

## ТЕРМІНОЛОГІЧНЕ ПОЛЕ ПОНЯТТЯ “СТУПІНЬ РЕЗИЛЕНТНОСТІ” У ПСИХОЛІНГВІСТИЦІ

**Капранов Я.В.**

*Київський національний лінгвістичний університет  
доктор філологічних наук, доцент,  
доцент кафедри англійської  
і німецької філології та перекладу імені професора І.В. Корунця*

**Громова В.О.**

*Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова  
доктор філософії, старший викладач  
кафедри загального мовознавства та германістики*

## TERMINOLOGICAL FIELD OF “DEGREE OF RESILIENCE” NOTION IN PSYCHOLINGUISTICS

**Капранов Y.**

*Kyiv National Linguistic University  
Doctor of Sciences (Linguistics), Associate Professor,  
Associate Professor of Department of Professor Korunets English  
and German Philology and Translation*

**Gromova V.**

*Drahomanov National Pedagogical University  
Ph.D., Senior Lecturer of the Department  
of General Linguistics and German Studies*

### **Анотація**

У статті актуалізується термінологічне поле поняття “ступінь резилентності” у психолінгвістиці як показник феноменологічного процесу, що відповідає за психічну реакцію людини на різні життєві фактори, тобто це формат реакції на слово-стимул, для якого необхідною є певний вид адаптації. Зроблено спробу виокремити такі ступені резилентності і адаптації: ступінь резилентності з фіксацією позитивної адаптації – коли людина успішно, без труднощів пристосовується до нових умов соціуму та не відчуває психологічних труднощів; Ступінь резилентності з фіксацією умовної адаптації демонструє групу так званого “ризик”, тобто репрезентує схильність особистості до виникнення певних труднощів і бар’єрів, (зокрема психологічних) під час пристосування до життєвих обставин; ступінь резилентності з фіксацією негативної адаптації характеризується неможливістю пристосування особистості до нових умов життєдіяльності через певні психолого-фізіологічні проблеми.

### **Abstract**

The article actualizes the terminological field of “degree of resilience” notion in psycholinguistics and it is considered as an indicator of the phenomenological process responsible for the mental reaction of a man to various life factors, i.e. it is a format of reaction to the word stimulus, which requires some kind of adaptation. An attempt is made to distinguish the following degrees of resilience and adaptation: the degree of resilience with positive adaptation – when a person successfully, without difficulty adapts to new conditions of society and does not experience psychological difficulties; the degree of resistance with conditional adaptation demonstrates the group of so-called “risk”, i.e. it represents the tendency of the individual to the emergence of certain difficulties and barriers (including psychological) in adapting to life circumstances; the degree of resilience with negative adaptation is characterized by the inability to adapt the individual to new living conditions due to certain psychological and physiological problems.

**Ключові слова:** термінологічне поле, резилентність, ступінь резилентності, адаптація, психолінгвістика.

**Keywords:** terminological field, resilience, degree of resilience, adaptation, psycholinguists.

Постійний економічний розвиток, невпинна глобалізація, подальші перспективи соціальних змін та якості життя суспільства залежать безпосередньо від потоку інформації та її використання. Зокрема велика кількість термінологічних позначень, неточна й неузгоджена поява нових понять і процесів призводять до певної невизначеності у мисленні, а відтак і до змішування явищ дійсності у підсвідомості людини [5]. Наразі активне викорис-

тання інформаційних технологій і соціальних мереж зумовлюють підміну одних понять іншими, тим самим створюючи інформаційну прірву. Ці та інші фактори безперечно впливають на фізичний, соціальний і психологічний розвиток особистості, що зумовлює певні труднощі під час самого процесу життєдіяльності. У зв’язку з цим необхідно звернутися до термінологічного поля поняття “ступінь резилентності”, що є пріоритетним напрямом

не лише у гуманістичній і позитивній психології, а й у психолінгвістиці.

**Мета статті** – розглянути термінологічне поле поняття “ступінь резилентності” у психолінгвістиці.

**Завдання статті:**

- окреслити поняття “резилентність” в історичному ракурсі;
- розглянути поняття “резилентність” як феномен психології;
- розглянути поняття “резилентність” як феномен психолінгвістики;
- представити термінологічне поле поняття “ступінь резилентності” у психолінгвістиці.

