

Видавнича група «Наукові перспективи»

Громадська організація «Християнська академія педагогічних наук України»

Громадська організація «Всеукраїнська асоціація педагогів і психологів з духовно-морального виховання»



за сприяння громадської наукової організації «Всеукраїнська Асамблея докторів наук з державного управління»

«Перспективи та інновації науки»

(Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)

Випуск № 5(5) 2021

Київ – 2021

Publishing Group «Scientific Perspectives»

Public organization "Christian Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine"

**Public organization "All-Ukrainian Association of Teachers and Psychologists of
Spiritual and Moral Education"**



*with the assistance of the public scientific organization "Ukrainian Assembly of Doctors of
Sciences in Public Administration"*

"Prospects and innovations of science"

(Series "Pedagogy", Series "Psychology", Series "Medicine")

Issue № 5(5) 2021

Kiev – 2021

«Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»):
журнал. 2021. № 5(5) 2021. С. 902



**Згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 27.09.2021 № 1017 журналу
присвоєно категорію "Б" із психології та педагогіки**

**Рекомендовано до видавництва Президією громадської наукової організації «Всеукраїнська Асамблея
докторів наук з державного управління» (Рішення від 16.12.2021, № 3/12-21)**

Журнал видається за активної підтримки КНП "Клінічна лікарня №15 Подільського району м. Києва"

Журнал заснований з метою розвитку вітчизняного наукового потенціалу та реалізації кращих традицій науки в Україні та за кордоном.
Журнал висвітлює історію, теорію, механізми формування та функціонування, а також, інноваційні питання розвитку психології, педагогіки та
медицини. Видання розраховано на дослідників, викладачів вищих навчальних закладів, аспірантів, магістрів, фахівців-практиків.



Журнал введено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus (IC), до
міжнародної наукометричної бази даних Research Bible, до міжнародної пошукової
системи Google Scholar.

Голова редакційної колегії:

**Жукова Ірина
Віталіївна**

кандидат наук з державного управління, доцент, проректор з наукової роботи ПВНЗ
Університет Новітніх Технологій, виконавчий директор президії громадської наукової
організації «Всеукраїнська асамблея докторів наук з державного управління» (Київ,
Україна)

Головний редактор: Чернуха Надія Миколаївна — доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри
соціальної реабілітації та соціальної педагогіки Київського національного університету імені Тараса Шевченка (Київ,
Україна).

Заступник головного редактора: Сіданіч Ірина Леонідівна — доктор педагогічних наук, професор, завідувач
кафедри педагогіки, адміністрування і спеціальної освіти (Київ, Україна);

Заступник головного редактора: Жуківський Василь Миколайович — доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри англійської мови Національного університету "Острозька академія" (Рівне, Україна).

Редаційна колегія:

- **Бахов Іван Степанович** — доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри іноземної філології та перекладу Міжрегіональної Академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Балахтар Катерина Сергіївна** — здобувач ступеня доктора філософії (PhD) за спеціальністю 053. Психологія, старший викладач кафедри іноземних мов в Національному університеті ім. О. О. Богомольця (Київ, Україна)
- **Біляковська Ольга Орестівна** – доктор педагогічних наук, професор кафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи Львівського національного університету імені Івана Франка (м. Львів, Україна)
- **Васильєв Авер'ян Григорійович** — доктор філософії (з медицини) PhD, медичний директор країни Перської затоки, GlaxoSmithKline (Дубай, ОАЕ)
- **Вергун Андрій Романович** – доктор медичних наук, доцент кафедри сімейної медицини, лікар-хірург вищої категорії, антиплагіативний експерт, старший інспектор наукового відділу, відповідальний за виявлення плагіату в наукових і навчально-методичних працях Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького (Львів, Україна)
- **Вовк Вікторія Миколаївна** — кандидат економічних наук, доцент кафедри економіки Державного університету ім. Станіслава Станіслава в Піль (м. Піль, Польща)
- **Гвоздзяк Сильвія** — кандидат наук, Державна професійна вища школа ім. Якуба з Парадижу в Гожуві-Великопольському (Польща)
- **Головач Наталія Василівна** — кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри управління персоналом та економіки праці Міжрегіональної Академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Гудзенко Ганна Володимирівна** — кандидат медичних наук, асистент кафедри неврології Національного медичного університету імені О.О. Богомольця (Київ, Україна)
- **Гуменникова Тамара Рудольфівна** — доктор педагогічних наук, професор, директор Придніпурської філії Міжрегіональної Академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Долгова Олена Миколаївна** — кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри авіаційної психології Національного авіаційного університету (Київ, Україна)
- **Дреніцька Оксана Остапівна** — доктор медичних наук, доцент, професор кафедри медичної психології Міжрегіональної Академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Журавльова Лариса Петрівна** — доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Поліського національного університету (Житомир, Україна)
- **Звячківська Оксана Василівна** — кандидат економічних наук, доцент кафедри фінансів та економічної безпеки Національного університету водного господарства та природокористування (Рівне, Україна)

