

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПЕРІОДУ ПІЗНЬОЇ ДОРОСЛОСТІ У ЧАСИ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ ТА ІНФОРМАЦІЙНОГО РІЗНОМАНІТТЯ

ORCID: 0000-0002-2539-3838

ORCID: 0009-0003-0988-7058

У статті представлено теоретичний та емпіричний аналіз особливостей прояву психологічної стійкості особистості в період пізньої дорослості, яка перебуває в умовах невизначеності та під впливом інформаційного різноманіття. Визначено, що психологічна стійкість особистості виступає багатовимірним конструктом, що включає когнітивну оцінку подій (життєстійкість), емоційне прийняття (задоволеність) та духовну спрямованість (смысл). З'ясована роль смисложиттєвих орієнтацій як ресурсного чинника психологічної стійкості особистості.

За результатами емпіричного дослідження з'ясовано, що існує прямий зв'язок між рівнем осмисленості життя та показниками життєстійкості. Осмисленість цілей та внутрішній локус контролю виступають ключовими детермінантами психологічної стабільності особистості періоду пізньої дорослості, що доводить її здатність конструювати сенси майбутнього та відчувати власну відповідальність за теперішнє як ключового ресурсу подолання екстремального стресу та запобігання віковим кризам.

Обґрунтовано поняття «парадокс задоволеності», згідно з яким індивіди в період пізньої дорослості підтримують високий рівень суб'єктивного благополуччя завдяки «адаптивному консерватизму» та реалізації мікро-сенсів, незважаючи на низький рівень соціальної адаптації. Особистість свідомо обмежує зовнішню активність заради збереження внутрішньої цілісності та реалізації мікро-сенсів (сім'я, онуки,

волонтерство), що виступає проявом зрілої стійкості, де задоволеність життям базується на прийнятті власної долі та реалізації духовних запитів.

Ключові слова: екзистенційний вакуум, життєстійкість, задоволеність життям, локус контролю, смисложиттєві орієнтації, пізня дорослість, психологічна стійкість.

Постановка проблеми. Феномен психологічної стійкості особистості належить до найбільш дискусійних об'єктів дослідження у сучасній психологічній науці. Актуальність цієї проблеми в українському науковому дискурсі зумовлена об'єктивними викликами сучасності: соціальною нестабільністю, воєнним станом і необхідністю збереження ментального здоров'я людини в екстремальних умовах. Життєстійкість особистості в умовах соціальної нестабільності є не просто статичною рисою, а динамічним процесом формування внутрішніх опор.

Саме тому дослідження цієї проблеми є особливо релевантним для періоду пізньої дорослості, коли інтеграція життєвого досвіду стає вирішальним чинником протистояння деструктивним зовнішнім впливам. З'ясування особливостей такої стійкості дозволяє розкрити глибинні механізми збереження суб'єктності особистості в умовах суперечливого інформаційного простору та глобальної невизначеності.

Мета статті полягає у з'ясуванні проявів психологічної стійкості особистості періоду пізньої дорослості в умовах невизначеності та інформаційного різноманіття сьогодення.

Аналіз наукових підходів і публікацій. Етимологія терміну «стійкість» (resilience) походить від латинського *resilio* – «відскакувати», що тривалий час зумовлювало механістичне розуміння цього явища як здатності системи повертатися до первинної форми. Проте сучасні дослідження доводять, що для людини стійкість – це не лише опір, а й здатність до посттравматичного зростання. У період пізньої дорослості це поняття трансформується у складний механізм адаптації до вікових і соціальних змін (Liu 2023; Taylor, Carr, 2024).

Важливо підкреслити, що коріння розуміння стійкості сягає стоїчної філософії. Принцип «дихотомії контролю», закладений ще Марком Аврелієм та Сенекою, сьогодні знаходить своє відображення у сучасних концепціях локусу контролю та суб'єктності. Для особистості віком 55-65 рр. здатність розмежовувати сфери власного впливу та зовнішні неконтрольовані обставини (наприклад, війну або економічні кризи) стає фундаментом психологічного виживання (Кокун, 2021; Cetingök, Irmak, 2022).

Період пізньої дорослості (55-65 рр.) у сучасній психології розглядається як етап «активної зрілості», що водночас супроводжується глибокою екзистенційною переоцінкою. Т. М. Титаренко наголошує, що в умовах війни цей віковий період стає особливо вразливим через зміну звичних життєвих ритмів і соціальних ролей (Титаренко, 2022). Особистість стикається з необхідністю інтеграції свого досвіду, що є ключовим для досягнення цілісності «Я» та запобігання відчаю (Чаусова, 2022).