Здійснивши екскурс в історію становлення поняття “резилентність”, то стає зрозумілим, що одні з перших спроб його вивчення відбувалося Е. Вернером за допомогою дослідної групи гавайських дітей у 1971 р. Так, для адекватного трактування досвіду дослідник спробувало виокремити несприятливі чинники, згідно з якими дітей можна було віднести до групи ризику: низький соціально-економічний статус сім’ї, психічні розлади батьків, жорстоке поводження, злидні, громадська жорстокість, хронічні захворювання, катастрофічні події в житті тощо. Е. Вернер показала, що, перебуваючи в подібних несприятливо умовах, дві третини дітей демонструють деструктивну поведінку вже в підлітковому віці, тобто: хронічне безробіття, токсикоманію, раннє дітонародження. У той же час третина підлітків не показувала подібної поведінки. Це дослідження було присвячено пошукам захисних сил і механізмів, які дозволяють дітям успішно адаптуватися у навколишньому середовищі, а також у подальшому виявити причини менш успішної адаптації інших дітей. Дослідниця дійшла висновку, що існує три групи чинників, які активно впливають на розвиток резилентності: 1) атрибути самих дітей, 2) аспекти їх сім’ї і 3) характеристики соціального середовища [11, р. 503 – 515].

Взагалі, слідом за Дж. Річардсоном можна припустити, що історію дослідження резилентності можна умовно розділити на три етапи, які він називав “хвилями”: якщо перша плеяда дослідників виявляє якість (тобто захисні фактори) осіб, які позитивно реагують на складні умови в їх житті, друга – розглядає резилентність у контексті боротьби зі стресом, труднощами і змінами у житті, то третя – вивчає мотивацію окремих осіб і груп, яка веде їх до самореалізації в житті [13]. Це означає, що ці механізми не обов’язково є успадкованими, а можуть бути розвинуті в будь-якої людини протягом життя. Можливість відновлюватися у стресових ситуаціях вважається передумовою прогресивного розвитку і загальної життєстійкості людини [2; 3; 4; 12].

Варто звернути увагу на те, що розквіт досліджень навколо поняття “резилентність” пов’язаний із його важливістю як для психічного здоров’я і сталого розвитку людини, так і для створення різних профілактик й інтервенцій [8, с. 161]. А останні роки вивчення термінологічного поля “ступінь резилентності” характеризуються дослідженням самого процесу та опису факторів резилентності, а

саме чинників позитивного результату адаптації та соціалізації (М. Rutter) тощо.

Поняття “резилентність” (від англ. *resilience* – “пружність”, “еластичність”) потрапило до психології з фізики, де воно позначає “здатність твердих тіл відновлювати свою форму після механічного тиску” [6].

Хоча поняття “резилентність”, на думку окремих дослідників (М. Werner, S. R. Maddi), продовжує залишатися дискусійним у зв’язку з тим, що має велику кількість синонімічних позначень (наприклад, “життєстійкість”, “стресостійкість” і багато інших), проте в психології вже остаточно закріпилося і означає “динамічний процес позитивної адаптації людини до важких життєвих обставин”, тобто “здатність зберігати в несприятливих ситуаціях стабільний рівень психологічного та фізичного функціонування, виходити з таких ситуацій без стійких порушень, успішно адаптуючись до несприятливих змін” [6]. І це не очевидно, що “резилентність” наразі вивчають разом із таким явищем як “життєстійкість” – можливість подолання особистих обставин і як результат підкорення особистості самої себе [2].

На окрему думку з приводу розуміння поняття “резилентність” в психології заслуговує С. Р. Мадді [12, р. 261–262]. Так, С. Р. Мадді підкреслює, що “резилентність” має відношення до біхевіоральної диспозиції, то К. Віхерт розглядає поняття “резилентності” як один із аспектів життєстійкості. На думку останнього, “резилентності” – засіб для розвитку, формування життєстійкості, а тому її можна вважати системоутворюючим у структурі життєвої стійкості особистості [2; 12, р. 261 – 262].

Покажемо те, що на сьогодні “резилентність” розглядають крізь призму трьох аспектів: по-перше, у контексті явища “життєстійкість”; по-друге, згідно з адаптацією та неадаптацією; по-третє, як можливість формування морального вибору, цінностей підлітків і юнацтва, що є передумовою особливостей розвитку життєстійкості у нового покоління [2].

