

Озоліна Є. Є.

магістрантка 2 курсу освітньої програми «Практична психологія»,
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка
e-mail: yelizavetaozolina@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-0763-9760>

Плескач Б. В.

кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології,
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка
e-mail: b.pleskach@kubg.edu.ua
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2215-6810>

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ТА КРЕАТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗИ

Анотація. Представлено результати емпіричного дослідження взаємозв'язку резильєнтності та креативності особистості в умовах кризи. Встановлено позитивні зв'язки резильєнтності з креативним потенціалом і психологічною гнучкістю.

Ключові слова: резильєнтність, креативність, креативний потенціал, психологічна гнучкість, копінг-стратегії, криза.

Yelyzaveta Y. Ozolina

Master's student in Practical Psychology,
Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University
e-mail: yelizavetaozolina@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-0763-9760>

Bogdan V. Pleskach

PhD in Psychology, Associate Professor, Department of Practical Psychology,
Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University
e-mail: b.pleskach@kubg.edu.ua
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2215-6810>

THE RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND CREATIVITY IN TIMES OF CRISIS

Abstract. The results of an empirical study of the relationship between resilience and creativity in times of crisis are presented. Positive relationships of resilience with creative potential and psychological flexibility were identified.

Keywords: resilience, creativity, creative potential, psychological flexibility, coping strategies, crisis.

Актуальність. Сучасні умови життя українського суспільства, пов'язані з війною, тривалим стресом, невизначеністю та соціальними змінами, актуалізують проблему збереження психологічного благополуччя особистості та пошуку внутрішніх ресурсів адаптації. Одним із ключових психологічних ресурсів у кризових умовах виступає резильєнтність, яка сприяє здатності людини долати труднощі, відновлювати психологічну рівновагу та підтримувати ефективне функціонування в умовах стресу. Водночас важливого значення набуває креативність як здатність особистості до гнучкого мислення, пошуку нових способів реагування та нестандартного вирішення проблемних ситуацій. У сучасних психологічних дослідженнях дедалі частіше креативність розглядається не лише як характеристика творчого мислення, а як важливий адаптаційний ресурс, що сприяє психологічній стійкості особистості. Попри зростання інтересу до вивчення резильєнтності та креативності, проблема їхнього взаємозв'язку залишається недостатньо дослідженою, особливо в контексті сучасних кризових умов в Україні.

Мета. Теоретично та емпірично дослідити особливості взаємозв'язку резильєнтності та креативності особистості в умовах сучасної кризи.

Виклад основного матеріалу. Теоретичне осмислення проблеми резильєнтності ґрунтується на сучасних зарубіжних і вітчизняних дослідженнях, у яких цей феномен розглядається як динамічний процес адаптації особистості до стресових і травматичних подій. Значний внесок у вивчення резильєнтності здійснили А. Мастен, С. Лутар, К. Коннор, О. Кокун, О. Чиханцова та інші дослідники. Важливий внесок у дослідження резильєнтності здійснили і науковці Київського столичного університету імені Бориса Грінченка. Зокрема, Є. М. Калюжна розглядає резильєнтність як психологічний ресурс, що сприяє адаптації до стресових обставин, подоланню кризових ситуацій і збереженню психологічного благополуччя особистості (Калюжна та ін., 2025). Роль атрибутивного стилю як когнітивного механізму формування резильєнтності підтверджується дослідженнями Т. Клібайс, О. Іваницької та Н. Миколенко (2025), які розглядають атрибутивний стиль і копінг-стратегії як важливі ресурси психологічної адаптації в умовах хронічного стресу.

Креативність у сучасній психології трактується як здатність до продукування нових, оригінальних і соціально значущих ідей, що потребує гнучкості мислення. Креативність сприяє адаптації до нестандартних умов. Теоретичні підходи до її вивчення представлені у працях Дж. Гілфорда, Е. Торренса, М. Ранко та В. Моляка.