Сучасні закордонні дослідження підкреслюють, що психологічна стійкість у цьому віці тісно пов'язана із соціальною підтримкою та якістю сімейних зв'язків (Buteinaitė-Switkiewicz et al., 2024; Zheng et al., 2020). Проте вирішальну роль відіграє внутрішній «екзистенційний імунітет». Як зазначає В. О. Олефір (2020), психологічне благополуччя особистості в цей період детермінується рівнем осмисленості життя: чим вища здатність людини знаходити сенс у щоденній діяльності, тим нижчим є ризик розвитку депресивних станів.

Окремим аспектом виступає феномен геротрансцендентності – переходу від прагматичного, матеріалістичного сприйняття світу до більш інтегрованого, космічного погляду (Tornstam, 2005). Це дозволяє людині 55-65 рр. зберігати внутрішній спокій незалежно від зовнішніх коливань, що є вищим проявом духовної стійкості особистості (Москалець, 2023; Чаусова, 2022).

Центральною ланкою в системі внутрішніх ресурсів особистості пізньої дорослості є ціннісно-смилова сфера. У сучасній психології смисложиттєві орієнтації розглядаються не лише як вектор спрямованості особистості, а як

стратегічний регулятор життєдіяльності, що забезпечує її цілісність. О. М. Кокун (2021) зазначає, що в умовах тривалих надзвичайних ситуацій саме наявність чітких життєвих цілей стає вирішальним чинником збереження психічного здоров'я.

Особливе місце в структурі психологічної стійкості займає концепт життєстійкості (*hardiness*), запропонований С. Мадді. Це інтегративна характеристика, яка включає три ключові компоненти: залученість, контроль та прийняття ризику. Для людини віком 55-65 рр. ці компоненти набувають специфічного забарвлення:

1. *Залученість (commitment)* дозволяє уникнути відчуття соціальної відчуженості, забезпечуючи включеність у важливі для особистості процеси (сім'я, хобі, волонтерство).

2. *Контроль (control)* дає відчуття суб'єктності – переконання в тому, що власні дії можуть вплинути на результат подій, навіть у ситуації глобальної невизначеності.

3. *Прийняття ризику (challenge)* стимулює особистість розглядати будь-які зміни (навіть негативні) як можливість для здобуття нового досвіду (Чаусова, 2022; Cetingök, Irmak, 2022).

Сучасні дослідження демонструють, що взаємозв'язок між джерелами сенсу та стійкістю є нелінійним: саме «сприйняття сенсу» (*meaningfulness*) виступає медіатором між життєвими викликами та задоволеністю життям у пізньому віці (Hiebel et al., 2021). Це корелює з висновками В. О. Олефіра (2020), який стверджує, що смисложиттєві орієнтації діють як «екзистенційний імунітет», фільтруючи деструктивні зовнішні впливи та перетворюючи їх на завдання для особистісного зростання.

В умовах воєнних дій в Україні, смислоутворення трансформується у потужний інструмент резильєнтності. Як підкреслює Т. В. Чаусова (2022), для людей пізньої дорослості екзистенційний ресурс часто базується на «трансцендентних сенсах» – турботі про майбутні покоління та збереженні національної ідентичності, що дає сили долати побутові труднощі та соціальну ізоляцію.

Таким чином, психологічна стійкість особистості в період пізньої дорослості не є вродженим конструктом, а є результатом активної роботи свідомості над конструюванням сенсів. Життестійкість виступає когнітивно-поведінковим інструментом, а смисложиттєві орієнтації – мотиваційним двигуном, що в синергії дозволяють людині не лише «виживати», а й продовжувати розвиватися всупереч віковим та соціальним кризам.

Разом із цим, як зазначає О. М. Кокун (2021), тривале перебування в ситуації загрози життю та соціальної нестабільності призводить до виснаження когнітивних ресурсів, що робить проблему внутрішньої стійкості не лише психологічною, а й життєво необхідною. Для українців цього віку характерним є високий рівень відповідальності за молодші покоління, що часто виступає як потужним стимулом до життя, так і чинником додаткового стресу. В умовах вимушеного переміщення або втрати майна, звичні соціальні опори руйнуються, змушуючи особистість шукати нові, іноді парадоксальні джерела сенсу (Гаркавець, Волченко, 2024; Buteinaitė-Switkiewicz et al. 2024).

Окремим аспектом є вплив інформаційного простору. Покоління 55-65 рр. часто демонструє вищу вразливість до маніпуляцій, але водночас має глибший життєвий досвід, який при належній психологічній підтримці може стати базою для резильєнтності. Стійкість у цьому контексті розглядається як здатність інтегрувати травматичний досвід війни у власну біографію без втрати цілісності «Я» (Титаренко, 2022; Liu 2023).

