

DOI <https://doi.org/10.32405/2522-9931/2522-9958-120-134>
УДК 159.922.6

Шевченко Світлана Вікторівна,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та особистісного розвитку
Навчально-наукового інституту менеджменту та психології
ДЗВО «Університет менеджменту освіти».
Київ, Україна.
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-7940-6593>
svetigor.svh@gmail.com

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК САМОДОВІРИ ТА ЖИТТЕСТІЙКОСТІ В КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

Анотація. У статті розглянуто проблему взаємозв'язку самодовіри та життєстійкості в контексті професійної підготовки майбутніх психологів. На основі теоретичного аналізу наукових досліджень визначено зміст понять «життєздатність» та «життєстійкість». Визначено, що самодовіра виступає як певний гіпотетичний конструкт, що дозволяє людині обрати певну ціннісну позицію стосовно самої себе, до світу і, виходячи з цієї позиції, вибудувувати власну стратегію життєдіяльності. Життєздатність і життєстійкість забезпечують внутрішню психологічну безпеку людини, що визначає її нормативну життєдіяльність. Життєздатність обумовлює несприйнятливність до складних зовнішніх впливів, вона формується і розвивається впродовж життя людини. Життєстійкість розуміється як специфічна, індивідуальна риса характеру людини, що віднесена до області підвищення результативності, успішності, адаптації особистості, подолання стресу у зв'язку з важкими життєвими обставинами. Навчальну діяльність під час оволодіння професією психолога з її академічним та інформаційним перевантаженням можна віднести до так званих «екстремальних умов», причому у таких умовах має відбуватися зростання самодовіри особистості та її впевненості у власних силах для самореалізації у майбутній професійній діяльності.

У попередніх дослідженнях нами виділено найбільш важливі внутрішньо особистісні кореляти довіри до себе у майбутніх психологів: самоефективність, наполегливість, локус контролю, адаптація та подолання, духовність. Самодовіра майбутнього психолога, яка розвивається на етапі навчання, неможлива без

повної включеності до освітнього процесу, здатності діяти за відсутності надійних гарантій успіху, часом на власний ризик.

У контексті цього, доопрацьовано внутрішні індивідуальні ресурси для розвитку самодовіри майбутніх психологів у процесі професійної підготовки способом поповнення її ключовими складовими життєстійкості особистості: включеністю, контролем та прийняттям ризиків.

Ключові слова: самодовіра; життєздатність; життєстійкість; життєдіяльність; включеність; контроль; прийняття ризиків; майбутні психологи.

1. ВСТУП / INTRODUCTION

Постановка проблеми. Сучасний етап розвитку українського суспільства можна вважати кризовим: військові дії, політична та соціальна нестабільність, все це провокує розвиток невпевненості у своєму майбутньому, зниженню самодовіри, життєстійкості та життєздатності особистості. Особливо актуальною постає проблема серед молоді, яка тільки-но входить у активне соціальне життя, здобуваючи професію психолога.

Проблема дослідження місця самодовіри в конструкті життєздатності та життєстійкості особистості в сучасному суспільстві є досить актуальною. В наш час для психологічної науки та відповідно запиту суспільства є актуальним пошук способів розвитку та формування життєстійкості особистості в контексті можливостей подолання складних життєвих та професійних ситуацій, прийняття відповідальних рішень, пошуку шляхів реалізації особистістю власних потреб та мети.

Значущим стає знаходження таких внутрішніх ресурсів особистості, які змогли б у несприятливих умовах сучасності не лише допомогти виконувати професійну діяльність на високому рівні, а й реалізовувати людині особистісний життєвий потенціал. Ключовою умовою професійного розвитку нами виділено таку категорію як самодовіру, яку ми розглянемо у контексті життєстійкості особистості майбутнього психолога.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз досліджень дозволяє констатувати, що в психологічній науці останнім часом формуються самостійні наукові спрямування, присвячені вивченню життєздатності та життєстійкості людини. У роботах провідних зарубіжних та вітчизняних авторів (А. Лактіонова, А. Махнач, А. Нестерова, Є. Рильська, Л. Сердюк, Т. Титаренко та ін.) розкрито зміст понять, обґрунтовано вживання термінології, названо основні підходи до

вивчення життєздатності та життєстійкості особистості, розглянуто структуру, проведено конкретні дослідження, надано операціоналізацію понять, розроблено діагностичний інструментарій (опитувальники життєздатності для підлітків і дорослих, тести життєстійкості особистості) та представлено відповідні емпіричні дослідження.

