у досліджуваних, які мали високий рівень життестійкості, було набагато менше емоційних порушень, порівняно з тими, в кого життестійкість була на нижчому рівні [3].

В процесі дослідження вчені визначили особистісний конструкт «*hardiness*» [hɑ:rdɪnəs], у перекладі з англійської означає «фортеця, міцність, витривалість», який в українській науковій думці визначається як «*життестійкість*» та характеризує здатність особистості витримувати стресову ситуацію, не знижуючи успішність діяльності.

З точки зору С. Мадді, життестійкість – це «особлива структура установок і навичок, що відображає психологічну живучість і розширену ефективність людини, пов'язану з її мотивацією до подолання стресових життєвих



ситуацій» та дає змогу перетворити «зміни», стресові ситуації з потенційних катастроф в можливості успіху [6, С. 17].

За С. Мадді життестійкість особистості ґрунтується на таких компонентах (складових), що визначають взаємодію людини у світі: включеність, вплив (контроль) та виклик (прийняття ризику) [2].

Включеність (включеність людини в соціальне буття, буття світу) – важлива характеристика ставлення людини до себе, навколишнього світу та взаємодії з ним, відображає не просто фізичну присутність людини у світі (подіях, спільноті), але і її світоглядну, психологічну та діяльну спрямованість (поєднаність, участь, заангажованість, взаємодію) на світ. Особистість не просто спостерігає за подіями, але і взаємодіє з ними, має внутрішню мотивацію брати участь у житті та формувати його.

Високий рівень включеності мотивує особистість та дає їй сили до саморозвитку, самореалізації (самоактуалізації), дає можливість відчувати себе значущою і цінною. Відсутність включеності породжує почуття відчуженості, відчуття себе покинутою та за межами життя.

Вплив (контроль) передбачає переконання в тому, що особистість самостійно обирає свій життєвий шлях та діяльність зокрема, вона може впливати на процес та результат своєї життєтворчості та життєдіяльності. Особистість переконана, що завдяки ресурсам, які у неї є, або які ще набудуться, вона може впоратися з проблемами, котрі стоять на її шляху. Важливим є також те, що такий підхід підводить вченого до постановки та вирішення дуже важливого для сучасної людини питання – суб'єктності особистості.

Виклик (прийняття ризику) – це переконання людини в тому, що отримані нею в житті знання, позитивний чи негативний досвід, слугують її розвиткові. Особистість сприймає життєві події та проблеми як виклик, випробування та можливість. Вона готова діяти в умовах, коли відсутні стовідсоткові гарантії успіху. Прийняття ризику дозволяє людині вчитися на власному житті, набуваючи відповідного досвіду, який і є основою життестійкості.

Активно, над дослідженням питання концептуальних засад означення явища та поняття життестійкості особистості працюють українські науковці. Так, відомий український дослідник життестійкості особистості О. Чиханцова дає таке визначення поняття «життестійкість особистості». Життестійкість – це «інтегральна особистісна характеристика людини, особистісний ресурс, що забезпечує їй успішність подолання життєвих труднощів та здатність витримувати стресову ситуацію, зберігаючи внутрішню впевненість, збалансованість, не знижуючи успішності діяльності» [6, С. 273].

Підхід до означення явища та поняття життестійкості на основі поняття (концепту) «*hardiness*» (фортеця, міцність, витривалість) здійснив значний



прорив у дослідженні теоретичних та практичних аспектів життєстійкості особистості.

Але вже з самого початку використання терміну «*hardiness*» як методологічної основи означення життєстійкості, проявилась його «вузькість», «неповнота», «некоректність». Так, С. Мадді, аналізуючи компоненти (складові) життєстійкості, виходить за рамки трактування «*hardiness*» тільки як «міцність людини», «витривалість людини», наголошуючи на поєднанні явищ та понять «життєстійкість людини» та «розвиток людини».

Не задовольняються конструктом «*hardiness*», виходячи на «адаптаційну» та «розвивальну» суть поняття життєстійкості й українські дослідники. Зокрема О. Чиханцова, визначає життєстійкість особистості «особистісним конструктом, що сприяє успішному пристосуванню людини до змін навколишнього світу у своєму прагненні до досягнення психологічного благополуччя та самореалізації» [6, С. 273]; життєстійкість людини пов'язана зі «здатністю до неперервного особистісного саморозвитку» [6, С. 12].

