

УДК 614.253.1:159.9

DOI <https://doi.org/10.11603/m.2414-5998.2026.1.16043>

Олександра Шульгай¹

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-7052-8324>

Оксана Мочульська¹

ORCID <http://orcid.org/0000-0002-0426-9715>

Валентина Шульгай²

ORCID <https://orcid.org/0009-0001-5938-3478>

¹Тернопільський національний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України

²MCI-підприємницька школа, Інсбрук, Австрія

ВАЖЛИВІСТЬ ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАЦІЇ І РЕЗІЛЬЄНТНОСТІ ПРИ ПІДГОТОВЦІ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

Oleksandra Shulhai¹, Oksana Mochulska¹, Valentyna Shulhai²

¹Ivan Horbachevsky Ternopil National Medical University Ministry of Health of Ukraine

²MCI-The Entrepreneurial School in Innsbruck, Austria

THE IMPORTANCE OF DEVELOPING COMMUNICATION AND RESILIENCE IN THE TRAINING OF HEALTHCARE PROFESSIONALS

Анотація. Медичні працівники у своїй професійній діяльності повинні показувати клінічну ефективність і вміти керувати стресовими реакціями в різних ситуаціях, і в цьому їм успішно допомагають комунікація і резильєнтність. Комунікативні навички є базовою компетенцією, яка відіграє важливу роль у щоденній медичній практиці. Багато елементів контакту з пацієнтами, як-от опитування пацієнтів під час первинного контакту, пояснення ймовірного діагнозу та можливих варіантів лікування, особливості догляду, пояснення можливих ризиків, переваг та ускладнень утручання пацієнтам та їхнім родичам, повідомлення поганих новин, консультування у випадках втрати близької людини або нещасних випадків, а також під час отримання інформованої згоди, вимагають необхідності якісної та ефективної комунікації. Це допомагає як завоювати довіру пацієнтів, так і заохочує їх до подальшого дотримання медичних вимог. Ефективна комунікація дозволяє побудувати успішні стосунки між лікарем і пацієнтом, підвищує безпеку пацієнтів та дотримання ними режиму лікування, покращує досвід спілкування та зменшує вигорання медичних працівників.

Резильєнтність являє собою емоційну компетентність, що відображає здатність людини адаптуватися, незважаючи на труднощі, успішно справлятися зі стресом і не здаватися після невдач. Психологічна стійкість може захистити медичного працівника від наслідків професійного стресу та підвищити його здатність відновити відчуття контролю над своїм життям. Такі компетентності можна отримати вже під час навчання, вони складаються з когнітивних процесів, що охоплюють декілька сфер формування професійної особистості: самоефективність, планування, самоконтроль, відданість і наполегливість. Хоча навички комунікації та резильєнтності набуваються та опановуються з часом, навчання їм під час підготовки медичних працівників, дотримуючись принципів доказової та пацієнтоорієнтованої медицини, є потребою сьогодення. Статтю присвячено аналізу важливості формування навичок комунікації і стійкості в підготовці медичних працівників.

Ключові слова: медичні працівники; підготовка студентів; психологічне благополуччя; комунікація; стійкість.

Abstract. In their professional practice, healthcare professionals are required to demonstrate clinical effectiveness and the ability to manage stress responses in diverse situations; communication and resilience play a crucial role in supporting these capacities. Communication skills constitute a core competency that is essential in daily medical practice. Numerous aspects of patient interaction – such as patient interviewing during initial contact, explaining a probable diagnosis and available treatment options, discussing care characteristics, outlining potential risks, benefits, and complications of interventions to patients and their relatives, delivering bad news, providing counseling in cases of bereavement or accidents, and obtaining informed consent – require high-quality and effective communication. This not only helps to build patient trust but also encourages adherence to medical recommendations. Effective communication enables the establishment of successful physician–patient

relationships, enhances patient safety and treatment compliance, improves the overall communication experience, and reduces burnout among healthcare professionals.

Resilience represents an emotional competency that reflects an individual's ability to adapt despite difficulties, effectively cope with stress, and persist after setbacks. Psychological resilience can protect healthcare professionals from the negative consequences of occupational stress and enhance their capacity to regain a sense of control over their lives. These competencies can be developed during the educational process and are based on cognitive processes encompassing several domains of professional personality formation, including self-efficacy, planning, self-regulation, commitment, and perseverance. Although communication and resilience skills are acquired and refined over time, integrating their development into the training of healthcare professionals – while adhering to the principles of evidence-based and patient-centered medicine – has become an urgent necessity. This article is devoted to analyzing the importance of developing communication and resilience skills in the education of healthcare professionals.