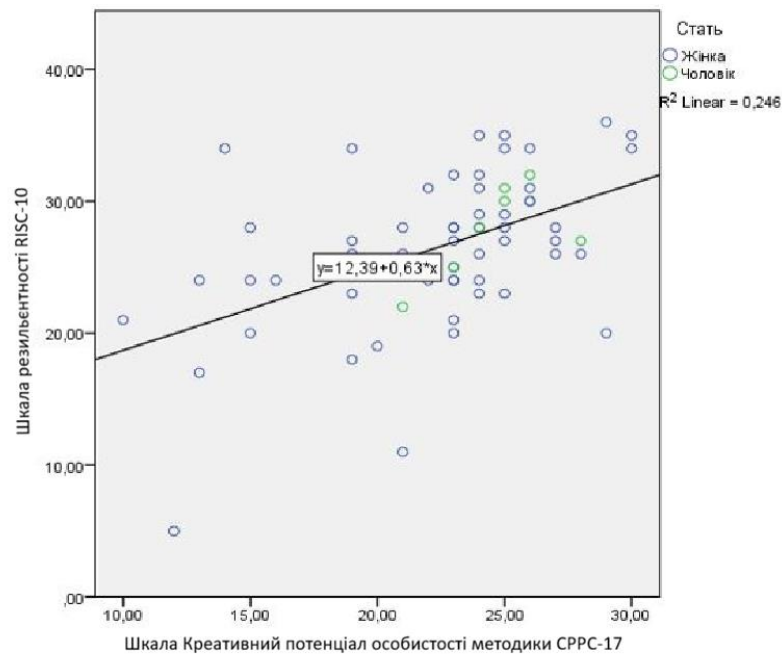
В Україні дослідження креативності активно розвиваються в межах вітчизняної психологічної школи, зокрема в Інституті психології імені Г. С. Костюка НАПН України (Моляко В.О., 2023). Сучасні дослідження свідчать про те, що креативність може виступати важливим психологічним ресурсом подолання стресу та підтримання психологічної стійкості особистості.

Попри значну кількість наукових праць, питання взаємозв'язку між креативністю та резильєнтністю залишається недостатньо вивченим, зокрема щодо впливу творчих здібностей на здатність особистості зберігати психологічну рівновагу в умовах невизначеності. Практичне значення дослідження полягає у можливості використання його результатів у роботі практичних психологів і педагогів для розробки тренінгів, спрямованих на розвиток гнучкості мислення, емоційної стійкості та творчого підходу до подолання життєвих труднощів.

Емпіричне дослідження було проведене за участю 63 респондентів віком від 18 до 65 років. Для вимірювання резильєнтності використано коротку версію шкали Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC-10) (Кокун О.М., 2023), шкалу психологічної гнучкості Psy-Flex та опитувальник Brief-COPE. Для дослідження креативності застосовано методику «Який Ваш креативний потенціал?» та шкалу креативного потенціалу і практичної креативності CPPC-17 (Карамушка Л. М., 2015). Для статистичної обробки результатів використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

У результаті дослідження встановлено статистично значущий позитивний зв'язок між рівнем резильєнтності та шкалою креативного потенціалу особистості методики CPPC-17 ($r_s = 0,499$; $p \leq 0,01$), що свідчить про взаємозумовленість психологічної стійкості та здатності до творчого, гнучкого реагування на складні життєві ситуації. Більш слабкий кореляційний взаємозв'язок спостерігався між рівнем резильєнтності та шкалою креативного потенціалу особистості методики «Який Ваш креативний потенціал?» ($r_s = 0,294$; $p \leq 0,05$). Також виявлено позитивний зв'язок між резильєнтністю та психологічною гнучкістю ($r_s = 0,678$; $p \leq 0,01$), що підтверджує важливу роль когнітивної адаптивності у процесі подолання стресу. Отримані дані демонструють, що найбільш виражений зв'язок спостерігається між резильєнтністю та психологічною гнучкістю. Водночас наявність позитивних кореляцій із показниками креативного потенціалу вказує на взаємопов'язаність цих психологічних характеристик в умовах подолання кризових ситуацій.

Рис. 1. Графічне відображення кореляційного зв'язку між шкалою креативного потенціалу (методика CPPC-17) та резильєнтності



Аналіз графічного взаємного розподілу результатів також підтверджує тенденцію до прямого взаємозв'язку між показниками креативного потенціалу та резильєнтності особистості. Графічне представлення демонструє поступове зростання рівня резильєнтності зі збільшенням показників креативності. Отримані результати вказують на те, що креативність може виступати одним із психологічних ресурсів підтримання стійкості особистості в умовах стресу та невизначеності.

