

## ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ЯК ПРОЯВУ АНТИКРИХКОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

Шиліна А. А.

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри соціології та психології ННІ № 5  
Харківського національного університету внутрішніх справ  
ORCID ID: 0000-0001-7377-0776

Статтю присвячено дослідженню посттравматичного зростання поліцейських у контексті концепції антикрихкості як здатності особистості не лише зберігати функціональну стійкість в умовах стресу, а й розвиватися під впливом травматичного досвіду. Актуальність роботи зумовлена здійсненням професійної діяльності поліцейськими в умовах воєнного стану та підвищеного ризику, що актуалізує потребу вивчення ресурсних механізмів позитивної психологічної трансформації. Метою дослідження стало емпіричне вивчення особливостей посттравматичного зростання як індикатора антикрихкості поліцейських та визначення впливу соціально-професійних чинників на його вираженість. У дослідженні взяли участь 128 поліцейських різних підрозділів Національної поліції України. Для оцінювання посттравматичного зростання використано опитувальник PTGI-X.

Установлено наявність проявів посттравматичного зростання різної інтенсивності у значній частині респондентів. Найбільш виражені зміни зафіксовано у сфері міжособистісних взаємин, відчуття особистісної сили та відкриття нових можливостей. Виявлено статистично значущі відмінності у рівні посттравматичного зростання залежно від досвіду роботи в екстремальних умовах, віку та стажу служби: вищі показники характерні для поліцейських із більшим професійним та життєвим досвідом. Вплив сімейних чинників має тенденційний характер. Зроблено висновок, що посттравматичне зростання виступає важливим психологічним механізмом антикрихкості поліцейських, забезпечуючи трансформацію стресового досвіду у ресурс особистісного та професійного розвитку. Отримані результати можуть бути використані під час розроблення програм психологічного супроводу та формування антикрихких характеристик особистості в системі професійної підготовки поліцейських.

**Ключові слова:** антикрихкість, посттравматичне зростання, поліцейські, професійна діяльність, екстремальні умови, психологічні ресурси, особистісна трансформація, професійний досвід.

### Shylina A. A. Empirical study of posttraumatic growth as a manifestation of police officers' antifragility

The article is devoted to the study of posttraumatic growth among police officers within the framework of the concept of antifragility, understood as the individual's ability not only to maintain functional stability under stress but also to develop through traumatic experience. The relevance of the study is обусловлена police officers' professional activity under martial law and conditions of increased risk, which highlights the need to examine resource-based mechanisms of positive psychological transformation. The aim of the study was to empirically investigate the features of posttraumatic growth as an indicator of police officers' antifragility and to determine the influence of socio-professional factors on its expression. The sample consisted of 128 police officers from various units of the National Police of Ukraine. The Posttraumatic Growth Inventory – Expanded (PTGI-X) was used to assess posttraumatic growth.

The findings revealed manifestations of posttraumatic growth of varying intensity in a substantial proportion of respondents. The most pronounced changes were observed in the domains of interpersonal relationships, sense of personal strength, and recognition of new opportunities. Statistically significant differences in posttraumatic growth were identified depending on experience in extreme conditions, age, and length of service, with higher levels characteristic of officers possessing greater professional and life experience. The influence of family factors showed a tendency but did not reach statistical significance. It is concluded that posttraumatic growth serves as an important psychological mechanism of police officers' antifragility, facilitating the transformation of stressful experience into a resource for personal and professional development. The results may be applied in designing psychological support programs and in fostering antifragile characteristics within the system of professional training for police officers.

**Keywords:** antifragility, posttraumatic growth, police officers, professional activity, extreme conditions, psychological resources, personal transformation, professional experience.

**Вступ.** Професійна діяльність поліцейських в умовах воєнного стану пов'язана із систематичним впливом інтенсивних стресових та потенційно травматичних чинників, що традиційно розглядаються крізь призму ризиків психологічної дезадаптації, професійного вигорання та посттравматичних розладів. Водночас сучасні підходи до вивчення психічної адаптації акцентують увагу не лише на негативних наслідках травматичного досвіду, а й на можливостях позитивної особистісної трансформації. У цьому контексті особливої актуальності набуває дослідження посттравматичного зростання як психологічного механізму, що може відображати здатність особистості до антикрихкого розвитку, тобто не просто збереження стабільності, а посилення внутрішніх ресурсів під впливом стресу. Незважаючи на зростання наукового інтересу до феномену посттравматичного зростання, питання його проявів та детермінант у професійній групі поліцейських залишається недостатньо розробленим, особливо в умовах тривалого воєнного навантаження. Це зумовлює необхідність емпіричного вивчення особливостей посттравматичного зростання як індикатора антикрихкості особистості поліцейського.

