


DOI [https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28\(57\)-82-97](https://doi.org/10.58442/2522-9931-2024-28(57)-82-97)

УДК 159.98:159.923

**Сірак-Кондратьєва Оксана Миколаївна**,  
аспірантка кафедри психології управління  
Центрального інституту післядипломної освіти  
ДЗВО «Університет менеджменту освіти».  
Київ, Україна.

 <https://orcid.org/0000-0001-9056-9927>  
[anoksa@gmail.com](mailto:anoksa@gmail.com)

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ БІЗНЕСМЕНА

**Анотація.** Статтю присвячено теоретичному обґрунтуванню психологічних особливостей розвитку резильєнтності особистості бізнесмена та її впливу на представників середнього бізнесу. Здійснено аналіз сутності і компонентів резильєнтності, розроблено модель резильєнтності бізнесмена, яка визначається як система стійких позитивних рис особистості, сприяючи успішному відновленню психічного та фізичного стану після стресових і травматичних подій. Робота підкреслює важливість гнучкості, адаптивності і наполегливості для розвитку резильєнтності та показує, що віра у розвиток інтелектуальних та соціальних якостей сприяє меншій реакції на стрес і покращує результативність діяльності. Запропонована модель резильєнтності для бізнесменів описується як комплекс стійких позитивних характеристик особистості, який сприяє успішному відновленню психічного та фізичного стану після виникнення стресу та травматичних обставин. Основною метою є теоретичне обґрунтування цих психологічних особливостей, а також визначення їхнього впливу на функціонування бізнесу при негативних умовах. Підкреслено значення гнучкості, адаптивності і наполегливості у формуванні резильєнтності, що сприяє покращенню результативності діяльності. Ураховуючи сучасну економічну та соціальну нестабільність, аналіз моделі резильєнтності бізнесмена набуває особливого значення. Розуміння та розвиток резильєнтності допоможуть підприємцям не лише зберегти бізнес, а й успішно впоратися з викликами сучасності, а також може сприяти ефективнішій роботі підприємців у вирішенні низки питань як у господарській діяльності, так і у особистому житті.

**Ключові слова:** резильєнтність; розвиток особистості; резильєнтність особистості; резильєнтність бізнесмена; бізнесмен; зовнішні і внутрішні виклики.

## **ВСТУП / INTRODUCTION**

**Постановка проблеми / Statement of the problem.** Війна змінила звичайне життя кожного українця, вона зачепила економіку нашої держави та створила неймовірні умови для ведення бізнесу. Кожен бізнесмен зіткнувся з необхідністю повного перезавантаження та відбудови своєї господарської діяльності. Перед сучасним бізнесом саме зараз постало завдання максимально створити умови для розвитку та запобіганню повного падіння економіки держави, забезпечення ефективної та безперебійної роботи ведення щодо господарської діяльності підприємств у період війни та на період відновлення. Економічна спроможність бізнесу – це надійне фінансове плече для держави.

Останнім часом у науковій літературі процес сприйняття, адаптації та відновлення до попереднього стану під час кризових ситуацій соціоекономічних систем різного характеру і рівня складності використовують термін «життєздатність/життєстійкість», або англійський синонім резильєнтність. У перекладі з англійської резильєнс – стійкість, пружність, еластичність. Запозичений з біології, даний термін характеризує реакцію будь-яких живих істот на негативний зовнішній і внутрішній світ на них. Феномен резильєнсу досліджується у багатьох сферах – психології, медицині, фізиці, IT-галузі, політиці, економіці та ін. [1, с. 17].

Основою представників бізнесу є люди, фізичні особи, які створили свій бізнес для проведення господарської діяльності. Саме від їх індивідуальності, особистих якостей, здібності відновлюватись у таких важких умовах і залежить спроможність успішного бізнесу.

Стратегічним ресурсом розвитку економіки нині є інформація, знання, які потребують постійного оновлення, та люди, їх здатність відновлюватись. Саме сформована здатність орієнтуватися в інформаційному просторі, готовність до оволодіння сучасними технологіями одержання інформації, здатність використовувати її для подальшої самоосвіти, надання підтримки людині, задоволення потреб працівників підприємства, сприяння їхній успішній адаптації, соціалізації та професіоналізації в кризових умовах сьогодення надасть можливість бізнесмену відновитися та зробить його діючим та спроможним господарем свого бізнесу.

