

УДК 316.7:141.21]:364-43

DOI <https://doi.org/10.32782/3041-1351/2026-2-17>

Чернякова Аліна Вікторівна

кандидат педагогічних наук, доцент,
старший викладач кафедри психології,
політології та соціокультурних технологій,
Сумський державний університет
alina_chernya@ukr.net
ORCID ID: 0000-0002-4076-4377

СОЦІАЛЬНИЙ ОПТИМІЗМ ЯК РЕСУРС СТІЙКОСТІ ФАХІВЦІВ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ

Вступ. У статті узагальнено підходи до розуміння стійкості як інтегративного феномена, що включає особистісні, соціальні та середовищні ресурси. Проаналізовано структуру стійкості фахівців соціальної сфери. У науковій розвідці розкрито сутність соціального оптимізму як специфічного особистісного ресурсу соціальних працівників, що має когнітивний, емоційний, поведінковий та мотиваційно-ціннісний компоненти. Доведено, що соціальний оптимізм сприяє інтеграції та ефективному використанню інших ресурсів стійкості фахівців. Визначено його значення для підтримання професійної мотивації в соціальній роботі, запобігання емоційному вигоранню та забезпечення ефективної соціальної взаємодії.

Мета роботи – здійснити теоретичний аналіз стійкості фахівців соціальної сфери, виявити її структурні компоненти та ресурси, обґрунтувати соціальний оптимізм як ключовий особистісний ресурс, що сприяє підвищенню професійної ефективності в умовах викликів, стресу та невизначеності.

Наукова новизна полягає у поглибленні уявлень про стійкість фахівців соціальної сфери як динамічну систему взаємодії внутрішніх і зовнішніх ресурсів, а також у визначенні соціального оптимізму як ключового ресурсу, що забезпечує їх інтеграцію та ефективне функціонування в умовах викликів і невизначеності.

Висновки. У статті розкрито сутність стійкості фахівців соціальної сфери як динамічного процесу взаємодії особистісних, соціальних і середовищних ресурсів. Визначено, що стійкість має інтегративний характер і включає ціннісно-мотиваційну, емоційно-психологічну, когнітивну та соціальну складові.

Обґрунтовано, що соціальний оптимізм виступає особистісним ресурсом фахівців, який охоплює когнітивний, емоційний, поведінковий та мотиваційно-ціннісний компоненти. У професійній діяльності соціальних працівників соціальний оптимізм виконує низку важливих функцій: мотиваційно-підтримувальну, захисну, прогностично-перспективну, інтеракційно-партнерську, а також функцію метаресурсу, активізуючи інші ресурси стійкості, що сприяє підвищенню професійної ефективності фахівців соціальної сфери. Соціальний оптимізм як особистісний ресурс фахівців соціальної сфери функціонально забезпечує реалізацію основних напрямів соціальної роботи.

Ключові слова: соціальний оптимізм, стійкість, структура стійкості, ресурси стійкості, діяльність соціальних працівників.

Chernyakova Alina Viktorivna

PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Senior Lecturer at the Department of Psychology,
Political Science and Socio-Cultural Technologies,
Sumy State University

SOCIAL OPTIMISM AS A RESOURCE FOR RESILIENCE OF SOCIAL SPHERE PROFESSIONALS

Introduction. The article summarizes approaches to understanding resilience as an integrative phenomenon that includes personal, social and environmental resources. The structure of resilience of social workers is analyzed. The scientific investigation reveals the essence of social optimism as a specific personal resource of social workers, which has cognitive, emotional, behavioral and motivational-value components. It is proven that social optimism contributes to the integration and effective use of other resources of resilience of specialists. Its importance for maintaining professional motivation in social work, preventing emotional burnout and ensuring effective social interaction is determined.

Purpose and objectives of the article to carry out a theoretical analysis of the resilience of social work professionals, to identify its structural components, and to substantiate social optimism as a key personal resource that contributes to enhancing professional effectiveness under conditions of stress and uncertainty.