Key words: healthcare professionals; student training; psychological well-being; communication; resilience.

Вступ. Наразі, у надскладний час для медичної освіти, стійкість як здатність ефективно долати стрес і невизначеність є базовою складовою частиною роботи медичних працівників. Вона дозволяє адаптуватися до змін, долати негаразди та продовжувати працювати на високому рівні, якого вимагає професійна діяльність. Висока якість роботи медичного працівника полягає не лише в його професійній підготовці, знаннях, поведінці, а також і в умінні спілкуватися. Спілкування (або комунікація) включає складний багатогранний процес підтримки та розвитку контактів, зв'язків між людьми, який передбачає обмін інформацією та вироблення єдиної стратегії взаємодії. Відомо, що слово може поранити та вселити зневіру, а може надати сил та мотивувати до бажання жити повноцінним життям. Сила впливу комунікації залежить від вибору інтонації, тембру голосу, доречності використання певних слів у розмові та її доцільності, вміння донести до пацієнта свою думку. Ефективна комунікація включає здатність ефективно отримувати інформацію, її аналізувати та якісно доносити співрозмовнику, отримувати додаткову інформацію про психоемоційний стан співрозмовника на основі невербальних сигналів та прогнозувати його реакції, керувати своєю поведінкою в спілкуванні (Муроніук & Pohoriliak, 2023; Haliash et al., 2019).

Головною метою навчальних програм підготовки медичних працівників є підготовка компетентних, професійних та співчутливих спеціалістів. Однак дослідження показують, що психічне здоров'я і задоволеність життям майбутніх медиків погіршується після того, як вони починають навчання в медичному університеті, й залишаються низькими протягом усього періоду навчання. Потенційними причинами порушення психічного здоров'я в майбутніх медичних працівників є воєнні дії на території нашої держави, адаптація до медичного середовища, неготовність до смерті та людських страждань, події особистого життя та індивідуальні особливості. Тому викладачам закладів медичної освіти необхідно підтримувати студентів у вивченні навичок міжособистісної комунікації та розвитку стійкості на їхньому кар'єрному шляху для попередження таких наслідків студентського дистресу, як погіршення академічної успішності, втрата емпатії та

відмова від медичної практики (Bird et al., 2020; Geissler et al., 2018; Halimi et al., 2025).

Резильєнтність (або стресостійкість) являє собою здатність особи впоратися зі складними життєвими подіями та вміння відновлюватися після стресу. Це надзвичайно важлива риса для медичного працівника, яка дає психологічну насагу втриматися серед життєвих викликів. Мінливий характер цієї риси відрізняє стійкість як особистий ресурс, що характеризується відданістю, контролем та переконанням, що зміни є одночасно і викликом, і можливістю від вродженої психологічної витривалості, що є рисою характеру, що виникає в разі зіткнення зі стресовими подіями. Основними чинниками розвитку резильєнтності є: плекання дружніх стосунків, складання планів на майбутнє та розв'язання проблем, можливість справлятися зі складними емоціями та використовувати ефективні навички спілкування (Ho et al., 2024; Lyng et al., 2022).

Метою роботи було узагальнити дослідження, що вивчають значення комунікації та стійкості в роботі медичних працівників і важливість їх формування в майбутніх лікарів і медичних сестер.

Теоретична частина. Професійна діяльність медичних працівників на будь-якому рівні нерозривно пов'язана із процесом комунікації та проблемами, які можуть при цьому виникати. Проблеми медицини сьогодні полягають у нестачі медичних працівників, високому навантаженні, словесних образах, значній тривалості медичної освіти, посиленні адміністративного тиску, постійному оновленні значної інформації для отримання нових знань. Оскільки кожен пацієнт має свої індивідуальні особливості психіки, то під час формування лікувальної взаємодії необхідно враховувати психологічні аспекти для забезпечення безконфліктної взаємодії. Завдяки достатнім знанням, умінням і навичкам професійної комунікації медичний працівник досягає значного рівня комунікативної компетентності як однієї з найважливіших ознак професіоналізму. Комунікативна компетентність є здатністю встановлювати і підтримувати необхідні контакти з людьми з метою досягнення усвідомлення ситуації та взаєморозуміння в спілкуванні. Відсутність такої компетентності у спілкуванні негативно впливає

на діагностичний і лікувальний процеси (Haliash et al., 2019; Geissler et al., 2018).