Стурбованість за своїх близьких, повне або часткове знищення бізнесу, втрата орієнтації серед працівників, невизначеність перспектив української ситуації, як на зовнішньому, так і на внутрішньому ринку, майже повне руйнування ланцюгів постачання та відповідне скорочення обсягів продажів – ці фактори створюють надзвичайно складні умови, які абсолютно вразливо впливають на психологічний стан бізнесменів і ускладнюють навіть ухвалення рішень щодо відновлення роботи підприємств, перевезення персоналу до безпечних місць та реорганізації виробництва. Ці чинники повністю паралізують зусилля з налагодження діяльності підприємств та підривають упевненість господарів.

Постало актуальне завдання підтримати представників бізнесу для розвинення в них спроможності відновлюватись, знаходити в собі ресурс під час ухвалення рішення щодо відновлення бізнесу та економіки України. Тому вивчення питання психологічних основ розвитку резильєнтності особистості бізнесмена у період воєнного стану в Україні набуває особливого значення.

Під час дослідження складних життєвих ситуацій значної уваги приділяють важливості ресурсів у процесі адаптації до них як функціонального потенціалу, що забезпечує здатність навчатися, змінюватися та зростати у несприятливих обставинах. Окрему роль відведено ресурсам психологічної стійкості, які є наслідком певної динаміки життєвої ситуації і факторами, що впливають на подальшу успішність та ефективність життєдіяльності. Такий ресурс психологічної стійкості, як резильєнтність, забезпечує швидке пристосування до змін, здатність упоратися зі стресом і негараздами життя та вміння повертатися після стресових ситуацій до нормального життя без шкоди для психічного й фізичного здоров'я [2].

**Аналіз (основних) останніх досліджень і публікацій / Analysis of (major) recent research and publications.** Термін «резильєнтність» (від лат. *re* – назад, *salire* – стрибати; буквально означає «відскочити») широко застосовують психологи, розглядаючи його у контексті впливу на людину несприятливих чи загрозливих умов та її здатності до нормального, здорового функціонування у майбутньому (Luthar, Cicchetti, & Becker, 2000) [3].

Резильєнтність є темою досліджень у різних психологічних дисциплінах. Можливо, через її популярність за останні десятиліття було запропоновано різні концепції психологічної стійкості (наприклад, Bryan, O'Shea & MacIntyre, 2019; Fletcher & Sarkar, 2013) [4], [5].

Незважаючи на простоту визначення цього поняття, концепція резильєнтності є набагато ширшою, ніж просто поняття «стійкості». Ця концепція передбачає і позитивний результат, якого досягають попри

високий ризик, і збереження основних властивостей особистості під час небезпеки, і повне відновлення після травмування та досягнення успіху згодом. У психологічному трактуванні резильєнтність означає збереження стабільного рівня психологічної та фізичної діяльності у непередбачуваних обставинах, адаптацію до несприятливих змін, здатність знову ставати сильним, здоровим або успішним після впливу негативних зовнішніх факторів (Masten, Best & Garmezy, 1990) [6].

Також резильєнтність часто розглядають у контексті подолання психологічних травм [7].

Науковці M. Fraser & J. Jenson (2006) визначають резильєнтність як здатність людини повертатися до нормального стану після або під час потрясінь. На думку M. Margalit (2006), резильєнтність стосується динамічного процесу, який приводить до адаптації в умовах значних негараздів [2, с. 10]. У сучасній вітчизняній психології немає єдиного підходу до опису феномена резильєнтності. Можна навіть натрапити на різні його написання, наприклад, «резильєнтність, резилентність, резелентність, резилієнс» та ін. (Грішин, 2021; Гусак та ін., 2017; Кравчук, 2018; Лазос, 2018; Лукомська, 2018; О. Хамініч, 2016) [8]–[14].

Науковцями досліджено різні аспекти резильєнтності (Дж. Боннано (J. Bonnano), Р. Сколовено (R. Scloveno), С. Саутвік (S. Southwick), М. Коннор (M. Connor), Дж. Девідсон (J. Davidson), Е. Мастен (A. Masten), Д. Флетчер (D. Fletcher), В. Чернобровкін, В. Чернобровкіна, А. Максименко, В. Зливков, Н. Гусак, О. Бойко, О. Махнач, С. Богданов, С. Лукомська [15]. Проте дане поняття лишається не повністю розкритим, у межах багатьох галузей резильєнтність ще не досліджували. У психології резильєнтність розуміють як: «...здатність відштовхнутися (оправитися) від негараздів, розчарування та нещастя...» (Ледесма, 2014); спроможність оправитися та відновитися після негараздів, конфліктів і невдач або навіть позитивних подій, прогресу та підвищення відповідальності (Лютенс, 2002); адаптивність, емоційний інтелект, «mindfulness» (техніку усвідомленості) та самоспостережливості (Сігова, Морозова, 2020, с. 51) [15].