- **Іжжисвська Лєся Анатоліївна** — кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України (Київ, Україна)
- **Ічанська Олена Михайлівна** — кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри авіаційної психології Національного авіаційного університету (Київ, Україна)
- **Кардаш Оксана Любомирівна** — кандидат економічних наук, доцент кафедри комп'ютерних технологій та економічної кібернетики Навчально-наукового інституту автоматизації, кібернетики та обчислювальної техніки Національного університету водного господарства та природокористування (м. Рівне, Україна)
- **Коваленко Олена Михайлівна** — кандидат педагогічних наук, провідний науковий співробітник відділу профільного навчання Інституту педагогіки НАПН України (Київ, Україна)
- **Ковальчук Анна Сергіївна** - здобувач ступеня доктора філософії (PhD) за спеціальністю 053. Психологія Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України (Київ, Україна)
- **Коломось Андрій Володимирович** — кандидат медичних наук, директор «Медсервісгруп» (Київ, Україна)
- **Колпаденко Ніна Володимирівна** — доктор медичних наук, доцент, завідувач кафедри медичної психології Міжрегіональної академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Корнієнко Петро Сергійович** — доктор юридичних наук, доцент, адвокат, заступник першого проректора по роботі з коледжами, професор кафедри філософії та соціально-гуманітарних дисциплін Національної академії статистики, обліку та аудиту (Київ, Україна)
- **Кравчук Володимир Миколайович** — доктор юридичних наук, доцент, доцент кафедри конституційного, адміністративного та міжнародного права Волинського національного університету імені Лесі Українки (Луцьк, Україна)
- **Лігоцький Анатолій Олександрович** — доктор педагогічних наук, професор (Київ, Україна)
- **Лич (Назарук) Оксана Миколаївна** — кандидат психологічних наук, доцент, член-кореспондент української академії акмеології, член громадської спілки «Національна психологічна асоціація», доцент кафедри авіаційної психології Національного авіаційного університету (Київ, Україна)
- **Макаренко Олександр Миколайович** — доктор медичних наук, професор, академік Міжнародної академії освіти та науки, професор кафедри загальномедичних дисциплін Міжрегіональної Академії управління персоналом (Київ, Україна)
- **Мальцев Дмитро Валерійович** — кандидат медичних наук, завідувач лабораторії імунології і молекулярної біології Національного медичного університету імені О.О. Богомольця (Київ, Україна)
- **Марушева Олександра Анатоліївна** — доктор наук з державного управління, доцент, завідувач кафедри публічного управління та інформаційного менеджменту ПВНЗ Університет Новітніх Технологій (м. Київ, Україна)
- **Мельник Володимир Степанович** — доктор медичних наук, професор кафедри неврології Національного медичного університету імені О.О. Богомольця, декан медичного факультету №1 (Київ, Україна)
- **Мідельський Сергій Людвігович** – професор, Академік, Президент Регіональної Академії Менеджменту (Казахстан)
- **Міхальський Томаш** — доктор наук, доцент кафедри географії регіонального розвитку Гданського університету (Польща)
- **Миргород-Карпова Валерія Валеріївна** - кандидат юридичних наук, заступник директора з наукової роботи, старший викладач кафедри адміністративного, господарського права та фінансово-економічної безпеки Сумського державного університету (Суми, Україна)
- **Михальчук Василь Миколайович** — доктор медичних наук, професор, Заслужений працівник охорони здоров'я України, завідувач кафедри управління охороною здоров'я та публічного адміністрування Національного університету охорони здоров'я України імені П.Л.Шупика (Київ, Україна)
- **Нікульчев Микола Олександрович** – доктор богословських наук, кандидат філософських наук, професор, доцент кафедри історії та права ДВНЗ «Донецький національний технічний університет» (Покровськ, Донецька область, Україна)
- **Помиткін Едуард Олександрович** — доктор психологічних наук, професор, провідний науковий співробітник Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Язюна НАПН України (Київ, Україна)
- **Помиткіна Любов Віталіївна** — доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри авіаційної психології Національного авіаційного університету (Київ, Україна)
- **Приходькіна Наталія Олексіївна** — доктор педагогічних наук, професор кафедри педагогіки, адміністрування і спеціальної освіти Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України (Київ, Україна)
- **Радіховська Наталія Станіславівна** — кандидат медичних наук, лікар вищої категорії, завідувач відділенням неврології КНП "Клінічна лікарня №15 Подільського району м. Києва", асистент кафедри неврології НМУ імені О.О. Богомольця (Київ, Україна)
- **Стовбан Микола Петрович** — кандидат медичних наук, доцент кафедри фтизіатрії і пульмонології з курсом професійних хвороб, заступник генерального директора комунального некомерційного підприємства "Івано-Франківська обласна клінічна інфекційна лікарня Івано-Франківської Обласної Ради" (Івано-Франківськ, Україна)
- **Трушкіна Наталія Валеріївна** — кандидат економічних наук, член-кореспондент Академії економічних наук України, дійсний член Центру українсько-європейського наукового співробітництва, старший науковий співробітник відділу проблем регуляторної політики та розвитку підприємництва, Інститут економіки промисловості НАН України (Київ, Україна)
- **Турчинова Ганна Володимирівна** — кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету природничо-географічної освіти та екології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (Київ, Україна)
- **Хохліна Олена Петрівна** — доктор психологічних наук, професор, професор кафедри авіаційної психології Національного авіаційного університету (Київ, Україна)
- **Цимбалюк Руслан Степанович** — кандидат медичних наук, доцент кафедри загальної хірургії № 1 Національного медичного університету імені О.О. Богомольця, декан медичного факультету №2 (Київ, Україна)
- **Чаусова Тетяна Володимирівна** — кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та особистісного розвитку Навчально-наукового інституту менеджменту та психології ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України (Київ, Україна)
- **Чумак Оксана Володимирівна** — доктор економічних наук, доцент, науковий співробітник відділу статистики і аналітики вищої освіти Державної наукової установи «Інститут освітньої аналітики», (Київ, Україна)
- **Яковичська Лада Савеліївна** — доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри авіаційної психології Національного авіаційного університету (Київ, Україна)