Феномен посттравматичного зростання у сучасній психології розглядається як якісна трансформація особистості, що виникає унаслідок переживання глибоких кризових або травматичних подій і супроводжується переосмисленням життєвих цінностей, зміцненням внутрішніх ресурсів та розширенням екзистенційної перспективи. Концептуальні засади цього підходу були сформульовані Р. Тедеші та Л. Келгуном, які визначили посттравматичне зростання як процес когнітивної реконструкції життєвого досвіду, що призводить до позитивних змін у сферах міжособистісних стосунків, особистісної сили, нових можливостей, духовності та цінності життя [11]. Подальша ревізія інструментарію оцінювання цього феномену (PTGI-X) інтегрувала екзистенційні та духовні виміри, підкреслюючи багатовимірність процесу зростання [12].

У вітчизняному науковому дискурсі проблема посттравматичного зростання активно розробляється у контексті воєнного досвіду.

Теоретичний аналіз детермінант постдосвідного зростання, здійснений В. Олійником, акцентує на ролі смислотворчих процесів, рефлексії та особистісних ресурсів у трансформації травматичного досвіду [3]. Дослідження О. Кокуна та співавт. демонструє, що інтенсивність бойового досвіду пов'язана з варіативністю проявів зростання, що дає змогу розглядати травматичний вплив не лише як чинник ризику, а й як потенційний каталізатор розвитку за наявності відповідних внутрішніх та соціальних ресурсів [1]. У цьому контексті Л. Музичко підкреслює взаємозв'язок резильєнтності та посттравматичного зростання, указуючи на їх відмінність: якщо резильєнтність забезпечує збереження функціонування, то зростання відображає якісну зміну особистості [2]. Аналогічну ресурсну перспективу розкривають О. Прокоф'єва та співавт., аналізуючи реабілітаційні можливості комбатантів і демобілізованих військовослужбовців, де зростання виступає результатом інтеграції досвіду у нову систему життєвих смислів [10].

Перенесення цієї проблематики у сферу професійної діяльності поліцейських актуалізує дослідження антикрихкості як здатності системи посилюватися під впливом стресу. У сучасних дослідженнях антикрихкість поліцейських розглядається крізь призму толерантності до невизначеності, що виступає когнітивною основою адаптивного реагування в умовах ризику [6]. В інших роботах цей феномен пов'язується з готовністю до інноваційної діяльності [7] та самоспівчуттям як внутрішнім ресурсом психологічної регуляції [8], що підкреслює значення особистісних характеристик у трансформації професійного стресу. Комунікативна толерантність, зокрема у різні вікові періоди, також розглядається як показник антикрихкого функціонування [9], що корелює з висновками Я. Пономаренко та Н. Греси щодо когнітивно-особистісних передумов професійного спілкування поліцейських [4]. Водночас мотиваційні аспекти професійної діяльності з урахуванням гендерних відмінностей можуть виступати додатковими чинниками індивідуальної варіативності адаптаційних стратегій [5]. Таким чином, сучасні дослідження демонструють концепту-

альний перехід від моделі «травма – дезадаптація» до моделі «травма – ресурс розвитку», у якій посттравматичне зростання інтегрується з феноменом антикрихкості.

Отже, теоретичний аналіз дає змогу розглядати посттравматичне зростання як складний багатовимірний процес, що опосередковується особистісними, когнітивними та соціально-професійними чинниками, а в умовах діяльності поліцейських виступає психологічним механізмом формування антикрихкості в екстремальному професійному середовищі.