С. Пирожков вважає, що економіка як базис цивілізаційної суб'єктності країни є найважливішим елементом стратегії національної резильєнтності та закликає до проведення аналізу зовнішньо- і внутрішньо економічного середовища України на предмет наявності викликів і загроз, окреслення найреальніших шляхів відповіді на них [16].

Нині в Україні немає єдиного визначення терміну «резильєнтності», його адаптації, єдиного підходу та використання термінології. Отже, під резильєнтністю у даному дослідженні ми розуміємо здатність людини відновитися до «достресового» стану після стресових і травмувальних

ситуацій за допомогою особистісних ресурсів. Тобто не адаптуватися під нові реалії, а повернутися до попереднього звичного життя без втрат для фізичного та психічного здоров'я. Це процес взаємодії між різними характеристиками та ставленнями. На результат цього процесу можуть позитивно впливати різні захисні фактори.

Таким чином, процеси резилієнсу, механізми та інструменти забезпечення резильєнтності розглядаються на різних рівнях і у контексті різних завдань. Проте як вітчизняні, так і іноземні вчені вважають актуальним поглиблення знань про резильєнтність, зокрема в економічному аспекті використання досліджуваного терміну.

### **МЕТА ТА ЗАВДАННЯ / AIM AND TASKS**

**Мета** статті передбачає дослідження психологічних особливостей розвитку резильєнтності особистості бізнесмена.

Відповідно до зазначеної мети у статті поставлено таке **завдання**: теоретично обґрунтувати, дослідити та представити структурну модель резильєнтності зазначеного феномена для особистості бізнесмена.

### **ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ / THEORETICAL FRAMEWORK**

Стресогенні ситуації роблять неможливим задоволення значної частини потреб людей і суттєво впливають на їхнє благополуччя. Усі негативні життєві ситуації люди переживають по-різному. Дехто переживає тимчасове потрясіння через втрату чи потенційно травматичні події надзвичайно добре, без порушення їхньої життєдіяльності, в той час як інші можуть потребувати більшої підтримки та часу для відновлення. (Bonanno, Galea, Vucciareli, & Vlahov, 2007)[7]. Частина людей відновлюється, використовуючи свої власні копінг-стратегії, які допомагають упоратися з негативними зовнішніми факторами. Іншим потрібна лише базова підтримка для поліпшення психологічного благополуччя. А у деякого виникають серйозні проблеми з психічним здоров'ям. Тому реагування на переживання складних життєвих ситуацій суттєво відрізнятиметься в кожному окремому випадку, оскільки кожна людина переживатиме одну й ту саму подію по-різному, а також має різні ресурси та можливості для того, щоб упоратися з нею. Звісно, що у таких складних життєвих обставинах, в яких опинилися зараз українці, уникнути стресу неможливо, проте спробувати захистити психічне здоров'я можна. Психічне здоров'я є свідченням нормального функціонування психічних процесів, станів і властивостей (Андрушко, 2017) [2]. Як зазначають Є. Абросимова та А. Ленге, провідним критерієм психічного здоров'я є можливість жити у внутрішній гармонії, яка допомагає активізувати

автентичну свободу та відповідальність, духовний потенціал особистості, що приведе до психологічного благополуччя індивіда. Тому метою нашого наукового пошуку є вивчення одного з чинників психічного здоров'я – резильєнтності [2, с. 8].

У психологічному трактуванні резильєнтність означає збереження стабільного рівня психологічної та фізичної діяльності у несприятливих ситуаціях, адаптацію до несприятливих змін, здатність знову ставати сильним, здоровим або успішним після впливу негативних зовнішніх факторів (Masten, Best & Garmezy, 1990). Також резильєнтність часто розглядають у контексті подолання психологічних травм (Bonanno, 2004; Southwick et al., 2014; Southwick, Bonanno, Masten, Panter-Brick & Yehuda, 2014). Науковці M. Fraser & J. Jenson (2006) визначають резильєнтність як здатність людини повертатися до нормального стану після або під час потрясінь. На думку M. Margalit (2006), резильєнтність стосується динамічного процесу, який приводить до адаптації в умовах значних негараздів [2, с. 10].

