ГОДИШНИК НА СОФИЙСКИЯ УНИВЕРСИТЕТ „СВ. КЛИМЕНТ ОХРИДСКИ“
ФАКУЛТЕТ ПО НАУКИ ЗА ОБРАЗОВАНИЕТО И ИЗКУСТВАТА
КНИГА ПЕДАГОГИЧЕСКИ НАУКИ
Том 119

ANNUAL OF SOFIA UNIVERSITY “ST. KLIMENT OHRIDSKI”
FACULTY OF EDUCATIONAL STUDIES AND THE ARTS
BOOK OF EDUCATIONAL STUDIES
Volume 119

TOOLS FOR MEASURING RESILIENCE IN ADOLESCENTS: A COMPARATIVE ANALYSIS

MARGARITA LENKOVA

Sofia University “St. Kliment Ohridski”, Bulgaria
Faculty of Educational Studies and the Arts
Department of Social Pedagogy and Social Work

DOI: https://doi.org/10.60059/GSU.FNOI.PN.119.145-173

Abstract. This article reviews the published scientific literature on the available quantitative instruments designed to measure resilience in adolescents and presents a comparative analysis of these tools. A literature search was conducted in Scopus, Science Direct and Google Scholar using the keywords “resilience” and “adolescence” in combination with “measurement”, “scale”, or “questionnaire”. Articles and studies published within the last 20 years that focused specifically on measuring adolescent resilience and current validation of questionnaires for such measurement were included. As a result, ten questionnaires were compared according to their theoretical foundations, psychometric properties, scope and domains, accessibility and practical applicability. The findings indicate that a diverse range of instruments for measuring resilience in adolescents exist internationally. These tools differ in their conceptualization of resilience and in their characteristics. Some of them were created for cross-cultural use and are available online.

Keywords: resilience, questionnaires, measurement, adolescents, youth, tools

ИНСТРУМЕНТИ ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА РЕЗИЛИАНС ПРИ ЮНОШИ: СРАВНИТЕЛЕН АНАЛИЗ

МАРГАРИТА ЛЕНКОВА
Софийски университет „Св. Климент Охридски“
Факултет по науки за образованието и изкуствата
Катедра „Социална педагогика и социално дело“

Резюме. Настоящата статия има за цел да направи преглед на публикуваната научна литература за наличните количествени инструменти за измерване на резилианс при юноши и да представи тези инструменти в сравнителен план. Научните бази данни Scopus, Science Direct and Google Scholar бяха използвани за търсене и извличане на данни с помощта на ключовите думи “resilience” и “adolescence” в комбинация с някоя от следните: “measurement”, “scale”, “questionnaire”. Прегледани бяха статии и изследвания за измерване на резилианс от последните 20 години, които се фокусират конкретно върху измерването на резилианс при юноши и представляват валидиране на въпросници за такова измерване. Резултати: бяха сравнени 10 въпросника въз основа на техните теоретични обосновки, психометрични характеристики, обхват и домейни, достъпност и приложимост. Заключение: в международен план съществуват вече разнообразни инструменти за измерване на резилианс при юноши. Те се различават по това как концептуализират резилианса, както и по своите характеристики. Сред тях има такива, създадени за междукултурна употреба и достъпни онлайн.

Ключови думи: резилианс, въпросници, измерване, юноши, младежи, инструменти

ВЪВЕДЕНИЕ

Понятието „резилианс“ (resilience) навлиза в социалните и хуманитарните науки през втората половина на XX век. Първоначално се използва за описание на деца и млади хора, които показват позитивна адаптация въпреки наличието на значими рискови фактори. В ранни изследвания резилиансът често се разглежда като индивидуална характеристика или личностна устойчивост. През 1993 г. Wagnild & Young го дефинират като измерима личностна характеристика, относително стабилна във времето, която смекчава негативните ефекти на стреса и насърчава адаптацията (Wagnild & Young, 1993). С развитието на научното познание това разбиране е подложено на критика и значително разширено (Ungar, 2013; Masten, 2014, 2021). През последните десетилетия понятието „резилианс“ претърпява съществена концептуална еволюция. От първоначалните си дефиниции и интерпретации като индивидуална, почти „вродена“ устойчивост, то постепенно се утвърждава като динамичен процес, формиращ се в резултат на взаимодействието между личностните ресурси и социалната среда (Ungar, 2013; Rutter, 2012). В концепцията на Rutter (2012) резилиансът се разбира не като стабилна личностна черта, а като **динамичен и контекстуално обусловен процес**, при който индивидът постига относително добра адаптация въпреки наличието на небла-

гоприятни условия и рискови фактори. Този процес се осъществява чрез взаимодействието между личностни ресурси, семейна и социална среда. Cyrulnik (2013) също дефинира резилианса като многопричинен (multicausal) процес, включващ биологични, психологически и социални фактори. Постепенно фокусът се измества от въпроса „Какво притежава индивидът?“ към „В каква среда се развива и какви ресурси са достъпни за него?“. Съвременните теоретични подходи за резилианса все по-ясно се отдалечават от разбирането му като индивидуална, относително стабилна личностна характеристика и го концептуализират като **динамичен, релационен и контекстуално обусловен процес**, възникващ в резултат на взаимодействието между индивида и неговата среда (Luthar et al., 2000; Masten, 2014). Екологичният подход, базиран на теорията на Bronfenbrenner, подкрепя виждането на резилианса като резултат от взаимодействието между различни системи – семейство, училище, общност, културен и социално-икономически контекст (Bronfenbrenner, 1979; Ungar, 2011). В рамките на този социално-екологичен подход резилиансът се разглежда не само като „способност на човека да се справя“, а и като **функция на наличните подкрепящи ресурси** в семейството, училището и по-широкия социален контекст, както и че средата може **да подпомага или затруднява** резилиансните процеси, а не само личностната способност да се възстановява след трудности (Ungar, 2008, 2011). Според социално-екологичния модел на резилианса този конструкт се определя от **достъпа на младите хора до значими ресурси** и от начина, по който социалните системи улесняват или ограничават този достъп (пак там). В този смисъл резилиансът не е единствено „качество на индивида“, а **показател за това доколко средата е структурирана, подкрепяща и предсказуема.**

Съвременните теории подчертават централната роля на подкрепящите взаимоотношения, социалните системи и контекста, в който се развива детето или юношата. Една от най-широко приетите съвременни дефиниции е предложена от Masten, която определя резилианса като „процес на позитивна адаптация в условията на значима неблагоприятност“ (Masten, 2014). Тази дефиниция ясно подчертава три ключови аспекта: 1) резилиансът е процес, а не статично качество; 2) той предполага наличие на реален риск или трудност; 3) включва адаптация, която е социално и културно обусловена. Социално-екологичните модели разглеждат резилианса като динамичен процес, който се влияе от достъпа до ресурси и качеството на подкрепата в ключови системи като връстници и училище (Ungar, 2011; Marquez et al., 2023).

Периодът на юношеството се характеризира с разнообразни промени – биологични, когнитивни, емоционални и социални, които водят до повишена чувствителност, уязвимост и нужда от подкрепа (Dahl, 2004; Blakemore & Mills, 2014; Sisk & Gee, 2021; Eiland & Romeo, 2013; Blaustein & Kinniburgh, 2010; Paus et al., 2008). Съвременните изследвания показват, че психологиче-

ската и социалната подкрепа играят ключова роля за развитието на резилианс при юношите. Те подпомагат изграждането на адаптивни стратегии за справяне, опосредства ефекта на стресови фактори върху психичното здраве и може целенасочено да се развива чрез интервенции в училищна и консултативна среда (Fox & Thiessen, 2019; Cai et al., 2025; Llistosella et al., 2024). Изследвания от последните години показват, че подкрепящата училищна среда и релационните практики (например свързаност с училището, значими възрастни, програми за умения) могат да функционират като защитни фактори, които подпомагат адаптацията и повишават резилианса в юношеския период (Diggs et al., 2025; Cai et al., 2025; Corney et al., 2024; Fox & Thiessen, 2019).

В българската научна литература терминът резилианс се употребява също с два превода – като „устойчивост“ и като „издръжливост“. Независимо от използвания превод терминът също се разглежда предимно като социално и контекстуално обусловен процес, който се формира във взаимодействието между индивидуалните ресурси и подкрепящата социална среда, а не като изолирана личностна характеристика (Petrova-Dimitrova & Staneva, 2010; Petrova-Dimitrova, 2017; Zankova, 2014). Определя се като динамичен процес, който се развива във взаимодействието между индивидуалните ресурси на детето и подкрепящата семейна, училищна и институционална среда (Petrova-Dimitrova, 2017).