Оскільки медичні працівники протягом тривалого часу перебувають у безпосередньому контакті з пацієнтами, вони можуть як позитивно, так і негативно на них впливати. Тому завданням кожного медичного працівника є сприяння створенню відповідного психологічного клімату з униканням негативних психологічних впливів на хворого та максимальне зосередження на процесі його одужання. Професійна комунікація в медицині передбачає вербальну і невербальну взаємодію медичних працівників з пацієнтами, їхніми родичами та своїми колегами для досягнення найбільш позитивного ефекту лікування (Haliash et al., 2019; Bird et al., 2020; Ho et al., 2024; Lyng et al., 2022).

Загальні правила спілкування медичного працівника з пацієнтом включають: вияв щирого інтересу до пацієнта; розуміння його позитивних рис та їх схвалення, розуміння поведінки і вчинків без засудження чи оцінювання; доброзичливість, привітність, представлення себе і коректне звернення до пацієнта на ім'я; вміння вести розмову в колі інтересів співрозмовника (пацієнта), вміння уважно слухати та дати можливість пацієнту висловитися, без наполегливого нав'язування власної думки; вміння правильно формулювати запитання і допомагати пацієнту описати свій стан; вміння використовувати оптимальні невербальні методи спілкування (спокійний тембр голосу, правильна дистанція, вивірені жести, ознаки схвалення) (Mugoniuk & Pohoriliak, 2023; Haliash et al., 2019).

Застосування невербальних засобів комунікації з боку медичних працівників передбачає: готовність до зорового контакту, посмішки; кивки головою під час вислуховування скарг пацієнта, застосування підбадьорливих вигуків синхронно з процесом спілкування; відкриті жести, нахил тулуба в бік пацієнта, малу дистанцію; активне використання дотиків, які означають підтримку (тримання за руку, обійми за плечі, легке притискати до себе); відповідний зовнішній вигляд (Haliash et al., 2019).

В основі формування комунікативної компетентності лежить прагнення встановлювати емоційні взаємини з оточенням, належати до певної соціальної групи та бути залученим до мережі міжособистісних відносин. Ця риса має назву «афіліація», тобто потреба людини бути в суспільній взаємодії з іншими людьми (Halimi et al., 2025; McKinley et al., 2019). Психологічно афіліація проявляється почуттями прихильності й товариської вірності, бажанням співпрацювати з іншими людьми, перебувати з ними разом, соціальній та індивідуальній невербальній поведінці. У роботі медичних працівників, яка характери-

зується інтенсивністю та тривалістю соціальних контактів, афіліація дає змогу зберегти зацікавлене ставлення до пацієнтів, прагнення їм допомагати та співпрацювати з ними, а також захищає від професійних деформацій, байдужості та вигорання (Perry et al., 2023; Ponce-Garcia & Madewell, 2024).

Одним з аспектів, що забезпечує комунікативну компетентність медичних працівників, є емоційна стабільність, відсутність імпульсивності та експресивності, зі збереженням контролю над власними емоціями та поведінкою. У разі виникнення захворювання у пацієнта підвищується рівень його тривоги з посиленням емоційної нестійкості та появи дратівливості, агресивності чи плаксивості. Дані виражені емоційні реакції втомлюють і виснажують взаємодію, руйнують довіру, викликають тривогу, тому саме емоційна стабільність допомагає медичним працівникам уникати конфліктів та розвитку вигорання. Важливим аспектом комунікативної компетентності є комунікативна толерантність (або терпимість), яка відображає здатність медичних працівників сприймати небажані чи неприйнятні для них індивідуальні особливості пацієнтів, негативні вчинки чи звички, інший стиль поведінки чи мислення (Sandars et al., 2025).