Сьогодні дослідженням життєздатності людини активно займаються вчені у західній гуманістичній та позитивній психології (Х. Вернер, Ф. Натингейл, Дж. Пітерсен, М. Раттер, Н. Унгар та інші дослідники). Крім того, життєздатність розглядається як ресурс (Б. Ананьєв), загально-системна психічна властивість (Є. Галажинський, Є. Рильська), інтегральна характеристика особистості (О. Лактіонова, Ю. Науменко), життєвий принцип (М. Гур'янова), активність суб'єкта, який діє в умовах об'єктивної соціальної детермінації, у заданих обставинах (К. Абульханова-Славська).

Життєстійкість розглядається в контексті ключових передумов, що дають змогу підтримувати ефективну взаємодію зі значущими людьми, досягати успіху в житті, бути щасливим навіть за наявності несприятливих умов та обставин (О. Леонтьєв, О. Рассказова; Л. Сердюк, О. Купреєва; Т. Титаренко, Т. Ларіна; О. Фомінова; С. Мадді та ін.).

Феномен життєстійкості у науковій літературі часто замінюється різними термінами, такими як життєздатність, життєтворчість, зрілість, та схожими поняттями, такими, як опірність, самоефективність.

На етапі професійного навчання розвиток життєстійкості як готовності до подолання труднощів і можливої професійно-особистісної дезадаптації опосередковується соціально-професійним самовизначенням, сприятливими умовами життєдіяльності, перспективами майбутнього професійного зростання, побудови своєї кар'єри, що ініціює розвиток довіри до себе, адекватного самооцінювання та стимулює соціально-професійну життєстійкість.

Наші попередні дослідження теоретичних підходів у зарубіжній психології засвідчують, що поняття «довіра до себе» (або «self-trust») є тотожним поняттю «самодовіра» [1], [2] яке ми далі будемо розглядати у взаємозв'язку з поняттям життєстійкості у контексті навчання майбутніх психологів.

Довіра до себе (далі самодовіра) кваліфікується як «категорія підвищеної складності», визначаючи її високу динамічність, багатофакторність та багатоаспектність [3]. Емпіричні дослідження вказують на те, що самодовіра є сукупністю оцінок різноманітних процесів, що відбуваються в когнітивній, емоційній, поведінковій, мотиваційній сферах особистості [4]. Самодовіра виступає як певний гіпотетичний конструкт, який дозволяє людині зайняти певну ціннісну позицію по

відношенню до самої себе, до світу і, виходячи з цієї позиції, будувати власну стратегію життєдіяльності [4].

Як зазначає Е. Зеєр родовим поняттям термінів життєздатності і життєстійкості виступає саме життєдіяльність, як процес становлення і розвитку людини в конкретних соціально-економічних та інших зовнішніх умовах і під впливом виконуваної ним діяльності. Життєдіяльність людини реалізується у грі, пізнанні, спілкуванні і праці та постійній взаємодії з середовищем [5].

Ці два близьких за змістом феномена характеризують соціально-психологічну напруженість в сучасному суспільстві, обумовлену зростанням числа інформаційних потоків, прискоренням ритму життя, психоемоційними розладами. [5]. До факторів розвитку життєздатності та формування життєстійкості дослідники відносять такі якості особистості, як інтернальність, оптимізм, екстра-та інтроверсія, вольові характеристики: цілеспрямованість, наполегливість, рішучість, наднормативна активність, самостійність, психологічна стійкість [5]. На регуляцію життєздатності і життєстійкості впливають психологічні якості, що характеризують взаємовідносини особистості з собою: самодовіра, самоактуалізація, саморегуляція, самооцінювання, самоефективність, спонтанність, самоприйняття, задоволеність собою, самоконтроль [5].

Отже, актуальним постає питання розгляду внутрішніх ресурсів самодовіри в контексті формування життєстійкості майбутніх психологів на етапі здобуття професійних знань.