Вовченко О.А. <i>«ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА ПРОЦЕСИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ»</i>	747
Гуцуляк О.П. <i>ЗВ'ЯЗОК ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ З САМООЦІНКОЮ ТА ЇХ ВІДОБРАЖЕННЯ В ПРОФЕСІЙНОМУ САМОВИЗНАЧЕННІ У ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ</i>	760
Клібайс Т.В., Старинська Н.В., Красва О.А. <i>ДО ПРОБЛЕМИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЯК СКЛАДОВИХ РЕСУРСНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ</i>	772
Кухарчук Н.П. <i>ВПЛИВ ЕКОНОМІЧНО-СОЦІАЛЬНИХ ЧИННИКІВ НА СТАВЛЕННЯ ДО ОДРУЖЕННЯ У ЖІНОК В ПЕРІОД РАННЬОЇ ДОРОСЛОСТІ</i>	780
Мілорадова Н.Е., Пашко Н.О. <i>ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ</i>	792
Пономаренко Я.С. <i>САМОРЕАЛІЗАЦІЯ У КОНТЕКСТІ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ З РІЗНИМ РІВНЕМ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ЗДІЙСНЕННОСТІ</i>	803
Синишина В.М. <i>РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ ДЕБРИФІНГУ</i>	814
Фоменко К.І., Мазурова Г.О. <i>МІСЬКА ІДЕНТИЧНІСТЬ ТА ЗАДОВОЛЕННЯ БАЗИСНИХ ЦІННОСТЕЙ У МЕГАПОЛІСІ</i>	827
Цегельник Т.М., Глоба Л.Г., Чусова О.М. <i>ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ТА СОЦІАЛЬНИХ ПРАЦІВНИКІВ ДО РОБОТИ З ЛЮДЬМИ З ІНВАЛІДНІСТЮ</i>	837
Щербакова І.М., Дудко К.І. <i>ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ СПІВРОБІТНИКІВ ДЕВЕЛОПЕРСЬКОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ</i>	849

УДК 159.923

Клібайс Тетяна Володимирівна, доцент, Київський університет імені Бориса Грінченка, Україна, 04053, м. Київ, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, тел.+38 (068) 434 22 43, e-mail: t.klibais@kubg.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-4735-4637>

Старинська Наталія Володимирівна, доцент, Київський університет імені Бориса Грінченка, Україна, 04053, м. Київ, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, тел.+38 (050) 108 65 74, e-mail: n.starynska@kubg.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-4635-8740>