**Методи та методики дослідження.** У дослідженні взяли участь 128 поліцейських різних підрозділів Національної поліції України. За гендерною ознакою вибірка була представлена чоловіками – 96 осіб (75,0%) та жінками – 32 особи (25,0%). Віковий розподіл респондентів охоплював різні періоди дорослості: 18–25 років – 18 осіб (14,1%), 26–35 років – 46 осіб (35,9%), 36–45 років – 38 осіб (29,7%), 46–55 років – 20 осіб (15,6%), 56–65 років – 6 осіб (4,7%), що забезпечило представлення різних етапів професійного становлення. Стаж служби варіювався від 1 до 25 років. Досвід роботи в умовах підвищеного професійного ризику (екстремальні та бойові умови) мали 78 поліцейських (60,9%), тоді як 50 осіб (39,1%) такого досвіду не мали. За сімейним статусом респонденти були розподілені так: 72 поліцейських (56,3%) мають дітей, 56 осіб (43,7%) дітей не мають. Такий розподіл дав змогу проаналізувати можливий вплив батьківства як соціально-демографічного чинника на показники посттравматичного зростання. Для оцінювання рівня посттравматичного зростання було використано опитувальник PTGI-X, що дає змогу визначити позитивні зміни у сферах міжособистісної взаємодії, усвідомлення нових можливостей, відчуття особистісної сили, духовних трансформацій та переоцінки цінності життя. Обробка емпіричних даних здійснювалася із застосуванням методів описової статистики (обчислення середніх значень та стандартних відхилень). Застосовувався кореляційний аналіз із використанням коефіцієнта рангової кореляції Спірмена ( $\rho$ ). Оскільки розподіл досліджуваних показників відхилявся від нормального, для перевірки статистичних гіпотез

щодо впливу соціально-професійних змінних (вік, стаж служби, наявність досвіду роботи в екстремальних умовах, наявність дітей) застосовувалися непараметричні критерії: U-критерій Манна – Вітні (для порівняння двох незалежних груп) та H-критерій Краскела – Уолліса (для порівняння більше ніж двох груп). Рівень статистичної значущості приймався на рівні  $p \leq 0,05$ .

Метою емпіричного дослідження стало вивчення особливостей посттравматичного зростання поліцейських у контексті концепції антикрихкості як здатності особистості не лише відновлюватися після впливу травматичних подій, а й розвиватися завдяки ним.

**Результати.** У табл. 1 наведено результати описової статистики показників посттравматичного зростання.

Таблиця 1

**Описова статистика  
посттравматичного зростання**

Шкала	M	SD
Ставлення до інших	18,77	8,37
Нові можливості	13,63	5,12
Сила особистості	13,40	4,86
Духовні зміни	5,37	2,11
Цінність життя	8,07	2,94
ПТЗ (загальний)	59,23	22,98

Отримані результати свідчать про наявність у поліцейських проявів посттравматичного зростання різної інтенсивності як складника їхньої антикрихкої адаптації. Найвищі середні значення зафіксовано за шкалою «Ставлення до інших», що може відображати посилення значущості міжособистісної підтримки, професійної солідарності та емпатії в умовах екстремального професійного середовища. У межах концепції антикрихкості це може розглядатися як формування більш глибоких соціальних зв'язків у відповідь на стрес. Достатньо високі показники за шкалами «Нові можливості» та «Сила особистості» свідчать про розвиток внутрішнього відчуття компетентності, професійної зрілості та впевненості у власних ресурсах. Це узгоджується з уявленням про антикрихкість як здатність системи посилюватися під

впливом напруження. Відносно нижчі показники за шкалою «Духовні зміни» можуть пояснюватися індивідуальними особливостями ціннісно-сміслової сфери поліцейських, орієнтованістю на практичні аспекти діяльності та специфікою професійної соціалізації. Водночас загальний рівень посттравматичного зростання вказує на наявність позитивних психологічних трансформацій у значної частини респондентів.

Подальший аналіз було спрямовано на вивчення соціально-демографічних та професійних чинників, що можуть виступати факторами антикрихітного розвитку. Зокрема, проаналізовано зв'язок посттравматичного зростання з наявністю досвіду виконання завдань в умовах підвищеного ризику (табл. 2).

Таблиця 2

**Показники посттравматичного зростання залежно від наявності досвіду роботи в бойових (екстремальних) умовах**

Досвід	M	SD	U	p
Є	65,8	21,4	39,0	0,018
Немає	48,1	20,2	--	-

Результати засвідчують статистично значущо вищий рівень посттравматичного зростання у поліцейських, які мають досвід участі у бойових або екстремальних професійних ситуаціях. Це дає змогу припустити, що інтенсивний стресовий досвід за наявності відповідних внутрішніх і зовнішніх ресурсів може виступати каталізатором антикрихітної трансформації: переосмислення цінностей, зміцнення особистісної сили та формування нових професійних смислів. Було також досліджено можливий зв'язок посттравматичного зростання з наявністю дітей (табл. 3).

