

Предко В. В.

Доктор філософії в галузі психології,
Старший науковий співробітник
Український науково-методичний центр
практичної психології і соціальної роботи
м. Київ, Україна

РОЗВИТОК ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ЯК ПРОВІДНИЙ МЕХАНІЗМ ЗАДЛЯ ВНУТРІШНЬОГО ВІДНОВЛЕННЯ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ВОЄННИЙ ПЕРІОД

За останні два роки учасники освітнього процесу зіштовхнулися з низкою серйозних проблем, не встигнувши оговтатися від пандемія Covid-19, яка порушила повсякденне життя практично кожного, вони зазнали болючих втрат від нападу загарбників, значна частина людей була змушена покинути свої домівки, перервати навчальну діяльність та шукати порятунку від війни. У такі переломні моменти найактуальнішим питанням стає життєстійкість особистості, вміння та здатність долати життєві труднощі, знаходити у собі внутрішні ресурси для подолання складних життєвих ситуацій, можливості для збереження психологічного здоров'я, а також збільшення ефективних способів адаптивності.

Досі у психологічній науці немає єдиного бачення сутності поняття життєстійкості, оскільки значення його схоже з різними термінами, що в різний час вводяться в поняттєвий апарат психологічної науки та філософії: «життєздатність» (Б.Г. Ананьєв), «мужність творити» (Р. Мей), «вкоріненість у бутті» (М. Хайдеггер), «трансценденція» (С.Л. Рубінштейн), «зрілість» (Б.Г. Ананьєв, С.Л. Рубінштейн, Г. Олпорт). Однак, як психологічний феномен його почали розглядати порівняно нещодавно. Однак, на початку 80-х років 20 століття американськими психологами Сьюзен Кобейса та Сальватором Мадді офіційно вводиться термін «hardiness» в поняттєвий апарат психологічної науки, а у 2000 році у вітчизняній психології Дмитро Олексійович Леонтєв запропонував позначати це поняття як життєстійкість.

Згідно з теорією Сальваторе Мадді, життєстійкість має три компоненти залученість (активність, ініціативність, інтерес до оточуючого світу), контроль (здатність вчасно розпізнавати, усвідомлювати, контролювати та коригувати власні емоції) та виклик (уміння виносити позитивний досвід з неприємних подій, бачити в них позитивний сенс) [1]. Всі вони є важливими для прояву високого рівня життєстійкості, однак саме виклик постає найважливішим системо утворюючим фактором. Виклик проявляється не просто як уміння винести позитивний досвід з складних подій життя, а як здатність отримати нові навички та вміння, певна трансформація світогляду, зміцнення та оновлення, переоцінка цінностей, розширення світогляду, а головне здатність усвідомити новий сенс, побачити те, що надасть сили жити далі.

Варто зазначити, що люди — єдиний вид, який може зосередитися на власному унікальному досвіді, проаналізувати його та переосмислити, відповідно, проявити життєстійкість. Війна тягне за собою широкий спектр негараздів, що містить безліч негативних чинників та деструктивно впливає на психологічний розвиток особистості, однак саме переоцінка наявного досвіду допоможе не лише подолати негаразди, а і проявити внутрішній потенціал. Людина, життєстійкість якої сформована на високому рівні, має деякі переваги перед людьми з низьким рівнем життєстійкості. Така особистість має можливості розвитку своїх здібностей навіть за несприятливих умов; може проявляти свої найкращі риси, відкидаючи невпевненість та комплекси; має значний потенціал для подолання життєвих складнощів і навіть підтримки і допомоги іншим. Саме тому, важливим є приділити увагу розвитку життєстійкості, вчасно виявити основні можливі механізми підвищення її рівня та вдосконалення функціонування.

Життєстійкість — це широке поняття, що стосується в контексті здатності конструктивно реагувати на виклики долі, повертатися до нормального існування після негативних впливів, швидко пристосовуватися до нової реальності або трансформуватися, щоб вижити та процвітати. Так, розвиток життєстійкості є важливим для обмеження людських страждань, відновлення українського суспільства, налагодження нормальної життєдіяльності зруйнованої війною та уникнення нових внутрішніх та міжособистісних конфліктів.

Говорячи про учасників освітнього процесу впевнено можна стверджувати що вони є найбільшою групою ризику. Оскільки, організація освітнього процесу за дистанційною формою навчання значною мірою перешкоджала повноцінній соціалізації, а тимчасове призупинення освітнього процесу не лише погіршило, а й в край завдало нищівного впливу соціальному розвитку молоді. Учні та студенти залишилися сам на сам з собою, своїми страхами та проблемами. Стрессова атмосфера в сім'ї, відсутність повноцінної підтримки, напружена зовнішня ситуація ще більше змусили їх поглинути у себе та закритися. Важливо розуміти, що освіта — це не лише надання академічних знань, першочерговим завданням освітнього процесу — є формування психологічно зрілої, соціально активної, ініціативної та адаптивної особистості.

Актуальна ситуація ще раз підтверджує нагальну необхідність реформування системи освіти, введення інноваційної практичної складової — забезпечення психологічної підтримкою, врахування індивідуальних особливостей, застосування інноваційних технологій задля розкриття внутрішніх ресурсів та творчого потенціалу кожної особистості, забезпечення її психологічною грамотністю, озброєння навичками саморегуляції та відновлення, а головне умінням застосовувати конструктивні копінг-стратегії. Навчальна діяльність має супроводжуватися можливостями особистісного самовдосконалення, рефлексивністю, самоприйняттям та формуванням власного життєвого кредо.

Саме тому, єдиним дієвим механізмом переживання сучасної то-

тальної кризи та не лише швидкого відновлення, а і стрімкого зростання є вдосконалення системи освіти, залучення психологічного аспекту зміцнення та розвитку життєстійкості усіх учасників освітнього процесу завдяки чому молоде покоління зможе адекватно й неупереджено усвідомлювати та формувати нові реалії, не намагаючись втиснути їх у старі когнітивні схеми, виявляти щирий інтерес до оточуючого середовища, а також готовність до внесення позитивних змін в оточуюче середовище.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Maddi S. Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*. 2004. Apr.4. P. 279 – 298.