

УДК 159.923.2-053.6:316.356.2:355.01
DOI: 10.31732/2663-2209-2026-81-521-527

Дата надходження: 04.03.2026
Дата прийняття до друку: 24.03.2026
Дата публікації: 30.03.2026



Ця робота ліцензується відповідно до [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

СІМЕЙНІ НАРАТИВИ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО КОНФЛІКТУ

Олег Стасишин¹

¹Магістр з міжнародних відносин, суспільних комунікацій та регіональних студій за спеціалізацією Зовнішня політика та національна безпека, аспірант, спеціальність “Психологія”, ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна, e-mail: StasyshynOY@krok.edu.ua, ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3506-617X>

FAMILY NARRATIVES AS A FACTOR IN SHAPING YOUTH RESILIENCE IN THE CONTEXT OF MILITARY CONFLICT

Oleh Stasyshyn¹

¹Master's degree in International Relations, Public Communications, and Regional Studies, specializing in Foreign Policy and National Security, PhD candidate, majoring in Psychology, KROK University of Economics and Law, Kyiv, Ukraine, e-mail: StasyshynOY@krok.edu.ua, ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3506-617X>

Анотація. Повномасштабне військове вторгнення в Україну змінює психологічне середовище для молоді таким чином, що виникає необхідність негайної уваги до розуміння механізмів, які забезпечують стійку психологічну міцність і відновлення. Стаття присвячена дослідженню потенційної ролі сімейних наративів у розвитку резильєнтності молоді в умовах тривалого військового конфлікту. Метою цього дослідження є застосування сучасних психологічних теорій та емпіричних досліджень для пояснення того, як сімейні наративи, міжпоколінєвий досвід можуть бути захисними механізмами від негативних наслідків травматичних переживань для молоді. Для досягнення цієї мети в дослідженні буде використано систематичний огляд літератури та теоретичний синтез досліджень, присвячених травмі, проведених у всьому світі та конкретно в Україні з 2022 по 2025 рік. Результати дослідження продемонстрували, що детальні та послідовні сімейні наративи є когнітивною основою для осмислення травматичного досвіду та його інтеграції у стабільне відчуття власної ідентичності. Сімейні історії, що відображають виживання у минулих історичних викликах (сценарії резильєнтності), також сприяють формуванню відчуття власної значущості та зменшенню внутрішніх симптомів, таких як тривога. Дослідження продемонструвало, що міжпоколінєва передача моделей подолання труднощів є важливим чинником збереження психологічного благополуччя та представляє сім'ю як стійку екосистему. Найбільш значним внеском цього дослідження є його здатність розробити нову теоретичну основу щодо ролі наративів як мультисистемної рушійної сили резильєнтності. Практичним застосуванням результатів цього дослідження є розробка інтервенцій на основі наративів, які потенційно можуть підтримати зусилля з відновлення в післявоєнній Україні. Подальші напрямки цього дослідження включатимуть проведення логічного дослідження еволюції наративів у роки після періоду відновлення.

Ключові слова: сімейні наративи, резильєнтність молоді, військовий конфлікт, міжпоколінєва передача, смислотворення, психологічна травма.

Формули: 0; рис.: 0; табл.: 0, бібл.: 18

Abstract. The full-scale military invasion of Ukraine is altering the psychological environment for young people in ways that require immediate attention to understand the mechanisms that allow for enduring psychological strength and recovery. The article is devoted to explore the potential role of family narratives in developing the resilience of young people in the face of prolonged military conflict. The purpose of this study is to apply contemporary psychological theories and empirical research to explain how family storytelling, intergenerational memory, and narrative coherence can serve as protective factors against the negative effects of traumatic experiences on young people. In order to accomplish this objective, the study will employ a systematic review of the literature and theoretical synthesis of research concerning trauma, conducted globally and specifically in Ukraine, from 2022 to 2025. The results of the study demonstrate that elaborate and coherent family narratives represent a cognitive base for making sense of traumatic experience and integrating it into a stable sense of self. Family stories that reflect survival through past historical challenges (resilience roadmaps) also contribute to a sense of agency and decrease internalized symptoms such as anxiety. The study demonstrates that the transgenerational transmission of coping models is an important factor in preserving psychological

well-being and represents the family as an ecologically resilient unit. The most significant contribution of this study is its ability to develop a new theoretical framework regarding the role of narratives as a multi-systemic engine of resilience. A practical application of this study's findings is the development of narrative-based interventions that could potentially support recovery efforts in post-conflict Ukraine. Future directions for this line of inquiry would include conducting longitudinal studies on the evolution of narratives in the years following the reconstruction period.