Преглед на съществуващите изследвания в България, фокусирани върху резилианса, показва, че са налице адаптирани инструменти за измерване на резилианс при възрастни. Така например скалата ER8928 (Block & Kremen, 1996) за измерване на его-резилиентност е адаптирана за български условия от Желязкова-Койнова, Мишева-Алексова и Червенкова (2010: 165–176). Въпросникът „State Trait Resilience Inventory“ (STRI33) за изследване на резилианс, разработен от Chok Hiew (Hiew, Resilience: Development and Measurement, 1998) като модификация на Resilience Checklist на Е. Гротберг, е адаптиран за България от Р. Недева (Nedeva, 2019: 48; Nedeva & Stoyanov, 2019: 428–435). Налице е и адаптация на кратката скала за издръжливост – Brief Resilience Scale (BRS), осъществена в български условия от Занкова (2014: 169). Няма обаче изследвания, свързани с адаптиране на инструменти за измерване на резилианс при юноши, както и такива, базирани на количествен подход към проучване на процеса. Предвид на важното значение на резилианса в юношеска възраст, включително в контекста на училищната среда, измерването му чрез подходящи инструменти би имало голяма практическа полза за помагащите специалисти, ангажирани в подкрепяща роля – училищни психолози, педагогически съветници, социални работници и пр. Това е така, тъй като количественият подход дава възможност за изследване на явления в широк мащаб, като обхваща големи извадки от участници и позволява постигането на по-висока степен на представителност на резултатите, което е особено цен-

но, когато се търси обобщаване на изводи за по-големи групи от населението. В този смисъл измерването на резилианса би било подкрепящ инструмент за ориентиране на училищните психолози, педагогическите съветници, социалните педагози или други подкрепящи роли, който би им помогнал в оценката на предприетите интервенции с цел повишаване на резилианса – програми и услуги. Присъствието на количествен измервател на резилианс при юноши може само да бъде в полза на социалните педагози на терен – практиците, които имат нужда от оценка на ефекта от своите действия.

ЦЕЛ

Основна цел на тази статия е да се направи преглед на достъпните валидирани количествени инструменти за измерване на резилианс при юноши в литературата между 2006 и 2026 г. и да се представят тези инструменти в сравнителен план на базата на техния произход, теоретична основа, психометрични характеристики, домейни, обхват и достъпност. Избраният период (2006–2026 г.) обхваща етап на интензивно теоретично развитие и концептуално прецизиране на понятието „резилианс“ в социалните и образователните науки. Развива се дефиницията му като динамичен процес, възникващ в резултат от взаимодействието между индивидуални, семейни и социални системи (Masten, 2014). Тази промяна е свързана и с по-широк научен преход от дефицитно ориентирани модели към подходи, фокусирани върху защитните фактори и позитивното развитие на индивида, което води до значително разширяване както на теоретичните рамки, така и на емпиричните изследвания в областта (Fleming & Ledogar, 2008). В резултат именно през последните две десетилетия се наблюдава засилен интерес към разработването и валидирането на стандартизирани инструменти за измерване на резилианс, което прави този времеви интервал особено релевантен за настоящия преглед. Измерването на резилианс при юноши изисква ясно теоретично позициониране на конструкта и създаване на инструмент, който отразява неговата сложна природа (Gartland et al., 2011). В научната литература са разработени и валидирани различни инструменти за измерване на резилианс при юноши, които се различават по своите теоретични рамка и фокус, структура и приложимост в определена среда, контекст или ситуация.

МЕТОД НА ТЪРСЕНЕ И ПОДБОР

Основният изследователски въпрос в този преглед е: „Какви валидирани инструменти се използват за измерване на общ резилианс при юноши в международен план (2006–2026)?“. Допълнителни изследователски подвъпроси са:

1. Какви са техните теоретични основи?

2. Какви са техните психометрични свойства (надеждност, валидност)?

3. В какви културни и географски контексти са валидирани тези инструменти?

4. Какви измерения на резилианса/конструкта оценяват тези инструменти?

5. Каква е тяхната достъпност?

КРИТЕРИИ ЗА ДОПУСТИМОСТ

Критериите за включване и изключване са разработени с помощта на рамката „Популация–концепция–контекст“ (PCC), разработена от Joanna Briggs Institute. Тази рамка позволява систематично структуриране на изследователския въпрос чрез ясно определяне на целевата популация, изследвания концепт и контекста, в който той се разглежда, като по този начин подпомага прозрачността и възпроизводимостта на процеса на подбор на литературата (Joanna Briggs Institute, 2015). Рамката PCC включва три основни компонента: **Population (популация)** – изследваната група, **Concept (концепция)** – основния феномен на интерес, и **Context (контекст).** В рамките на настоящия преглед **популацията** включва юноши, **концепцията** обхваща резилианса и неговото количествено измерване чрез валидирани инструменти, а **контекстът** се отнася до изследвания, публикувани в международната научна литература.

Критерии за допустимост в проучването са: популация – юноши; концепция – валидирани инструменти, измерващи резилианс; контекст – международни проучвания (2006–2026).

Критерии за включване са: (1) рецензирани статии и проучвания, отчитащи валидиране или психометрична оценка на инструменти за измерване на резилианс, прилагани специално за юноши; (2) между 1 януари 2006 г. и 1 януари 2026 г.; (3) публикации на английски език.

Ограничаването на включените публикации до английски език е обусловено от неговата роля като *lingua franca* на съвременната научна комуникация. Значителна част от международните рецензирани изследвания, включително разработването и валидирането на психометрични инструменти, се публикуват на английски език, което осигурява по-широк достъп до съпоставими и методологично стандартизирани данни. Същевременно се признава, че това ограничение може да доведе до пропускане на релевантни изследвания на други езици, което представлява ограничение на настоящия преглед.

Критерии за изключване: проучвания без психометрична валидация; чисто качествени проучвания; проучвания, фокусирани само върху възрастни или по-малки деца; инструменти, чиято основна цел не е резилианс, а конструкти, свързвани с резилианс; инструменти, които не са самоотчетни, а са мерки, докладвани от наблюдатели (например родители, учители и др.); инструменти

за измерване на тясно ограничен специфично контекстуален резилианс – като дигитален резилианс или резилианс при бедствия.

Източници на информация:

Търсенето е осъществено в научните бази данни Scopus, Science Direct и Google Scholar, като са използвани предварително дефинирани ключови думи. Използвани са целенасочени търсения по ключовите думи “resilience” и “adolescence” в комбинация с някоя от следните: “measurement,”, “scale”, “questionnaire”. Прегледани са статии и изследвания от последните 20 години, които представят инструменти за измерване на резилианс при юноши. След премахване на дубликати и изключване на текстове с друг фокус са идентифицирани 10 въпросника за измерване на резилианс при юноши, които са представени по-долу с техните теоретични обосновки, психометрични характеристики, обхват и достъпност.

РЕЗУЛТАТИ

Разгледаните в настоящия материал инструменти в световен мащаб са: The Resiliency Scales for Children and Adolescents™ (RSCA), Child and Youth Resilience Measure (CYRM-R), Adolescent Resilience Questionnaire (ARQ), Resilience Scale for Adolescents (READ), School Resilience Questionnaire (SRQ), Adolescents’ Resilience Evaluation Scale (ARES), Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC), Student Resilience Survey (SRS), **Adolescent Psychological Resilience Scale (APRS),** Singapore Youth Resilience Scale (SYRESS). Те се различават по своя концептуален фокус и приложимост, като всеки един от тях е представен по-долу със своите основни характеристики.

СРАВНИТЕЛЕН АНАЛИЗ НА ПРЕДСТАВЕНИТЕ ИНСТРУМЕНТИ ЗА ИЗМЕРВАНЕ НА РЕЗИЛИАНС

Следват сравнителни таблици по различни критерии на разглежданите инструменти за измерване на резилианс при юноши – концептуален и теоретичен фокус, психометрични характеристики, обхват, приложения и достъпност.