Поняття життєстійкість на основі понять міцності, витривалості не враховує: 1) такої властивості людини як «адаптивність», «відновлюваність», 2) те, що людина не є статичним явищем (як камінь, порцеляна), а постійно змінюється, перебуває в розвитку.

Тому, наступним до означення життєстійкості особистості став підхід, який базується на основі поняття (концепту) «*resilience*» [rɪˈzɪliəns]. Термін в українській науковій думці (зокрема, психології) ще не знайшов адекватного перекладу. Він перекладається як життєстійкість, життєздатність, стресостійкість, що призводить до змішування різних понять. Найбільш адекватними, на думку психологів, є переклад «*resilience*» як «пружність» (гнучкість, еластичність, відновлюваність, живучість, «пружна стійкість», амортизація), як здатність швидко відновлювати свій фізичний і душевний стан [8].

Психологічну пружність (резилієнтність) психологи розглядають як динамічний процес, що являє собою безперервний та активний процес позитивної адаптації людини в умовах негараздів та кризових (або надзвичайних, екстремальних) подій і ситуацій (А. Мастен, С. Лутхар); як інтерактивний концепт, який пов'язаний зі сполукою серйозного досвіду ризикових подій та відносно позитивним психологічним результатом, не зважаючи на цей досвід (М. Раттер) [8].

Поняття життєстійкості, яке визначається концептом «*hardiness*» («міцність»), а особливо концептом «*resilience*» («пружність»), дуже часто сприймається як тотожне до таких адаптаційних особистісних характеристик як стресостійкість, емоційна стійкість, психологічна стійкість, психічна стійкість. Але сутність та зміст феномену «життєстійкість» не потрібно



спрощувати, зводячи його тільки до адаптаційних характеристик. Його потрібно розглядати через систему «Я – Інший», яка є системою «взаємодії людини у світі» (із собою, із соціальним оточенням, природою та зовнішнім світом загалом), в якій вона не тільки пристосовується, хоча це теж важливо, але і на основі активної взаємодії, розвивається, стверджується, змінює умови, стає суб'єктом.

Хоча принцип «resilience» (пружність, гнучкість, амортизація) на відміну від «hardiness» (міцність) акцентує на «відновлюваності» психологічних (і не тільки) ресурсів буття особистості (як гумовий м'ячик), він не актуалізує таку властивість особистості як – «розвиток».

Саме тому, вчені звернули увагу на таку властивість людини як антикрихкість («antifragility»).

Як зазначає відомий дослідник антикрихкості Н. Талеб, «в умовах невизначеності необхідна не стійкість, яка означає незмінність предмета, а інша гнучкіша риса, яка змушує річ під впливом змін та тиску ставати тільки кращою. Її ім'я цій рисі – антикрихкість» [9, С. 4]. «Вітер гасить свічку і розпалює багаття. Те саме з випадковістю, невизначеністю і хаосом: було б добре користуватися ними, а не ховатися від них. Стати багаттям, якому вітер потрібний» [9, С. 7].

Вчений стверджує, що «...антикрихкість – не те саме, що гнучкість і міцність. Гнучке витримує удар і лишається тим самим; антикрихкому ж удар іде на користь, воно стає кращим» [9, С. 9].

У своїх працях «Чорний лебідь. Про (не)ймовірне у реальному житті (2007) [10] та «Антикрихкість. Про (не)вразливе у реальному житті» (2012) [9] Н. Талеб пояснює, як системи та люди можуть пережити неминучих «чорних лебедів життя» і, наче імунна система, стати сильнішими, реагуючи на виклики. Дослідник розрізняє три види речей. Деякі, наче китайські порцелянові горнятка, крихкі: вони легко б'ються, і їх не можна склеїти, тож з ними треба поводитися ніжно й тримати якомога далі від малих дітей. Другий вид – речі витривалі: вони можуть витримати потрясіння. Зазвичай батьки дають дітям пластикові чашки саме тому, що пластик витримає постійне кидання об підлогу, хоч самі чашки від цього не міцніють.