Надзвичайно важливою рисою медичного працівника є емпатія, під якою розуміють здатність відчувати емоційний стан і розділяти почуття іншої людини. Емпатія під час надання ефективної допомоги пацієнту не завжди передбачає активне втручання, це більше про емпатійне слухання іншої особи, емоційне розуміння без оцінювання чи засудження. Оскільки емпатія дозволяє медичним працівникам виявляти та розпізнавати занепокоєння, досвід та перспективи на майбутнє у пацієнтів, вона зміцнює та вдосконалює лікувальні відносини між ними (Moudatsou et al., 2020; Mugford et al., 2022). Емпатію не варто плутати з емоційною ідентифікацією та співчуттям до пацієнта. За виникнення самоідентифікації медичного працівника з емоційним станом пацієнта страждає здатність професійно надавати допомогу та існує ризик появи синдрому вигорання (Pohontsch et al., 2018). Розвитку та використанню емпатії під час підготовки медичних працівників можна сприяти шляхом збільшення практичного досвіду, можливостей відчувати думку пацієнта та пропонування контакту з пацієнтом на різних етапах навчальної програми, починаючи з молодших курсів. Викладачам потрібен час і можливості для якісного власного спілкування з пацієнтами щодо їх діагнозу і лікування, а також удосконалення педагогічної поведінки і своєї ролі як еталону для емпатійного лікування пацієнтів та запобігання стресу. Студентам потрібна підтримка в аналізі й розумінні своїх дій, пове-

дінки та набування досвіду роботи з пацієнтами (Pohontsch et al., 2018; Steinmair et al., 2022).

Медичні працівники, які є основою громадського здоров'я, можуть мати зміни психічного здоров'я на фоні сучасних проблем сьогодення зі зростанням соціальних та економічних витрат. І саме резильєнтність, що передбачає здатність адаптуватися до несприятливих обставин та керувати стресом, пропонує можливості для попередження ментальних порушень і вигорання. Розвиток і зміцнення навички стійкості під час підготовки медичних працівників допоможе підготуватися до стресу та ефективно справлятися з ним протягом усієї кар'єри. Стійкість є багатовимірним компонентом особистості, що вибудовується із взаємодії індивідуальних особливостей та факторів навколишнього середовища (Sanjaya et al., 2024; Sipondo & Terblanche, 2024).

Резильєнтність не означає байдужість чи відсутність емоційної реакції на стрес, вона актуалізується в умовах надзвичайних ситуацій (втрата житла, роботи чи близької людини в умовах війни, виникнення тяжкого захворювання, екологічна чи техногенна катастрофа, репутаційні ризики) та відображає здатність ефективно впоратися з ним, зберігаючи задовільний стан психічного здоров'я. Детермінанти резильєнтності включають біологічні, психологічні, соціальні чинники, які зумовлюють певні реакції особи на стресовий досвід (рис. 1) (Sheikhrabori, 2022; Perry, 2023; Ponce-Garcia & Madewell, 2024).

Медичні працівники з високим рівнем стійкості швидше адаптуються до нових умов, знаходять дієві варіанти розв'язання проблем, зберіга-

ють позитивну налаштованість, а також виходять із несприятливих ситуацій з оновленою компетентністю (Sheikhrabori, 2022; Sperling, 2025; Sperling, 2025). Для формування психологічної стійкості необхідно планувати та впроваджувати заходи, засновані на трьох базових людських потребах: потребі в контролі (вірі в те, що людина має особисті ресурси для досягнення своєї мети), потребі в узгодженості (в глибокому та змістовному відчутті світу) та потребі у зв'язку (приналежності та розвитку соціальних зв'язків) (Tan, 2025; Wu, 2020).

Для формування і покращення резильєнтності майбутніх медичних працівників існує низка рекомендації, з яких на особливу увагу заслуговують такі: приймати рішення та вживати заходів, які допоможуть впоратися з труднощами або покращити якість життя; бути зосередженим на своїх цілях, навіть якщо їх досягнення може бути нелегким; намагатися витратити більшу частину свого часу на досягнення своїх цілей (бути активним, правильно харчуватися, зосереджуватися на навчанні чи роботі), залишаючи час на відпочинок; визнавати те, що не завжди можна змінити ситуацію, але можна змінити своє сприйняття її; нагадувати собі, що кожен заслуговує на турботу і підтримку; практикувати вдячність (Wu, 2020; Zhou, 2020).