Keywords: family narratives, youth resilience, military conflict, intergenerational transmission, meaning-making, psychological trauma.

Formulas:0; fig.: 0; tab.: 0; bibl.:18

Постановка проблеми. Нинішня соціально-політична криза та гуманітарна катастрофа, зумовлені повномасштабним вторгненням Росії в Україну, кардинально змінили умови розвитку мільйонів молодих людей. З точки зору психології розвитку, збройний конфлікт розглядається як хронічний, багаторівневий стресогенний чинник, що створює атмосферу невизначеності для всіх залучених сторін і ускладнює формування стабільної ідентичності (Labashchuk et al., 2024). Психологічні наслідки війни для молоді України є багатограними. Вони включають: переживання травматичних подій, втрату опікунів або батьків, переїзд з дому до інших країн через війну та руйнування існуючих мереж соціальної підтримки (Сингаївська & Коцюбинська, 2025; Сингаївська & Пилипенко, 2024). За таких надзвичайних умов розгляд концепції резильєнтності став центральним у наукових дослідженнях, і вчені тепер розглядають її як динамічний, мультисистемний процес адаптації та відновлення, а не як фіксовану характеристику особистості людини (Giordano et al., 2024).

Історії, якими сім'ї діляться про своє спільне минуле і сьогодення, а також те, як сім'ї інтерпретують ці історії і передають їх молодим поколінням, допомагають сім'ям зрозуміти цей мінливий світ (Fivush & Koenig Kellas, 2025). Теоретичні моделі показують, що коли сім'ї діляться між собою історіями про стресові події у послідовній і емоційно деталізованій формі, сімейне середовище сприяє розвитку психологічної стійкості. Практичне застосування цього дослідження є нагально необхідним для розробки емпірично обґрунтованих засобів оптимізації резильєнтності українців в

умовах кризи в Україні та підтримки довгострокового відновлення країни (Gorbunova et al., 2025). Предмет дослідження: роль, яку відіграють сімейні історії та міжпоколіннєве передавання певних наративів у формуванні основи для розвитку резильєнтності молоді під час військового конфлікту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Пізнання взаємозв'язку між родинними історіями та психологічним благополуччям людини є результатом багаторічних досліджень автобіографічної пам'яті та соціального формування особистості через міжпоколіннєві наративи. На основі цих досліджень було розроблено теорії, що описують процес самоконструювання через обмін сімейними історіями, а отримані дані свідчать про те, що знання про історію своєї родини сприяє підвищенню самооцінки та зменшенню внутрішніх поведінкових проявів, таких як тривога та депресія (Fivush, 2019), у юнаків. Для дослідження було використано шкалу «Do you know?», яка показала, що юнаки, які більше знають про минуле своєї родини, також виявляють сильніше почуття внутрішнього відчуття контролю і частіше досліджують свою власну ідентичність (Fivush & Koenig Kellas, 2025). Таким чином, наративні тези, які молоді люди отримують від своїх сімей, створюють важливий ресурс для розвитку особистості, який може підтримати психологічне здоров'я молоді.

Для ґрунтового дослідження необхідно описати основні поняття «резильєнтності» та «сімейного наративу» з точки зору вже визнаних теорій. У сучасній психології резильєнтність визначається як здатність динамічної системи успішно адаптуватися до порушень, що впливають на її функціонування, виживання або

зростання. Це визначення було запропоновано Е. Мастен (2021) і відходить від акценту на «витривалості» індивіда до розуміння того, як взаємодіють між собою різні системи (від біологічних до соціальних/культурних). Концепція Е. Мастен підкреслює, що резильєнтність не є винятковою рисою, а виникає в результаті численних взаємодій багатьох базових адаптивних систем, таких як підтримка в стосунках, ефективне виховання дітей та символічні способи осмислення (Masten, 2021).