СРАВНИТЕЛНА ТАБЛИЦА ПО ГОДИНА НА ИЗЛИЗАНЕ, ДЪРЖАВА, ВЪЗРАСТ, СКАЛА И НАЧИН НА СЪЗДАВАНЕ

Таблица 1. Сравнителна таблица по година на излизане, държава, възраст, скала на измерване и начин на създаване, подредени хронологично по година на излизане

Въпросник	Година на излизане	Държава	Начин на създаване	Версии	За възраст	Използвана скала
Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC)	2003 г. – версия за възрастни, след 2010 г. – версии и адаптации за юноши	САЩ	Адаптирани от въпросник за възрастни	CD-RISC-25 – оригинална версия с 25 твърдения, CD-RISC-10 – съкратена версия с 10 твърдения, CD-RISC-2 – ултракратка версия с 2 твърдения.	12–18 години	5-степенна скала на Likert
Student Resilience Survey (SRS)	2003 г., с последващи валидации през 2016 г.	Австралия	Създадени специално за деца и юноши	Една версия	Деца над 7 години	5-степенна скала на Likert
Resilience Scale for Adolescents (READ)	2006	Норвегия	Адаптиран от скала за за възрастни Resilience Scale for Adults – RSA	Една версия	13–15 години, оригинална разработка; 12–18 години, следващи валидации	5-степенна скала на Likert
The Resiliency Scales for Children and Adolescents™ (RSCA)	2007	Англия	Създаден специално за юноши	Една версия	9–18 години	5-степенна скала на Likert
Adolescent Resilience Questionnaire (ARQ)	2011	Австралия	Създаден специално за юноши	Два варианта – пълна и кратка версия	12–18 години	5-степенна скала на Likert
Child and Youth Resilience Measure (CYRM-R)	2011	Канада	Ревизирана версия на оригиналния Adult Resilience Measure (ARM-R)	CYRM-28 – пълна версия (28 твърдения) и CYRM-12 – кратка версия (12 твърдения)	Версия за 5–9 години; Версия за 10–23 години	5- или 3- степенна скала на Likert

Singapore Youth Resilience Scale (SYRESS)	2011	Сингапур	Създаден специално за юноши	Една версия	12–16 години	5-степенна скала на Likert
Adolescent Psychological Resilience Scale (APRS)	2013	Турция	Създаден специално за юноши	Една версия	15–18 години	5-степенна скала на Likert
Adolescents' Resilience Evaluation Scale (ARES)	2024	Румъния	Създаден специално за юноши	Една версия	15–19 години	5-степенна скала на Likert
School Resilience Questionnaire (SRQ)	2024	Иран	Създаден специално за юноши	Една версия	Гимназиална възраст без посочен период	5-степенна скала на Likert

Прегледът показва, че в географска съпоставка съществуват въпросници, разработени на четири континента – американски, европейски, азиатски и австралийски. Преобладават европейските разработки – общо 4, като две от тях идват от Северна Европа – Норвегия и Англия, а другите две – от по-южните части – Румъния и Турция. От Северна Америка има два въпросника – един от САЩ и един от Канада. Австралийските въпросници също са два, както и в Азия. Съпоставката показва, че една част от въпросниците са адаптирани от първоначално създадени за възрастни. Преобладават въпросниците, които са създадени от самото начало като специфично измерващи резилианс точно при юноши – те са общо 7. Три са адаптирани от предварително съществуващи въпросници за измерване на резилианс при възрастни. Три от инструментите създават повече от една версия и съществуват във варианти на пълен и адаптиран съкратен вариант. Интересно при CYRM-R – освен различните версии за различни възрасти, за пълен и съкратен вариант и за 3-степенна или 5-степенна скала на Ликерт за оценяване – е и съществуването на версии, които могат да бъдат попълнени от някой, познаващ личността, за която се попълва (лице с най-големи познания; PMK): PMK-CYRM-R за деца на възраст 5–9 години; PMK-CYRM-R – за младежи на възраст 10–23 години. Възрастта, за която са ориентирани въпросниците, варира между 5 и 19 години, но повечето се позиционират в начална възраст 12–13 години и крайна – 16–18. Предпочитаната скала за оценяване е 5-степенната скала на Ликерт.

СРАВНИТЕЛНА ТАБЛИЦА ПО КОНЦЕПТУАЛЕН И ТЕОРЕТИЧЕН ФОКУС

Една от основните отличителни черти на всеки инструмент е начинът, по който концептуално разбира същността на понятието „резилианс“. От концептуална гледна точка инструментите се различават според разбирането си за резилианса. Концепцията за резилианс (resilience) няма една-единствена теоретична основа – във времето се развиват няколко теоретични модела, които я концептуализират по различен начин.

Трейтовият (личностният) модел разглежда резилианса като стабилна личностна характеристика (trait). Той е вродена или относително стабилна способност на личността, която включва самоконтрол, адаптивност и емоционална стабилност и не взема предвид влиянието на социалната среда (Block & Block, 1980). *Процесният (динамичният) модел* разглежда резилианса като динамичен процес, а не като фиксирана черта и е резултат от взаимодействие между риск и защитни фактори. Той е динамичен процес на позитивна адаптация, възникващ от взаимодействието между индивидуални и контекстуални фактори (Rutter 1987, 2006; Masten, 2001, 2014). Процесният модел е неразривно свързан с концепцията за рискови и защитни фактори, развита в ранните изследвания

на Norman Garmezy и Emmy Werner, които изследват деца, израснали в условия на риск, но демонстриращи нормално или успешно развитие (Garmezy, 1985; Werner & Smith, 1992). Rutter систематизира техните идеи, като въвежда *концепцията за защитни фактори "protective mechanisms"* (Rutter, 1987), които влияят върху връзката между риск и резултат. Съвременните процесни модели интегрират и *социално-екологичната перспектива, базирана на Ecological Systems Theory*. Тя е разработена от Urie Bronfenbrenner, която описва развитието като резултат от взаимодействия между различни екологични нива. По-късно този подход е приложен към резилианса от автори като Michael Ungar, който подчертава ролята на културата и социалния контекст. Така резилиансът се разглежда като продукт на взаимодействия между индивида и неговата социална среда, като резултат от взаимодействия на различни нива: индивидуално, семейно, училищно, общностно, културно. В този подход резилиансът не се локализира единствено в личността, а се разбира като резултат от множество взаимносвързани системи. Тази линия е развита от Michael Ungar, който дефинира резилианса като способността на индивида да навигира и договаря достъп до ресурси в своята среда (Ungar, 2011). За социално-екологичния модел резилиансът се формира в контекста на средата и е мултидименсионален процес. Границите между процесния динамичен модел, модела на защитните фактори и социално-екологичния модел са видимо гъвкави – моделите произлизат един от друг и взаимно черпят идеи, като на практика и трите поставят акцент върху влиянието на външни фактори върху резилианса.

Таблица 2. Сравнителна таблица по концептуален и теоретичен фокус

Въпросник	Теоретична основа	Как авторите дефинират резилианса
The Resiliency Scales for Children and Adolescents™ (RSCA)	Трейтов модел	Резилиансът е система от личностни характеристики, които намаляват риска от психопатология и подпомагат адаптацията.
Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC)	Трейтов модел	Резилиансът е индивидуална способност за възстановяване, способност за ефективно справяне и възстановяване след значителен стрес.
Adolescent Resilience Questionnaire (ARQ)	Социално-екологичен модел	Взаимодействие „индивид – семейство – училище – общност“. Резилиансът е резултат от взаимодействието между индивидуални, семейни, училищни и общностни фактори.
Resilience Scale for Adolescents (READ)	Модел на защитните фактори	Резилиансът се разбира като наличие на лични и социални защитни фактори, подпомагащи позитивната адаптация.
Child and Youth Resilience Measure – Revised (CYRM-R)	Социално-екологичен модел	Резилиансът е капацитет, който зависи от наличието на достъп до значими ресурси в социалната среда.
Student Resilience Survey (SRS)	Модел на защитните фактори; Училищно ориентиран модел – базирана на училище рамка за резилианс	Резилиансът е резултат от подкрепящи училищни взаимоотношения, принадлежност и ангажираност.
Adolescent Psychological Resilience Scale (APRS)	Процесно динамичен модел	Резилиансът е психологическа способност за адаптация към трудности, базирана на вътрешни ресурси.
Adolescents' Resilience Evaluation Scale (ARES)	Процесно динамичен модел на резилианс	Резилиансът се разглежда като динамичен процес за ефективно справяне със стрес и зависи от личностни и социални ресурси.
School Resilience Questionnaire (SRQ)	Социално-екологична рамка; Училищно ориентиран модел – базирана на училище рамка за резилианс	Фокусът е върху концепта „училищен резилианс“, разбиран като способност за поддържане на академично и лично функциониране при трудности.
Singapore Youth Resilience Scale (SYRESS)	Социално-екологичен модел	Резилиансът е процес, зависещ от лични и средови ресурси.