The scientific novelty lies in deepening the understanding of resilience of social sector professionals as a dynamic system of interaction between internal and external resources, as well as in identifying social optimism as a key resource that ensures their integration and effective functioning under conditions of challenges and uncertainty.

Results. The article reveals the essence of the resilience of social sphere specialists as a dynamic process of interaction of personal, social and environmental resources. It is determined that resilience has an integrative nature and includes value-motivational, emotional-psychological, cognitive and social components.

The role of the resource-based approach is substantiated, according to which the key factor is the specialist's ability to mobilize and effectively use available resources. It is proven that social optimism acts as a personal resource encompassing cognitive, emotional,



© Чернякова А. В., 2026

Стаття поширюється на умовах ліцензії відкритого доступу (CC BY 4.0)

behavioral, and motivational-value components. It is shown that social optimism performs the function of a meta-resource, activating other resilience resources and contributing to the enhancement of the professional effectiveness of social sphere specialists.

Key words: *social optimism, resilience, structure of resilience, resilience resources, social workers' activities.*

Вступ. Сучасне українське суспільство перебуває на етапі глибоких трансформацій та модернізацій, що супроводжується численними соціальними викликами та зростанням навантаження на інституції соціальної сфери. Ефективне функціонування соціальних організацій, зокрема закладів охорони здоров'я, освіти, соціального захисту та інших установ, що надають життєво важливі послуги населенню – критично залежить від стійкості, ціннісних орієнтирів та оптимістичної налаштованості фахівців соціальної сфери. Фахівці соціальної сфери стикаються зі складними викликами, які потребують високого рівня знань, навичок соціальної роботи з уразливими групами населення, особами, які пережили травматичні події в умовах війни. Це вимагає від соціальних працівників високого рівня стійкості, ресурсності та професійної підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У міждисциплінарній науковій спільноті питання соціальної стійкості стали предметом аналізу і наукових розвідок цілого ряду вчених таких, як-от: Б. Рейман, К. Рейман, О. Сухий, Ю. Пачковський [7]. Сучасні дослідження В. Балахтар [1; 2] фокусуються на вивченні структури стійкості та складових становлення особистості фахівця з соціальної роботи. Оптимізм як психологічний та соціальний феномен досліджено у працях К. Перчули [5], О. Рафікова [6], М. Шейера і Ч. Карвера [9; 10], Б. Фредріксон [11], М. Селігмана [12; 13] тощо.

Метою дослідження є узагальнення теоретичних підходів до розуміння стійкості фахівців соціальної сфери, визначення її ресурсів та обґрунтування соціального оптимізму як ключового особистісного ресурсу підвищення професійної ефективності в умовах викликів та невизначеності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вивчення стійкості фахівців соціальної сфери включає розгляд формування різних рівнів соціальної стійкості. На думку цілого ряду авторитетних вчених, зокрема Б. Рейман, К. Рейман, О. Сухого, Ю. Пачковського у сучасному науковому дискурсі формується визначена система чинників та ресурсів, задіяних у багаторівневе регулювання соціальної стійкості на особистісному, груповому (спільнотному), інституційному та суспільному рівнях [7].

Особистісний рівень соціальної стійкості, значною мірою, пов'язаний з індивідуальними якостями та механізмами, що дають змогу людям витримувати, адаптуватися та відновлюватися під час гострих конфліктів і викликів [7]. Наприклад, в умовах війни домінуючим напрямом є подолання стресових і тривожних станів у населення та формування відповідної психологічної й соціальної стійкості з урахуванням особистісних ресурсів.