Красва Оксана Анатоліївна, доцент, Київський університет імені Бориса Грінченка, Україна, 04053, м. Київ, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, тел.+38 (096) 081 85 53, e-mail: o.kraieva@kubg.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0001-9681-9966>

Klibais Tetiana Volodymyrivna, Associate Professor, Borys Grinchenko Kyiv University, Ukraine, 04053, Kyiv, street Bulvarno-Kudryavska, 18/2, +38 (068) 434 22 43, e-mail: t.klibais@kubg.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-4735-4637>

Starynska Natalia Volodymyrivna, Associate Professor, Borys Grinchenko Kyiv University, Ukraine, 04053, Kyiv, street Bulvarno-Kudryavska, 18/2, +38 (050) 108 65 74, e-mail: n.starynska@kubg.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-4635-8740>

Kraieva Oksana Anatoliivna, Associate Professor, Borys Grinchenko Kyiv University, Ukraine, 04053, Kyiv, street Bulvarno-Kudryavska, 18/2, +38 (096) 081 85 53, e-mail: o.kraieva@kubg.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0001-9681-9966>

ДО ПРОБЛЕМИ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЯК СКЛАДОВИХ РЕСУРСНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ

Анотація. Стаття присвячена теоретичному аналізу досліджень проблеми складових ресурсного потенціалу особистості. В ній уточнені поняття ресурсного потенціалу та його складових. Виділені когнітивні, афективно-ціннісні та поведінкові складові.

Ресурсний потенціал розглядається як сукупність якостей особистості, особлива інтегральна якість, яка виконує функцію “реалізації” суб'єкта.

В статті розкриті погляди вчених на роль життєстійкості, самоактуалізації та здатності використовувати ресурси в залежності від потреб та цінностей суб'єкта як ресурсного потенціалу особистості. Втрата ресурсів є первинним чинником, що запускає стресову реакцію. Але реакція суб'єкта на ситуацію зумовлена тим, як він її сприймає. Зокрема життєстійкість як система настановлень та інтегративна властивість

особистості, характеризує її здатність успішно протистояти життєвим проблемам і труднощам. Настанови контролю ситуації, прийняття виклику, включеності в потік життя дають можливість особистості ефективно діяти в різних ситуаціях.

Самоактуалізація вивчається як головний мотив людини, фундаментальний аспект людської природи, що спонукає її рухатися до більшої конгруентності й до більш реалістичного функціонування. Авторами статті визначені напрямки подальших досліджень проблеми життєстійкості та самореалізації як складових ресурсного потенціалу особистості: вивчення особливостей взаємодії когнітивних, ціннісно-афективних та поведінкових складових ресурсного потенціалу. Перешкодою розвитку життєстійкості та самоактуалізації є негативний вплив минулого досвіду, ірраціональна поведінка; груповий тиск; внутрішній психологічний захист та відступ від реальності. Процес самоактуалізації відбувається через етапи кристалізації особистісної сутності, розкриття власної внутрішньої сутності (прояв якостей індивідуальності), опрідметнення сутнісних сил, тобто активну зовнішню діяльність. Одночасно особистість набуває психологічні ресурси та розвиває свій ресурсний потенціал.

Ключові слова: ресурсний потенціал, особистість, індивідуальність, життєстійкість, самоактуалізація, подолання стресу, настановлення.

TO THE PROBLEM OF SUSTAINABILITY AND SELF- ACTUALIZATION AS COMPONENTS OF RESOURCE POTENTIAL OF PERSONALITY

Abstract. The article is devoted to the theoretical analysis of researches of a problem of components of resource potential of the person. It clarifies the concept of resource potential and its components. Cognitive, affective-value and behavioral components are distinguished.

Resource potential is considered as a set of personality qualities, a special integral quality that performs the function of "realization" of the subject.

The article reveals the views of scientists on the role of vitality, self-actualization and the ability to use resources depending on the needs and values of the subject as a resource potential of the individual. Loss of resources is the primary factor that triggers a stress response. But the subject's reaction to the situation is determined by how he perceives it. In particular, vitality as a system of attitudes and integrative property of the individual, characterizes his ability to successfully withstand life's problems and difficulties. Guidelines for controlling the situation, accepting the challenge, inclusion in the flow of life allow the individual to act effectively in different situations.