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, комунікативна компетентність медичних працівників вимагає не лише наявності певних знань, а й формування спеціальних навичок: вміння встановлювати контакт, слухати, зчитувати невербальні знаки комуніка-



Рис. 1. Детермінанти резильєнтності
(Perry, 2023; Ponce-Garcia & Madewell, 2024)

ції, будувати розмову, формулювати запитання. Це також вміння володіти власними емоціями, зберігати впевненість у вірності наданої інформації чи дій, контролювати власні реакції та поведінку загалом. Інтеграція інноваційних педагогічних методів, як-от психологічний тренінг і розповідь історій, у медичні навчальні програми може значно підвищити комунікативну компетентність студентів-медиків, готуючи їх до реальних викликів. Комунікація важлива в усіх аспектах підготовки медичних працівників, оскільки її вивчення допомагає краще скласти іспити, проходити співбесіди, підвищує особисту продуктивність, покращує взаємодію з пацієнтами та сприяє кар'єрному зростанню. Продовження подальших досліджень щодо важливості формування комунікації та резильєнтності в підготовці студентів навчальних медичних закладів є актуальним та важливим. Дослідження підкреслює необхідність постійного оцінювання та вдосконалення освітніх програм для задоволення потреб охорони здоров'я, що постійно змінюються. Подальше впровадження в освітній процес методів, що спрямовані на ефективне засвоєння студентами навичок з медичної комунікації та

стійкості, сприятиме покращенню надалі якості надання медичної допомоги пацієнтам в умовах сучасної охорони здоров'я.

Інформація про фінансування. Автори заявляють про відсутність фінансування для проведення цього дослідження та написання цієї статті.

Інформація щодо конфлікту інтересів. Автори заявляють про відсутність будь-яких реальних або потенційних конфліктів інтересів.

Внесок кожного з авторів. Олександра Шульгай – розробка ідеї та формулювання мети дослідження; статистичний та аналітичний аналіз даних; підготовка первинного варіанту рукопису; організаційне забезпечення виконання дослідження.

Оксана Мочульська – розробка методології та дизайну дослідження; упорядкування та підготовка даних; наукове редагування та доопрацювання тексту.

Валентина Шульгай – збір даних або проведення експерименту; наукове керівництво дослідженням.

Усі автори схвалили остаточний варіант рукопису.

References

- Bird, A., Tomescu, O. & Pincavage, A. (2020). A Curriculum to Teach Resilience Skills to Medical Students During Clinical Training. *MedEd-PORTAL*, 16, 10975. DOI: https://doi.org/10.15766/mep_2374-8265.10975
- Geissler, K.H., Lubin B. & Ericson K.M.M. (2018). The Role of Organizational Affiliations in Physician Patient-Sharing Relationships. *Medical Care Research and Review*, 77(2), 165–175. DOI: <https://doi.org/10.1177/1077558718769403>
- Haliash, N.B., Bilkevych, N.A. & Petrenko, N.V. (2019). Formuvannya komunikativnoi kompetentnosti yak fundamentalnoi skladovoi profesii likaria [Formation of communicative competence as a fundamental component of the doctor's profession]. *Medychna osvita*, 2, 67–74. DOI: <https://doi.org/10.11603/me.2414-5998.2019.2.10346> [in Ukrainian].
- Halimi, S.N., Rowett, D. & Leutch, K. (2025). A realist review of programs fostering the resilience of healthcare students: What works, for whom and why? *Research in Social and Administrative Pharmacy*, 21(1), 22–31. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2024.10.006>
- Ho, S.S., Sosina, W., DePierro, J.M., Perez, S., Khan, A. & Charney, D.S. (2024). Promoting Resilience in Healthcare Workers: A Preventative Mental Health Education Program. *Int J Environ Res Public Health*, 21(10), 1365. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph21101365>
- Lyng, H.B., Macrae, C. & Wiig, S. (2022). Capacities for resilience in healthcare; a qualitative study across different healthcare contexts. *BMC Health Serv Res*, 22(1), 474. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12913-022-07887-6>
- McKinley, N., Karayanis, P. N., Convie, L., Clarke, M., Kirk, S. J. & Campbell, W. J. (2019). Resilience in medical doctors: a systematic review. *Postgraduate Medical Journal*, 136135. DOI: <https://doi.org/10.1136/postgradmedj-2018-136135>
- Myroniuk, I.S. & Pohoriliak, R. Yu. (2023). Rozvytok nauky pro komunikatsii v okhoroni zdorovia Ukrainy: analitychnyi ohliad [Development of communication science in healthcare of Ukraine: analytical review]. *Ukraina. Zdorovia natsii*, 4, 43–48. DOI: <https://doi.org/10.24144/2077-6594.4.1.2022.277063> [in Ukrainian]
- Moudatsou, M., Stavropoulou, A. & Koukouli, S. (2020). The Role of Empathy in Health and Social Care Professionals. *Healthcare (Basel)*, 8(1), 26. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare8010026>
- Mugford, H., O'Connor, C. & Popoli, D. (2022) Medical Students' Perceptions and Retention of Skills From Active Resilience Training. *Fam Med*, 54(3), 213–215. DOI: <https://doi.org/10.22454/FamMed.2022.462706>
- Perry, R., Sciolla, A., Rea, M., Sandholdt, C., Jandrey, K. & Wilkes M. (2023). Modeling the social determinants of resilience in health professions students: impact on psychological adjustment. *Adv Health Sci Educ Theory Pract*, 28(5), 1661–1677. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10459-023-10222-1>
- Pohontsch, N.J., Stark, A. & Scherer M. (2018). Influences on students' empathy in medical education: an exploratory interview study with medical students in their third and last year. *BMC Med Educ*, 18(1), 231. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1335-7>
- Ponce-Garcia, E. & Madewell, A.N. (2024). Scale of Protective Factors (SPF): Determinants of