Груповий рівень соціальної стійкості належить до колективної здатності спільнот протистояти зовнішнім потрясінням та збуренням, адаптуватися до них

і відновлюватися після них. Цей рівень може бути представлено громадськими гуманітарними організаціями. До гуманітарних організацій, що функціонують в Україні, належать як міжнародні структури «Врятуймо дітей» (Save the Children), «Лікари без кордонів» (Médecins Sans Frontières), «Медейр» (Medair), «Данська рада у справах біженців» (Danish Refugee Council), так і українські благодійні фонди, громадські організації та локальні ініціативи [5]. Вони надають допомогу у вигляді програм захисту психічного здоров'я та психосоціальної підтримки (Mental Health and Psychosocial Support – MHPSS) сім'ям зі статусом внутрішньо переміщених осіб та їхнім дітям, а також відновлюють постраждалі громади та соціальну інфраструктуру [5].

У досліджуваному контексті до фахівців гуманітарних організацій належать працівники, які надають соціальну і психологічну підтримку постраждалому від війни населенню, працюють у мобільних командах, виконують функції соціального супроводу, координують гуманітарні програми або здійснюють польову діяльність у громадах. У цю групу входять фахівці допоміжних професій, зокрема: мобільні психологи, соціальні працівники, кейс-менеджери, польові співробітники, координатори гуманітарних програм, а також волонтери, які працюють з вразливими категоріями населення.

Інституційний рівень соціальної стійкості. Як зазначено у колективній науковій розвідці «Соціальна стійкість українського суспільства в умовах війни: історико-світоглядні виклики» інституційний рівень передбачає здатність офіційних організацій, структур управління та систем брати на себе відповідальність, адаптуватися до викликів і підтримувати основні державні функції під час війни, в контексті професійної діяльності це здатність установ соціальної сфери забезпечувати стабільне функціонування суспільства [7].

На інституційному рівні залучені такі державні установи, як: органи соціального захисту населення, центри соціальних служб, служби у справах дітей, центри зайнятості, пенсійний фонд та заклади соціального обслуговування людей, які опинилися у складних життєвих обставинах.

Суспільний рівень соціальної стійкості відображається у здатності суспільства як складної соціальної системи адаптуватися, реагувати та зберігати функціональність під час кризових ситуацій. Коли розглядаємо цей рівень стійкості в умовах сучасної війни, йдеться про соціокультурні та ментальні чинники, що протистоять зовнішнім негативним обставинам та впливають на згуртованість суспільства перед обличчям екзистенційних загроз.

Узагальнюючи, важливо зазначити, що рівні соціальної стійкості взаємопов'язані та взаємозалежні, тому, що індивідуальний рівень формує основу і світогляд особистості фахівця, інституційний забезпе-

чує соціальну підтримку соціально вразливих груп населення, суспільний створює соціальні умови і середовище для стійкості громади в цілому.

Стійкість фахівця соціальної сфери. У зарубіжних дослідженнях з соціальної роботи Адріана Д. ван Бреда стійкість визначається як динамічний процес подолання професійних труднощів, що базується на інтеграції *особистісних* (внутрішніх), *соціальних* ресурсів (зовнішніх), також додаткових *середовищних* ресурсів (контекстуальних) [14; 15].

У своїх дослідженнях вчений *індивідуальні (особистісні) ресурси* визначив як внутрішні характеристики людини, які допомагають долати труднощі [14]: 1) оптимізм і надія; 2) смисли, цінності, переконання; 3) самоефективність (віра у власні можливості); 3) емоційна регуляція; 4) копінг-стратегії (способи подолання стресу); 4) духовність / життєві орієнтири.

До соціальних ресурсів Адріан Д. ван Бреда відносить те, що людина отримує через взаємодію з іншими та зовнішнім середовищем [14; 15]: 1) підтримка сім'ї; 2) підтримка колег і професійного оточення; 3) міжособистісні зв'язки; 4) соціальний капітал (довіра, взаємодопомога).

Важливо додати, що вчений *середовищні (контекстуальні) ресурси* пов'язував з умовами організації професійної діяльності фахівців, до них можна віднести організаційну підтримку, доступ до необхідних матеріальних та інформаційних ресурсів, наявність чітких професійних стандартів і процедур, а також загальна стабільність і безпечність соціального середовища. Ці ресурси створюють умови для реалізації потенціалу фахівця та забезпечують можливості для його професійного розвитку засобом supervізійного навчання.