Науковці виділяють такі типи резильєнтності [17]:

- *фізична* – здатність тіла справлятися зі змінами та відновлюватися після фізичних навантажень, хвороб і травм. Дослідження засвідчують, що цей тип резильєнтності відіграє важливу роль для здоров'я. Це впливає на те, як люди старіють, а також на те, як вони реагують і відновлюються після фізичного стресу й медичних проблем (Whitson, Duan-Porter, Schmader, Morey, Cohen, & Colón-Emeric, 2016);

- *психічна* – здатність людини адаптуватися до змін і невизначеності. Люди, які належать до такого типу резильєнтності, гнучкі та спокійні під час стресової ситуації. Вони використовують ці якості, щоб вирішувати проблеми, рухатися вперед і зберігати надію, навіть коли стикаються з невдачами;

- *емоційна* – передбачає здатність регулювати емоції під час стресу. Люди усвідомлюють свої емоційні реакції і схильні бути в контакті зі своїм внутрішнім світом. Завдяки цьому вони також можуть заспокоїти свій розум і керувати своїми емоціями, коли мають справу з негативним досвідом. Цей тип резильєнтності також допомагає людям зберігати почуття оптимізму у важкі часи. Оскільки вони емоційно стійкі, вони розуміють, що негаразди тимчасові й не триватимуть вічно;

- *соціальна* – передбачає здатність груп відновлюватися після важких ситуацій. Ідеться про спілкування з іншими та спільну роботу для вирішення проблем, які впливають на людей як окремо, так і колективно. Аспекти соціальної стійкості передбачають об'єднання після важких життєвих криз, зокрема у період воєнного стану в Україні, соціальну

підтримку одне одного, усвідомлення ризиків, з якими стикається громада, і формування почуття спільноти (Kwok, Doyle, Becker, Johnston, & Paton, 2016).

Резильєнтність є одним з основних ресурсів людини, що допомагає їй долати стрес і кризові ситуації. Резильєнтність визначається як здатність «відновитися» після кризи до докризового психічного й фізичного стану та, згідно з теорією «посттравматичного зростання», прийняти будь-який негативний результат кризи для особистісного зростання і найкращої якості життя (Pilafas, Strongylaki, Papaioannou, Menti, & Lyrakos, 2020) [18].

Отже, під резильєнтністю ми розуміємо здатність людини відновитися до «достресового» стану після стресових і травмувальних ситуацій за допомогою особистісних ресурсів. Тобто не адаптуватися під нові реалії, а повернутися до попереднього звичного життя без втрат для фізичного та психічного здоров'я.

Для розуміння дієвого механізму резильєнтності, J. Clarke та J. Nicholson (2010) [2, с. 15]. запропонували модель резильєнтності, яка складається з *п'яти компонентів*:

1. *Оптимізм*. Передбачається наявність позитивного погляду й позитивного бачення свого майбутнього. Оптимісти мають позицію «можу зробити», тому є щасливішими та здоровішими. М. Селігман (1998) говорить про ідею «навченого оптимізму». Процес навченого оптимізму передбачає: *негаразди* – це означає визнання труднощів; *переконання* – розуміння своїх думок і переконань щодо труднощів; *наслідки* – роздуми про те, якими можуть бути результати цих переконань; *диспут* – виклик, прийняття своїх переконань щодо труднощів; *енергія* – роздум над процесом і зміною переконань, якщо це необхідно.

2. *Орієнтація на рішення*. Це здатність передбачати проблеми, брати їх під контроль і бути активним у пошуку рішень. Передбачає демонстрацію здорового судження та переосмислення своїх думок від проблем до результатів.

3. *Індивідуальна відповідальність*. Ті, хто відчуває зобов'язання, перебувають у безпеці та беруть на себе відповідальність за власну впевненість у собі. Вони здатні вирішувати проблеми та діяти. Це пов'язано з ідеєю внутрішнього локусу контролю.

4. *Відкритість і гнучкість*. Цей компонент резильєнтності передбачає здатність впоратися з неоднозначними ситуаціями. Люди, які є відкритими й гнучкими, змінюють напрям думок і дій, коли це необхідно, вчаться на попередніх проблемах і помилках та співчують іншим.

5. *Управління стресом і занепокоєнням*. Це знання стресорів та передбачення стресових подій і боротьба з їх симптомами. Науковці

зазначають, що життєвий досвід підвищує здатність людини до резильєнтності: що більше в людини досвіду, то більша ймовірність, що вона почуватиметься впевнено в нових складних ситуаціях (Clarke, & Nicholson, 2010).

Ця модель притаманна для бізнесмена. Кожен господар своєї діяльності залучає усі п'ять елементів. А сьогодні диктує такі умови, що необхідно для підвищення життєстійкості впроваджувати у життя знання про постійне вдосконалення та підвищення резильєнтності. Можна впевнено стверджувати, що кожному бізнесмену в тій чи іншій мірі притаманні усі сім складових компонентів за шкалою Sabine Stahl (2022) [2, с. 16].

1. *Оптимізм*. Здатність дивитися у майбутнє з надією та позитивом і вірити, що все буде добре. Оптимісти знають, що вони мають силу брати на себе відповідальність за своє життя та що труднощі й кризи тимчасові.