Шкали креативного потенціалу корелювали з психологічною гнучкістю. Зокрема, достовірна кореляція була виявлена між шкалою креативного потенціалу методики «Який Ваш креативний потенціал?» та психологічною гнучкістю ($r_s = 0.262$; $p \leq 0.05$); між шкалою креативного потенціалу методики CPPC-17 та психологічною гнучкістю ($r_s = 0.470$; $p \leq 0.01$).

Крім того, креативний потенціал позитивно корелює з активними копінг-стратегіями, зокрема активним подоланням труднощів ($r_s = 0.337$; $p \leq 0.01$), пошуком інформаційної підтримки ($r_s = 0.303$; $p \leq 0.05$) та проблемно-орієнтованим копінг-стратегіями ($r_s = 0.279$; $p \leq 0.05$). Водночас встановлено негативний зв'язок між резильєнтністю та унікальними копінг-стратегіями ($r_s = -0.397$; $p \leq 0.01$), а також між креативним потенціалом і стратегією уникнення/відмови ($r_s = -0.270$; $p \leq 0.05$). Отримані результати свідчать про те, що особи з вищим рівнем креативності та резильєнтності рідше використовують дезадаптивні способи реагування на стресові ситуації та більш схильні до конструктивного подолання труднощів.

Висновки. Таким чином, результати дослідження підтверджують наявність взаємозв'язку між креативністю та резильєнтністю особистості. Креативність може розглядатися як важливий психологічний ресурс адаптації, тісно пов'язаний із психологічною гнучкістю. Отримані кореляції вказують на те, що вищі показники креативності та психологічної гнучкості пов'язані з вищими показниками резильєнтності та застосуванням адаптивних копінг-стратегій. Отримані результати розширюють уявлення про психологічні механізми адаптації особистості в умовах сучасних кризових викликів та можуть бути використані у практиці психологічного консультування, психопрофілактики й розробки програм розвитку резильєнтності.

Залучення штучного інтелекту: ChatGPT (OpenAI, GPT-5.6) використовувався для мовного редагування тексту, перекладу англomовних елементів та оформлення бібліографічних посилань. ШІ не використовувався для збору емпіричних даних, проведення статистичного аналізу чи формулювання результатів дослідження.

Список використаних джерел

- Карамушка, Л. М. (Ред.). (2015). *Психологічні детермінанти розвитку організаційної культури*. Педагогічна думка. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/10087/>
- Кокун, О. М., & Мельничук, Т. І. (2023). *Резилієнс-довідник: Практичний посібник*. Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. <https://lib.iitta.gov.ua/734632>.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Masten, A. S., Lucke, C. M., Nelson, K. M., & Stallworthy, I. C. (2021). Resilience in development and psychopathology: Multisystem perspectives. *Annual Review of Clinical Psychology*, 17, 521–549. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-120307>
- Моляко, В. О., & Третяк, Т. М. (2023). Система КАРУС як інструмент творчого мислення за умов інформаційної невизначеності. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія*, 34(73), № 1, 22–28. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/05>
- Калюжна, Є. М., Джигун, Л. М., Костенко, Н. І., & Стець, В. І. (2025). Психологічні ресурси особистості в боротьбі із залежною поведінкою: Життєстійкість та ціннісні орієнтації. *Наукові інновації та передові технології*, 3(43), 1653–1661. [https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-3\(43\)-1653-1661](https://doi.org/10.52058/2786-5274-2025-3(43)-1653-1661)

Клібайс, Т. В., Іваницька, О. В., & Миколенко, Н. В. (2025). Зв'язок атрибутивного стилю та копінг-стратегій як основа ресурсного потенціалу студентської молоді. *Перспективи та інновації науки. Серія «Психологія»*, 7(53), 1349–1359.
[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-7\(53\)-1349-1359](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-7(53)-1349-1359)

ДЕКЛАРАЦІЯ про використання систем штучного інтелекту

Під час підготовки матеріалу конференції використовувався інструмент ChatGPT (OpenAI, GPT-5.6) для мовного редагування тексту, перекладу англomовних елементів та оформлення бібліографічних посилань. Штучний інтелект не використовувався для збору або генерації емпіричних даних, проведення статистичного аналізу чи формування результатів дослідження. Автори перевірили та відредагували матеріали, підготовлені із залученням ШІ, та несуть повну відповідальність за достовірність, точність і зміст поданого матеріалу.