Таблиця 3

**Показники посттравматичного зростання залежно від наявності дітей**

Діти	M	SD	U	p
Є	63,4	22,0	58,5	0,091
Немає	55,7	23,1	-	-

Отримані результати демонструють тенденцію до вищих показників посттравматич-

ного зростання у поліцейських, які мають дітей, однак статистично значущих відмінностей не виявлено. Така тенденція може свідчити про потенційну роль сімейної відповідальності як смислотворчого чинника, що посилює рефлексивну інтеграцію травматичного досвіду. Водночас цей вплив потребує подальшої емпіричної перевірки. Особливу увагу приділено аналізу вікових відмінностей у рівні посттравматичного зростання (табл. 4).

Таблиця 4

**Показники посттравматичного зростання залежно від віку поліцейських**

Вікова група	M	SD
18–25	46,3	18–25
26–35	56,9	26–35
36–45	67,4	36–45
46+	63,1	46+

Аналіз із використанням Н-критерію Краскела – Уолліса виявив статистично значущі відмінності між віковими групами ( $H = 8,02$ ;  $p = 0,044$ ). Простежується тенденція до зростання показників посттравматичного зростання з віком, що може бути пов'язано з накопиченням життєвого та професійного досвіду, більш розвиненою здатністю до психологічної рефлексії та інтеграції травматичних подій у цілісну життєву історію. У контексті антикрихітності це може відображати поступове формування більш стійких адаптаційних стратегій.

Аналогічна тенденція спостерігається щодо стажу служби (табл. 5).

Таблиця 5

**Показники посттравматичного зростання залежно від стажу служби**

Стаж	M
До 3 років	49,2
3–10 років	57,8
Понад 10 років	68,6

Аналіз із використанням Н-критерію Краскела – Уолліса виявив статистично значущі відмінності у рівні посттравматичного зростання залежно від тривалості професійної

діяльності ( $H = 8,47$ ;  $p = 0,037$ ). Зі збільшенням стажу служби відзначається підвищення показників посттравматичного зростання, що може свідчити про кумулятивний ефект досвіду подолання екстремальних ситуацій та поступове формування антикрихких характеристик особистості – здатності трансформувати професійне напруження у ресурс розвитку.

**Висновки.** Результати проведеного емпіричного дослідження засвідчують, що посттравматичне зростання є характерним психологічним феноменом для значної частини поліцейських, які здійснюють професійну діяльність в умовах воєнного стану та підвищеного ризику. Виявлені показники свідчать не лише про наявність позитивних змін після переживання стресових і потенційно травматичних подій, а й про функціонування механізмів антикрихкої адаптації, коли вплив напруження стає чинником внутрішнього зміцнення та розвитку.

Найбільш виражені зміни зафіксовано у сфері міжособистісних взаємин. Підвищення значущості підтримки, професійної солідарності та емпатії можна інтерпретувати як один із базових соціально-психологічних механізмів антикрихкості, оскільки саме якість міжособистісних зв'язків виступає ресурсом переробки травматичного досвіду. Таким чином, стресові події не лише не руйнують соціальні зв'язки, а й в окремих випадках сприяють їх поглибленню. Достатньо високі показники за шкалами «Нові можливості» та «Сила особистості» свідчать про формування відчуття внутрішньої компетентності, професійної зрілості та здатності ефективно долати труднощі. У контексті концепції антикрихкості це можна розглядати як перехід від реактивної адаптації до проактивного розвитку, коли пережитий досвід інтегрується в систему особистісних смислів і трансформується у внутрішній ресурс.

Установлено, що інтенсивність посттравматичного зростання пов'язана з професійним і життєвим досвідом. Поліцейські, які мають досвід участі в бойових або екстремальних ситуаціях, демонструють статистично значущо вищі показники ПТЗ. Це дає підстави припустити, що саме інтенсивність і значу-

щість пережитого досвіду за наявності внутрішніх ресурсів та професійної підтримки можуть виступати каталізатором антикрихкої трансформації.