Для доповнення до цієї теорії існує модель сімейної резильєнтності Ф. Уолш, яка розглядає сім'ю як основну функціональну одиницю, що допомагає подолати негативні наслідки впливу сильних стресових чинників на людину. Згідно з Ф. Уолш (2021), резильєнтність сімей базується на трьох компонентах: спільних переконаннях, організаційних моделях сім'ї та процесах комунікації/вирішення проблем. У моделі Ф. Уолш (2021) розповідь про сім'ю відноситься до категорії «надання сенсу негараздам». Коли сім'я створює спільний наратив, який нормалізує пережитий стрес, контекстуалізує травматичну подію у зв'язку з іншими подіями в їхньому житті та надає відчуття узгодженості щодо того, як розуміти та подолати подію, вона створює умови для розвитку резильєнтності (Walsh, 2021).

Соціально-екологічна модель М. Унгара (2012) пропонує ширше розуміння резильєнтності молоді під час війни. У своїй моделі М. Унгар припускає, що молодь може розвивати резильєнтність на основі середовища, в якому вона зростає. Тобто для молоді, яка зростає в зонах конфлікту, здатність розвивати та підтримувати резильєнтність залежатиме від її вміння визначати та використовувати свої психологічні, соціальні та культурні ресурси. Крім того, молодь може успішно отримувати доступ до цих ресурсів і використовувати їх, якщо середовище, в якому вона живе, здатне надати їй культурно релевантні джерела підтримки

(Ungar, 2012). З цієї мультисистемної перспективи можна зробити висновки, що сімейні наративи молоді, яка пережила травму, не існують незалежно від інших наративів спільноти та інституційної підтримки. Шкільна система є прикладом інституції, яка може сприяти відновленню після травми та просувати системи підтримки молоді, яка зазнала травматичних переживань. Крім того, школи, які чутливі до потреб учнів, що мають проблеми з психічним здоров'ям, можуть виконувати роль сполучної ланки між уразливістю молоді та можливостями її системного відновлення (Gorbunova et al., 2025).

Важливо зауважити, що у рамках нещодавнього дослідження сімей, які пережили колективну травму, а зокрема матерів і дочок у посттравматичних умовах, було вивчено передачу резильєнтності між поколіннями. Отримані результати свідчать про те, що рівень психологічної стійкості матері має негативний вплив на рівень симптомів посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у її дочки. Таким чином, це вказує на те, що резильєнтність є певною характеристикою родини, що передається молодшим членам сім'ї як через спільні наративи, так і через емоційну підтримку (Mutuyimana et al., 2025). Подальші дослідження засвідчили, що в умовах війни молодь вдається до використання певних стратегій для побудови життя, щоб розвинути механізми самовідновлення, наприклад субкультурний капітал та екзистенційну відповідальність. Ці процеси свідчать про спроможність молоді зробити позитивний внесок у відновлення суспільства (Tytarenko, 2025). Незважаючи на зростаючу кількість досліджень щодо впливу колективної травми на окремих осіб та спільноти, все ще існує брак робіт, присвячених тому, як історичні наративи про травми, такі як Голодомор, впливатимуть на ідентичність сучасної української молоді в поєднанні з їхнім досвідом війни протягом життя (Bezo & Maggi, 2015). Тому ця робота має на меті

заповнити цю прогалину в дослідженнях, інтегруючи глобальні нарративні теорії з останніми емпіричними даними, зібраними протягом 2022–2025 років.

Метою цього дослідження є теоретичне вивчення сімейних нарративів у контексті здатності молоді проявляти резильєнтність у воєнний час (наприклад, під час військових конфліктів). У цьому дослідженні буде розглянуто, як молодь використовує міжпоколінневий досвід та процес осмислення цього досвіду для захисту від психічних захворювань. Для досягнення поставлених цілей у дослідженні буде використано систематичний огляд літератури та теоретичний синтез сучасних психологічних досліджень. Кінцевою метою дослідження є надання обґрунтованих доказів для інтеграції нарративних інтервенцій у психосоціальні послуги, що надаються молоді у післяконфліктній Україні, щоб визначити, чи можуть ці послуги допомогти запобігти хронічним наслідкам травматичного стресу, пов'язаного з життям у воєнних умовах.