Але вчений просить поглянути на часто вживане слово «витривалість» ширше і визнати, що існують антикрихкі речі. Багато важливих систем у нашому економічному й політичному житті подібні до нашого імунітету: їм необхідні подразники та виклики, аби вчитися, пристосовуватися й розвиватися. Якщо антикрихкі системи не стикаються з викликами й ніщо не змушує їх до активної реакції, вони стають негнучкими, кволими й неефективними. Він зауважує, що «...м'язи, кістки й діти антикрихкі. Якщо пролежати в ліжку цілий місяць, м'язи атрофуються; так само ослабнуть, а то



й умруть складні системи, якщо забрати від них усі стресори. ...У цьому вся трагедія модерної епохи: ми ніби діти батьків, які з найкращих помислів надмірно опікають і цим самим шкодять» [9, С. 11]

Як зазначає Н. Талеб, «турботливі мамочки позбавляють дітей процесу спроб і помилок, забирають у них антикрихкість... Такі діти зовсім не вміють діяти в неоднозначних умовах» [9, С. 217].

Дослідники антикрихкості Г. Лук'янофф та Дж. Гайдт, у своїй книзі «Крихкість інтернет покоління: як тепличне виховання шкодить сучасній молоді» (2018) [11] наголошують на зростанні «культури одержимості безпекою», яка стрімко поширюється після 2013 року, зокрема в багатьох американських університетах. Автори намагаються аналізувати взаємопов'язані чинники, які на їх думку, вплинули на цей процес. Серед інших можемо відзначити ті чинники, які також характерні для українського суспільства та, зокрема, українського освітнього середовища: підвищення рівня тривожних розладів та депресії серед молодих людей; зміни в практиці виховання дітей («параноїдалне батьківство»); обмеження вільної гри; вплив соціальних мереж.

Якщо зрозуміти поняття антикрихкості, то на думку вчених, шкода від надмірного захисту дітей стає очевидною. З огляду на те, що ризики та джерела стресу природні, неunikні складники життя, батьки й учителі мають допомагати дітям зміцнювати їхню внутрішню здатність розвиватися і вчитися на цьому досвіді. Є давній вислів: «Готуй дитину до шляху, а не шлях до дитини». Але в наш час, наголошують автори книги, «здається, ми робимо точнісінько навпаки: намагаємося забрати зі шляху все, що може дитину засмутити, не усвідомлюючи, що робимо помилку... Захищаючи дітей від різних видів досвіду, який може їх засмутити, ми значно збільшуємо ймовірність того, що ці діти не зможуть упоратися з подібними проблемами, вийшовши з-під нашої опіки. Сучасна одержимість захистом молоді від того, щоб вона не почувалася «в небезпеці», ... одна з (кількох) причин стрімкого зростання показників депресії, тривожних розладів та самогубств серед підлітків» [11, С. 36].

Як зазначають вчені, варто дослухатися до слів В. Талеба про те, що «вітер гасить свічку, але розпалює полум'я». Він радить не бути свічками і не перетворювати власних дітей на свічки: «Варто хотіти бути полум'ям і прагнути вітру» [11, С. 36].

Проведений аналіз підходів до поняття життестійкості, аналіз концептів на яких базуються ці підходи («міцність» («hardiness»), «гнучкість» («resilience»), «антикрихкість» («antifragility»), дає можливість стверджувати, що вони не є взаємовиключаючими, а є формами актуалізації життестійкості особистості. Тому, «міцність» («hardiness»), «гнучкість» («resilience») та



«антикрихкість» («antifragility») можемо визначити системоутворювальними властивостями «життестійкості особистості», а життестійкість є загальним, системоутворювальним поняттям, яке визначає всі форми «стійкості людини», поєднуючи поняття «міцність, витривалість» («hardiness»), «пружність, гнучкість, відновлюваність» («resilience») та «розвиток» «антикрихкість» («antifragility»).

В контексті буття особистості як цілісної сутності, «антикрихкість» є визначальною властивістю життестійкості особистості. Але це питання вимагає окремого ґрунтовного аналізу.