Разом із тим, наукова дискусія щодо природи стійкості у пізній дорослості ведеться на перетині західних та вітчизняних шкіл. Закордонні дослідники, зокрема М. Taylor та D. Carr (2024), акцентують увагу на вимірюванні стійкості як здатності до збереження функціональності, підкреслюючи роль біологічних та соціальних ресурсів. Українська психологічна школа, водночас, робить акцент на суб'єктності особистості – її здатності активно конструювати умови власної стійкості всупереч деструктивному впливу середовища.

Порівняння концепцій життестійкості С. Мадді та смисложиттєвих орієнтацій дозволяє виявити цікаву закономірність: якщо західні моделі часто

фокусуються на «загартуванні» як способі протидії стресу (*Cetingök, Irmak, 2022*), то вітчизняні підходи (*Олефір, 2020; Чаусова, 2022*) більше апелюють до духовного та ціннісного вимірів особистості. Наприклад, результати дослідження L. Zheng (2020) показують, що соціальна підтримка є медіатором задоволеності життям, тоді як українські реалії показують, що навіть за умови соціальної ізоляції особистість може зберігати високу стійкість через «вертикальні» сенси – віру, патріотизм або наставництво.

Особливе значення в контексті нашого дослідження має аналіз «екзистенційного імунітету». Якщо в стабільних умовах (зокрема за наявності соматичних викликів) сенс життя виступає переважно чинником задоволеності (*Hiebel et al., 2021*), то в умовах повномасштабної війни в Україні він трансформується у базовий чинник виживання особистості (*Кокун, 2021*).

Таким чином, сучасний науковий дискурс поступово зміщується від вивчення стійкості як «опору» до розуміння її як «динамічної трансформації» сенсів особистості під впливом критичних обставин.

Виклад основного матеріалу. Дослідження психологічної стійкості людей віком 55-65 рр. вимагає врахування унікального історичного та соціального досвіду цієї вікової генерації. Це покоління «транзитного періоду», чиє становлення відбувалося на зламі епох – від радянської системи до незалежності, що сформувало специфічний тип адаптивності. Проте, сьогодні ці люди стикаються з подвійним викликом: природними кризами пізньої дорослості та екстремальними умовами повномасштабної війни, що розв'язана російськими загарбниками.

Емпіричне дослідження щодо виявлення взаємозв'язку між рівнем осмисленості життя та показниками психологічної стійкості у людей, що перебувають на етапі пізньої дорослості, проводилося протягом 2025-2026 рр.

У дослідженні взяли участь 30 респондентів (чоловіки 17 (57%) та жінки 13 (43%)), віком від 55 до 65 років. Вибірка є репрезентативною за віковою ознакою, відображає різноманітність соціальних статусів у сучасній Україні (педагоги, інженери, медичні працівники, військові пенсіонери), а також це були індивіди, які опинилися у складних життєвих обставинах (зокрема,

внутрішньо переміщені особи (ВПО) та особи, що переживають втрату близьких через воєнні дії). Такий гетерогенний склад вибірки дозволив проаналізувати стійкість особистості в широкому спектрі життєвих сценаріїв.

Для реалізації мети дослідження було сформовано комплексний діагностичний інструментарій, що включає взаємодоповнюючі методики, які дають змогу оцінити стійкість особистості на когнітивному та емоційно-вольовому рівнях. До діагностичного пакету увійшли: тест смисложиттєвих орієнтацій (СЖО) Д. Леонтьєва (Олефір, 2020); тест життєстійкості С. Мадді в адаптації Д. Леонтьєва та О. Рассказової (Чаусова, 2022); шкала життєстійкості Коннора-Девідсона (CD-RISC-10) в адаптації А. В. Стадніка та Ю. Б. Мельника (2025); методика діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонд в адаптації А. К. Осницького (2004); шкала задоволеності життям Е. Дінера в адаптації В. О. Олефіра, В. В. Боснюка (2024).

Першим етапом кількісного аналізу стало визначення середньогрупових показників за основними діагностичними шкалами. Отримані результати дозволяють скласти загальний психологічний профіль респондентів (див. табл. 1).

Таблиця 1

Середні значення та стандартне відхилення основних показників дослідження (N=30)

Показник	Середнє значення (M)	Стандартне відхилення (SD)	Рівень вираженості
Загальна осмисленість життя (СЖО)	98,43	14,8	Середній
Життєстійкість (за С. Мадді)	123,23	10,3	Середній
Стійкість (за Коннором-Девідсоном)	27,4	6,2	Вище середнього
Задоволеність життям (за Е. Дінером)	22,0	6,4	Високий

Емпірично з'ясовано, що загальний рівень осмисленості життя (98,43 бали) відповідає межах вікової норми для періоду пізньої дорослості, проте високе стандартне відхилення вказує на значну неоднорідність вибірки. Особливу увагу привертає високий рівень задоволеності життям (22,0 бали) на фоні середньої життестійкості. Це може свідчити про дію компенсаторних механізмів, де суб'єктивне благополуччя підтримується не через активну боротьбу з обставинами, а через ціннісне прийняття своєї життєвої ситуації (Стаднік, Мельник, 2025; Hiebel et al., 2021).