КОНЦЕПТУАЛНИ РАЗЛИЧИЯ

Едно от основните разграничения между инструментите за резилианс се отнася до *начина, по който те концептуализират самия конструкт и фокуса на употреба.* Сред представените инструменти прави впечатление доминирането на социално-екологичния модел – четири от деветте въпросника са изградени върху тази теоретична основа. Сред останалите два са с изразен модел на защитните фактори, два – с процесно динамичен модел, и два – с изразен трейтов модел. Правят впечатление и два със строг фокус върху училищния контекст и измерването на резилианс в училищна среда.

Скалите *The Resiliency Scales for Children and Adolescents™ (RSCA)* са разработени, за да идентифицират основните лични качества на резилианс при младежите, изразени със собствените им думи за собствения им опит. Стъпват на трейтовия модел и се основават на предположението, че личният резилианс отразява адекватни лични ресурси, които съответстват или надвишават емоционалната реактивност към вътрешен или външен стрес (Prince-Embury, 2013). Въпреки че теоретично признава критичното значение на силите на околната среда, авторът базира скалите върху знанието, че това, което младежите внасят в своята среда, оказва силно влияние и върху цялостното им благополучие. Основният фокус на скалите е върху видовете лични качества, които като цяло позволяват на някои младежи да се справят по-добре от други пред лицето на несгодите (пак там).

Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) има за цел да измерва вътрешни личностни ресурси и уязвимости, виждайки резилианса като индивидуална способност за възстановяване, както е в основата си трейтовият модел. Инструментът е създаден в рамките на *клиничната психология и психиатрията* с цел измерване на способността на индивида да се справя със стрес, травма и неблагоприятни житейски събития (Connor & Davidson, 2003). Първоначално CD-RISC е валидирана основно при *възрастни клинични и общи популации,* а впоследствие е адаптирана и използвана при различни възрастови групи, включително юноши. CD-RISC концептуализира резилианса като *относително стабилна индивидуална характеристика (trait-like construct),* свързана със: лична устойчивост, контрол и самоефикасност, толерантност към негативни емоции, духовност и смисъл. В този смисъл резилиансът се разглежда предимно като *вътрешен ресурс на индивида,* а не като процес, формиран във взаимодействие със социалната и институционалната среда.

Adolescent Psychological Resilience Scale (APRS) също е разработена за измерване на вътрешните ресурси на резилианс при юноши (Bulut et al., 2013) и е представена като психологически ориентирана скала. Тя разглежда резилианса предимно като вътрешен, психологически капацитет, който позволява на юношата да се адаптира към стрес, неуспехи и трудности. В неговите подска-

ли се отбелязват: Family Support – подкрепа от семейството, Confidant Friend Support – подкрепа от довереник, приятел – подкрепата, оказана на подрастващия от приятели и доверениции, както и School Support – училищна подкрепа – подкрепата, оказана на подрастващия от учители и членове на училищния персонал (пак там). Това показва, че въпросникът използва процесен модел за основа и разбира резилианса като динамичен процес на адаптация, който не е фиксирана черта, може да се развива чрез взаимодействие със средата.

ARQ, READ, CYRM-R, SRS и SYRESS разглеждат резилианса през социално-екологичния модел като взаимодействие между личностни ресурси и социална среда. Целта на ARQ е да предостави *мултисистемна оценка на резилианса при юноши,* основана на социално-екологичен модел, според който резилиансът на юношите се формира чрез *взаимодействието между индивидуални, релационни и средови ресурси* (Gartland et al., 2011). Той е създаден като отговор на ограничената обхватност на трейтово ориентираните скали, които измерват резилианса предимно като индивидуално качество, без да отчитат влиянието на семейството, училището и общността (пак там). *Обхваща индивидуални, семейни, училищни и общностни ресурси на резилианса* и е приложим както в изследователски, така и в образователни контексти. Резилиансът се концептуализира като *динамичен процес,* а не като фиксирана личностна характеристика.

READ е създадена с цел да измерва *ключови защитни фактори,* които подпомагат позитивното развитие и психичното здраве на юношите. READ се основава на *модела на защитните фактори,* при който резилиансът се разбира като резултат от наличието на определени ресурси, които *намаляват уязвимостта към стрес и психични затруднения.* За разлика от трейтово ориентираните модели (напр. CD-RISC) READ не дефинира резилианса като стабилна личностна черта, а като *комбинация от лични и социални ресурси.* READ произлиза от по-ранни изследвания върху резилианса при възрастни и е адаптирана от Скалата за резилианс за възрастни – Resilience Scale for Adults (RSA), която съдържа 45 елемента, обхващащи пет измерения: лична компетентност, социална компетентност, семейна сплотеност, социална подкрепа и личностна структура (Friborg et al., 2003). *READ е насочена специално за юношеска популация,* с акцент върху развитието, взаимоотношенията и подкрепата.

Child and Youth Resilience Measure (CYRM-R) е ревизирана версия на оригиналната Adult Resilience Measure (ARM-R), разработена от екипа на Michael Ungar и Linda Liebenberg в рамките на международен проект за резилианс (International Resilience Project (IRP) в Изследователския център за резилианс (Resilience Research Centre – RRC), който включва 14 общности в 11 държави по света. CYRM-R и ARM-R са инструменти за самооценка на социално-екологичния резилианс и се използват от изследователи и практици по целия свят. Работата с общности във всяко място води до разработването на

оригиналната CYRM с 58 елемента. Тази версия впоследствие е редуцирана до инструменти с 28 елемента и е адаптирана за употреба с възрастни, юноши и по-малки деца. Основната цел на CYRM още от създаването си е да предложи *културно чувствителен инструмент*, който да измерва резилианса *като достъп до ресурси,* а не като индивидуална черта. CYRM-R се основава на *социално-екологичния модел на резилианса,* според който резилиансът възниква, когато децата и младежите имат *достъп до ресурси.* Три са основните фактори, върху които се фокусира: индивидуални ресурси – лични умения, саморегулация, смисъл; релационни ресурси – подкрепа от семейство и значими възрастни; културни и институционални ресурси – училище, общност, културни ценности, принадлежност.

Student Resilience Survey (SRS) е разработен първоначално в рамките на приложни изследвания върху *резилианса в училищна среда.* Инструментът е създаден като *практически диагностичен инструмент*, предназначен да подпомага училищата в идентифицирането на защитни фактори и планирането на интервенции. SRS се основава на *модела на защитните фактори, приложен в училище,* при който резилиансът се разглежда като резултат от наличието на определени *подкрепящи условия в училищната среда* (Henderson & Milstein, 2003). Изследователите посочват, че SRS може да бъде важен инструмент за оценка на въздействието на защитните фактори при изследване на връзката между риска и психологическия резултат и развитие (Lereya et al., 2016). За разлика от останалите инструменти SRS има изцяло *прагматично насочена рамка.* Фокусът не е върху резилианса като теоретичен конструкт, а върху въпроса: „Какви защитни фактори присъстват (или липсват) в средата?“.

Adolescents' Resilience Evaluation Scale (ARES) е разработена във връзка с необходимостта от въпросник, валидиран върху румънско население. ARES е инструмент за оценка на резилианса при юноши. ARES-i25 използва процесно динамичния модел като основа, защото включва както скали и въпроси, свързани с вътрешни ресурси, така и такива за социални и семейни ресурси, признавайки външните за човека фактори, които играят подкрепяща роля при справянето с различни житейски проблеми.

Въпросникът *School Resilience Questionnaire (SRQ)* се създава на базата на концептуализирането на конструкта „училищен резилианс“ (Afzali & Hosseinian, 2024). Резилиансът се разбира в мултисистемни и социално-екологични рамки и се фокусира върху взаимодействието на индивидите и системите, включително взаимоотношения, значения и ценности. Училищният резилианс се разглежда като развитието на тези взаимносвързани аспекти в образователната среда, при това качеството и естеството на взаимоотношенията в училищната общност играят решаваща роля (Afzali & Hosseinian, 2024). Целта на изследователите е разработването на скала за оценка на „училищния резилианс“ сред юношите, която предоставя стандартизирано и надеждно

средство за измерване на устойчивостта в образователната среда, позволявайки обективни сравнения между различни училища и ученически популации.