Self-actualization is studied as the main motive of man, a fundamental aspect of human nature, which encourages him to move towards greater congruence and more realistic functioning. The authors of the article identify areas for further research on the problem of vitality and self-realization as components of the resource potential of the individual: the study of the interaction of cognitive,

value-affective and behavioral components of the resource potential. An obstacle to the development of vitality and self-actualization is the negative impact of past experience, irrational behavior; group pressure; internal psychological protection and deviation from reality. The process of self-actualization occurs through the stages of crystallization of the personal essence, the disclosure of one's own inner essence (manifestation of the qualities of individuality), the objectification of essential forces, ie active external activity. At the same time, the individual acquires psychological resources and develops its resource potential.

Keywords: resource potential, personality, individuality, vitality, self-actualization, overcoming stress, attitude.

Постановка проблеми. Швидкі соціальні та політичні зміни в сучасному суспільстві, складна епідеміологічна ситуація, що скоротила можливість активної соціальної взаємодії, ставлять нові вимоги до здатності особи не просто адаптуватися, виживати, а й змінюватися, реалізовувати власні здібності, досягати поставлених цілей. Саме наявність якості «hardiness» або «життестійкості» є тим ресурсним потенціалом, який дає можливість не тільки протидіяти стресу, а й самоактуалізуватися в складних життєвих обставинах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасних дослідженнях питанню ресурсів приділяють особливу увагу. Поняття «ресурсний потенціал» використовується в різних галузях науки від економіки до психології та соціології.

Ресурсний потенціал особистості визначають як сукупність якостей суб'єкта чи особливу інтегральну якість, яка виконує функцію “реалізації” суб'єкта, тобто визначає та забезпечує ефективність здійснення ним у даних об'єктивних умовах усіх видів життєдіяльності. Складовими ресурсного потенціалу вважають проактивні копінг-стратегії (Т.С. Пилишвили, Исмаил Аль Масри), особистісний адаптаційний потенціал (А.Г. Маклаков), особистісний потенціал або якість «hardiness» (О.Д. Леонт'єв, С. Мадді), здатність до життєконструювання та життєстійкості (Т.М. Титаренко), фізичний розвиток (С.О. Хазова, Г.В. Лях, Є. Г. Плотніков, Л.В. Куліков), здатність до контролю ситуації, її зміни та зміни себе, активність, мотивацію подолання стресу, когнітивні ресурси (Л.В. Куліков) тощо. Не зважаючи на підвищений інтерес до проблеми ресурсності особистості, в дослідженнях представлено широкий набір якостей, які вважаються складовими ресурсного потенціалу, але його структура залишається допоки не визначеною.

Отже, **метою статті** є здійснення аналізу складових ресурсного потенціалу особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Враховуючи вищезгадані дослідження до складу ресурсного потенціалу особистості входять: когнітивні, поведінкові та ціннісно-афективні складові.

З метою аналізу складових ресурсного потенціалу особистості та подальшого визначення його структури почнемо з вивчення життєстійкості,

здатності до самоактуалізації та подолання стресу як основних складових ресурсного потенціалу особистості.

Саме життєстійкість вважають системою переконань про себе, світ, відносини зі світом, що пов'язана з можливістю подолання різних стресів, підтримкою високого рівня фізичного й психологічного здоров'я, а також з оптимізмом, самоактуалізацією, суб'єктивною задоволеністю власним життям [3].

В межах ресурсної концепції стресу С. Хобфолла втрата ресурсів визначається як первинний чинник запуску стресових реакцій. Натомість, здатність до збереження та перерозподілу ресурсів в залежності від власних переконань та цінностей, згідно його думки, надає змогу суб'єкту пом'якшити вплив стресогенних факторів [3]. Дослідник розуміє ресурси як дещо значиме для людини, що допомагає їй адаптуватися до життєвих обставин та труднощів.

Дефініція ресурс розуміється як певний запас життєвих можливостей, які можуть бути використані суб'єктом як джерело розвитку особистості, здійснення самореалізації та реалізації в діяльності, вибору життєвих стратегій, варіантів життя тощо... [5]. Психологічним ресурсом є будь-яке заняття або дія, що приносить психологічне задоволення й одночасно є джерелом сили, енергії, сприяє мотивації, задля досягнення поставлених цілей, виконання професійних і життєвих задач, під час переживання стресу, кризових ситуацій, ситуацій адаптації [5].

С. Мадді розглядає життєстійкість як систему настановлень, що дозволяють суб'єкту активно протидіяти негативній ситуації. Це настанови включеності, контролю ситуації та прийняття виклику (сприйняття складної ситуації як завдання, яке потрібно вирішити). Включеність дає змогу бути в потоці, досягати цілей незважаючи на зовнішні та внутрішні перепони. Почуття контролю ситуації – надає здатність приймати рішення, звертатися за необхідною допомогою, використовувати ефективні копінг-стратегії в будь-яких обставинах. Здатність до прийняття виклику мотивує до активності, самоактуалізації через проходження стресових ситуацій, прийняття обставин, своїх почуттів стосовно них.