Для більш детального аналізу ми здійснили кластеризацію респондентів, що повинно було показати, як вони групуються на підставі отриманих емпіричних даних. Отже, ми отримали три основні кластери респондентів, що об'єднуються за рівнем суб'єктивного благополуччя: ресурсний, адаптивний та кризовий.

Ресурсний кластер (33,33%) об'єднує респондентів резильєнтних та осмислених, які мають чіткі цілі. Адаптивний (46,67%) включає респондентів, які мають помірні показники за всіма методиками. Кризовий кластер (20,0%) складають «вразливі респонденти», які мають низькі показники майже за всіма здійсненими емпіричними вимірами.

До ресурсного кластеру увійшли респонденти з високими показниками за шкалами «Цілі в житті» та «Локус контролю-Я». Спільною характеристикою цих осіб є наявність активної життєвої позиції та чіткої інтеграції майбутнього у теперішній контекст.

Так, респонденти, попри вікові зміни та зміну сімейного статусу, зберігають високий рівень стійкості (за Дінером) через активну хобі-діяльність та подорожі. Це ілюструє тезу М. Тейлор (2024) про те, що стійкість у старшому віці підтримується через збереження «функціональної автономії» та прагнення до нових вражень. У таких респондентів стійкість виступає як прояв цілісності особистості, де минулий досвід сприймається як ресурс для активного сьогодення.

Особливий науковий інтерес для розуміння деструктивних процесів у період пізньої дорослості становить аналіз результатів респондентів із кризового кластеру, у яких переважає критично низький рівень життєстійкості. Так, встановлено, що такі респонденти володіють потенційно високими інтелектуальними здібностями та природною емпатійністю. Проте поєднання несприятливих мікросоціальних чинників (хронічний алкоголізм батьків, відсутність адекватної підтримки з боку освітніх інституцій у ранньому віці) призводить до деформації ціннісно-смислової сфери. Відсутність професійної реалізації та досвіду створення власної родини занурюють у стан стійкої соціальної апатії.

За результатами діагностики, у таких респондентів зафіксовано мінімальні бали за всіма субшкалами тесту СЖО, що вказує на повну відсутність життєвих цілей та відчуття безглуздості теперішнього. Життєстійкість за С. Мадді знаходиться на нижній межі, що проявляється у деструктивних копінг-стратегіях, зокрема у формі алкоголізації. Стан респондентів характеризується чергуванням спалахів агресії з глибокими депресивними епізодами. Найбільш тривожним симптомом є стійка зневіра у можливості будь-яких позитивних змін – феномен, який у сучасній психології описується як «вивчена безпорадність» (Кокун, 2021; Чаусова, 2022). У даному випадку ми бачимо, як відсутність внутрішніх смислових опор робить особистість беззахисною перед життєвими кризами, перетворюючи пізню дорослість на період стагнації та розпаду.

Кардинально іншу модель психологічної стійкості демонструють респонденти з адаптивного кластеру, які перебувають у ситуації об'єктивного надстресу, але зберігають високу функціональність. Найбільш яскравим прикладом є респонденти, які обтяжені статусом ВПО, втратою майна та невідомістю щодо долі чоловіка, який зник безвісти на війні (Гарькавець, Волченко, 2024).

Попри ці екстремальні обставини, такі респонденти демонструють високі показники за шкалою життєстійкості Коннора-Девідсона (> 30) та середній рівень задоволеності життям за Е. Дінером (> 22). А, отже,

психологічний аналіз дозволяє стверджувати, що фундаментом їхньої стійкості є механізм «трансценденції сенсу» – зміщення фокусу з власних страждань на турботу про невістку та маленького онука.

Це підтверджує наукові висновки Т. М. Титаренко (2022) про те, що в умовах війни відповідальність за інших та міцні сімейні зв'язки стають головними предикторами резильєнтності. Такі індивіди не просто «виживають», а зберігають доброзичливість та віру в людей, що свідчить про високу етичну стійкість та здатність знаходити сенс у виконанні родинного обов'язку.

Разом із цим, це ілюструє парадоксальний факт: наявність об'єктивно важких умов життя при сформованих смислових орієнтаціях може призводити до вищого рівня стійкості, ніж у людей із благополучним, але безцільним існуванням (*Zheng et al., 2020*).