У концепції А. ван Бреда стійкість формується через взаємодію індивідуальних, соціальних і середовищних ресурсів, а ключовим механізмом виступає здатність фахівця мобілізувати ці ресурси. У цьому контексті соціальний оптимізм можна розглядати як внутрішній ресурс, що активізує доступ до зовнішніх ресурсів і підсилює їх ефективність.

Уважного ставлення дослідників останнім часом вимагає питання вивчення *структури стійкості* фахівця соціальної сфери. У сучасних наукових дослідженнях проблема структури стійкості фахівця соціальної сфери розглядається як інтегративне утворення, що поєднує різні групи особистісних і професійних ресурсів. У цьому аспекті варто взяти до уваги дослідження Ю. Лялюк [3], Ю. Тептюк [8], в яких вчені розглядають стійкість як інтегративне багатокомпонентне утворення, що охоплює *когнітивні, емоційні, мотиваційні, поведінкові та соціально-професійні складові*.

Деякі українські науковці підкреслюють роль *ціннісно-мотиваційної складової* та професійної ефективності у структурі стійкості фахівця соціальної сфери. Так, згідно з результатами дослідження вченої В. Балахтар з'ясовано, що формування ціннісно-мотиваційної складової становлення особистості фахівця з соціальної роботи потребує свідомого

конструювання особистісного життя і професійної діяльності, підґрунтям яких виступають смисложиттєві та ціннісні орієнтації особистості, її плани щодо самовдосконалення і самореалізації [1; 2].

Згідно з результатами опитування проведеного за авторською методикою В. Балахтар «Ціннісне ставлення до становлення особистості фахівця у сфері соціальної роботи» було з'ясовано, що найбільшу цінність для фахівців у сфері соціальної роботи становить «соціальний захист, допомога, підтримка і піклування про людей, які цього потребують» (55,7% досліджуваних), що, на нашу думку, свідчить про сформовану позитивну установку стосовно основних завдань соціальної роботи щодо особливостей і процедури надання соціальних послуг населенню [1].

Результати здійсненого аналізу дозволяють стверджувати, що *стійкість фахівця соціальної сфери* – це динамічна інтегративна властивість особистості та професійної діяльності, що виявляється у здатності фахівця зберігати смислову цілісність, соціально орієнтовану мотивацію та ефективність взаємодії з клієнтами в умовах невизначеності, а також відновлювати та примножувати власні ресурси через рефлексію, саморегуляцію та соціальний оптимізм. Серед важливих ресурсів стійкості в умовах війни з упевненістю можна вважати соціальний оптимізм.

Далі проаналізуємо основні підходи до вивчення феномену соціального оптимізму, виокремимо його структурні компоненти, проаналізуємо функції і схарактеризуємо зв'язок соціального оптимізму з елементами стійкості працівників соціальної сфери.

Як зазначено вище, у структурі ресурсного забезпечення стійкості фахівців соціальної сфери особливе місце посідає соціальний оптимізм. Вітчизняний науковець О. Рафіков [6] у праці «Соціальний оптимізм як компонент університетської організаційної культури» переконливо обґрунтовує, що це явище відображається через соціальну довіру, спільну відповідальність, емпатію та готовність здійснювати суспільно-корисну діяльність. Соціальний оптимізм відрізняється від індивідуального тим, що стосується не лише особистих очікувань, а й оцінки суспільного майбутнього. Аналіз праці О. Рафікова [6] дозволив виокремити основні *ознаки соціального оптимізму*: віра в доброзичливість соціального середовища, готовність до взаємодії й співпраці, переконаність у можливості колективного подолання труднощів, позитивне ставлення до суспільних перетворень; активна життєва позиція.

Соціальний оптимізм це специфічний особистісний ресурс фахівця соціальної сфери, що визначає характер сприйняття соціальної реальності, професійних викликів і перспектив їх подолання.