Близькі до поняття життєстійкості такі дефініції, як «мужність бути» П. Тілліха, «конструювання власного життя» Т.М. Титаренко, особистісний потенціал Д.О. Леонтьєва [7, 13, 14]. За П. Тілліхом «мужність бути – це мужність ствердити власну розумну природу всупереч усьому випадковому, що є людині», мужність бути собою – ця якість є основою життєстійкості, дає можливість конструювання та творення власного життя [13, С. 7].

Проявом життєстійкості виступає активність, завдяки якій особа приймає рішення, що спонукає її до розвитку, або ж утримує у минулому, призводячи до застою чи регресу.

Настановлення особистості, з яких складається і життєстійкість, опосередковують взаємодію суб'єкта та ситуації, через образ ситуації, який людина будує визначаючи її поведінку [4].

Таким чином, життєстійкість виступає інтегративною властивістю особистості, яка характеризує її здатність витримувати всі складнощі життя та успішно протистояти життєвим проблемам і труднощам. Життєстійка людина здатна в сучасних умовах вирішувати професійні задачі, орієнтуючись на цінності саморозвитку, самореалізації та самоактуалізації.

Наступним поняттям є «самоактуалізація» як одне з центральних у гуманістичній психології, яка обрала предметом свого вивчення людину в її цілісності згідно таких специфічних проявів, як розвиток і самоактуалізація особистості, її цінності та смисли, творчість, воля, відповідальність, автономія, переживання світу, міжособистісне спілкування тощо (А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт, В. Франкл та ін.) [12]. Переживання людиною світу і себе у світі розглядають у гуманістичній психології як психологічну реальність, а світ у цілому розуміють як дійсність, набуту суб'єктом, осмислену з огляду на переживання та цінності. Сама сутність людини постійно спрямовує її до особистісного зростання, творчості й самодостатності.

Самоактуалізація як максимальний рівень розвитку потенцій, є, за А. Маслоу, передумовою життєдіяльності людини на рівні Буття. Людина, що живе на рівні Буття, завжди має якесь покликання, і праця, спрямована на його здійснення, є достатнім мотивом і винагородою. Такі люди міцно ідентифікуються зі своїм покликанням і описують його в термінах вищих цінностей: досягнення досконалості, розкриття істини, утвердження справедливості тощо. Поняття «самоактуалізовані люди» описує не індивідів, а ідеальну межу, до якої вони наближаються. Самоактуалізовані люди теж мають свої недоліки, вони можуть помилятися; у них є свої проблеми, але це реальні проблеми буття, що якісно відрізняються від невротичних псевдопроблем незрілої особистості [12].

У концепції К. Юнга кінцева життєва мета – це повна реалізація Я, становлення єдиного, неповторного, цілісного індивіда. Згідно з поглядами А. Адлера, в основі розвитку людини лежить почуття власної неповноцінності, яке породжує в ній прагнення до переваги, щоб досягти досконалості, повноти та цілісності в житті, тобто максимально себе реалізувати [9]. Так, К. Роджерс зазначає, що самоактуалізація сприяє розвитку індивіда в напрямку все більшої складності, самодостатності, зрілості та компетентності. Передбачається, що в кожній людині є прагнення ставати компетентним настільки, наскільки це можливо для неї біологічно [10]. Самоактуалізація – це головний мотив людини, фундаментальний аспект людської природи, що спонукає її рухатися до більшої конгруентності й до більш реалістичного функціонування і є основним джерелом життя. Крім цього, самоактуалізація – це прагнення стати собою, справжнім, автентичним і цілісним [11].

На думку В.А. Гупаловської, особистість для досягнення самоактуалізації проходить такі етапи: кристалізацію особистісної сутності індивіда, розкриття власної внутрішньої сутності, опредметнення сутнісних сил. Автор підкреслює, що, вищезазначені процеси не завжди відбуваються

точно в зазначеній послідовності, а часто одночасно, паралельно, взаємно доповнюють один одного [2].

Р. Мейю належить перелік ознак стійкості особистості до екстремальних впливів. Складові «стійкої особистості»: свобода особистості; індивідуальність (уміння прийняти і бути самим собою); соціальна інтегрованість (вміння пристосовуватися до суспільства); духовність людини (здатність до трансцендентності, виходу за межі власного Я) [8].