Singapore Youth Resilience Scale (SYRESS) е въпросник за измерване на резилианса при юноши, насочен към изграждане на многоаспектен профил на резилианса. Създаването на въпросника стъпва на социално-екологичния модел и тезата, че скала с широко концептуализиране на концепцията за резилианс, която включва повече области и основни механизми, може по-добре да обхване различните аспекти на резилианса.

СРАВНИТЕЛНА ТАБЛИЦА ЗА НАДЕЖДНОСТ, ВАЛИДНОСТ И КУЛТУРНА АДАПТИВНОСТ

Показателите за надеждност се отнасят до вътрешната консистентност (Cronbach's α), докладвана в оригиналните изследвания. Валидността обобщава данните за потвърдената валидност по публикуваните материали за инструментите. Културната адаптивност отразява степента, в която всеки инструмент е разработен за или впоследствие валидиран във различни културни и образователни контексти.

Таблица 3. Сравнителна таблица по надеждност, валидност и културна адаптивност

Инструмент	Надеждност – Cronbach's α (докладвани стойности)	Валидност	Културна адаптивност
RSCA – The Resiliency Scales for Children and Adolescents™	Надеждност по подскали: Sense of Mastery (MAS): α = 0,95; Sense of Relatedness (REL): α = 0,95; Emotional Reactivity (REA): α = 0,94	Потвърдена структурна и конструктна валидност.	Не се намират широко публикувани официални преводи с психометрични валидности; известна е една културна адаптация в норвежки контекст.
CD-RISC (25-item/10-item)	α = 0,89 (CD-RISC-25) α = 0,85 (CD-RISC-10)	В оригиналната версия валидността е подкрепена чрез експлораторен факторен анализ. Потвърдени са конвергентната и дискриминантната валидност на инструмента.	Многобройни преводи и адаптации; с вариращa факторна валидност.
Adolescent Resilience Questionnaire (ARQ)	Изчислен е Cronbach's α само на ниво подскали, не се предоставя общ резултат и авторите не препоръчват такъв. α ≈ 0,70 – 0,90 (по домейни)	Валидността е разгледана не като една „обща валидност", а по компоненти. Потвърдена е конструктната валидност с факторен анализ EFA, както и конвергентната, съдържателната и концептуалната валидност.	Има няколко културни адаптации на различни континенти сред оригиналната австралийска версия.
Resilience Scale for Adolescents (READ)	α = 0,94 (общ коефициент), а за отделните пет фактора варира между α = 0,69 и α = 0,79.	Потвърдени са 5-факторна структурна и конвергентна валидност.	Адаптиран в няколко европейски контекста.
Child and Youth Resilience Measure – Revised (CYRM-R)	α ≈ 0,87 (общ коефициент), 0,82 (подскала за лична устойчивост), 0,82 (подскала за устойчивост на полагащия грижи в отношенията).	Структурна валидност (Rasch/CFA); установена съдържателна, конструктна и критерийна валидност.	Преведен, адаптиран и използван в различни версии и контексти.
Student Resilience Survey (SRS)	α ≈ 0,65	Конструктна валидност и критерийна валидност спрямо психично здраве.	Не са известни версии, различни от валидираната в оригиналния контекст.
Adolescent Psychological Resilience Scale (APRS)	α ≈ 0,87, 0,61 и 0,89 за алфа-стойностите, ранжирани по подскалите	Факторна и конструктна валидност (оригинално изследване).	Не са известни версии, различни от валидираната в оригиналния контекст.
Adolescents' Resilience Evaluation Scale (ARES)	α = 0,83 на общо ниво и подскали 0,71 < α > 0,89	Структурна валидност – структурна валидност чрез 5-факторна, 25-елементна структура, идентифицирана чрез изследователски факторен анализ.	Не са известни версии, различни от валидираната в оригиналния контекст.
School Resilience Questionnaire (SRQ)	α ≈ 0,78 – 0,93 (обща скала и подскали)	Съдържателна валидност (експертна оценка), структурна валидност (EFA/CFA) и конвергентна валидност спрямо психосоциални показатели.	Не са известни версии, различни от валидираната в оригиналния контекст. Културно зависима от иранския контекст.
Singapore Youth Resilience Scale (SYRESS)	**α** = 0,95, p < 0,01, надеждност при повторно тестване (r = 0,82, p < 0,01)	Конвергентна валидност (включително спрямо CD-RISC).	Не са известни версии, различни от валидираната в оригиналния контекст.

От сравнителната таблица става ясно, че различните мерки имат различни нива на липсващи психометрични свойства. Както отбелязват Windle et al. (2011), критериите за качество включват аспекти на валидност (съдържание, критерий, конструкт) и надеждност (вътрешна съгласуваност, надеждност на тест – повторно тестване, съответствие за възпроизводимост).

По отношение на адаптациите има съществени разлики при инструментите. Шест от въпросниците са валидирани и използвани единствено в средата, в която са създадени. Някои от тях са посочени от авторите им като създавани специално за културния контекст на съответната страна – такива са School Resilience Questionnaire (SRQ) за Иран, Singapore Youth Resilience Scale (SYRESS) за Сингапур и Adolescents' Resilience Evaluation Scale за Румъния. READ, оригинално създаден и валидиран в Норвегия, е последователно валидиран в няколко европейски културни контекста като Ирландия, Германия/Швейцария, Испания. Неговото представяне е силно в Европа, но не и извън нея. Adolescent Resilience Questionnaire (ARQ), разработен в Австралия, е адаптиран и използван в различни културни контексти, включително Иран, Китай, Нова Зеландия и европейски страни като Испания, където обаче по-рядко има пълна валидация. Изследванията потвърждават неговата надеждност и частично факторната му структура – испанската адаптация показва добра вътрешна консистентност и приемлива факторна структура (Guilera et al., 2015), докато шведската версия се фокусира върху превод и психометрична оценка на инструмента (Nilsson et al., 2022). Въпреки това съществуващите изследвания в Европа са сравнително ограничени и често се концентрират върху надеждността и факторния анализ, без да включват пълна междукултурна валидизация. С най-широка и мултикултурна употреба се открояват инструментът CD-RISC (25-item/10-item) с многобройни преводи и адаптации; и Child and Youth Resilience Measure – Revised (CYRM-R) – инструментът на практика е разработен именно за употреба в различни културни среди. Към днешна дата CYRM-R е преведен на повече от 20 езика и е използван в повече от 150 изследователски проучвания.

СРАВНИТЕЛНА ТАБЛИЦА ЗА ДЪЛЖИНА, ОСНОВНИ ИЗМЕРЕНИЯ – ДОМЕЙНИ И ОБХВАТ

Следващата таблица разглежда различията в дължината, основните измерения и домейни и какво обхващат инструментите.

Таблица 4. Сравнителна таблица за дължина, основни измерения – домейни и обхват

Инструмент	Дължина	Домейни и подскали	Обхват
The Resiliency Scales for Children and Adolescents™ (Prince-Embury)	64 елемента/твърдения	Три домейна: Sense of Mastery (чувство за майсторство), Sense of Relatedness (чувство за свързаност), Emotional Reactivity (емоционална реактивност)	Обхваща видовете лични качества, които позволяват на някои младежи да се справят по-добре от други пред лицето на несгодите.
Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC)	25 елемента/твърдения – оригинална версия 10 твърдения – съкратена версия 2 твърдения – ултракратка версия	Пет домейна: лична компетентност и упоритост; толерантност към негативни емоции; приемане на промяната и сигурни взаимоотношения; контрол; духовни влияния	Проучва вътрешния ресурс на индивида, представен чрез неговото преживяване на лична устойчивост, упоритост, контрол, толерантност към негативни емоции, духовност и смисъл.
ARQ	93 елемента/твърдения – оригинална версия	Пет домейна, 12 подскали, групирани в 5 основни домейна: индивидуални качества (Individual) – увереност, емоционална регулация, негативно мислене; семейна подкрепа (Family); връстници (Peers); училище (School) – свързаност с училището и подкрепа от учители; общност (Community) – участие, принадлежност, безопасност	Обхваща всички сфери на живот на подрастващите – лични индивидуални качества, семейство, връстници, училище, общност.
READ	28 елемента/твърдения	Пет домейна: лична компетентност; социална компетентност; структуриран стил; семейна сплотеност; социални ресурси	Измерва защитни фактори на резилианса.
Child and Youth Resilience Measure – Revised (CYRM-R)	28 елемента/твърдения – пълна версия 12 елемента/твърдения – кратка версия	Три домейна: индивидуални ресурси; релационни ресурси; културни и институционални ресурси	Измерва резилианса като достъп до ресурси.
Student Resilience Survey (SRS)	40 елемента/твърдения	Шест домейна, които търсят наличието или липсата на конкретни фактори в средата и възприятията на учениците за техните умения и способности: възрастни и/или съученици в училище или вкъщи и лични усещания/възприятия за собствените умения и способности.	Търси отговор на въпроса „Какви защитни фактори присъстват (или липсват) в средата?“.

