

афіліацію, адаптацію та рівень успішності у встановленні емоційних контактів. Перераховані особливості тіснопов'язані між собою.

Поняття «тіснота міжособистісних контактів», означає небажання заводити близькі контакти з оточуючими людьми. Дана ситуація може бути пов'язана з низьким рівнем самооцінки. При наявності низького рівня самооцінки, підлітки починають відчувати себе невпевненими у своїх силах.

УДК 159.922

Сергієнко С. – 513 ПС

Військовий інститут Київський національний університет імені Тараса Шевченка

ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ ЯК ОДИН ІЗ РЕСУРСІВ ОСОБИСТОСТІ

Науковий керівник: к.психол.н., доц. Васильєв С.П.

Serhiyenko S.

Military Institute of Taras Shevchenko National University of Kyiv

Viability AS ONE OF RESOURCES PERSON

Supervisor: PhD in Psychology, assoc. Vasiliev S. P.

Ключові слова: життєстійкість, реабілітація, стресостійкість, психологічна допомога.

Keywords: resilience, rehabilitation, stress, psychological assistance.

Психологічна реабілітація в наш час має бути достатньо розвиненою, шукати нові можливості поглиблення і застосування на практиці нових знань та відповідати вимогам часу, оскільки з появою бойових дій на сході держави маємо значну кількість осіб, котрі потребують ефективної психологічної допомоги та консультації з даного питання. Для того, щоб ефективніше допомагати особам, котрі цього потребують, для успішної їх реабілітації необхідно більш детально вивчати і особливості захисних механізмів організму, і особливості стресостійкості, і ресурси особистості, що допоможе нам зрозуміти особливості функціонування людської природи під значним впливом стресових ситуацій в цілому, так і бойового стресу зокрема.

Вивчення життєстійкості як одного із внутрішніх ресурсів особистості є досить важливим та значимим, оскільки це дасть змогу поглибити наші знання та розуміння даного феномена, можливість застосувати отримані дані на практиці, а саме для розвитку життєстійкості у воїнів зокрема та населення країни в цілому, що, в свою чергу, дозволить здійснити профілактику розвитку негативних наслідків бойового стресу та екстремальних ситуацій.

Р. Лазарусом, С. Фолкманом, Г. Сельє, А. Бундуною та іншими було виділені та вивчені внутрішні суб'єктивні умови, що впливають на стійкість людини до психічного стресу. Одним із таких внутрішніх факторів виступає життєстійкість (поняття введене С. Мадді). Життєстійкість характеризує міру здатності особистості пережити стресову ситуацію, зберігаючи при цьому внутрішню збалансованість не знижуючи успішність життєдіяльності.

Життєстійкість являє собою систему переконань, що сформувалися в людини, про самому себе, про навколишній світ і взаємини з ним. Система переконань утворює

особливий профіль стійкої особистості, що містить у собі три компоненти: 1) відданість (залученість), 2) контроль, 3) виклик (прийняття ризику, готовність ризикувати).

Дія стресогенних факторів переломлюється через систему переконань життєстійкості. С. Мадді описав п'ять механізмів протистояння людини стресу за допомогою життєстійких переконань: 1) фізіологічний – позитивний вплив на імунітет організму, 2) когнітивний – оцінка важкої життєвої ситуації як менш стресової, 3) мотиваційний – прагнення до совладаючої поведінки, 4) соціально-психологічний – пошук підтримки з боку інших людей і 5) поведінковий – використання практик оздоровлення.

Отже, як бачимо, життєстійкість являє собою певний внутрішній ресурс, «стержень» особистості, її стійку та зрілу систему переконань, котра дозволяє успішно справлятися як із стресовими в цілому, так і бойовими, зокрема, тяжкими життєвими ситуаціями. Дозволяє більш легше переживати життєві негаразди та особистісно зростати, набувати досвіду успішного подолання кризових обставин, що є досить важливим для підтримання психічного здоров'я особистості.

УДК 37.03.000.141

Сівенко М. — ст. гр. 3еА

Харківський національний технічний університет сільського господарства імені Петра Василенка

**ФІЛОСОФСЬКИЙ АСПЕКТ ПРОФЕСІЙНОГО
САМОВИЗНАЧЕННЯ ОСОБИСТОСТІ
(З ПОГЛЯДІВ Г. СКОВОРОДИ)**

Науковий керівник: к.пед.наук, доцент Мокроменко О.В.

Sivenko M.

Kharkiv Petro Vasylenko National Technical University of Agriculture

**PHILOSOPHY OF PERSONALITY PROFESSIONAL SELF-
DETERMINATION
(ACCORDING TO G. SKOVORODA'S PHILOSOPHY)**

Supervisor: Candidate of Pedagogical Sciences, Olena V. Mokromenko,
Associate Professor

Ключові слова: професійне самовизначення, сродна праця, особистість, філософія Г. Сковороди

Key words: professional self-determination, cognate work, personality, G.Skovoroda's philosophy

Поняття «професійне самовизначення» в психолого-педагогічній літературі останнього десятиріччя визначається як процес формування особистістю свого ставлення до професійно-трудового середовища і спосіб його самореалізації, складова частина цілісного життєвого самовизначення.

В умовах глобалізації та конкуренції у світовому економічному просторі превалює економічний аспект у вирішенні проблеми професійного самовизначення особистості — конкурентоспроможність, економічна вигода, престиж, зорієнтованість освіти на ринок праці.