У статті «Професійна діяльність працівників соціальної сфери: основні виклики та інструменти їх подолання в умовах сьогодення» автори О. Моренко, Д. Великжаніна, О. Казаннікова розглянули основні виклики соціальної роботи: зростання потреби у соціальних послугах, психологічне та емоційне навантаження, недостатнє фінансування і обме-

жені ресурси, різноманіття випадків і ситуацій, необхідність постійного професійного розвитку [4]. Для фахівців соціальної сфери розвиток соціального оптимізму має особливу вагу, адже саме вони щоденно взаємодіють з людьми, які перебувають у кризових станах. Від рівня їхнього власного оптимізму залежить здатність передавати клієнтам почуття впевненості, надії та віри у зміни.

Згідно з теоретичними підходами зарубіжних вчених Ч. Карвера і М. Шейера [9; 10], Б. Фредіксон [11], М. Селімана [12; 13] формування соціального оптимізму відбувається через розвиток наступних ключових компонентів: когнітивного, емоційного, поведінкового та мотиваційно-ціннісного. Далі представимо їх основні характеристики:

Когнітивний компонент – усвідомлення можливостей позитивних змін, здатність до оптимістичного прогнозування та інтерпретації складних ситуацій як таких, що мають потенціал для вирішення (Ч. Карвер, М. Шейер) [9].

Емоційний компонент – здатність зберігати доброзичливість, емпатію та віру у майбутнє, характеризується домінуванням позитивного емоційного фону, наявністю почуття надії, впевненості та емоційної підтримки власної професійної діяльності (Б. Фредіксон) [11].

Поведінковий компонент – активна участь у соціально значущій діяльності, що зміцнює довіру до спільноти, проявляється у готовності до активних дій, спрямованих на допомогу іншим, ініціативності, залученості у професійну діяльність та використанні конструктивних стратегій подолання труднощів (Ч. Карвер, М. Шейер) [10].

Мотиваційно-ціннісний компонент – це система переконань, смислів і професійних орієнтацій, які підтримують віру у значущість допомоги навіть у кризових умовах (Ч. Карвер, М. Шейер) [9].

Функції соціального оптимізму. Аналіз праць зарубіжних вчених дав можливість стверджувати, що у професійній діяльності соціальних працівників соціальний оптимізм виконує низку важливих функцій: мотиваційно-підтримувальну, захисну, прогностично-перспективну, інтеракційно-партнерську функцію. Узагальнену інформацію представлено у таблиці 1.

Отже, соціальний оптимізм виступає важливим психологічним ресурсом у професійній діяльності фахівців соціальної сфери і сприяє збереженню професійної ефективності.

Суспільно корисне значення розвитку оптимізму для фахівців соціальної сфери полягає в тому, що соціальний оптимізм підтримує мотивацію до роботи з вразливими групами, знижує ризик професійного вигорання, формує віру в результативність допомоги, сприяє емоційній стабільності та підвищує витривалість у складних умовах (війна, кризи). Розвиток соціального оптимізму підвищує якість соціальних послуг та стійкість соціальних інституцій.

Висновки і перспективи подальших досліджень. У статті здійснено теоретичний аналіз проблеми стійкості фахівців соціальної сфери в умовах підвищених професійних викликів. Встановлено, що у сучасних наукових підходах стійкість розглядається як динамічний процес взаємодії особистісних, соціальних і середовищних чинників, що забезпечують ефективну адаптацію до стресових умов професійної діяльності.