2. *Прийняття* ситуації, яку більше не можна змінити й покінчити з минулим. Прийняття також означає можливість відмовитися від змін.

3. *Орієнтація на вирішення ситуації*. Це означає прийняти ситуацію й залишити її позаду, дивитися уперед і шукати рішення. Орієнтація на вирішення проблеми означає формулювання чітких цілей і пошук шляхів їх реалізації.

4. *Відмова від ролі жертви*. Означає відмову від пасивності та прийняття активності у складній ситуації. Для цього іноді потрібно змінити власне ставлення до оточення, замислитися над власною персоною та стати орієнтованим на дії.

5. *Прийняття відповідальності на себе*. Прояв ініціативи й активної діяльності для досягнення власних цілей. Важливо не уникати відповідальності, а радше узяти на себе стільки, скільки буде до снаги.

Не менше, а й не більше.

6. *Планування майбутнього*. Уміння розважливо, активно та свідомо планувати своє майбутнє. Резильєнтні люди складають план майбутньої життєдіяльності, а потім цілі щодо того, як вони хочуть жити й працювати у майбутньому. Для планування важливим є вибір відповідної мети – досяжної, конкретної та сумісної з особистістю.

7. *Орієнтація на створення взаємозв'язків*. Здатність створювати та використовувати мережу особистісних контактів, тобто систему людських стосунків.

Проаналізувавши структурні компоненти резильєнтності різних науковців, вважаємо за доцільне підвести до результативної структурної моделі зазначеного феномена для особистості бізнесмена у період військового стану в Україні (див. рис.).





*Рис. Модель резильєнтності особистості бізнесмена  
в період воєнного стану в Україні*

Отже, модель резильєнтності особистості бізнесмена являє собою систему стійких позитивних рис, це ресурс особистості, який сприяє успішному поверненню людини до нормального психічного та фізичного стану після стресових і травматичних подій для можливості існування, успішної роботи та ведення господарської діяльності.

Дієвими чинниками розвитку резильєнтності особистості бізнесмена під час воєнного стану в Україні можна представити такі, як оптимізм, соціальні контакти (оточення), самопроєктування, самоставлення, цілі, смисли. Гнучкість, адаптивність і наполегливість можуть допомогти бізнесмену скористатися своєю стійкістю, змінивши певні думки та поведінку. Дослідження засвідчують, що ті люди, які вірять у те, що

інтелектуальні здібності, так само як і соціальні якості, можна розвинути, демонструють меншу реакцію стресу на біду й поліпшують результативність своєї діяльності.

Також бізнесмену потрібно діяти, бути у русі та в течії поточного часу та змін. Поведінка, що формує резильєнтність, передбачає турботу про себе та задоволення потреб у русі, сні та здоровому харчуванні, не дивлячись на обставини навкруги. У тренуванні резильєнтності значну роль відіграє вирішення проблем, а не їх уникнення. Виклики та завдання – невід’ємна частина життя. Що більше людина намагається від них відгородитися, то складніше їй долати різні життєві перешкоди.

Отже, резильєнтність не є фіксованою рисою. Розвиток резильєнтності – складний особистісний процес. Це включає поєднання внутрішніх сильних і зовнішніх ресурсів, і немає універсальної формули, як стати більш стійким.

Для розвитку й підвищення рівня резильєнтності бізнесмена важливо тренувати такі особистісні властивості, як *самосвідомість*, *самоефективність* та *саморегуляція*. Завдяки самосвідомості можна краще пізнати себе та свій спосіб життя, що закладає основу для успішної роботи над собою та із собою. Самоефективність є важливою складовою оптимізму. Уміння вірити в себе та у власні сили, можливість щось створити та змінити є доброю основою для розвитку резильєнтності.

## **МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH METHODS**

Для реалізації визначених завдань використано комплекс теоретичних і експериментальних методів:

*теоретичні:* аналіз, узагальнення, класифікація, систематизація, індукція, моделювання застосування теоретико-методологічних підходів для визначення проблеми резильєнтності особистості бізнесмена;

*емпіричні:* спостереження; психологічне консультування; психодіагностичні методи (анкетування, бесіда, опитування, тестування, моніторинг, інтерв’ювання, контент-аналіз), група методів аналізу продуктів діяльності, стандартизовані методики (оцінка стресостійкості – Шкала стресостійкості Коннора – Девідсона-10 (CD-RISC-10); шкала резильєнтності; опитувальник самоефективності М. Шерера та Дж. Меддукса (в модифікації А. Бояринцевої);

## **РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH RESULTS**

Результатом проведеного дослідження стала модель особистості бізнесмена в Україні. Саме ця модель дасть можливість зрозуміти ті властивості, які притаманні резильєнтності бізнесмена Розуміння своїх

рис, психологічних особливостей, як відновитись відкриє можливості бізнесмену, надасть ресурс для подальшої організаційної діяльності.