Життестійкість особистості як система поєднання (синтез) властивостей міцності (витривалості), пружності (відновлюваності) та антикрихкості (розвитку) є основою позитивного потенціалу особистості (саногенного потенціалу), який є визначальною умовою психологічного благополуччя особистості.

Саногенний потенціал особистості розглядається дослідниками як психоенергетичний потенціал особистості (сукупність характеристик, набір особистісних стійких якостей), що сформувався як похідний від багатства її внутрішнього світу, широти соціального і духовного просторів, накопичення досвіду, досягнень власного благополуччя, і який забезпечує гармонійний розвиток особистості, її психологічне здоров'я, сприяє розвитку і збереженню психологічного благополуччя [8, С. 493].

Аналіз такого важливого для буття особистості явища та поняття як «життестійкість» неможливо проводити без іншого, ще більш важливого явища та поняття «суб'єктність». Адже, щоб встояти перед тиском середовища, не потрапити у полон нескінченних шаблонів та стереотипів, людині потрібна *суб'єктність*, важливим чинником якої є життестійкість, яка допомагає знайти конструктивні шляхи саморозвитку, самовдосконалення, самоактуалізації, набути «стану свободи», в першу чергу «внутрішньої свободи», стати господарем (менеджером) свого життя – стати *суб'єктом*.

В контексті дослідження питання суб'єктного буття особистості, поняття «стійкість особистості» визначається як «суб'єктна стійкість особистості» (стійкість суб'єктної особистості). Сстійкість особистості є важливим чинником розвитку суб'єктності особистості. В самому явищі та понятті суб'єктності закладено явище та поняття стійкості, воно є атрибутом суб'єктності особистості: суб'єктна особистість завжди є суб'єктно стійкою особистістю.

«Сстійкість», яка також є важливим чинником успішної саморегуляції особистості, визначається психологами як «інтегральна системна характеристика особистості, що лежить в основі здатності людини виступати саморегульованим суб'єктом активності, гнучко реагувати на зміни зовнішнього і



внутрішнього середовища, які реалізують унікальний, автентичний спосіб організації власної життєдіяльності та середовища розвитку для підтримання психологічного добробуту і самореалізації» [12].

Висновки. Аналіз наукових джерел, які присвячені дослідженню питання життєстійкості особистості засвідчує, що існує невизначеність методологічних засад означення життєстійкості особистості. Існують різні концептуальні підходи до визначення поняття «життєстійкість», що ускладнює можливість вироблення ефективної теорії життєстійкості.

В статті досліджено питання системоутворювальних понять (принципів) означення явища і поняття життєстійкості особистості. Визначено наявність підходів до означення життєстійкості, які базуються на відповідних системоутворювальних поняттях.

Проведений аналіз підходів до поняття життєстійкості, аналіз концептів на яких базуються ці підходи («міцність» («hardiness»), «гнучкість» («resilience»), «антикрихкість» («antifragility»), дає можливість стверджувати, що вони не є взаємовиключаючими, а є формами актуалізації життєстійкості особистості. Тому, «міцність» («hardiness»), «гнучкість» («resilience») та «антикрихкість» («antifragility») можемо визначити системоутворювальними властивостями «життєстійкості особистості». Життєстійкість є загальним, системоутворювальним поняттям, яке визначає всі форми «стійкості людини», поєднуючи поняття «міцність, витривалість» («hardiness»), «пружність, гнучкість, відновлюваність» («resilience») та «розвиток» («antifragility»).

Здійснений в дослідженні підхід до означення поняття життєстійкості особистості допоможе в розробці ефективної теорії життєстійкості особистості, що, своєю чергою, дасть можливість запропонувати принципи та механізми ефективного протистояння зовнішнім (або внутрішнім) впливам, важким умовам життя, стресовим ситуаціям, наслідкам «Чорних лебедів» (Талеб), зберігаючи при цьому свою людську сутність, цілісність, ідентичність, суб'єктність. Це сприятиме досягненню особистістю психологічного благополуччя, успішної самореалізації у різних сферах життя та самоактуалізації особистості.