Инструмент	Дължина	Домейни и подскали	Обхват
Adolescent Psychological Resilience Scale (APRS)	29 елемента/твърдения	Шест домейна, които включват: Adjustment (напасване); Sense of Struggle (справяне); Empathy (емпатия); Family Support (семейна подкрепа); Confidant - Friend Support (приятелска подкрепа); School Support (училищна подкрепа).	Обхваща личните ресурси за справяне и подкрепата от семейство, приятели и училище.
Adolescents' Resilience Evaluation Scale (ARES)	25 елемента/твърдения	Пет домейна: упоритост и самоефективност; самоувереност; учене от житейския опит; бързо възстановяване след трудни житейски ситуации и травми; социални и семейни ресурси	Обхваща вътрешни и външни фактори, които играят подкрепяща роля при справянето с различни житейски проблеми и при проявяването на резилианс.
School Resilience Questionnaire (SRQ)	55 елемента/твърдения	Шест домейна: умения на учителя, създаващи устойчива класна стая; среда на сътрудничество; среда за сигурност; интимна среда; уважителна среда; правна среда	Фокус върху училищния контекст и условия и как те способстват за развиване на резилианс
Singapore Youth Resilience Scale (SYRESS)	50 елемента/твърдения	Десет домейна: емоционална регулация; личен контрол; лична увереност; гъвкавост; упоритост; оптимизъм и позитивен образ за себе си; позитивно справяне; хумор и позитивно мислене; взаимоотношения/социална подкрепа; духовност/вяра	Обхваща различни сфери на живот на подрастващите – лични индивидуални качества, взаимоотношения и социална подкрепа, духовност.

Таблица 4 показва дължината, основните домейни и обхвата на представените 10 въпросника. Може да се отбележи голямото разнообразие от включени конструкти и области в разбирането за резилианс и съответно – липсата на яснота какво точно включва той, с други думи – какво точно е нужно да се измерва. Все пак впечатление прави едно ядро от концепти, които са общи за всички въпросници: 1. индивидуални качества/индивидуални ресурси/лична компетентност/лична увереност (тук някои въпросници включват умения за напасване, личен контрол, упоритост, самоефективност, самоувереност, емоционална регулация, гъвкавост, хумор и позитивно мислене и справяне, лични усещания и възприятия за собствените умения и способности, лична социална компетентност, умения за организация и планиране, учене от житейския опит, бързо възстановяване след травми или трудности); 2. Социални ресурси (тук в някои въпросници са формулирани като взаимоотношения, социална подкрепа, приятелска подкрепа, училищна подкрепа, релационни ресурси, културни и институционални ресурси, връстници, общност).

От това ядро правят изключение следните:

1. Спрямо точка 1 единствено School Resilience Questionnaire (SRQ) не включва домейн, в който се изследват индивидуални качества и ресурси, а е изцяло фокусиран върху ресурсите на училищната среда.

2. Спрямо точка 2 The Resiliency Scales for Children and Adolescents™ (Prince-Embury) не включва в домейните си средови ресурси, което е обяснимо предвид на неговата теоретична основа и концепцията за резилианс като предимно личностна характеристика. Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC), който стъпва на същата теоретична основа, също е предимно фокусиран върху личните качества, но включва „сигурни взаимоотношения“, което е ресурс на средата.

Четири инструмента (6 от 10) смятат, че влиянието на училищната среда в тази възраст е достатъчно силно, за да бъде отделен домейн, докато в останалите е част от по-общото „Социални ресурси“, а три отделят специално място за приятелите/връстниците като ключов фактор, влияещ на резилианса. Пет от въпросниците смятат, че семейството и семейната подкрепа заслужават отделен домейн.

Прави впечатление и наличието на домейн, свързан с духовност в два от въпросниците. При SYRESS е включен домейнът „Духовност и вяра“, отразяващ екзистенциални и ценностни ресурси, които подпомагат юношите в справянето с трудности – способността за намиране на смисъл, на надежда и използването на духовни или ценностни системи като механизъм за справяне. Той включва способността на юношата да намира смисъл и цел в живота, да разчита на духовни или религиозни убеждения, да изпитва вътрешна надежда и вяра в бъдещето, да черпи сила от лични ценности и морални принципи и да използва духовността като ресурс при трудности. Съдържа твърдения като

„Вярвам, че животът има смисъл“; „Вярата ми помага да преминавам през трудности“; „Имам надежда за бъдещето“. Важно уточнение е, че домейнът не се ограничава само до религия, а включва и лични ценности, усещане за смисъл и вътрешна опора. Висок резултат в този домейн би могло да означава по-силен вътрешен ресурс за справяне и по-голяма способност за намиране на смисъл в трудности. Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) също включва домейн „Духовни влияния“.

По отношение на максимална всеобхватност и многоизмерност при измерването на резилианс се открояват CYRM-R, READ, SYRESS и ARQ, като ARQ е безспорно най-всеобхватният инструмент за измерване на резилианс в международната литература с пет домейна, които на практика обхващат всички нива – индивидуално, семейно, връстници, училище, общност, и отразяват мултидименсионалния социално-екологичен модел на резилианса. Негов недостатък се оказва основната спирачка за използването му – ARQ е дълъг и това натежава при попълването му, което води до риск от пренатоварване и изморяване на попълващите и/или до формално попълване. Ревюта на инструменти често отбелязват, че многодименсионалните и обемни инструменти могат да бъдат тежки за приложения. По-дългите въпросници увеличават вероятността от non-response и missing data и е препоръчително да се мисли за намаляване на respondent burden чрез по-къси мерки (Windle et al., 2011). В този смисъл изборът на инструмент винаги съдържа и елемент на баланс между обхват и практическа приложимост. В литературата съществуват научни коментари, че голямата дължина на ARQ може да е потенциално ограничение – в изследване на Anderson и колеги (2020) авторите се опитват да съкратят инструмента до 49 айтема, посочвайки, че 88/93 айтема може да бъдат твърде дълги за редовна употреба. *Разработването на съкратена 49-елементна версия на ARQ в голям извадков анализ в САЩ показва, че оригиналната по-обемна форма може да бъде трудна за ефективно приложение в практиката.*

ДОСТЪПНОСТ

СРАВНИТЕЛНА ТАБЛИЦА ЗА ДОСТЪПНОСТ И ИНСТРУКЦИИ ЗА УПОТРЕБА

Последната таблица разглежда и сравнява инструментите по тяхната достъпност и налични инструкции за използване.

Таблица 5. Сравнителна таблица за достъпност

Инструмент	Достъпност и инструкции	Разрешение за ползване
The Resiliency Scales for Children and Adolescents™ (Prince-Embury)	RSCA не е публикуван като „отворен“ въпросник в академична публикация с пълен текст, както някои други скали.	За легална употреба на RSCA е нужно свързване с официалния дистрибутор и закупуване на инструмента. Разпространява се чрез официални доставчици на психологически тестове (издателства като PAR/Assessment Systems, Inc., Pearson, Pro-Ed и др.).
Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC)	Не е свободно достъпен за директно ползване, може да се използва след заплащане.	Връзката с авторите и запитването за разрешение за ползване са официално налични на http://www.connordavidson-resiliencescale.com/
Adolescent Resilience Questionnaire (ARQ)	Не е свободно достъпен за директно ползване.	Разрешение за използване би могло да се получи от самите автори на въпросника (съответната версия) чрез техните академични публикации и контакти.
Resilience Scale for Adolescents (READ)	Не е свободно достъпен за директно ползване.	Разрешение за използване би могло да се получи от самите автори на въпросника (съответната версия) чрез техните академични публикации и контакти.
Child and Youth Resilience Measure – Revised (CYRM-R)	Свободен достъп на въпросника и инструкциите за ползването му на официалния сайт на центъра създател – научен документ, ръководство, PDF формати. Всички официални документи могат да бъдат намерени свободно.	На сайта на Resilience Research Centre има качено ръководство (user manual) за *CYRM-R (и ARM-R)*, което може да бъде свободно свалено. За да се получи достъп, авторите единствено молят да се предоставят подробности за планираното използване.
Student Resilience Survey (SRS)	Свободен достъп до въпросника. Съществува PDF файл със самия въпросник, който е качен на ресурсния сайт на Child Outcomes Research Consortium (CORC) и е предоставен като ресурс за свободно изтегляне и използване.	За официално разрешение за използване е възможен контакт с авторите или Child Outcomes Research Consortium (CORC).
Adolescent Psychological Resilience Scale (APRS)	В интернет има свободен достъп до научната публикация, която съдържа инструмента, айтемите и неговите характеристики. Няма налични официален комплект и инструкции за употреба.	За официално разрешение за използване е възможен контакт с авторите.
Adolescents' Resilience Evaluation Scale (ARES)	ARES-i25 е описан в научна статия, която може да се намери свободно. Няма официално публикуван въпросник + инструкции + ключ за оценяване.	За официално разрешение за използване е възможен контакт с авторите.
School Resilience Questionnaire (SRQ)	Не е официално наличен като инструмент със свободен достъп и ръководство. В научна статия за SRQ авторите описват броя айтеми и подскали и дават примери за айтеми.	За официално разрешение за използване е възможен контакт с авторите.
Singapore Youth Resilience Scale (SYRESS)	Свободен достъп на въпросника и инструкциите за ползването му на официалния сайт на центъра създател.	За официално разрешение за използване е възможен контакт с авторите.