Соціальна інтегрованість в розумінні Р. Мея, на наш погляд, близька за визначенням до соціально-психологічної адаптації та життестійкості особистості. Успішне пристосування до оточення не означає відмову від індивідуальності. Навпаки, чим більш людина соціально інтегрована до соціуму, тим їй легше реалізувати свою неповторну індивідуальність, вона має більше можливостей проявити себе.

Узагальнюючи риси самоактуалізованої особистості, С. Мадді та Р. Нельсон-Джоус виділили такі: відкритість досвіду, що містить емоційність і рефлексію; буття «тут і тепер», що охоплює рухливість, адаптивність, спонтанність; індуктивне мислення; віра в організмичний процес; воля в житті (почуття волі та контролю над життям); творчість. Р. Нельсон-Джоус додає до них ще самоповагу, здатність до встановлення і підтримання гарних особистих стосунків, етичний спосіб життя [12].

В якості чинників, що перешкоджають самоактуалізації, А. Маслоу розглядає негативний вплив минулого досвіду й звички як його результат, які змушують людину дотримуватися непродуктивної поведінки; соціальні впливи й груповий тиск; внутрішні захисти.

На думку Т.С. Яценко, «захисні» тенденції «Я» породжують внутрішні суперечності, що актуалізують ірраціональну поведінку, відступ від реальності. Розуміння власних захисних тенденцій, усвідомлення відступів від реальності під впливом хворобливих точок «Я» призводить до відкоригованості, яка передбачає під час роботи над собою набуття здатності до інтеграції уваги та самоаналізу як аналізу проблем інших людей, гуманістичної налаштованості, спроможності до самоактуалізації [15].

Згідно О.О. Бодалева можливість самоактуалізації особистості розуміється як постійний саморозвиток; вміння планувати й здійснювати вчинки, відповідні загальнолюдським цінностям; мобілізацію себе на подолання труднощів; об'єктивне оцінювання своїх сильних і слабких сторін, рівня своєї готовності до нових, більш складних дій і вчинків [1]. Життестійкі люди орієнтовані на майбутнє, мають адекватну самооцінку і здатні планувати свої дії для досягнення цілей самоактуалізації. Життестійкість створює основу для саморозвитку, самореалізації та самоактуалізації.

Висновки. В результаті теоретичного аналізу досліджень ресурсного потенціалу особистості виявлено когнітивні, поведінкові та ціннісно-афективні його складові. Визначено, що настановлення особистості опосередковують взаємодію суб'єкта та ситуації, визначаючи її поведінку, через образ ситуації, який будується. Життестійкість, самореалізація та особливості подолання стресу є ключовими факторами, що визначають

ціннісно-афективні та поведінкові складові ресурсного потенціалу особистості. Перспектива подальшого дослідження буде спрямована на вивчення особливостей взаємодії когнітивних, ціннісно-афективних та поведінкових складових ресурсного потенціалу.

Література:

1. Бодалев А.А. Как становятся великими или выдающимися? / А.А. Бодалев, Л.А. Рудкевич. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. – 287 с.
2. Гупаловська В.А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». – К., 2005. – 25 с.
3. Калашникова С.А. Личностные ресурсы как интегральная характеристика личности / С. А. Калашникова. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2011. № 8(31). – Т.2. – С.84-87. – режим доступу: <https://moluch.ru/archive/31/3534/>
4. Клібайс Т.В. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2021. Випуск 10. С. 91–96 // Visnyk of the Lviv University. Series Psychological sciences. Issue 10. P. 91–96.
5. Косова А.В., Краєва О.А. До проблеми психологічної ресурсності вихователів ЗДО під час COVID-19 / Психологічні ресурси особистості під час пандемії COVID-19 (Psychological resources protect well-being during the COVID-19 pandemic) [збірник тез міжнародної науково-практичної конференції]. Відп. ред. В.Л. Зливков; укладачі С.О. Лукомська, Н.А. Харченко, О.В. Котух. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – К. 2021. – С. 37-41.
6. Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці [Текст]: монографія / С. Б. Кузікова ; Сум. держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. – Суми: МакДен, 2012. – 410 с.
7. Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – 680 с.
8. Мэй Р. Искусство психологического консультирования: пер. с англ. / Р. Мэй. – М.: Независимая фирма “Класс”, 1994. – 132 с.
9. Путилова О. В., Виндекер О. С., Лиходед А. А. Возрастные особенности самоактуализации и жизнестойкости у женщин // [електронний ресурс]: режим доступу: <https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/58275/1/iurp-2018-171-12.pdf>
10. Роджерс К. Искусство консультирования и терапии. – М.: Апрель Пресс, Изд-во Эксмо, 2002. – 976 с.
11. Роджерс К. Несколько важных открытий // Вестник МГУ. Сер. 14, Психология. – 1990. – № 2. – С. 58–65.
12. Старинська Н.В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. – К.: видавництво «Інтерсервіс», 2015. - 180 с.
13. Тиллих П. Мужество быть. – М.: Модерн, 2011. – 240 с.