Література:

1. Kobasa S. Stressful life events, personality and health. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1979. № 37. P. 1–11.
2. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. Apr. 44. P. 279–298.
3. Maddi S. R. Hardiness training at Illinois Bell Telephone. 1987 (pp. 101-115). Health promotion evaluation.
4. Maddi S., Khoshaba D. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*. 1994. № 36. P. 72-85.



5. Титаренко Т. М., Ларіна Т. О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність і безпека: навч. посіб. Київ, 2009. 76 с. Режим доступу: https://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf
6. Чиханцова О. А. Психологічні основи життєстійкості особистості: монографія. Київ: Талком, 2021. 319 с.
7. Варій М. Й. Психологія особистості: підручник. Львів: Вид-во Львівської політехніки, 2016. 608 с.
8. Кравчук С. Л. Життєстійкість та психологічна пружність особистості юнацького віку як запобіжники негативним наслідкам воєнного конфлікту. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: Психологічні науки. Випуск 1. 2019. С. 142–147.
9. Талеб Н. Н. Антикрихкість. Про (не)вразливе у реальному житті. Київ: Наш Формат, 2023. 400 с.
10. Талеб Н. Н. Чорний лебідь. Про (не)ймовірне у реальному житті. Київ: Наш Формат, 2023. 392 с.
11. Лук'янофф Г., Гайдт Дж. Крихкість інтернет покоління: як тепличне виховання шкодить сучасній молоді. Київ: Наш формат, 2022. 400 с.
12. Чхайдзе, А. О., Самкова О. М. Особливості психологічної стійкості у юнацькому віці. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*: наук. журнал. Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2019. Вип. 1. С. 51–58.

References:

1. Kobasa, S. (1979). Stressful life events, personality and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1–11 [in English].
2. Maddi, S. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 279–298 [in English].
3. Maddi, S. R. (1987). Hardiness training at Illinois Bell Telephone. 1987 (pp. 101-115). *Health promotion evaluation*. [in English].
4. Maddi, S., Khoshaba, D. (1994). Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*, 36, 72-85 [in English].
5. Titarenko, T. M., Larina, T. O. (2009). *Zhittestijkist' osobistosti: social'na neobhidnist' i bezpeka [Vitality of personality: social necessity and safety]*. Київ Retrieved from https://lib.iitta.gov.ua/9065/1/Zhiznestoykost_lichnosti.pdf [in Ukrainian].
6. Chihancova, O. A. (2021). *Psihologichni osnovi zhittestijkosti osobistosti [Psychological foundations of personality resilience]*. Київ: Talkom [in Ukrainian].
7. Varij, M. J. (2016). *Psihologija osobistosti [Personality psychology]*. L'viv: Vid-vo L'vivs'koї politehniki [in Ukrainian].
8. Kravchuk, S. L. (2019). Zhittestijkist' ta psihologichna pruzhnist' osobistosti junac'kogo viku jak zapobizhniki negativnim naslidkam voennogo konfliktu [Vitality and psychological resilience of the youth personality as safeguards against the negative consequences of the military conflict]. *Naukovij visnik Hersons'kogo derzhavnogo universitetu. Serija: Psihologichni nauki. - Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological sciences*, 1, 142–147 [in Ukrainian].
9. Taleb, N. N. (2023). *Antikrihkist'. Pro (ne)vrazlive u real'nomu zhitti [Antifragility. About (not) vulnerable in real life]*. Київ: Nash Format [in Ukrainian].
10. Taleb, N. N. (2023). *Chornij lebid'. Pro (ne)jmovirne u real'nomu zhitti [Black Swan. About the (un)probable in real life]*. Київ: Nash Format [in Ukrainian].
11. Luk'janoff, G., Gajdt, Dzh. (2022). *Krihkist' internet pokolinnja: jak teplichne vihovannja shkodit' suchasnij molodi [The fragility of the Internet generation: how greenhouse education harms today's youth]*. Київ: Nash format [in Ukrainian].
12. Chhaidze, A. O., Samkova, O. M. (2019). Osoblivosti psihologichnoї stijkosti u junac'komu vici [Peculiarities of psychological stability in youth]. *Інсajt: psihologichni vimiri suspil'stva - Insight: psychological dimensions of society: science*, 1, 51–58 [in Ukrainian].