Виклад основного матеріалу дослідження. Процес формування стійкості на основі сімейних історій про кризи зазвичай базується на когнітивних процесах осмислення та інтерпретації подій, що порушують звичний хід життя. За умов війни, коли зовнішнє середовище є нестабільним і небезпечним, сімейні історії можуть бути використані для створення структури, яка пов'язує фрагментарність сьогодення зі значущим минулим і сповненням надії майбутнім. Наративна когерентність визнана ключовим фактором психологічного благополуччя. Когерентність стосується того, наскільки добре організована та детальна історія, включаючи те, наскільки добре емоційний стан особи інтегрований в історію. У дітей, які виховуються в сім'ях, де сімейні історії розповідаються в розгорнутому стилі, що включає деталізацію та вираження емоцій, як правило, розвиваються більш досконалі навички регулювання власних емоцій і

більш стабільне відчуття особистості, ніж у тих, хто не виховується таким чином (Fivush, 2019).

Також важливо враховувати специфічні психологічні особливості посттравматичного стресового розладу у дітей, та роль когнітивних процесів у травматичних переживаннях. К. Волков (2024) визначає, що діти, які стали свідками війни, зазнають «когнітивних травм», які зазвичай характеризуються повною втратою здатності уявляти своє майбутнє та переважним почуттям невизначеності та непередбачуваності. У дітей ці когнітивні травми проявляються у всіх щоденних взаємодіях дитини та стилі спілкування в її родині. Таким чином, досліджуючи вплив війни на сім'ї, вчені можуть використовувати сімейні нарративи як інструмент для безпосереднього втручання в процес психологічного відновлення сім'ї. Через переосмислення нарративу люди можуть зменшити почуття провини та сорому і повернути надію (Popescu et al., 2025). Таким чином сім'ї також можуть перетворити свої страждання на нарративи резильєнтності. Переосмислення нарративів необхідне для відновлення порушеного почуття власної гідності у дітей-свідків воєнних конфліктів, яким важко уявити своє життя поза небезпекою, що їх оточує (Волков, 2024).

Крім того, важливе значення має взаємозв'язок між міжпоколінневим передаванням досвіду та психологічними характеристиками окремих осіб (тобто самоефективністю та самооцінкою). Дослідження самоефективності та самооцінки у зв'язку з конфліктом в Україні показали, що серед населення існує багато позитивних кореляцій для цих характеристик (Sarzyńska-Mazurek et al., 2024). Самоефективність означає сприйняття людиною своєї здатності справлятися з невизначеністю. Це почуття спонукає продовжувати діяти, доки умови навколишнього середовища залишаються небезпечними (Sarzyńska-Mazurek et al., 2024). Молодь вивчає опосередковані моделі самоефективності через

міжпоколіннєвий досвід, а саме через історії про те, як бабусі та дідусі справлялися з історичними кризами (наприклад, Другою світовою війною або Голодомором). Це дає їм приклади того, як вони можуть справлятися з сучасними кризами (Horstman et al., 2024).

Найефективнішою формою нарративу для молоді була визнана осциляційна модель. Осциляційна модель (або ще називають маятниковою моделлю) базується на циклах криз і успішного відновлення. Використання цієї моделі дозволяє молоді, яка відчуває на собі наслідки сучасного конфлікту, знайти надію на майбутнє завдяки прикладам того, як попередні покоління змогли пережити історичні кризи (Голодомор і Друга світова війна) (Tytarenko, 2025). Також це дослідження продемонструвало, що процес переосмислення минулого досвіду у формі маяткової нарації допомагає молоді перейти від фрагментованого сюжету «боротьби» до більш рефлексивного та адаптивного сюжету «навчання» або «захисту» (Labashchuk et al., 2024).

Трансгенераційний характер резильєнтності також продемонстровано в дослідженнях, що з'ясовують, як ця характеристика поширюється між поколіннями з точки зору взаємного та опосередкованого впливу на сім'ї. Наприклад, нещодавні дослідження свідчать, що у разі одностороннього впливу травми батьків на дітей може виникнути певний зворотний зв'язок через здатність дітей переносити психологічні труднощі. Це може мати позитивний вплив на психічне здоров'я їхніх батьків (Mutuyimana et al., 2025). Такий двосторонній характер можливий шляхом спільних ритуалів переказу родинних історій, які сприяють довірі та соціальним зв'язкам. Крім того, молоді люди, які добре розуміють історію своєї родини, значно краще формують свою ідентичність, ніж ті, які цього не роблять, оскільки вони мають приклади інших людей, які навчилися справлятися з екстремальним рівнем стресу (Fivush & Koenig Kellas, 2025).