Можна стверджувати що резильєнтність є процесом створення ресурсів для пошуку кращого майбутнього після потенційно травматичних подій. Деякі з цих ресурсів походять від внутрішнього потенціалу людини, а деякі – від того, який досвід людина отримала в минулому, щоб витримати труднощі. Існують різні підходи до того, які особистісні характеристики роблять бізнесмена стійкою людиною. Таким чином, відповідно до моделі було надано характеристики та чинники, які підвищують саме резильєнтність.

## **ВИСНОВКИ / CONCLUSIONS**

Розуміння психологічних аспектів формування стійкості, основ розвитку резильєнтності бізнесу під час воєнного конфлікту в Україні дозволить знайти шляхи підвищення рівня стійкості саме для бізнесменів. Це, насамперед, сприятиме покращенню їхнього фінансового стану та допоможе ухвалювати обґрунтовані рішення у галузі підприємницької діяльності. Представлена модель резильєнтності особистості бізнесмена у період воєнного стану в Україні стане кроком в підвищенні ефективності роботи підприємців. Розуміння, як підвищити резильєнтність дасть можливість у вирішенні багатьох питань як в проведенні господарської діяльності, так і у власному житті бізнесмена.

На підставі узагальнення теоретико-методологічних підходів та результатів дослідження у структурі резильєнтності особистості бізнесмена виділено такі основні компоненти: оптимізм, соціальні контакти, самопроекування, самоствавлення, цілі та смисли.

Резильєнтність особистості бізнесмена – це здатність людини до відновлення післястресових і травмувальних ситуацій за допомогою особистісних ресурсів до стану, який був до стресу. Тобто не адаптуватися під нові реалії, а повернутися до попереднього звичного життя без втрат для фізичного та психічного здоров'я. Розвиток резильєнтності є складним і особистісним процесом, що включає поєднання внутрішніх і зовнішніх ресурсів, і не існує універсальної формули, щоб стати більш стійким. У представленій моделі резильєнтності особистості бізнесмена ця концепція розглядається, як система стійких позитивних рис особистості, що сприймається як її ресурс, що у свою чергу сприяє успішному поверненню людини до нормального психічного та фізичного стану після стресових і травматичних подій.

**Перспективи подальших досліджень у цьому напрямі / Prospects for further research in this direction** буде винахід у вигляді тренінгових програм для підвищення резильєнтності бізнесмена, керівного складу підприємств та працівників, від яких залежить майбутнє господарської одиниці.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ / REFERENCES

- [1] Л. Лігоненко, В. Андрійчук, «Резильєнтність в економічному контексті: аналіз світових трендів та перспективи наукових досліджень», *Стратегія економічного розвитку України*, вип. 52, с. 17, 2023.
- [2] О. Чиханцова, К. Гуцол, *Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19*. Київ, Україна, 2022.
- [3] S. S. Luthar, D. Cicchetti та B. Becker, «The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work», *Child Development*, vol. 71, is. 3, p. 543–562, 2000. [Online]. Available: <https://psycnet.apa.org/record/2000-05229-001> Application date: April 05, 2024.
- [4] C. Bryan, D. O’Shea та T. MacIntyre, «Stressing the relevance of resilience: a systematic review of resilience across the domains of sport and work», *International Review of Sport and Exercise Psychology*, vol. 12, is. 1, p. 70–111, 2019. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1381140> Application date: April 05, 2024.
- [5] D. Fletcher, M. Sarkar, «Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory», *European Psychologist*, vol. 18, is. 1, p. 12–23, 2013. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124> Application date: April 05, 2024.
- [6] A. S. Masten, K. M. Best, N. Garmezy, «Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity», *Development and Psychopathology*, vol. 2, is. 4, p. 425–444, 1990. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005812> Application date: April 05, 2024.
- [7] J. Bonanno, «Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?», *American Psychologist*, vol. 59(1), pp. 20–28, 2004. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20> Application date: April 05, 2024.
- [8] Е. Грішин, «Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку», *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди «Психологія»*, т. 64, с. 62–81, 2021. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04> Дата звернення: Квіт. 05, 2024.