2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ / AIM AND TASKS

Мета дослідження – здійснити теоретичний огляд проблеми взаємозв'язку самодовіри та життєстійкості в контексті професійної підготовки майбутніх психологів.

Завдання дослідження:

- 1) На основі теоретичного аналізу наукових досліджень визначити зміст понять життєздатність та життєстійкість.
- 2) Розглянути взаємозв'язок самодовіри та життєстійкості в контексті професійної підготовки майбутніх психологів.

3. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ / THE THEORETICAL BACKGROUNDS

Згідно Е. Зеєру, родовим поняттям термінів «життєздатність» та «життєстійкість» виступає «життєдіяльність», яку розглядають як процес становлення та розвитку особистості у конкретних соціально-економічних та інших зовнішніх умовах під впливом діяльності що виконується.

Життєдіяльність людини реалізується у грі, пізнанні, спілкуванні та праці у тісній взаємодії із навколишнім середовищем [5]. Життєздатність і життєстійкість забезпечують внутрішню психологічну безпеку людини, що обумовлює її нормативну життєдіяльність.

Сучасні зарубіжні дослідження стосовно цієї проблеми носять подвійний характер. В одних з них життєстійкість розглядається як процес, в інших – як стан. Це, по-перше, пов'язано із труднощами перекладу [6]. В літературі життєстійкість визначається поняттям «hardiness», яке було введено С. Мадді та С. Кобейсом. Такий термін широко використовується в екзистенціальній психології, а також прикладній області психології стресу [7], [8].

Аналізуючи поняття «життєздатність» у контексті його формування крізь призму самодовіри, слід більш чітко сформулювати термінологію. «Життєздатність» припускає несприйнятливості до шкідливих зовнішніх впливів. Існує низка визначень поняття «життєздатність». Це поняття визначають як здатність людини до самостійного існування, розвитку та виживання [9].

У російській психологічній науці визначення поняття життєздатності було введено А. Махнач і А. Лактіоною, які дають йому наступне формулювання: «Життєздатність – це індивідуальна здатність людини керувати власними ресурсами: здоров'ям, емоційною, мотиваційно-вольовою, когнітивною сферами у контексті соціальних, культурних норм та умов середовища» [10]. Життєздатність не є вродженою особистісною характеристикою, вважається, що вона з'являється та розвивається впродовж життя людини.

Зарубіжними та вітчизняними дослідниками сформовано достатню емпіричну базу щодо вивчення проблеми життєстійкості. Вона визначається як специфічна, індивідуальна риса характеру людини, яка віднесена до області підвищення результативності, успішності, адаптації особистості, подолання стресу у зв'язку з важкими життєвими обставинами. Сьогодні існує недостатня кількість робіт зарубіжних та вітчизняних вчених, спрямованих на аналіз життєстійкості в контексті із ціннісними та духовними аспектами особистості.

Наукові праці, у яких життєстійкість розглядається у взаємозв'язку з особистісними цінностями, внутрішньою мотивацією, відповідальністю та іншими екзистенціальними змінними, нерідко заміняється іншими концептами, такими як особистісний потенціал, стійкість, життєздатність, зрілість, життєтворчість та ін.

Як вважає С. Мадді, умови життя у дитинстві впливають на розвиток життєстійкості впродовж наступного дорослого життя людини. Дослідник

вказує на те, що опір стресу відбувається за допомогою поглиблення трьох аттитюдів, які утворюють структуру життестійкості, а саме: *включеність* – переконання у тому, що включеність у те, що відбувається навколо, дає максимальний шанс знайти щось варте та цікаве для особистості; *контроль* – виступає переконанням у тому, що боротьба дозволяє вплинути на результат того, що відбувається навколо, нехай навіть цей вплив не абсолютний та успіх не гарантований; *прийняття ризиків* – переконаність людини у тому, що все те, що з нею трапляється, сприяє її розвитку за рахунок знань, отриманих у досвіді, неважливо, позитивного або негативного характеру [11].

Проведений теоретичний аналіз дозволяє розглядати життестійкість як можливість спрямовувати індивідуальні особливості не тільки як особистісне самовладання та здатність протистояти стресовим факторам навколишнього середовища, а й спрямовувати їх на благо власного особистісного зростання. У структурі особистості життестійкість віднесена до рівня спрямованості особистості. Життєздатність є відношенням до власних особистісних ресурсів, умінням ними керувати, у структурі особистості вона відноситься до рівня індивідуально особистісних властивостей [12].

4. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH METHODS

Для вирішення поставлених завдань було розроблено програму, реалізація якої передбачала застосування комплексу методів, адекватних предмету дослідження. Використано теоретичні методи – аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури, який сприяв виявленню, узагальненню, систематизації, теоретичному моделюванню різних аспектів досліджуваної проблеми.

5. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH RESULTS

Студентський вік – явище безпосередньо пов'язане з високим рівнем пізнавальної мотивації, цілеспрямованим набуттям професійних знань, вмінь та навичок і разом з тим активною та інтенсивною роботою над собою. Студентам складно підготуватися до майбутнього, багато ситуацій вимагають подолання криз, прийняття ризиків та наявності оптимального рівня самодовіри для побудови власної стратегії життєдіяльності. До внутрішніх умов розвитку самодовіри віднесено індивідуальні риси особистості, такі як: особливості сприймання, інтелект, мислення, а також суб'єктні якості – активність, наявність гуманістичних настанов, відповідальність, самостійність, життестійкість, оптимізм, та цілеспрямованість. Як зазначає І. Біла: «...сприймання світу не є

безпосереднім, прямим сприйманням, а конструюється відносно інтересів, установок, життєвих цілей, організовується, об'єднується у певну систему, набуваючи спрямованого змісту» [12].

Психолог О. Советова у своїх працях вказує на те, що нововведення, зміни, реформи, інновації можуть бути за багатьма показниками об'єднані у поняття «екстремальних умов», причому результати досліджень вказують на те, що у таких умовах відбувається зростання самооцінки особистості і її впевненості у власних силах [13]. Погоджуючись із цим твердженням, ми вбачаємо можливість віднести навчальну діяльність під час оволодіння професією психолога саме до таких умов. Однак, це і найсприятливіший час для формування життєстійкості за рахунок подолання криз та реалізації себе як фахівця в майбутній професійній діяльності.

Достатньо дослідженою теорією успішного самовладання зі стресом є теорія С. Мадді про життєстійкість, що виникла у зв'язку з розробкою їм проблеми творчого потенціалу особистості та регулювання стресу, що виникає в екстремальних умовах. Через поглиблення атитюдів включеності, контролю та виклику, позначених як «життєстійкість», людина може одночасно розвиватися, збагачувати свій потенціал і знижувати внутрішнє напруження в умовах невизначеності [11].

У сучасній науці існують підходи до вивчення життєздатності як до характеристики особистості, як до результату адаптаційного процесу, механізму взаємодії людини та середовища, соціально важливої якості, що характеризує окрему особистість і цілі соціальні групи. Багато сучасних дослідників використовують поняття «життєздатність» у рамках різних соціальних галузей науки як визначення деякої сутнісної характеристики об'єкта вивчення.

У наших попередніх наукових пошуках було проведено серію діагностичних досліджень, спрямованих на вивчення індивідуальних ресурсів життєздатності майбутніх психологів, які б забезпечували функціонування та реалізацію внутрішніх потенцій і досягнення життєвих цілей. Виявлено, що найбільш важливими внутрішньо особистісними корелятами самодовіри майбутніх психологів є самоефективність, наполегливість, локус контролю, адаптація та подолання, духовність. Визначено, що студентам із рівнем довіри до себе вищим за середній притаманний інтернальний локус контролю, який засвідчує особистісну відповідальність за результати своєї діяльності. Студентам із низьким рівнем довіри до себе властивий екстернальний локус контролю, відтак їм властива схильність до мінімізації відповідальності за власні вчинки та

результати діяльності та здатності впливати на своє життя, контролювати розвиток подій [14].

За даними О. Ватоліної, чим вищий рівень довіри до себе, тим більше виражена життєстійкість і самоорганізація діяльності. Авторка вважає, що люди, які володіють оптимальною довірою до себе, можуть спрямовувати свою активність на пошук шляхів самореалізації, незважаючи на наявність стресогенних факторів та змін навколишнього середовища. Крім того, наявність довіри до себе, життєстійкості в умовах, що змінюються, дозволяє досягати своїх цілей і водночас сприяє швидкій адаптації до інноваційної діяльності, успішній самореалізації в ній [17].