Сучасний, оцифрований характер нарративів про російсько-український конфлікт також змінив формат вимушеної міграції людей, що призвело до появи концепції «глобальних сімей». Цей тип сімей використовує інформаційно-комунікаційні технології для створення спільної історії, що виходить за межі географічних кордонів. Такий тип сімейного нарративу є альтернативою традиційним ієрархічно структурованим міжпоколіннєвим нарративам та способам трансгенераційної передачі інформації (Borcsa & Witzel, 2025). Попри те, що засіб, який використовується для переказу сімейної історії, змінився разом із технологіями, мета процесу залишилася незмінною. Основною ціллю є збереження сімейних стосунків та створення спільного розуміння реальності серед членів сім'ї. Зараз молоді люди змінюють свої цінності з гедоністичних на екзистенційні, бо відчувають відповідальність за виживання своїх спільнот. Це відображає високий рівень субкультурного капіталу, який забезпечує як колективну безпеку, так і адаптивне функціонування (Tytarenko, 2025).

Також дослідження демонструють те, як інституції можуть сприяти використанню підходу «нарративної резильєнтності» для допомоги дітям у подоланні травм, спричинених війною. В Україні була розроблена ініціатива MHSS (Mental Health-Sensitive School, «Школа, чутлива до психічного здоров'я») з метою інтеграції цих аспектів психічного здоров'я в освітнє середовище (Gorbunova et al., 2025). Це передбачає розробку багаторівневої моделі підтримки учнів, що включає підвищення психологічної обізнаності та офіційні механізми направлення до фахівців. Таким чином, школа стає ще одним рівнем захисної функції сім'ї. Завдяки нормалізації розмов про травматичні переживання школи зменшують стигматизацію, пов'язану з пережитим травматичним досвідом, яка може призвести до замовчування переживань дитини під час конфлікту.

Школи, які співпрацюють із сім'ями з метою розробки послідовної, підбадьорливої розповіді про конфлікт, допоможуть молодим людям інтегрувати свій досвід конфлікту в шлях формування стійкої ідентичності та забезпечать продовження процесу відновлення на всіх рівнях соціальної екології.

Висновки. Підсумовуючи це дослідження, можна зробити висновок, що сімейні історії (сімейні наративи) є одним із найважливіших захисних механізмів для молодих людей, які пережили травматичні події, пов'язані з військовим конфліктом. Коли молодь формує цілісну історію про те, що сталося, вона може осмислити вплив травматичних подій, викликаних війною, на своє почуття ідентичності. Сім'ї сприяють розвитку цієї цілісної історії у молодих людей шляхом виховання здатності надавати їм глибокого змісту впродовж поколінь. Таким чином, родина є когнітивною основою, на якій молодь буде свою версію подій, зберігаючи при цьому цілісне відчуття власної ідентичності.

Новизна цього наукового доробку полягає у визначенні осциляційного наративу як багаторівневої системи

резильєнтності, що пов'язує автобіографічну пам'ять на індивідуальному рівні з колективною пам'яттю на рівні культури та історії.

Теоретичне та практичне значення цього дослідження визначається можливістю використання його результатів для розробки нових стратегій психосоціальної інтервенції. Впровадження інтервенційних заходів на рівні сім'ї, що сприяють зміцненню її здатності створювати цілісні та детальні історії, може бути використано для підтримки посттравматичного зростання на національному рівні. Імплементация результату цього дослідження може мати значні соціально-економічні наслідки для України в післяконфліктний період. Може з'явитися покоління молодих людей, які є психологічно стійкими, впевненими у своїй ідентичності та здатними зробити позитивний внесок у соціальну реконструкцію суспільства. Подальші дослідження можуть включати довготривалі емпіричні аналізи для оцінки того, чи продовжують розвиватися наративи, сформовані під час конфлікту, у період реконструкції та відновлення.

Конфлікт інтересів. Автор заявляє, що дослідження проводилося за відсутності будь-яких комерційних або фінансових відносин, які могли б бути витлумачені як потенційний конфлікт інтересів.

Фінансування. Автор заявляє, що публікацію статті профінансовано в межах оплати за навчання в аспірантурі.

Етична заява. Усі процедури, виконані в межах цього дослідження, відповідали інституційним та міжнародним етичним стандартам.

Заява щодо генеративного ШІ. Автор заявляє, що генеративний штучний інтелект не використовувався під час підготовки цього рукопису.