14. Титаренко Т.М. Особистісне самоконструювання: циклічно-поступальна динаміка / Т. М. Титаренко // Психологія і особистість. – 2013. – № 1(3). – С. 85–96.

15. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика: навч. посіб. / Т.С. Яценко. – К.: Вища шк., 2006. – 382 с.

References:

1. Bodalev, A.A. (2003). *Kak stanovyatsya velikimi ili vydayushchimisya? [How do they become great or outstanding?]*. М.: Izd-vo Instituta Psikhoterapii. [in Ukrainian].

2. Hupalovska, V.A. (2005). Profesiina samorealizatsiia yak chynnyk stanovlennia osobystosti zhinky. [Professional self-realization as a factor in the formation of a woman's personality]. *Extended abstract of candidate's thesis*. К. [in Ukrainian].

3. Kalashnikova, S.A. (2011). Lichnostnye resursy kak integralnaya kharakteristika lichnosti. [Personal resources as an integral characteristic of personality]. *Molodoy uchenyy - Young scientist*, 2(8(31)), 84-87. <https://moluch.ru/archive/31/3534/> [in Russian].

4. Klibais, T.V. (2021). [] *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriiia psykholohichni nauky - Visnyk of the Lviv University. Series Psychological sciences*, 10, 91–96. [in Ukrainian].

5. Kosova, A.V. & Krayeva O.A. (2020). Ekspertna ocinka psykologichnyx osoblyvostej socialnoyi, osobystisnoyi, diyalnisnoyi identychnosti doshkilnykiv. [Expert assessment of psychological features of social, personal, activ identity of preschool]. *Aktualni problemy psy`xologiyi. Zbirnyk naukovykh pracz Instytutu psykholohiyi imeni G.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny - Current problems of psychology. Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after GS Kostyuk NAPS of Ukraine*, 14 (4), 184-198 [in Ukrainian].

6. Kuzikova, S.B. (2012). *Psykholohichni osnovy stanovlennia subiekta samorozvytku v yunatskomu vitsi [Psychological bases of formation of the subject of self-development in adolescence]*. Sumy: MakDen. [in Ukrainian].

7. Leontev, D.A. (Eds.) (2011). *Lichnostnyy potentsial: struktura i diagnostika [Personal potential: structure and diagnosis]*. М.: Smysl [in Russian].

8. Mey, R. (1994). *Iskusstvo psykholohicheskogo konsultirovaniya [The art of psychological counseling]*. М.: Nezavisimaya firma "Klass". [in Russian].

9. Putilova, O.V., Vindeker, O.S. & Likhoded, A.A. *Vozrastnye osobennosti samoaktualizatsii i zhiznestoykosti u zhenshchin [Age features of self-actualization and vitality in women]*. Retrieved from <https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/58275/1/iurp-2018-171-12.pdf> [in Russian].

10. Rodzhers, K. (2002). *Iskusstvo konsultirovaniya i terapii. [The art of counseling and therapy]*. М.: Aprel Press, Izd-vo Eksmo. [in Russian].

11. Rodzhers, K. (1990). Neskolko vazhnykh otkrytiy [Several important discoveries]. *Vestnik MGU. Ser. 14, Psikhologiya - MSU Journal. Ser. 14, Psychology*, 2, 58–65. [in Russian].

12. Starynska, N.V. (2015). *Osoblyvosti samoaktualizatsii maibutnikh psykhologiv u protsesi profesiinoi pidhotovky. [Features of self-actualization of future psychologists in the process of professional training].* K.: vydavnytstvo «Interservis». [in Ukrainian].

13. Tillikh, P. (2011). *Muzhestvo byt. [Courage to be].* M.: Modern. [in Russian].

14. Tytarenko, T. M. (2013). Osobystisne samokonstruiuvannia: tsyklichno-postupalna dynamika [Personal self-construction: cyclic-translational dynamics] *Psykhologhiia i osobystist - Psychology and personality*, 1(3), 85–96. [in Ukrainian].

15. Yatsenko, T.S. (2006). *Osnovy hlybynnoi psikhokorektsii: fenomenolohiia, teoriia i praktyka. [Fundamentals of deep psychocorrection: phenomenology, theory and practice].* K.: Vyscha shk. [in Ukrainian].