Щоб з'ясувати наскільки сформовані кластери відрізняються між собою, ми застосували Лямбду Вілкса (Λ). З цією метою був використаний однофакторний багатомірний дисперсійний аналіз (MANOVA), що засвідчив високу статистичну значущість відмінностей між виокремленими кластерами за сукупністю всіх показників: $\Lambda = 0,24$; $p < 0,001$. Отже, наявні кластерні відмінності вказують на виокремлення нами структурно різних типів адаптації особистості.

Для поглиблення розуміння ролі суб'єктивного вибору у формуванні стійкості ми провели порівняльний аналіз деяких респондентів, особистості яких формувалися у схожих соціальних умовах, мають тривалу історію знайомства, проте їхні показники стійкості у період пізньої дорослості є діаметрально протилежними.

Встановлено, що одні респонденти зуміли сформувати стійку життєву позицію, яка базується на залученості у трудову діяльність та підтримці соціальних контактів. Їхні результати за шкалою «Локус контролю – Життя» є значно вищими, ніж у тих, хто не був спроможним це зробити. Це порівняння дає підстави стверджувати, що психологічна стійкість у період пізньої дорослості є результатом не лише зовнішніх обставин, а насамперед

внутрішньої роботи особистості над створенням та утриманням ціннісно-смыслових констант. Навіть при несприятливому «старті» людина зберігає потенціал для розвитку стійкості через вольове прийняття життєвих викликів (Олефір, 2020; Liu, 2023).

З метою з'ясування наявних кореляційних зв'язків між показниками смысловиттєвих орієнтацій (СЖО), параметрами життєстійкості (тест С. Мадді) та психологічної стійкості (шкала Коннора-Девідсона) респондентів був використаний коефіцієнт кореляції Спірмена r_s , оскільки первинні дані мають порядковий характер.

Статистична обробка даних виявила сильний прямий зв'язок ($r_s = 0,68$; $p < 0,01$) між загальним показником осмысленості життя та рівнем життєстійкості. Це означає, що чим чіткіше особистість у період пізньої дорослості усвідомлює свої цілі та цінність пройденого шляху, тим вищою є її здатність долати кризові ситуації без суттєвих втрат для ментального здоров'я.

Особливий інтерес становлять кореляції між окремими субшкалами:

Субшкала «Цілі в житті» та «Залученість» ($r_s = 0,72$; $p < 0,01$). Цей зв'язок підтверджує, що наявність планів на майбутнє (навіть короткострокових, як-от хобі чи допомога онукам) змушує людину відчувати себе частиною соціального процесу, запобігаючи відчуттю непотрібності та депресивним станам.

Субшкала «Локус контролю – Я» та «Контроль» ($r_s = 0,65$; $p < 0,01$). Респонденти, які вірять у власну здатність впливати на події, демонструють вищу стійкість за Коннором-Девідсоном. Вони частіше використовують активні стратегії подолання стресу.

Отримані дані дозволяють стверджувати, що для покоління 55-65 рр. в Україні смысловиттєві орієнтації виступають не просто абстрактною категорією, а реальним інструментом психологічного самозахисту. У ситуаціях, де зовнішній контроль є мінімальним (війна, соціальні трансформації), внутрішній контроль, заснований на сенсах, стає єдиною стабільною опорою особистості.

Під час аналізу було виявлено специфічний феномен, який ми умовно назвали «парадоксом задоволеності». Суть його полягає в тому, що у 40% респондентів спостерігаються низькі показники за шкалою соціально-психологічної адаптації (за Роджерсом-Даймонд), проте зафіксовано високий рівень задоволеності життям (за Е. Дінером) та середній рівень життєстійкості.

Цей парадокс можна пояснити через зміну пріоритетів особистості на етапі пізньої дорослості. Якщо у молоді адаптація часто пов'язана з успішною конкуренцією та зовнішніми досягненнями, то у віці 55-65 рр. вона трансформується у внутрішнє прийняття своєї долі. Респонденти можуть не прагнути активних змін у житті або не вписуватися в сучасні динамічні соціальні стандарти (низька адаптація), але при цьому відчувати внутрішній спокій через реалізацію мікро-сенсів: волонтерство, виховання дітей, збереження родинного затишку.

Даний феномен також перегукується з «небажанням змін», виявленим в процесі спостереження за респондентами. З наукової точки зору, це часто є не ознакою слабкості, а формою «адаптивного консерватизму» (Чаусова, 2022; Cetingök, Irmak, 2022). Особистість свідомо обмежує зовнішню активність, щоб зберегти енергію для підтримання внутрішньої стабільності та гармонії. Це є проявом зрілості, де стійкість досягається не через боротьбу зі світом, а через інтеграцію у свій внутрішній простір.