Погоджуючись із цим, ми вважаємо, що самодовіра майбутнього психолога, яка розвивається під час здобуття професійних знань неможлива без повного включення (за С. Мадді) у освітній процес. Слід зазначити, що майбутній психолог, в якого досить розвинена така риса як контроль, відчуває, що сам обирає власну діяльність, свій майбутній професійний шлях, що з одного боку збільшує рівень довіри до себе як майбутнього професіонала, а з іншого – сприяє формуванню життєстійкості.

Студент із розвиненою самодовірою, який розглядає власне життя як засіб отримання досвіду у процесі навчання, здатний діяти за відсутності надійних гарантій успіху, на власний ризик, вважаючи, що прагнення до комфорту та безпеки збіднює його особистісне життя. За таких умов можемо розглядати завдання формування життєстійкості майбутніх психологів на етапі навчання, як ресурсу для подолання професійного вигорання в майбутньому, як готовності до змін в суспільстві, що швидко трансформується, як здатності бути толерантними до ситуацій невизначеності та непередбачуваності, як вміння сприймати негативний досвід та успішно долати його.

На теоретичному рівні проблема життєстійкості студентів психологів та її взаємозв'язок з самодовірою розроблена недостатньо глибоко та потребує наукового осмислення. Можемо висунути припущення, що майбутні психологи з оптимальним рівнем самодовіри та високим рівнем життєстійкості матимуть більш відкритий характер взаємовідносин зі світом та іншими людьми, що підвищить здатність надавати підтримку та формувати життєстійкість у клієнтів з якими буде працювати психолог в майбутній професійній діяльності.

На основі теоретичного аналізу доповнено модель самодовіри майбутніх психологів у процесі професійної підготовки, з огляду на необхідність введення до внутрішніх факторів впливу не тільки

життєздатність, а й життєстійкість особистості майбутнього психолога (див. рис.).



Рис. Внутрішні ресурси самодовіри майбутніх психологів у процесі професійної підготовки

Розвиток самодовіри у майбутніх психологів на етапі здобуття професійних знань може формувати ключові складові життєстійкості особистості: включеність, контроль та прийняття ризиків, що в свою чергу вимагає від особистості використання усіх внутрішніх особистісних ресурсів та адаптаційних механізмів. Життєві домагання, вимоги, очікування, бажання та надії щодо власного життя і професійного майбутнього на шляху самореалізації та самоздійснення особистості майбутнього психолога. Молода людина, яка стоїть на порозі професійного життя, має оптимальний рівень самодовіри, високий ступіть

життєстійкості, максимально залучена до суспільного життя та самоорганізує свою активність та діяльність має більше шансів для успішної самореалізації.

6. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ / CONCLUSIONS AND PROSPECTS FOR FURTHER RESEARCH

Самодовіра виступає як гіпотетичний конструкт, який дозволяє людині обрати певну ціннісну позицію стосовно самої себе, до світу та вибудовувати власну стратегію життєдіяльності. Життєздатність і життєстійкість забезпечують внутрішню психологічну безпеку людини, що обумовлює його нормативну життєдіяльність. Життєздатність припускає несприйнятливність до шкідливих зовнішніх впливів та з'являється і розвивається впродовж життя людини. Життєстійкість розуміється як специфічна, індивідуальна риса характеру людини, яка віднесена до області підвищення результативності, успішності, адаптації особистості, подолання стресу у зв'язку з важкими життєвими обставинами. Навчальну діяльність під час здобуття професійних можна віднести до так званих «екстремальних умов», причому у таких умовах має відбуватися зростання самодовіри особистості та її впевненості у власних силах, тим самим формуючи життєстійкість особистості. Нами доповнено внутрішні ресурси розвитку самодовіри майбутніх психологів у процесі професійної підготовки ключовими складовими життєстійкості особистості такими як: включеність, контроль та прийняття ризиків.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямовані на опрацювання компонентів внутрішніх ресурсів студентів майбутніх психологів для розширення меж практичного впливу на розвиток самодовіри та формування життєстійкості на етапі професійного навчання.

7. СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ / REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] I. Arnold Goldberg, «Progress in Self Psychology», [Electronic resource], *Pluralism in Self Psychology*, Vol. 15. 2014. Available: <https://www.crcpress.com/Progress-in-Self-Psychology-V-15-Pluralism-in-Self-Psychology/Goldberg/p/book/9781138005525>
- [2] Keith Lehrer, *Self-Trust: A Study of Reason, Knowledge, and Autonomy*. [Electronic resource]. 1st Edition, Kindle Edition. Clarendon Press, 1997. Available: <https://it.b-ok2.org/book/1045027/7bfd3a>
- [3] Т. П. Скрипкина, «Доверие к себе как условие развития личности», *Вопросы психологии*, № 1, с. 95–103, 2002.

- [4] С. В. Шевченко, «Психологічні особливості розвитку довіри до себе у майбутніх психологів», дис. канд. наук, Ін-т психології ім. Г. С. Костюка Нац. академії пед. наук України. Київ, Україна, 2018, 260 с.
- [5] Э. Ф. Зеер «Социально-психологические аспекты развития жизнеспособности и формирования жизнестойкости человека», [Электронный ресурс], *Педагогическое образование в России*, № 8, с. 69–76, 2015. Доступно: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-aspekty-razvitiya-zhiznesposobnosti-i-formirovaniya-zhiznestoykosti-cheloveka>
- [6] Н. В. Закерничная «Теоретическое осмысление понятия жизнестойкости в отечественных и зарубежных исследованиях», *Ученые записки Забайкальского гос. ун-та*, Т. 11, № 5, с. 61–66, 2016.
- [7] Е. И. Рассказова «Динамика смысла в процессе совладания с тревогой», *Проблема смысла в науках о человеке (к 100-летию Виктора Франкла)*, на *Международ. конф.*, Д. А. Леонтьев, Ред. Москва, Россия: Смысл, 2005, с. 175–189.
- [8] D. R. Evan, J. R. Pellizzari, B. J. Culbert, M. E. Metzen, «Personality, marital, and occupational factors associated with quality of life», *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 49, No. 4, p. 377–475, 1993.
- [9] Г. И. Борисов, А. А. Печеркина, «Жизнеспособность как условие профессионального развития личности», *Педагогическое образование в России*, № 11, с. 72–75, 2015.
- [10] А. В. Махнач, А. И. Лактионова, «Жизнеспособность подростка: понятие и концепция», *Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы*. Москва, Россия, 2007, с. 290–312.
- [11] S. R. Maddi, D. M. Khoshaba, «Hardiness and Mental Health», *Journal of Personality Assessment*, Vol. 63, n 2, pp. 265–274, 1994.
- [12] Н. В. Закерничная «Теоретическое осмысление понятия жизнестойкости в отечественных и зарубежных исследованиях», *Ученые записки Забайкальского гос. ун-та*, Т. 11, № 5, с. 63, 2016.
- [13] О. С. Советова, «Иновативные диспозиции личности, их взаимосвязь и влияние на отношение к социальным изменениям», дис. канд. наук. Санкт-Петербург, Россия, 1991, 188 с.
- [14] І. М. Біла «Індивідуальні особливості сприймання, їх роль у конструюванні реальності», *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць, Психологія творчості*, Т. XII, вип. 15, с. 62–68, 2012.
- [15] С. В. Шевченко, «Теоретична модель розвитку довіри до себе у майбутніх психологів», *Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць*,

Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія, Т. 1, вип. 45, с. 150–156, 2016.

- [16] О. Чиханцова, «Життєстійкість та її зв'язок із цінностями особистості», *Проблеми сучасної психології*, Вип. 42, с. 211–231, 2018.
- [17] А. И. Ватолина «Особенности взаимосвязи доверия к себе, жизнестойкости и самоорганизации деятельности у инновационно-ориентированных молодых людей», *Сибирский психологический журнал*, с. 45–47, 2019.

CORRELATION OF SELF-TRUST AND ENDURANCE IN THE CONTEXT OF PSYCHOLOGISTS' TRAINING

Svitlana Shevchenko,

PhD, Assoc. Prof.,

Dept. of Psychology and Personal Development,

Institute of Management and Psychology of the

SIHE «University of Education Management».