Вікові відмінності та залежність рівня посттравматичного зростання від стажу професійної діяльності підтверджують кумулятивний характер антикрихкого розвитку. Зі збільшенням віку та тривалості служби зростає здатність до рефлексивної інтеграції складних подій, розширюється життєва перспектива та посилюється смислотворчий компонент професійної діяльності.

Отже, антикрихкість поліцейських формується поступово, у процесі накопичення досвіду подолання екстремальних ситуацій. Водночас сімейні чинники (зокрема, наявність дітей) демонструють тенденційний, але статистично не підтверджений вплив на рівень посттравматичного зростання. Це може свідчити про потенційну роль відповідальності та сімейних цінностей як смислотворчих ресурсів, однак потребує подальшого емпіричного уточнення.

Узагальнюючи отримані результати, можна стверджувати, що посттравматичне зростання виступає одним із ключових індикаторів антикрихкості особистості поліцейського. Воно проявляється у зміцненні системи цінностей, посиленні особистісної сили, розширенні соціальних зв'язків і формуванні нових життєво-професійних смислів. Пережитий стресовий досвід у цьому разі не лише не призводить до руйнування особистісної структури, а за певних умов стає джерелом розвитку. Таким чином, концепція антикрихкості дає змогу розглядати посттравматичне зростання не як випадковий позитивний наслідок травми, а як закономірний результат взаємодії екстремального професійного середовища з індивідуальними ресурсами, соціальною підтримкою та накопиченим професійним досвідом.

**Перспектива подальших досліджень** полягає у поглибленому вивченні психологічних механізмів формування антикрихкості поліцейських, зокрема ролі особистісних ресурсів, смислотворчих процесів та соціальної підтримки у динаміці посттравматичного зростання.

## Список використаних джерел

1. Кокур О., Лозінська Н., Пішко І., Олійник В. Особливості посттравматичного зростання військовослужбовців із різним бойовим досвідом. *Вісник Національного університету оборони України*. 2025. Вип. 87(5). С. 80–89. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-87-5-80-89>
2. Музичко Л. Резильентність і посттравматичне зростання особистості внаслідок стресу. *Журнал соціальної та практичної психології*. 2024. № 3. С. 44–49. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-2024-3-7>
3. Олійник В. Основні детермінанти постдосвідного зростання військовослужбовців – учасників бойових дій: теоретичний аналіз. *Вісник Національного університету оборони України*. 2023. Т. 75. № 5. С. 102–110. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-102-110>
4. Греса Н. В., Пономаренко Я. С., Шиліна А. А. Особистісно-когнітивні передумови формування професійного спілкування поліцейських у різні періоди дорослості. *Вісник МЕНУ ім. Степана Дем'янука*. 2025. № 4. С. 85–92. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-2021/2025-4-12>
5. Швець Д. В., Пономаренко Я. С. Гендерні відмінності мотивації поліцейських та їхні імплікації для професійної діяльності. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2025. № 2. С. 181–185. DOI: <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.2.32>
6. Шиліна А. А. Антикрихкість поліцейських у контексті толерантності до невизначеності. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2025. Т. 36(75). № 5. С. 144–149. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.5/22>
7. Шиліна А. А. Готовність до інноваційної діяльності як маркер антикрихкості працівників поліції. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія*. 2025. № 3(68). С. 134–139 DOI: <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2025.3.19>
8. Шиліна А. А. Самоспівчуття як особистісний ресурс антикрихкості поліцейських. *Габітус*. 2025. Вип. 78. Т. 2. С. 154–157 DOI: <https://doi.org/10.32782/hbts.78.2.29>
9. Шиліна А. А., Греса Н. В., Пономаренко Я. С. Комунікативна толерантність поліцейських різного віку у контексті антикрихкості. *Ментальне здоров'я*. 2025. № 4. С. 235–240. DOI: <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-4.39>
10. Prokofieva O., Koshova I., Shevchuk V. Posttraumatic growth and rehabilitative resources of the combatants and demobilized servicemen. *Environment and Social Psychology*. 2024. Vol. 9. Issue 6. P. 1–14. DOI: <https://doi.org/10.54517/esp.v9i6.2359>
11. Tedeschi R. G., Calhoun L. G. Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. № 15. P. 1–18. DOI: [http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli1501\\_01](http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01)
12. Tedeschi R. G., Cann A., Taku K., Senol-Durak E., Calhoun L. G. The Posttraumatic Growth Inventory: A Revision Integrating Existential and Spiritual Change. *Journal of Traumatic Stress*. 2017. № 30. P. 11–18. DOI: <https://doi.org/10.1002/jts.22155>