- [9] Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін, А. Максименко, С. Богданов, О. Бойко, *Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс*. Київ, Україна: Нац. ун-т «Києво-Могилянська академія»: НаУКМА, 2017.
- [10] С. Кравчук, «Особливості психологічної пружності та життєстійкості особистості як чинників запобігання негативним наслідкам воєнного конфлікту», *Психологічні виміри культури, економіки, управління*, т. 11, с. 156–164, 2018.
- [11] Г. П. Лазос, «Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень», *Актуальні проблеми психології*, т. 3, вип. 14, с. 26–64, 2018.
- [12] С. О. Лукомська, «Тренінг життєстійкості особистості», на *VIII Міжнар. наук.-практ. конф. Психологія людини: свідомість і реальність*. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2018, с. 147–150.
- [13] Г. П. Лазос, «Теоретико-методологічна модель резильєнтності як основи побудови психотехнології її розвитку», *Організаційна психологія. Економічна психологія*, т. 2/3(17), с. 1, 2019. <https://doi.org/10/31108/2.2019.3.17.9> Дата звернення: Квіт. 05, 2024.
- [14] Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін, А. Максименко, С. Богданов, О. Бойко, *Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс*; Н. Гусак, Ред. Київ, Україна: Нац. ун-т «Києво-Могилянська академія», 2017.
- [15] М. К. Сігова, О. Б. Морозова, «Взаємозв'язок рівня резилієнс з професійним успіхом фахівців HR», *Психологія та психосоціальні інтервенції*, т. 3, с. 50–58, 2020.
- [16] С. І. Пирожков, Є. В. Божок, Н. В. Хамітов, «Національна стійкість (резильєнтність) країни: стратегія і тактика випередження гібридних загроз», *Вісник НАН України*, вип. 8, с. 74, 2021.
- [17] K. Cherry, What Is Resilience? 2022. [Online]. Available: <https://www.verywellmind.com/what-is-resilience-2795059> Application date: April 05, 2024.
- [18] G. Pilafas, N. P. Strongylaki, D. Papaioannou, D. Menti, та G. Lyrakos, «Adaptation of 'Nicholson McBride Resilience Questionnaire' (NMRQ) in Greek. A reliability and validity study in an epidemiological Greek sample», *Health & Research Journal*, vol. 6, is. 4, p. 123–131, 2020. <https://doi.org/10.12681/healthresj.25629> Application date: April 05, 2024.

## **PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF RESILIENCE OF A BUSINESSMAN'S PERSONALITY**

**Oksana Sirak-Kondratieva,**

Graduate Student, of Department of Management Psychology,  
of the Central Institute of Postgraduate Education  
SIHE «University of Educational Management».  
Kyiv, Ukraine.

 <https://orcid.org/0000-0001-9056-9927>  
[anoksa@gmail.com](mailto:anoksa@gmail.com)

**Abstract.** The article is devoted to the theoretical substantiation of the psychological features of the development of the resilience of a businessman's personality and its impact on representatives of medium-sized businesses. An analysis of the essence and components of resilience was carried out, a model of resilience of a businessman was developed, which is defined as a system of stable positive personality traits, contributing to the successful recovery of mental and physical state after stressful and traumatic events. The work emphasizes the importance of flexibility, adaptability and perseverance for the development of resilience and shows that belief in the development of intellectual and social qualities contributes to a lower reaction to stress and improves performance. The proposed model of resilience for businessmen is described as a complex of stable positive personality characteristics that contributes to the successful recovery of mental and physical condition after the occurrence of stress and traumatic circumstances. The main goal is the theoretical substantiation of these psychological features, as well as the determination of their impact on business functioning under negative conditions. The importance of flexibility, adaptability and perseverance in the formation of resilience, which contributes to improving the effectiveness of activities, is emphasized. Taking into account the current economic and social instability, the analysis of the businessman's resilience model takes on special importance. Understanding and developing resilience will help entrepreneurs not only to save business, but also to successfully cope with modern challenges, and can also contribute to more effective work of entrepreneurs in solving a number of issues both in business activities and in personal life.

**Keywords:** resilience; personality development; resilience of the individual; resilience of a businessman; businessman; external and internal challenges.