Отримані в ході дослідження дані дозволяють вийти за межі суто статистичних описів і здійснити глибинний психологічний аналіз природи стійкості у період пізньої дорослості. Перш за все, підтверджена нами кореляція між осмисленістю життя та життєстійкістю свідчить про те, що ціннісно-смилова сфера є не просто «додатком» до психіки, а її фундаментальним каркасом. Це чітко простежується на прикладі наших респондентів: ті, хто зберіг здатність до цілепокладання (група «ресурсних»), демонструють значно вищий рівень психологічного імунітету. Їхня стійкість базується на тому, що С. Мадді називав «залученістю» – активною включення у події власного життя, навіть якщо ці події обмежені стінами дачного будинку або колом сім'ї (Liu, 2023).

Окремої уваги заслуговує аналіз духовного виміру стійкості. Як підкреслює В. П. Москалець (2023), духовне буття особистості є вищою формою її самоорганізації, що дозволяє долати екзистенційні кризи через звернення до трансцендентних цінностей. У нашій вибірці це проявилось через релігійність або глибоку віру в етичні ідеали. Для таких людей страждання не стає «тупиком», а перетворюється на завдання, яке потрібно виконати з гідністю. Це підтверджує думку Т. М. Титаренко (2022) про те, що засоби самодопомоги в умовах війни мають насамперед смислову природу: людина витримує будь-яке «як», якщо знає «навіщо».

Контраст між окремими респондентами наочно показує визначальну роль суб'єктності особистості. За умови відносної ідентичності початкових соціальних обставин, частина опитуваних актуалізує стратегію активного контролю над власною долею, тоді як інша — демонструє ознаки вивченої безпорадності. Враховуючи, що психологічна стійкість за моделлю Коннора-Девідсона трактується як динамічна здатність до відновлення, що гартується у процесі щоденного подолання мікро-стресів (Стаднік, Мельник, 2025), відсутність такої вольової «практики» призводить до поступової деградації механізмів психологічного захисту особистості. Виявлений нами «парадокс задоволеності» (низька адаптація при високій задоволеності) потребує переосмислення поняття норми у геронтопсихології. Традиційні підходи розглядають відмову від змін як ознаку дезадаптації. Проте в умовах війни в Україні, «небажання змін» може виступати як стратегія збереження внутрішнього ресурсу. Як зазначає Т. В. Чаусова (2022), для людей пізньої дорослості стабільність є найвищою цінністю, а відмова від ризикованих трансформацій є проявом життєвої мудрості, а не стагнації. Це дозволяє особистості зберігати емоційний комфорт у межах свого «мікросвіту», що підтверджується високими балами за шкалою Е. Дінера у більшості наших респондентів (Zheng et al., 2020).

Таким чином, психологічна стійкість особистості у період пізньої дорослості – це багатовимірний конструкт. Він включає когнітивну оцінку подій (життєстійкість), емоційне прийняття (задоволеність) та духовну

спрямованість (смысл). Робота психолога з цією віковою групою має бути зосереджена не стільки на зміні поведінкових патернів, скільки на актуалізації наявних смислів і допомозі в інтеграції травматичного досвіду у цілісну картину життя.

Висновки. Психологічна стійкість особистості у віці 55-65 рр. є складним динамічним утворенням, що в сучасних умовах України (соціальна нестабільність, воєнний стан тощо) трансформується із пасивного механізму адаптації в активну суб'єктну стратегію виживання. Встановлено, що для цього вікового періоду характерним є пошук внутрішніх опор, де провідну роль відіграє ціннісно-смыслова сфера, яка виступає «екзистенційним імунітетом» проти деструктивного впливу зовнішнього середовища.

Емпірично з'ясовано, що існує прямий зв'язок між рівнем осмысленості життя та показниками життєстійкості особистості. Високі бали за субшкалами СЖО (зокрема, «Цілі в житті» та «Локус контролю-Я») є предикторами високої резильєнтності за Коннором-Девідсоном. Тобто, здатність особистості конструювати сенси майбутнього та відчувати власну відповідальність за теперішнє є ключовим ресурсом подолання екстремального стресу та запобігання віковим кризам.

Зазначено, що виокремлені групи респондентів, які були об'єднані за рівнем суб'єктивного благополуччя в ресурсний, адаптивний та кризовий кластери, мають високу статистичну значущість відмінностей, що доводить наявність структурно різних типів адаптації особистості.

Встановлено, що відсутність професійної та особистісної реалізації у поєднанні із деструктивними копінг-стратегіями призводить до повної втрати психологічної стійкості, дезадаптації та зневіри у можливості будь-яких змін. Це підкреслює необхідність ранньої діагностики смыслової сфери для запобігання соціальної маргіналізації людей у період пізньої дорослості.

Обґрунтовано «парадокс задоволеності», що притаманний сучасним українцям старшого віку: високий рівень суб'єктивного благополуччя може зберігатися навіть при низьких показниках соціальної адаптації. Це пояснюється стратегією «адаптивного консерватизму», де особистість свідомо

обмежує зовнішню активність заради збереження внутрішньої цілісності та реалізації мікро-сенсів (наприклад, сім'я, онуки, волонтерство). Такий стан є проявом зрілої стійкості, де задоволеність життям базується на прийнятті власної долі та реалізації духовних запитів.