Прегледът показва, че съществуват два достъпни онлайн въпросника, които могат да бъдат свободно изтеглени. Това са Child and Youth Resilience Measure – Revised (CYRM-R) и Student Resilience Survey (SRS). Важно е да се отбележи, че в пакета на първия са включени инструкции за употреба – задължителен елемент при работа с такъв тип инструменти. Интересен факт е, че обхватен преглед на скалите за измерване на резилианс при юноши от 2024 г. оценява Child and Youth Resilience Measure като най-адекватна сред често използваните скали за Adolescents (Ballard et al., 2024).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Въпреки че няма консенсус относно конструкциите и областите, които включва резилиансът, в международен план съществуват разнообразни инструменти за неговото измерване при юноши. Те се различават по това как концептуализират резилианса, в каква среда и контекст са валидирани и какви точно домейни включват. Както отбелязват някои автори, налице е липса на приети изрични критерии за адекватните свойства на измерване на скала за резилианс (Pangallo et al., 2015; Terwee et al., 2007; Windle et al., 2011) и никоя скала не може да се смята за „златен стандарт“ (Ahern et al., 2006; Windle et al., 2011). Всеки един от представените тук инструменти притежава добри психометрични характеристики, конкретен фокус и може да бъде използван в различни по цел и специфика проучвания. Сред тях има и такива, които са създадени за междукултурна употреба и са достъпни онлайн.

БИБЛИОГРАФИЯ

Ahern, N. R., Kiehl, E. M., Sole, M. L., & Byers, J. (2006). A review of instruments measuring resilience. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 29 (2), 103–125. https://doi.org/10.1080/01460860600677643

Afzali, L., & Hosseinian, S. (2024). Development and validation of School Resilience Questionnaire (SRQ) in Iranian adolescents. *BMC Psychology, 12* (1), 31.

Anderson, R. E., Mayes, H. C., & Williams, L. R. (2020). The Adolescent Resilience Questionnaire: Validation of a shortened version in U.S. youths. *Psychological Assessment, 32* (6), 550–562.

Ballard, P. J. et al. (2024). A critical evaluation of adolescent resilience self-report scales: A scoping review. Children and Youth Services Review. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107364

Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. *Spine, 25* (24), 3186–3191.

Blakemore, S.-J., & Mills, K. L. (2014). *Is adolescence a sensitive period for sociocultural processing? Annual Review of Psychology*, 65, 187–207. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115202

Blaustein, M. E., & Kinniburgh, K. M. (2010). *Treating traumatic stress in children and adolescents: How to foster resilience through attachment, self-regulation, and competency*. New York, NY: Guilford Press.

Block, J., & Block, J. H. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins (Ed.), Minnesota Symposia on Child Psychology, Vol. 13, 39–101. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology,* 70 (2), 349–361. https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349

Broekman, B. F. P. (2011). Stress, vulnerability and resilience: A developmental approach (Doctoral dissertation, Universiteit van Amsterdam). Universiteit van Amsterdam.

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

Bulut, S. (2013). Adolescent psychological resilience scale: Validity and reliability study. *Asian Journal of Psychiatry*, 6 (5), 468–472. https://doi.org/10.1016/j.ajp.2013.03.005

Cai, C. et al. (2025). School-based interventions for resilience in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Journal/PMC record*.

Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety,* 18 (2), 76–82.

Corney, T., Marion, J., Baird, R., Welsh, S., & Gorman, J. (2024). Youth work as social pedagogy: Toward an understanding of non-formal and informal education and learning in youth work. *Child & Youth Services,* 45 (3), 345–370.

Cyrulnik, B. (2013). La résilience: un processus multicausal. *Revue française des affaires sociales*, 2013 (1), 15–19.

Dahl, R. E. (2004). Adolescent brain development: A period of vulnerabilities and opportunities. *Annals of the New York Academy of Sciences,* 1021 (1), 1–22.

Diggs, D., Deniz, E., & Toseeb, U. (2025). School connectedness as a protective factor between childhood adversity and adolescent mental health outcomes. *Development and Psychopathology, 37* (3), 1355–1373.

Eiland, L., & Romeo, R. D. (2013). Stress and the developing adolescent brain. Neuroscience, 249, 162–171. https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2012.10.048

Fleming, J., & Ledogar, R. J. (2008). Resilience, an evolving concept: A review of literature relevant to Aboriginal research. Pimatisiwin: *A Journal of Aboriginal and Indigenous Community Health,* 6 (2), 7–23.

Fox, A., & Thiessen, M. (2019). Social pedagogy as relational attachment practice. *International Journal of Social Pedagogy,* 8 (1).

Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2003). A new rating scale for adult resilience: What are the central protective resources behind healthy adjustment? *International Journal of Methods in Psychiatric Research,* 12 (2), 65–76.

Garmezy, N. (1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. In: J. E. Stevenson (Ed.). Recent research in developmental psychopathology, 213–233. Oxford: Pergamon Press.

Gartland, D., Bond, L., Olsson, C. A., Buzwell, S., & Sawyer, S. M. (2011). Development of a multi-dimensional measure of resilience in adolescents: The Adolescent Resilience Questionnaire. *BMC Medical Research Methodology*, 11, 134.

Glăveanu, V. P. (2024). Adolescents' resilience evaluation scale – ARES-i25 and the analysis of its psychometric characteristics. *Psihologia Resurselor Umane,* 22 (1), 35–52.
Goetschius, L. G., McLoyd, V. C., Hein, T. C., Mitchell, C., Hyde, L. W., & Monk, C. S. (2021). School connectedness as a protective factor against childhood exposure to violence and social deprivation: A longitudinal study of adaptive and maladaptive outcomes. *Development and Psychopathology,* 35 (3), 1–16.
Guilera, G., Pereda, N., Paños, A., & Abad, J. (2015). Assessing resilience in adolescence: The Spanish adaptation of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Journal of Adolescence,* 44, 63–72. https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2015.06.002
Henderson, N., & Milstein, M. M. (2003). Resiliency in schools: Making it happen for students and educators. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
Hjemdal, O., Friborg, O., Stiles, T. C., Rosenvinge, J. H., & Martinussen, M. (2006). A new scale for adolescent resilience: Grasping the central protective resources behind healthy development. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development,* 39 (2), 84–96.
Hiew, C. C. (1998). Resilience: Development and measurement. Paper presented at the Graduate Department of Learning and Curriculum Development, Hiroshima University, Hiroshima, Japan.
Janousch, C., Frick, E., & Fegert, J. M. (2020). Psychometric properties of the Resilience Scale for Adolescents (READ) and measurement invariance across two different German-speaking samples. *Frontiers in Psychology,* 11, 585303. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.585303
Joanna Briggs Institute. (2015). The Joanna Briggs Institute reviewers' manual 2015: Methodology for JBI scoping reviews. Adelaide: The Joanna Briggs Institute.
Lereya, S. T., Humphrey, N., Patalay, P., Wolpert, M., & Böhnke, J. R. (2016). The student resilience survey: Psychometric validation and associations with mental health. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 10, 44.
Llistosella, M., Castellví, P., García-Ortiz, M., López-Hita, G., Torné, C., Ortiz, R., Guallart, E., Uña-Solbas, E., & Martín-Sánchez, J. C. (2024). Effectiveness of a resilience school-based intervention in adolescents at risk: A cluster-randomized controlled trial. Frontiers in Psychology, 15, 1478424. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1478424
Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development,* 71 (3), 543–562.
Marquez, J. M., Francis-Hew, L., & Humphrey, N. (2023). Protective factors for resilience in adolescence: Analysis of a longitudinal dataset using the residuals approach. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health,* 17 (1), 140.
Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. American Psychologist, 56 (3), 227–238. https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227
Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development.* New York, NY: Guilford Press.
Masten, A. S. (2021). Resilience of children in disasters: A multisystem perspective. *International Journal of Psychology,* 56 (1), 1–11.
Nedeva, R. M. (2019). Vliyanie na voennata sreda i liderskata podgotovka varhu razvitieto na individualniya rezilians na obuchaemite vav visshe voenno uchilishte [Недева, Р. М. (2019). Влияние на военната среда и лидерската подготовка върху развитието на