У публікаціях іноземних дослідників (М. Rutter, E. Werner та ін.) термін “резилентність” розглядається у трьох основних підходах. Відповідно до *когнітивного біхевіоризму*, акцент спрямований на вивчення процесів емоційної регуляції поведінкових реакцій дітей у стресових ситуаціях, способів подолання їх з життєвими труднощами. Другий – *конструктивний підхід* – зосереджений на опануванні активної життєвої позиції людини. За даними, Д. Гелерштейна, резилентність має два компоненти: фізичний і психологічний. При цьому *екологічний підхід* спрямований на подолання важких обставин життя саме соціальними факторами. Звертаємо увагу і на те, що подальші дослідження сприяли появі нового міжкультурного підходу, який був спрямований на комплексне вивчення життєдіяльності і способів реакції у ситуаціях великого ризику відповідно до расової приналежності, віку, статі, місця проживання [2; 5; 6].

Також існує припущення, що “резилентність” є результатом взаємодії людини з навколишнім світом і процесами, що сприяють добробуту і захищають від впливу факторів ризику. К.М. Ушаков стверджує, що “резилентність” – це можливість досягати успіху в тяжких умовах життя, незважаючи на обставини. Ті, хто реагують на несприятливі умови, адаптуючись, мають тенденцію виходити з важких життєвих ситуацій, а інші люди, які демонструють негативні емоції при важких обставинах у житті, як страх, розпач, страждання, безнадійність, зменшують свою здібність вирішувати проблеми, з якими вони зіткнулися, тим самим ускладнюючи процес адаптації та, як результат, психологічно почуються також дуже незручно [2; 7, с. 2 – 3].

Необхідно також звернути увагу й на *характеристики* поняття “резилентність”: якщо з теоретичної позиції – позитивні особистісні якості, стійка мотивація і успішна адаптація у складних життєвих ситуаціях, то з практично досвіду – супротив знищенню, тобто ефективний захист власної особистості під час сильного тиску оточуючого середовища; створення повноцінного, адаптованого життя під час складних умов [2].

Для *психолінгвістики* поняття “резилентність” не є відносно новим, хоча і має дещо інше наповнення, аніж в психології чи філософії, наприклад. Воно спрямовано на встановлення і характеристики процесу(-ів) позитивної(-их) адаптації(-й) людини до важких життєвих обставин, які можуть фіксуватися в словах-стимулах, які, в свою чергу, дають змогу встановити й ідентифікувати показники переважаючих таких процесів. У зв’язку з цим у психолінгвістиці закріпилося нове поняття – “ступінь резилентності”, дефініцію якого спробуємо надати нижче.

Ступінь резилентності у психолінгвістиці означає показник феноменологічного процесу, що відповідає за психічну реакцію людини на різні життєві фактори, тобто це формат реакції на словестимул, для якого необхідно є певний вид адаптації (визначення наше – В. К.). У зв’язку з цим умовно ступені резилентності можна покласифікувати так.

1. *Ступінь резилентності з фіксацією позитивної адаптації* – коли людина успішно, без труднощів пристосовується до нових умов соціуму та не відчуває психологічних труднощів.

2. *Ступінь резилентності з фіксацією умовної адаптації* демонструє групу так званого “ризик”, тобто репрезентує схильність особистості до виникнення певних труднощів і бар’єрів, (зокрема психологічних) під час пристосування до життєвих обставин. Проте людина, незважаючи на деструктивні фактори, все одно поступово намагається адаптуватися.

3. *Ступінь резилентності з фіксацією негативної адаптації* характеризується неможливістю пристосування особистості до нових умов життєдіяльності через певні психолого-фізіологічні проблеми.

Ступінь резилентності можливо визначити умовно, зокрема за допомогою співбесіди і спостереження поведінки особистості у соціумі, психологічного та фізичного станів, тобто застосовуючи різні таємні анкетування та тести, де людина може відкрито пояснити свій психологічний стан і почуття так званого комфорту. Для точної інтерпретації цього процесу неодмінно потрібно залучити фахівця, який є професіоналом і не допустить похибок у трактуванні результатів дослідження.

“Резилентність” як особистісна якість розвивається у результаті взаємодії людини зі своїм оточенням та у конкретному соціальному оточенні, у результаті чого ця якість не може бути постійною в умовах сьогодення, активного розвитку та життя. Це такий підхід, що розглядає життя як еволюційний процес, що передбачає існування декількох шляхів вирішення проблем [2]. Усе це дозволяє, у зв’язку з дефіцитом одних ресурсів, замінити їх іншими, що суттєво розширює адаптаційні можливості особистості та використовує всі можливі функції для ефективного процесу пристосування до нових обставин або ситуацій.