Література:

1. Волков, К. М. (2024). Дитячий досвід у побудові травматичних когніцій свідка війни. *Habitus*, (57), 195–200. <https://habitus.od.ua/journals/2024/57-2024/34.pdf>
2. Сингаївська, І., & Коцюбинська, І. (2025). Резильєнтність і бачення майбутнього в наративах українців, переміщених за кордон через війну. *Вчені записки Університету «КРОК»*, 2(78), 432–439.
3. Сингаївська, І. В., & Пилипенко, М. А. (2024). Особливості адаптації українців до вимушеного переселення в період війни. *Особистість у кризових умовах та екстремальних ситуаціях життя: колективна монографія*. Івано-Франківськ: НАІР, 17–29.
4. Bezo, B., & Maggi, S. (2015). Living in “survival

- mode.” *Intergenerational transmission of trauma from the Holodomor genocide of 1932–1933 in Ukraine. Social Science & Medicine*, 134, 87–94. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.04.009>
5. Borcsa, M., & Witzel, P. (2025). “It is simply pointless to tell our child any fairy tales”: Transgenerational aspects of forced migration in the digital era. *Systemic Thinking & Psychotherapy*, 15(26), 72–85. <https://doi.org/10.82070/syst20252615>
6. Fivush, R. (2019). *Family narratives and the development of an autobiographical self: Social and cultural perspectives on autobiographical memory*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429029158>
7. Fivush, R., & Koenig Kellas, J. (2025). Parental and family storytelling across the generations: An

interdisciplinary review. *Parenting: Science and Practice*.

<https://doi.org/10.1080/15295192.2025.2450497>

8.Giordano, F., Lipscomb, S., Jefferies, P., Kwon, K.-A., & Giammarchi, M. (2024). Resilience processes among Ukrainian youth preparing to build resilience with peers during the Ukraine-Russia war. *Frontiers in Psychology*, 15, 1331886.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1331886>

9.Gorbunova, V., Klymchuk, V., & Faryma, O. (2025). Developing the Mental Health Sensitive School Concept: Insights from focus group discussions in Ukraine. *PLOS Mental Health*, 2(7), e0000368.

<https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000368>

10.Horstman, H. K., Bohanek, J., Łapińska, E., Watson, O., Cierpka, A., & Małek, K. (2024). “Living the stories of your great-grandmother”: Making sense of Russia's war in Ukraine through Polish intergenerational family storytelling. *Communication Monographs*, 92(1), 74–96. <https://doi.org/10.1080/03637751.2024.2349570>

11.Labashchuk, O., Harasym, T., Reshetukha, T., Majbroda, K., & Verbovetska, O. (2024). Ukrainian narratives about the outbreak of the war: The main themes, structure and composition. *Tautosakos darbai*, 66, 13–28. <https://doi.org/10.51554/TD.23.66.01>

12.Masten, A. S. (2021). Resilience in developmental systems: Principles, pathways, and protective processes in research and practice. In M. Ungar (Ed.), *Multisystemic Resilience: Adaptation and Transformation in Contexts of Change* (pp. 113-134).

Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oso/9780190095888.003.0007>

13.Mutuyimana, C., et al. (2025). Intergenerational associations between resilience and traumatic exposure with PTSD symptoms within mother-daughter dyads. *International Journal of Mental Health*.

<https://doi.org/10.1080/00207411.2025.2526219>

14.Popescu, A., Chen, M., & Nasrin, S. (2025). Exploring the role of narrative reframing in families experiencing trauma. *Applied Family Therapy Journal*, 6(4), 1–10. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.4409>

15.Sarzyńska-Mazurek, E., Wosik-Kawala, D., & Bevez, H. (2024). Self-efficacy and self-esteem of Ukrainian citizens during the war. *Scientific Bulletin*. https://www.bc.umcs.pl/Content/50053/czas7749_43_4_2024_13.pdf

16.Tytarenko, T. (2025). Parameters of self-healing subcultural life-making in wartime conditions. *Scientific Studios on Social and Political Psychology*, 31(1), 25–32. <https://doi.org/10.61727/ssppj/1.2025.25>

17.Ungar, M. (2012). *The social ecology of resilience: A handbook of theory and practice*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4614-0586-3>

18.Walsh, F. (2021). Family resilience: A developmental systems framework. In M. Ungar (Ed.), *Multisystemic Resilience: Adaptation and Transformation in Contexts of Change* (pp. 253-271). Oxford University Press.

<https://doi.org/10.1093/oso/9780190095888.003.0015>