Обґрунтовано, що соціальний оптимізм є важливим особистісним ресурсом, який має інтегративний характер і включає когнітивний, емоційний, поведінковий та мотиваційно-ціннісний компоненти. На основі аналізу досліджень зарубіжних науковців Ч. Карвера, М. Шейера, М. Селімана та інших уточ-

Таблиця 1

Функції соціального оптимізму у професійній діяльності соціальних працівників
(узагальнено зпрацями зарубіжних дослідників)

Функція соціального оптимізму	Зміст функції	Значення для професійної діяльності	Науковці
Мотиваційно-підтримувальна	Соціальний оптимізм виступає чинником підтримання професійної мотивації, сприяє збереженню інтересу до діяльності	Забезпечує стабільність професійної активності в умовах високого емоційного навантаження та обмежених ресурсів	Ч. Карвер і М. Шейер [9; 10], М. Селіман [12; 13]
Захисна	Сприяє позитивній інтерпретації складних ситуацій (рефреймінг), знижує вплив стресових факторів	Запобігає професійному вигоранню, підвищує психологічну стійкість	М. Селіман [13]
Прогностично-перспективна	Формує орієнтацію на майбутнє, віру у результативність зусиль	Сприяє побудові реалістичних і позитивних сценаріїв розвитку та соціального відновлення клієнтів	М. Селіман [13]
Інтеракційно-партнерська	Орієнтує на конструктивну взаємодію та партнерство з клієнтами	Забезпечує ефективну комунікацію та формування довіри на основі віри у потенціал клієнта до змін	Б. Фредіксон, [11]

нено, що соціальний оптимізм виконує низку важливих функцій: мотиваційно-підтримувальну, захисну, прогностично-перспективну та інтеракційно-партнерську. Соціальний оптимізм як особистісний ресурс фахівця соціальної сфери функціонально

забезпечує реалізацію основних напрямів соціальної роботи. Перспективи подальших досліджень з окресленої теми передбачають емпіричне вивчення рівня соціального оптимізму у фахівців соціальної сфери.

Список літератури:

1. Балахтар В. Ціннісно-мотиваційна складова становлення особистості фахівця з соціальної роботи. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № 4 (18). С. 14–20. DOI: <https://doi.org/10.31108/2.2019.4.18.2>
2. Балахтар В. В. Психологія особистості фахівця з соціальної роботи. Київ : Талком, 2018. 384 с.
3. Лялюк Ю. Р. Основні компоненти структури емоційної стійкості особистості. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2023. № 2. С. 73–79. DOI: <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2023-2-10>
4. Моренко О., Великжаніна Д., Казаннікова О., Гриневич Ю. Професійна діяльність працівників соціальної сфери: основні виклики та інструменти їх подолання в умовах сьогодення. *Інклюзія і суспільство*. Кам'янець-Подільський, 2024. № 3. С. 56–63. DOI: <https://doi.org/10.32782/inclusion-society-2024-3>
5. Перчула К. Є. Соціальний оптимізм як чинник психологічної стійкості фахівців соціальної сфери. *Сучасні реалії та перспективи соціального виховання особистості в різних соціальних інституціях* : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 13 листопада 2025 р.). Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2025. С. 309–315.
6. Рафіков О. Соціальний оптимізм як складова організаційної культури університету. *Вісник соціальних і поведінкових наук*. 2020. № 4 (2). С. 60–68.
7. Рейман Б., Рейман К., Сухий О., Пачковський Ю. Соціальна стійкість українського суспільства в умовах війни: історико-світоглядні виклики. *Axis Europae*. 2025. № 7. С. 126–145. DOI: <https://doi.org/10.69550/3041-1467.7.333203>
8. Теплюк Ю. О. Психологічні особливості розвитку емоційно-мотиваційного компонента стресостійкості соціальних працівників різних вікових категорій. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2020. № 12 (57). С. 100–107. DOI: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.12\(57\).10](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.12(57).10)
9. Carver C. S., Scheier M. F. Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*. 2014. Vol. 18, No. 6. P. 293–299. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003>
10. Carver C. S., Scheier M. F., Segerstrom S. C. Optimism. *Clinical Psychology Review*. 2010. Vol. 30, No. 7. P. 879–889. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
11. Fredrickson B. L. The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*. 2001. Vol. 56, No. 3. P. 218–226.
12. Seligman M. *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York : Pocket Books, 1998. 318 p.
13. Seligman M. *The Hope Circuit: A Psychologist's Journey from Helplessness to Optimism*. New York : PublicAffairs, 2018. 448 p.
14. Van Breda A. D. Critical review of resilience theory and its relevance for social work. *Social Work (Stellenbosch. Online)*. 2018. Vol. 54, No. 1. P. 1–18. DOI: <https://doi.org/10.15270/54-1-611>
15. Van Breda A. D. Reclaiming resilience for social work: A reply to Garrett. *The British Journal of Social Work*. 2019. Vol. 49, No. 1. P. 272–276. DOI: <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcy010>