## ПЕРЕКЛАД, ТРАНСЛІТЕРАЦІЯ / TRANSLATED AND TRANSLITERATED

- [1] L. Lihonenko, V. Andriichuk, «Rezyliientnist v ekonomichnomu konteksti: analiz svitovykh trendiv ta perspektyvy naukovykh doslidzhen», Stratehiia ekonomichnoho rozvytku Ukrainy, vyp. 52, s. 17, 2023. (in Ukraine)
- [2] O. Chykhantsova, K. Hutsol, Psykholohichni osnovy rozvytku rezyliientnosti osobystosti v period pandemii Covid-19. Kyiv, Ukraine, 2022. (in Ukraine)
- [3] S. S. Luthar, D. Cicchetti та B. Becker, «The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work», Child Development, vol. 71, is. 3, p. 543–562, 2000. [Online]. Available: <https://psycnet.apa.org/record/2000-05229-001> Application date: April 05, 2024. (in English)
- [4] C. Bryan, D. O'Shea та T. MacIntyre, «Stressing the relevance of resilience: a systematic review of resilience across the domains of sport and work», International Review of Sport and Exercise Psychology, vol. 12, is. 1, p. 70–111, 2019. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1381140> Application date: April 05, 2024. (in English)
- [5] D. Fletcher, M. Sarkar, «Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory», European Psychologist, vol. 18, is. 1, p. 12–23, 2013. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000124> Application date: April 05, 2024. (in English)
- [6] A. S. Masten, K. M. Best, N. Garmezy, «Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity», Development and Psychopathology, vol. 2, is. 4, p. 425–444, 1990. <https://doi.org/10.1017/S0954579400005812> Application date: April 05, 2024. (in English)
- [7] J. Bonanno, «Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?», American Psychologist, vol. 59(1), pp. 20–28, 2004. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20> Application date: April 05, 2024. (in English)
- [8] E. Hrishyn, «Rezyliientnist osobystosti: sutnist fenomenu, psykholohiia ta zasoby rozvytku», Visnyk KhNPU imeni H.S. Skovorody «Psykhologii», t. 64, s. 62–81, 2021. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04> Data zvernennia: Kvit. 05, 2024. (in Ukraine)
- [9] N. Husak, V. Chernobrovkina, V. Chernobrovkin, A. Maksymenko, S. Bohdanov, O. Boiko, Psykhosotsialna pidtrymka v umovakh nadzvychnykh sytuatsii: pidkhid rezyliiens. Kyiv, Ukraina: Nats. un-t «KyievoMohylianska akademii»: NaUKMA, 2017. (in Ukraine)

- [10] S. Kravchuk, «Osoblyvosti psykholohichnoi pruzhnosti ta zhyttiistiki osobystosti yak chynnykiv zapobihannia nehatyvnykh naslidkam voiennoho konfliktu», Psykholohichni vymiry kultury, ekonomiky, upravlinnia, t. 11, s. 156–164, 2018. (in Ukraine)
- [11] H. P. Lazos, «Rezilientnist: kontseptualizatsiia poniat, ohliad suchasnykh doslidzhen», Aktualni problemy psykholohii, t. 3, vyp. 14, s. 26–64, 2018. (in Ukraine)
- [12] S. O. Lukomska, «Treninh zhyttiistiki osobystosti», na VIII Mizhnar. nauk.-prakt. konf. Psykholohiia liudyny: svidomist i realnist. Nizhyn: NDU im. M. Hoholia, 2018, s. 147–150. (in Ukraine)
- [13] H. P. Lazos, «Teoretyko-metodolohichna model rezylientsi yak osnovy pobudovy psykhotekhnolohii yii rozvytku», Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia, t. 2/3(17), s. 1, 2019. <https://doi.org/10/31108/2.2019.3.17.9> Data zvernennia: Kvit. 05, 2024. (in Ukraine)
- [14] N. Husak, V. Chernobrovkina, V. Chernobrovkin, A. Maksymenko, S. Bohdanov, O. Boiko, Psykhosotsialna pidtrymka v umovakh nadzvychainykh sytuatsii: pidkhid rezylients; N. Husak, Red. Kyiv, Ukraina: Nats. un-t «Kyievo-Mohylianska akademiia», 2017. (in Ukraine)
- [15] M. K. Sihova, O. B. Morozova, «Vzaiemozviazok rivnia rezylients z profesiinym uspikhom fakhivtsiv HR», Psykholohiia ta psykhosotsialni interventsii, t. 3, s. 50–58, 2020. (in Ukraine)
- [16] S. I. Pyrozhkov, Ye. V. Bozhok, N. V. Khamitov, «Natsionalna stiikist (rezylients) krainy: stratehiia i taktyka vyperedzhennia hibrydnykh zahroz», Visnyk NAN Ukrainy, vyp. 8, s. 74, 2021. (in Ukraine)
- [17] K. Cherry, What Is Resilience? 2022. [Online]. Available: <https://www.verywellmind.com/what-is-resilience-2795059> Application date: April 05, 2024. (in English)
- [18] G. Pilafas, N. P. Strongylaki, D. Papaioannou, D. Menti, та G. Lyrakos, «Adaptation of ‘Nicholson McBride Resilience Questionnaire’ (NMRQ) in Greek. A reliability and validity study in an epidemiological Greek sample», Health & Research Journal, vol. 6, is. 4, p. 123–131, 2020. <https://doi.org/10.12681/healthresj.25629> Application date: April 05, 2024. (in English)

Стаття надійшла до редакції  
03 квітня 2024 року