Resilience. In: Krägeloh, C.U., Alyami, M., Medvedev, O.N. (eds) International Handbook of Behavioral Health Assessment. *Springer, Cham*. DOI: https://doi.org/10.1007/978-3-030-89738-3_67-1

14. Sandars, J., Jenkins, L. & Huntley, E. (2025). Understanding the performance-related psychological characteristics and skills of doctors: A sport psychology perspective. *Medical Teacher*, 47(2), 309–315. DOI: <https://doi.org/10.1080/0142159X.2024.2331049>

15. Sanjaya, A., Mianto, N.A. & Edwin, C. (2024). Resilience: A panacea for burnout in medical students during clinical training?: A narrative review. *Medicine (Baltimore)*, 103(49), e40794. DOI: <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000040794>

16. Sheikhrabari, A., Peyrovi, H. & Khankeh, H. (2022). The Main Features of Resilience in Healthcare Providers: A Scoping Review. *Med J Islam Repub Iran*, 36, 3. DOI: <https://doi.org/10.47176/mjiri.36.3>

17. Sipondo, A. & Terblanche, N. (2024). Organisational coaching to improve workplace resilience: a scoping review and agenda for futurere search. *Front. Psychol*, 15, 1484222. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1484222>

18. Sperling, E.L., Manion, B. & Mallender, Z.C. (2025). The effect of resilience training on resilience and stress in medical students: a systematic review

and meta-analysis. *BMC MedEduc*, 26(1), 7. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12909-025-08171-x>

19. Sperling, E. L., Mendel, D. & Hulett, J.M. (2025). Resilience in the Future of Medical Education. *Intech Open*. DOI: <https://doi.org/10.5772/intechopen.1009472>

20. Steinmair, D., Zervos, K. & Löffler-Stastka, H. (2022). Importance of communication in medical practice and medical education: An emphasis on empathy and attitudes and their possible influences. *World J Psychiatry*, 12(2), 323–337. DOI: <https://doi.org/10.5498/wjp.v12.i2.323>

21. Tan, M.Y., Low, J.M. & Aw, M.M. (2025). Fostering resilience in junior doctors: insights from senior physicians. *Singapore Med J*, 66(10), 561–565. DOI: <https://doi.org/10.11622/smedj.2021213>

22. Wu, Y., Sang, Z.Q. & Margraf, J. (2020). The Relationship Between Resilience and Mental Health in Chinese College Students: A Longitudinal Cross-Lagged Analysis. *Front Psychol*, 11, 108. DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00108>

23. Zhou, J., Jin, L. & Hu, Y. (2020). Mechanism of career resilience formation during the role transition of medical interns: a grounded theory study. *Front Med (Lausanne)*, 12, 1671520. DOI: <https://doi.org/10.3389/fmed.2025.1671520>

Електронна адреса для листування: navch_vid@tdmu.edu.ua

Дата першого надходження статті до видання: 18.12.2025

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 05.02.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 26.03.2026



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