Перспективи подальших емпіричних розвідок ми вбачаємо у вивченні гендерних відмінностей проявів стійкості, а також у дослідженні впливу залученості людей пізньої дорослості до цифрових технологій як ресурсу соціальної інтеграції та підтримки сенсу життя.

Література

1. Гарькавець С. О., Волченко Л. П. Сучасні виклики внутрішньо переміщених осіб в Україні: соціально-психологічний аналіз // *ГРААЛЬ НАУКИ: міжнар. наук. журнал*. Вінниця: ГО «Європейська наукова платформа»; НУ «Інститут науково-технічної інтеграції та співпраці», 2024. № 47. С. 763-768. DOI: <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.20.12.2024>
2. Гарькавець С. О. Юридична психологія: словник-довідник. Сєвєродонецьк: Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2021. 152 с. [ISBN 978-617-11-0185-2](https://doi.org/10.36074/grail-of-science.20.12.2024).
3. Кокун О. М. Психологічна стійкість особистості в умовах тривалих надзвичайних ситуацій. *Психологічний часопис*. 2021. Т. 7. № 5. С. 9-18. DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.5.1>
4. Москалець В. П. Психологія духовного буття особистості: монографія. Київ : Центр навчальної літератури, 2023. 262 с. [ISBN 978-617-673-127-6](https://doi.org/10.36074/grail-of-science.20.12.2024).
5. Олефір В. О. Психологічне благополуччя та смисложиттєві орієнтації особистості. *Науковий вісник ХДУ*. 2020. № 2. С. 45-52. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-2-6>
6. Олефір В. О., Боснюк В. В. Адаптація українськомовної версії шкали задоволеності життям Е. Дінера. *Наука і освіта*. 2024. № 2. С. 64-72. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-9>
7. Осницький А. К. Визначення характеристик соціальної адаптації. *Психологія і школа*. 2004. № 1. С. 43-56.

8. Стаднік А. В., Мельник Ю. Б. Шкала життєстійкості Коннора-Девідсона: методичний посібник. Харків : ХОГОКЗ, 2025. 14 с. DOI: <https://doi.org/10.26697/sri.krpochn/stadnik.melnyk.3.2025>
9. Титаренко Т. М. Психологічна стійкість особистості: засоби самодопомоги в умовах війни. *Вісник НАПН України*. 2022. Т. 4. № 2. DOI: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4222>
10. Чаусова Т. В. Екзистенційний ресурс стійкості особистості в період пізньої дорослості. *Габітус*. 2022. Вип. 39. С. 112-117. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.39.18>
11. Buteinaitė-Switkiewicz J. et al. The Role of Family Bonds in Nurturing Psychological Resilience in Older Adults. *MJCP*. 2024. Vol. 12. Issue 1. DOI: <https://doi.org/10.13129/2282-1619/mjcp-4457>
12. Cetingök S., Irmak A. Psychological Resilience and Adaptation Difficulties in Older Adults. *Namik Kemal Tıp Dergisi*. 2022. Vol. 10. Issue 2. DOI: <https://doi.org/10.4274/nmt.galenos.2022.95155>
13. Hiebel N. et al. Relationships of Sources of Meaning and Resilience in Late Adulthood. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.685125>
14. Liu L. Analysis of Elderly Psychological Resilience and Its Role in Coping with Life Stress. *IJEH*. 2023. Vol. 11. Issue 1. DOI: <https://doi.org/10.54097/ijeh.v11i1.12756>
15. Taylor M. G., Carr D. C. Measuring Psychological Resilience in Aging. *Innovation in Aging*. 2024. Vol. 8. DOI: <https://doi.org/10.1093/geroni/igae013>
16. Tornstam L. Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging. N.Y.: Springer Publishing Company, 2005. 224 p. [ISBN 9780826131348](https://doi.org/10.1007/978-0-387-32963-3).
17. Zheng L. et al. Resilience as a mediator between social support and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 2020. Vol. 166. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110035>