## References

1. Kokun, O., Lozinska, N., Pishko, I., & Oliinyk, V. (2025). Osoblyvosti posttravmatychnoho zrostantia viiskovosluzhbovtziv z riznym boiovym dosvidom [Features of posttraumatic growth of servicemen with different combat experience]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu obrony Ukrainy*, 87(5), 80–89. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2025-87-5-80-89> [in Ukrainian].
2. Muzychko, L. (2024). Rezylientnist i posttravmatyчне zrostantia osobystosti vnaslidok stresu [Resilience and posttraumatic growth of personality as a result of stress]. *Zhurnal sotsialnoi ta praktychnoi psykholohii*, 3, 44–49. <https://doi.org/10.32782/psy-2024-3-7> [in Ukrainian].
3. Oliinyk, V. (2023). Osnovni determinanty postdosvidnoho zrostantia viiskovosluzhbovtziv – uchasykiv boiovykh dii: teoretychnyi analiz [Main determinants of post-experience growth of servicemen – combatants: Theoretical analysis]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu obrony Ukrainy*, 75(5), 102–110. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-75-5-102-110> [in Ukrainian].
4. Hresa, N. V., Ponomarenko, Ya. S., & Shylina, A. A. (2025). Osobystisno-kohnityvni peredumovy formuvannia profesiinoho spilkuvannia politseyskykh u rizni periody doroslости [Personal and cognitive prerequisites for the formation of professional communication of police officers in different periods of adulthood]. *Visnyk MЕНU imeni Stepana Demianchuka*, 4, 85–92. <https://doi.org/10.32782/3041-2021/2025-4-12> [in Ukrainian].
5. Shvets, D. V., & Ponomarenko, Ya. S. (2025). Henderni vidminnosti motyvatsii politseyskykh ta yikhni implikatsii dlia profesiinoi diialnosti [Gender differences in police officers' motivation and their implications for professional activity]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Psykholohiia*, 2, 181–185. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2025.2.32> [in Ukrainian].

6. Shylina, A. A. (2025). Antykrykhkist politseiskykh u konteksti tolerantnosti do nevyznachenosti [Antifragility of police officers in the context of tolerance to uncertainty]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia*, 36(75)(5), 144–149. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2025.5/22> [in Ukrainian].
7. Shylina, A. A. (2025). Hotovnist do innovatsiinoi diialnosti yak marker antykrykhkosti pratsivnykiv politsii [Readiness for innovative activity as a marker of police officers' antifragility]. *Naukovi pratsi Mizhreionalnoi akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia*, 3(68), 134–139. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2025.3.19> [in Ukrainian].
8. Shylina, A. A. (2025). Samospiivchuttia yak osobystisnyi resurs antykrykhkosti politseiskykh [Self-compassion as a personal resource of police officers' antifragility]. *Habitus*, 78(2), 154–157. <https://doi.org/10.32782/hbts.78.2.29> [in Ukrainian].
9. Shylina, A. A., Hresa, N. V., & Ponomarenko, Ya. S. (2025). Komunikatyvna tolerantnist politseiskykh riznoho viku u konteksti antykrykhkosti [Communicative tolerance of police officers of different ages in the context of antifragility]. *Mentalne zdorovia*, 4, 235–240. <https://doi.org/10.32782/3041-2005/2025-4.39> [in Ukrainian].
10. Prokofieva, O., Koshova, I., & Shevchuk, V. (2024). Posttraumatic growth and rehabilitative resources of the combatants and demobilized servicemen. *Environment and Social Psychology*, 9(6), 1–14. <https://doi.org/10.54517/esp.v9i6.2359>
11. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 1–18. [http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli1501\\_01](http://dx.doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01)
12. Tedeschi, R. G., Cann, A., Taku, K., Senol-Durak, E., & Calhoun, L. G. (2017). The Posttraumatic Growth Inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30, 11–18. <https://doi.org/10.1002/jts.22155>

Дата першого надходження статті до видання: 14.02.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 20.03.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 15.05.2026