индивидуалния резилианс на обучаемите във висше военно училище]. Avtoreferat na disertatsionen trud. Varna.
Nedeva, R., & Stoyanov, V. (2019). Bulgarska adaptatsiya na vaprosnika za rezilians STRI-33 za litsa nad 18 godini. [Недева, Р., & Стоянов, В. (2019). Българска адаптация на въпросника за резилианс STRI-33 за лица над 18 години]. In: Prilozhna psihologiya i sotsialna praktika, 428–435. Varna: VSU "Chernorizets Hrabar".
Nilsson, D., Svedin, C. G., Hall, F., Kazemi, E., & Dahlström, Ö. (2022). Psychometric properties of the Adolescent Resilience Questionnaire (ARQ) in a sample of Swedish adolescents. *BMC Psychiatry*, 22, 468. https://doi.org/10.1186/s12888-022-04099-4
Pan, Q., Lan, M., Tan, C. Y., Tao, S., Liang, Q., & Law, N. (2025). Development and validation of digital resilience scale for primary and secondary school students. *BMC Psychology.* https://doi.org/10.1186/s40359-025-03739-0
Pangallo, A., Zibarras, L. D., Lewis, R., & Flaxman, P. E. (2015). Resilience through the lens of interactionism: A systematic review. *Psychological Assessment,* 27 (1), 1–20. https://doi.org/10.1037/pas0000024
Paus, T., Keshavan, M., & Giedd, J. N. (2008). Why do many psychiatric disorders emerge during adolescence? *Nature Reviews Neuroscience,* 9 (12), 947–957.
Petrova-Dimitrova, N. (2017). *Vavedenie v reziliansa*. [Петрова-Димитрова, Н. (2017). Въведение в резилианса.] Sofia: SAPI.
Petrova-Dimitrova, N., & Staneva, Ya. (2010). *Mozhem li da napravim detsata po-ustoychivi*? [Петрова-Димитрова, Н., & Станева, Я. (2010). Можем ли да направим децата по-устойчиви?]. Sofia: Fondatsiya "Prilozhni izsledvaniya i komunikatsii".
Prince-Embury, S. (2006). *Resiliency scales for children and adolescents: A profile of personal strengths*. Minneapolis, MN: Pearson Assessments.
Prince-Embury, S. (2013). *Resilience in children and adolescents: Translating research into practice*. New York, NY: Springer.
Rutter, M. (1987). Psychosocial resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry,* 57 (3), 316–331. https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1987.tb03541.x
Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. In: B. Brown, A. S. Masten, & J. J. Coatsworth (Eds.), Handbook of resilience in children, 1–12. New York, NY: Springer.
Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology,* 24 (2), 335–344.
Sibalde Vanderley, I. C. et al. (2020). Factors related to the resilience of adolescents in contexts of social vulnerability: An integrative review. *Enfermería Global,* 19 (59), 582–606.
Sisk, L. M., & Gee, D. G. (2021). Stress and adolescence: Vulnerability and opportunity during a sensitive window of development. *Current Opinion in Psychology,* 40, 91–97.
Staneva, Ya. (2024). *Rezilians podhod v sotsialnite uslugi*. [Станева, Я. (2024). Резилианс подход в социалните услуги]. Sofia: Universitetsko izdatelstvo „Sv. Kliment Ohridski".
Stoyanov, V. (2020). *Empirichnoto psihologichno izsledvane – kolichestven sreshtu kachestven podhod*. [Стоянов, В. (2020). Емпиричното психологично изследване – количествен срещу качествен подход]. Sofia: Steno.
Terwee, C. B., Bot, S. D. M., de Boer, M. R., van der Windt, D. A. W. M., Knol, D. L., Dekker, J., Bouter, L. M., & de Vet, H. C. W. (2007). Quality criteria were proposed

for measurement properties of health status questionnaires. *Journal of Clinical Epidemiology,* 60 (1), 34–42. https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2006.03.012

Ungar, M. (2008). Resilience across cultures. *The British Journal of Social Work,* 38 (2), 218–235.

Ungar, M. (2011). The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct. *American Journal of Orthopsychiatry,* 81 (1), 1–17.

Ungar, M. (2013). Resilience, trauma, context, and culture. *American Journal of Orthopsychiatry,* 83 (2pt2), 255–266.

Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement,* 1 (2), 165–178.

Werner, E. E., & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press.

Windle, G., Bennett, K. M., & Noyes, J. (2011). A methodological review of resilience measurement scales. *Health and Quality of Life Outcomes,* 9, 8.

Wong, J. C. M., Ley, C. C., Kom, S. W. X., Fee, Y. L., Yap, J. Y. Z., Teoh, C. H., Shen, L., Yap, P. Q., Wan, C. Y. N., Du, J., Kroneman, L., Fung, M. M. N., Ong, S. H., Tian, J. B. S. *et al.* (2024). Youth Epidemiology and Resilience (YEAR) in a student population: prevalence and predictors of mental health symptoms. *Frontiers in Psychiatry,* 15, 1454484.

World Health Organization. (2016). Process of translation and adaptation of instruments. Geneva: World Health Organization.

Zankova, K. (2014). V tarsene na obyasnitelen model na izdarzhlivostta (resilience): lichnostna cherta ili adaptiven razvitien protses? [Занкова, К. (2014). В търсене на обяснителен модел на издръжливостта (resilience): личностна черта или адаптивен развитиен процес?]. Godishnik na Sofiyskiya universitet "Sv. Kliment Ohridski", Filosofski fakultet, Kniga Psihologiya, 104, 155–175.

Zhelyazkova-Koynova, Zh., Misheva-Aleksova, Ts., & Chervenkova, L. (2010). Bulgarska adaptatsiya na skalata ER89 (Block & Kremen, 1996) za izsledvane na ego-rezilientnost. [Желязкова-Койнова, Ж., Мишева-Алексова, Ц., & Червенкова, Л. (2010). Българска адаптация на скалата ER89 (Block & Kremen, 1996) за изследване на его-резилиентност]. *Psihologichni izsledvaniya*, kn. 2, 165–176.

ЗА АВТОРА

Маргарита Ленкова е докторант във Факултета по науки за образованието и изкуствата, Софийски университет „Св. Климент Охридски“, катедра „Социална педагогика и социално дело“, и преподавател в Нов български университет, секция „Педагогика“.

Област на научни интереси: психология на развитието, педагогика, социална педагогика, оптимални условия за пълноценно детско развитие, хуманистичен подход в психологията и образованието, алтернативни хуманистични образователни модели и практики, пресечната точка между психология и педагогика, ненасилствена комуникация, медиация и възстановителни практики. Има дългогодишен практически опит в работата с деца от 5- до 18-годишна възраст като учител, ментор и училищен психолог.

ORCID iD: 0009-0001-8280-8446

E-mail: mlenkova@uni-sofia.bg

ABOUT THE AUTHOR

Margarita Lenkova is a doctoral student at the Faculty of Educational Sciences and Arts, Sofia University “St. Kliment Ohridski“, Department of Social Pedagogy and Social Work and lecturer at the New Bulgarian University, Department of Pedagogy. Field of scientific interests: developmental psychology, pedagogy, social pedagogy, optimal conditions for full child development, the humanistic approach in psychology and education, alternative humanistic educational models and practices, the meeting point between psychology and pedagogy, non-violent communication, mediation and restorative practices. She has more than 10 years of practical experience working with children from 5 to 18 years old as a teacher, mentor and school psychologist.

ORCID iD: 0009-0001-8280-8446

E-mail: mlenkova@uni-sofia.bg