Kyiv, Ukraine.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-7940-6593>

svetigor.svh@gmail.com

Abstract. The article deals with the relationship between self-trust and endurance in the context of psychologists' training. Having analyzed the relevant scientific literature, the author defines the concepts of vitality and endurance. Self-trust is a certain hypothetical construct that allows an individual to take a certain value position on himself/herself and the world and, based on this position, to build their own life strategy. Vitality and endurance provide an individual with internal psychological security, which determines his/her normative activity. Vitality, which implies resistance to complex external influences, develops over the course of a person's life. Endurance is understood as a specific trait of a person, which improves his/her performance, success, adaptation, and stress resistance. Studying for a university degree in psychology, which is characterized with academic and informational overload, is a kind of the so-called "extreme conditions" in which students should develop their self-trust and confidence in their own powers to become self-actualized professionals. In previous research, the author has identified the most important intrinsic personal correlates of future psychologists' self-trust: self-efficacy, persistence, locus of control, adaptation, overcoming, and spirituality. Future psychologists' self-trust, which develops during a university course, is impossible without their full involvement in the educational process and their willingness to study without a guaranteed future

success, sometimes at their own risk. In this context, the author has supplemented the internal personal resources needed for the development of future psychologists' self-trust during a university course with the following key components of personal endurance: inclusion, control and risk taking.

Keywords: self-trust; vitality; endurance; life; inclusion; control; risk taking; future psychologists

ВЗАИМОСВЯЗЬ САМОДОВЕРИЯ И ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ В КОНТЕКСТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ ПСИХОЛОГОВ

Шевченко Светлана Викторовна,

кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии и личностного развития
Учебно-научного института менеджмента и психологии
ГЗВО «Университет менеджмента образования».
Киев, Украина.
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-7940-6593>
svetigor.svh@gmail.com

Аннотация. В статье рассмотрена проблема взаимосвязи самодоверия и жизнестойкости в контексте профессиональной подготовки будущих психологов. На основе теоретического анализа научных исследований определено содержание понятий жизнеспособность и жизнестойкость. Определено, что самодоверие выступает как некий гипотетический конструкт, который позволяет человеку занять определенную ценностную позицию по отношению к самому себе, к миру и, исходя из этой позиции, строить собственную стратегию жизнедеятельности. Жизнеспособность и жизнестойкость обеспечивают внутреннюю психологическую безопасность человека, обуславливая его нормативную жизнедеятельность. Жизнеспособность предполагает невосприимчивость к сложным внешним воздействиям, она появляется и развивается в течение жизни человека. Жизнестойкость понимается как специфическая, индивидуальная черта характера человека, и может быть отнесена к области повышения результативности, успешности, адаптации личности, преодоление стресса в связи с тяжелыми жизненными обстоятельствами. Учебную деятельность при овладении профессией психолога с ее академической и информационной нагрузкой можно отнести к так называемым «экстремальным условиям», причем в таких условиях должен происходить рост

самодоверія личности и ее уверенности в собственных силах для реализации себя в будущей профессии. В предыдущих исследованиях нами выделены наиболее важные внутриличностные корреляты доверия к себе у будущих психологов: самооффективность, настойчивость, локус контроля, адаптация и преодоление, духовность. Самодоверие будущего психолога, которое развивается на этапе обучения, невозможно без полной включенности в учебно-воспитательный процесс, готовности действовать при отсутствии надежных гарантий успеха, иногда на свой страх и риск. В контексте этого, дополнены внутренние индивидуальные ресурсы для развития самодоверия будущих психологов в процессе профессиональной подготовки путем пополнения ключевыми составляющими жизнестойкости личности: включенностью, контролем и принятием рисков.

Ключевые слова: самодоверие; жизнеспособность; жизнестойкость; жизнедеятельность; включенность; контроль; принятие рисков; будущие психологи;

REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] I. Arnold Goldberg, «Progress in Self Psychology», [Electronic resource], Pluralism in Self Psychology, Vol. 15. 2014. Available: <https://www.crcpress.com/Progress-in-Self-Psychology-V-15-Pluralism-in-Self-Psychology/Goldberg/p/book/9781138005525>
- [2] Keith Lehrer, Self-Trust: A Study of Reason, Knowledge, and Autonomy. [Electronic resource]. 1st Edition, Kindle Edition. Clarendon Press, 1997. Available: <https://it.b-ok2.org/book/1045027/7bfd3a>
- [3] T. P. Skripkina, «Doverie k sebe kak uslovie razvitiya lichnosti», Voprosy psihologii, № 1, s. 95–103, 2002.
- [4] S. V. Shevchenko, «Psykhologichni osoblyvosti rozvytku doviry do sebe u maibutnikh psykhologiv», dys. kand. nauk, In-t psykhologii im. H. S. Kostiuka Nats. akademii ped. nauk Ukrainy. Kyiv, Ukraina, 2018, 260 s.
- [5] E. F. Zeer «Social'no-psihologicheskie aspekty razvitiya zhiznesposobnosti i formirovaniya zhiznestojkosti cheloveka», [Elektronnyj resurs], Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii, № 8, s. 69–76, 2015. Dostupno: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialno-psihologicheskie-aspekty-razvitiya-zhiznesposobnosti-i-formirovaniya-zhiznestojkosti-cheloveka>
- [6] N. V. Zakernichnaya «Teoreticheskoe osmyslenie ponyatiya zhiznestojkosti v otechestvennyh i zarubezhnyh issledovaniyah», Uchenye zapiski Zabajkal'skogo gos. un-ta, T. 11, № 5, s. 61–66, 2016.

- [7] E. I. Rasskazova «Dinamika smysla v processe sovladaniya s trevogoj», Problema smysla v naukah o cheloveke (k 100-letiyu Viktora Frankla), na Mezhdunar. konf., D. A. Leont'ev, Red. Moskva, Rossiya: Smysl, 2005, s. 175–189.
- [8] D. R. Evan, J. R. Pellizzari, B. J. Culbert, M. E. Metzen, «Personality, marital, and occupational factors associated with quality of life», Journal of Clinical Psychology, Vol. 49, No. 4, p. 377–475, 1993.
- [9] G. I. Borisov, A. A. Pecherkina, «ZHiznesposobnost' kak uslovie professional'nogo razvitiya lichnosti», Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii, № 11, s. 72–75, 2015.
- [10] A. V. Mahnach, A. I. Laktionova, «ZHiznesposobnost' podrostka: ponyatie i koncepciya», Psihologiya adaptacii i social'naya sreda: sovremennye podhody, problemy, perspektivy. Moskva, Rossiya, 2007, s. 290–312.
- [11] S. R. Maddi, D. M. Khoshaba, «Hardiness and Mental Health», Journal of Personality Assessment, Vol. 63, n 2, pp. 265–274, 1994.
- [12] N. V. Zakernichnaya «Teoreticheskoe osmyslenie ponyatiya zhiznestojkosti v otechestvennyh i zarubezhnyh issledovaniyah», Uchenye zapiski Zabajkal'skogo gos. un-ta, T. 11, № 5, s. 63, 2016.
- [13] O. S. Sovetova, «Innovativnye dispozicii lichnosti, ih vzaimosvyaz' i vliyanie na otnoshenie k social'nym izmeneniyam», dis. kand. nauk. Sankt-Peterburg, Rossiya, 1991, 188 s.
- [14] I. M. Bila «Indyvidualni osoblyvosti sprymannia, yikh rol u konstruiuvanni realnosti», Aktualni problemy psykholohii: zb. nauk. prats, Psykholohiia tvorchosti, T. XII, vyp. 15, s. 62–68, 2012.
- [15] S. V. Shevchenko, «Teoretychna model rozvytku doviry do sebe u maibutnikh psykholohiv», Aktualni problemy psykholohii: zb. nauk. prats, Orhanizatsiina psykholohiia. Ekonomichna psykholohiia. Sotsialna psykholohiia, T. 1, vyp. 45, s. 150–156, 2016.
- [16] O. Chykhantsova, «Zhyttiistykist ta yii zviazok iz tsinnostiamy osobystosti», Problemy suchasnoi psykholohii, Vyp. 42, s. 211–231, 2018.
- [17] A. I. Vatolina «Osobennosti vzaimosvyazi doveriya k sebe, zhiznestojkosti i samoorganizacii deyatel'nosti u innovacionno-orientirovannyh molodyh lyudej», Sibirskij psihologicheskij zhurnal, s. 45–47, 2019.