References:

1. Balakhtar, V. (2019). Tsinnisno-motyvatytsiina skladova stanovlennia osobystosti fakhivtsia z sotsialnoi roboty [Value-motivational component of the formation of a social work specialist personality]. *Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia*, 4(18), 14–20. <https://doi.org/10.31108/2.2019.4.18.2> [in Ukrainian].
2. Balakhtar, V. V. (2018). *Psykholohiia osobystosti fakhivtsia z sotsialnoi roboty* [Psychology of a social work specialist personality]. Kyiv: Talkom. [in Ukrainian].
3. Lialiuk, Yu. R. (2023). Osnovni komponenty struktury emotsiinoi stiikosti osobystosti [Main components of emotional resilience structure]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnurishnikh sprav. Seriiia psykholohichna*, (2), 73–79. DOI: <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2023-2-10> [in Ukrainian].
4. Morenko, O., Velykzhanina, D., Kazannikova, O., & Hrynevych, Yu. (2024). Profesiina diialnist pratsivnykiv sotsialnoi sfery: osnovni vyklyky ta instrumenty yikh podolannia v umovakh sohodennia [Professional activity of social workers: challenges and tools to overcome them]. *Inkliuziia i suspilstvo*, (3), 56–63. <https://doi.org/10.32782/inclusion-society-2024-3> [in Ukrainian].
5. Perchula, K. Ye. (2025). Sotsialnyi optymizm yak chynnyk psykholohichnoi stiikosti fakhivtsiv sotsialnoi sfery [Social optimism as a factor of psychological resilience]. *In Proceedings of the All-Ukrainian Scientific Conference* (pp. 309–315). Kharkiv [in Ukrainian].
6. Rafikov, O. (2020). Sotsialnyi optymizm yak skladova orhanizatsiinoi kultury universytetu [Social optimism as a component of organizational culture]. *Visnyk sotsialnykh i povedinkovykh nauk*, 4(2), 60–68 [in Ukrainian].
7. Reiman, B., Reiman, K., Sukhyi, O., & Pachkovskiy, Yu. (2025). Sotsialna stiikist ukrainskoho suspilstva v umovakh viiny [Social resilience of Ukrainian society in wartime]. *Axis Europae*, 7, 126–145. <https://doi.org/10.69550/3041-1467.7.333203> [in Ukrainian].

8. Teptiuk, Yu. O. (2020). Psykholohichni osoblyvosti rozvytku emotsiino-motyvatsiinoho komponenta stresostiikosti [Psychological features of stress resistance development]. *Naukovyi chasopys NPU im. M. P. Drahomanova*, 12(57), 100–107. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.12\(57\).10](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.12(57).10) [in Ukrainian].
9. Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, 18(6), 293–299. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003>
10. Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879–889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
11. Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology. *American Psychologist*, 56(3), 218–226.
12. Seligman, M. (1998). *Learned optimism: How to change your mind and your life*. New York, NY: Pocket Books.
13. Seligman, M. (2018). *The hope circuit: A psychologist's journey from helplessness to optimism*. New York, NY: PublicAffairs.
14. Van Breda, A. D. (2018). Critical review of resilience theory. *Social Work*, 54(1), 1–18. <https://doi.org/10.15270/54-1-611>
15. Van Breda, A. D. (2019). Reclaiming resilience for social work. *The British Journal of Social Work*, 49(1), 272–276. <https://doi.org/10.1093/bjsw/bcy010>.

Дата першого надходження статті до видання: 19.03.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 21.04.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 29.05.2026