Transliterated

1. Harkavets S. O., Volchenko L. P. Modern challenges of internally displaced persons in Ukraine: socio-psychological analysis // GRAIL OF SCIENCE: international scientific journal. Vinnytsia: NGO "European Scientific Platform"; National University "Institute of Scientific and Technical Integration and Cooperation", 2024. № 47. P. 763-768. DOI: <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.20.12.2024>
2. Harkavets S. O. Legal psychology: dictionary-reference book. Severodonetsk: Publishing house of the V. Dahl National University, 2021. 152 p. [ISBN 978-617-11-0185-2.](https://doi.org/10.36074/grail-of-science.20.12.2024)
3. Kokun O. M. Psychological stability of the individual in conditions of prolonged emergencies. Psychological magazine. 2021. Vol. 7. № 5. P. 9-18. DOI: <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.5.1>
4. Moskalets V. P. Psychology of the spiritual being of a person: monograph. Kyiv: Center for Educational Literature, 2023. 262 p. [ISBN 978-617-673-127-6.](https://doi.org/10.31108/1.2021.7.5.1)
5. Olefir V. O. Psychological well-being and meaningful life orientations of a person. Scientific Bulletin of KhSU. 2020. № 2. P. 45-52. DOI: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-2-6>
6. Olefir, V. O., & Bosniuk, V. V. (2024). Adaptatsiia ukrainskomovnoi versii shkaly zadovolenosti zhyttiam E. Dinera [Adaptation of the Ukrainian version of E. Diener's Satisfaction with Life Scale]. Nauka i osvita, № 2. P. 64-72. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2024-2-9>
7. Osnitskyi, A. K. (2004). Vyznachennia kharakterystyk sotsialnoi adaptatsii [Determination of characteristics of social adaptation]. Psykholohiia i shkola, № 1. P. 43-56.
8. Stadnik A. V., Melnyk Yu. B. Connor-Davidson Resilience Scale: Methodical Guide. Kharkiv: KHOGOKZ, 2025. 14 p. DOI: <https://doi.org/10.26697/sri.krpochn/stadnik.melnyk.3.2025>
9. Tytarenko T. M. Psychological resilience of the individual: means of self-help in wartime. Bulletin of the National Academy of Sciences of Ukraine. 2022. Vol. 4. № 2. DOI: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2022.4222>

10. Chausova T. V. Existential resource of resilience of the individual in late adulthood. *Habitus*. 2022. Vol. 39. P. 112-117. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.39.18>
11. Buteinaitė-Switkiewicz J. et al. The Role of Family Bonds in Nurturing Psychological Resilience in Older Adults. *MJCP*. 2024. Vol. 12. Issue 1. DOI: <https://doi.org/10.13129/2282-1619/mjcp-4457>
12. Cetingök S., Irmak A. Psychological Resilience and Adaptation Difficulties in Older Adults. *Namık Kemal Tıp Dergisi*. 2022. Vol. 10. Issue 2. DOI: <https://doi.org/10.4274/nmt.galenos.2022.95155>
13. Hiebel N. et al. Relationships of Sources of Meaning and Resilience in Late Adulthood. *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.685125>
14. Liu L. Analysis of Elderly Psychological Resilience and Its Role in Coping with Life Stress. *IJEH*. 2023. Vol. 11. Issue 1. DOI: <https://doi.org/10.54097/ijeh.v11i1.12756>
15. Taylor M. G., Carr D. C. Measuring Psychological Resilience in Aging. *Innovation in Aging*. 2024. Vol. 8. DOI: <https://doi.org/10.1093/geroni/igae013>
16. Tornstam L. Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging. N.Y.: Springer Publishing Company, 2005. 224 p. [ISBN 9780826131348](https://doi.org/10.1007/978-1-4020-2613-1).
17. Zheng L. et al. Resilience as a mediator between social support and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*. 2020. Vol. 166. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110035>

The article presents a theoretical and empirical analysis of psychological resilience in late adulthood under conditions of uncertainty and the influence of information diversity. It is established that psychological resilience acts as a multidimensional construct encompassing a cognitive assessment of events (hardiness), emotional acceptance (satisfaction), and spiritual orientation (meaning). The role of meaning-life orientations as a resource factor for psychological resilience is identified.

Based on the empirical study results, a direct correlation between the level of meaningfulness of life and hardiness indicators is established. Meaningfulness of goals and internal locus of control emerge as key determinants of psychological stability in late adulthood, proving the individual's ability to construct future meanings and assume responsibility for the present as a vital resource for overcoming extreme stress and preventing age-related crises.

The concept of the "satisfaction paradox" is substantiated, whereby individuals in late adulthood maintain high levels of subjective well-being through "adaptive conservatism" and the realization of micro-meanings despite low levels of social adaptation. The individual consciously limits external activity to preserve internal integrity and realize micro-meanings (family, grandchildren, volunteering), which manifests as mature resilience where life satisfaction is based on the acceptance of one's fate and the fulfillment of spiritual needs.

Keywords: *existential vacuum, hardiness, life satisfaction, locus of control, meaning-life orientations, late adulthood, psychological resilience.*

Гарькавець С. О., доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології та соціології Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.

Левандовський В. В., здобувач вищої освіти другого (магістерського) рівня спеціальності 04 «Психологія» Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, м. Київ.