Відповідно до адаптації визначено основні *фактори*, які сприяють розвитку та підтримці резилентності у психолінгвістиці. Це – можливість побудови реальних планів і виконання цілеспрямованих дій для втілення в життя, позитивна самооцінка і впевненість у власних силах і здібностях, комунікативні навички та навички вирішення проблем; здатність управляти сильними мотиваціями й власними почуттями. Описані фактори також не є успадкованими і можуть бути розвинені особисто людиною [2].

Досить цікавою є описана Д. Леонтьєвим багаторівнева модель взаємодії з несприятливими обставинами, де окреслено такі явища, як: резилентність, психологічні захисти, копінгі та постравматичне зростання. За цією моделлю резилентність та інші процеси є послідовними рівнями взаємодії з негативними ситуаціями. Кожна взаємодія є системою психологічних ресурсів, до яких належать: задоволеність життям, суб’єктивна вітальність, диспозиційний оптимізм та життєстійкість. За даними дослідника, резилентність як перший рівень взаємодії та копінгі як другий рівень дозволяють людині впоратися із важкими та неприємними обставинами, тим самим не трансформуючи себе, а лише застосовуючи дані ресурси, що демонструє протилежний рівень адаптаційного процесу особистості [3, с. 258–261]. Тобто, поглиблюючи результати попередніх досліджень, Д. Леонтьєв змінює дещо ракурс вивчення питання резилентності.

Проведене дослідження дозволяє зробити висновок про те, що сьогодні поняття “резилентність” не втратило свого семантичного наповнення, однак зумовило звернення до нового поняття “ступінь резилентності”, яке набуває іншого наповнення у такій дескрипції завдяки невпинному інформаційному прогресу, глобалізації та іншим соціальним явищам. Явище резилентності застосовується для позначення динамічного процесу у контексті жит-

тестійкості й адаптації. На сьогодні можна говорити про три ступені резилентності: 1) *ступінь резилентності з фіксацією позитивної адаптації* – коли людина успішно, без труднощів пристосовується до нових умов соціуму та не відчуває психологічних труднощів; 2) *ступінь резилентності з фіксацією умовної адаптації*, що демонструє групу так званого “ризик”, тобто репрезентує схильність особистості до виникнення певних труднощів і бар’єрів, (зокрема психологічних) під час пристосування до життєвих обставин; 3) *ступінь резилентності з фіксацією негативної адаптації*, характеризується неможливістю пристосування особистості до нових умов життєдіяльності через певні психолого-фізіологічні проблеми.

Перспективним є подальше дослідження феномену резилентності та особистісної адаптації різних вікових категорій, узагальнення нових стратегій і методів його опанування, які безперервно трансформуються.

#### Список літератури

1. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Серия: Мастера психологии. 3-е изд. СПб.: Питер, 2016. 288 с.
2. Быстрова Н. В., Дереча И. И., Мамонтова Т. С, Панфилова О. В., Селиванова О.А. *Изучение феномена резильентности: проблемы и перспективы. Мир науки педагогика и психология.* 2020. № 3. Т. 8. С. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/04PSMN320.pdf>.
3. Леонтьев Д. Многоуровневая модель взаимодействия с неблагоприятными обстоятельствами: от защиты к изменению. *Материалы III Международной научно-практической конференции.* 2013. Т. 1. С. 258–261.
4. Мадди С. Теория личности: сравнительный анализ. СПб.: Речь, 2002. 539 с.
5. Нагнибеда О. М. Разграничение понятий жизнестойкости, резилентности и стрессоустойчивости в условиях информационного общества. *Збірник матеріалів VI Всеукраїнської науково-практичної конференції молодих учених “Наукова мольдь – 2018”.* 2018. С. 100–106.
6. Психологическая резилентность. Общая психология. 2021. URL: <https://psyweb.global/database/knowledge/article-164-psihologicheskaya-rezilentnost>.
7. Ушаков К. М. Новое слово резильентность. *Директор школы.* 2016. № 7. С. 2–3.
8. Хамініч О. М. Резильентність: життєстійкість, життєздатність або резильентність? *Науковий вісник Херсонського державного університету.* 2016. № 6. Т. 2. С. 160–165.
9. Rutter M. Resilience in the face of adversity. *British Journal of Psychiatry.* 1985. V. 147. P. 598–611.
10. Werner E. Risk, resilience, and recovery: perspectives from the Kauai longitudinal study. *Development and Psychopathology.* 1993. V. 5. P. 503–515.
11. Maddi S. R. On hardiness and other pathways to resilience. *American psychologist.* 2005. V. 60. № 3. P. 261–262.
12. Richardson G. E. The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of clinic psychology.* 2002. 58 (3). P. 307–321.